

Calor y mosquitos: cómo hacer repelentes caseros que protegen la salud y cuidan al medioambiente

27/11/2025

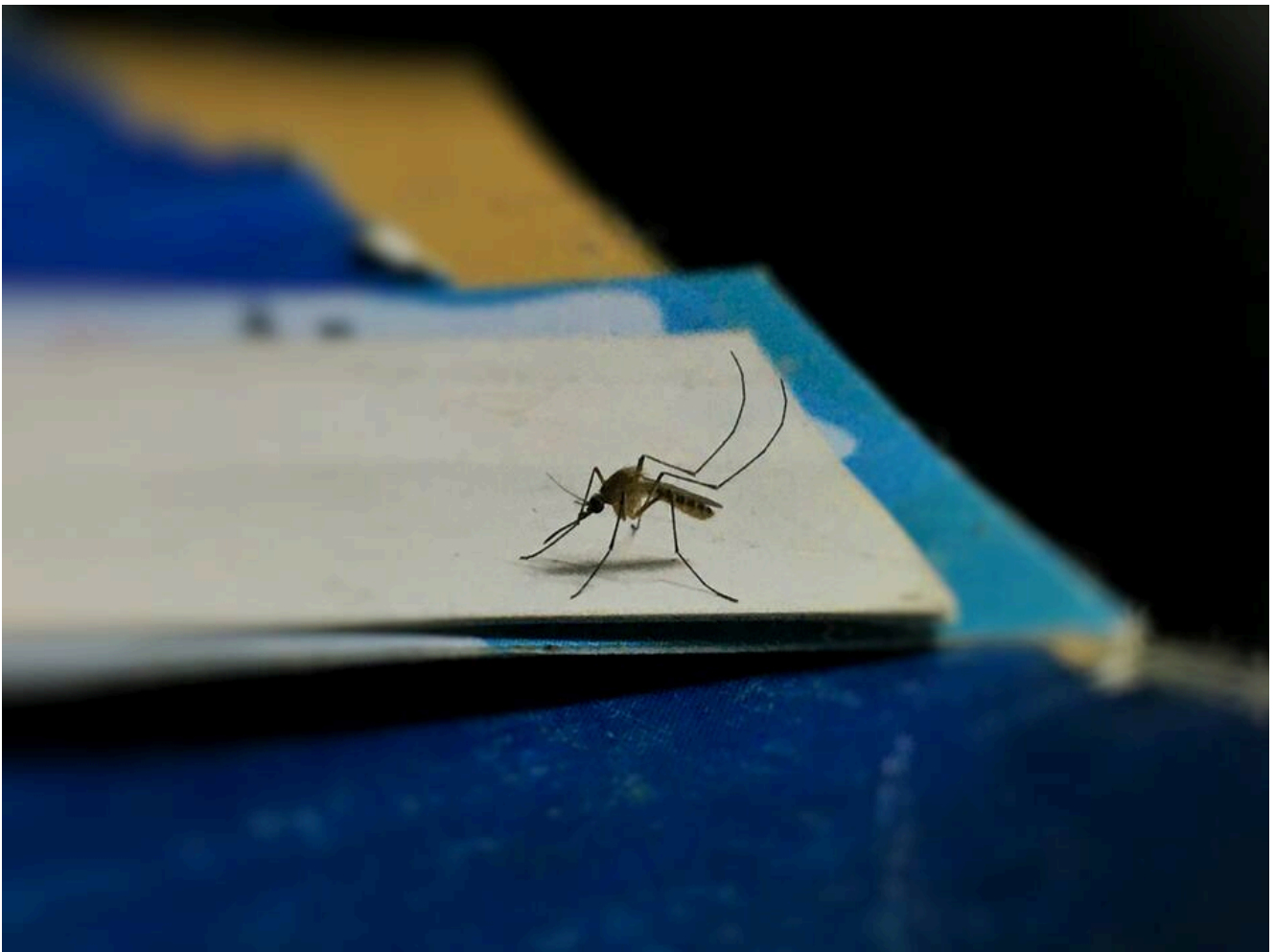


Llega el calor y aumenta el uso de los repelentes para **evitar picaduras** y enfermedades transmitidas por **mosquitos**. Sin embargo, los productos químicos suelen estar creados

con **sustancias químicas** que generan preocupación sanitaria y ambiental.

Frente a ese escenario, las **opciones ecológicas** y naturales ganan terreno como **alternativas seguras** y efectivas. Los repelentes ecológicos se elaboran a partir de **aceites esenciales**, extractos vegetales y compuestos biodegradables.

Estas fórmulas reducen la exposición a **químicos sintéticos** y disminuyen el riesgo de reacciones alérgicas en pieles sensibles. Además, su producción está vinculada a **prácticas de bajo impacto ambiental** y a ingredientes renovables.

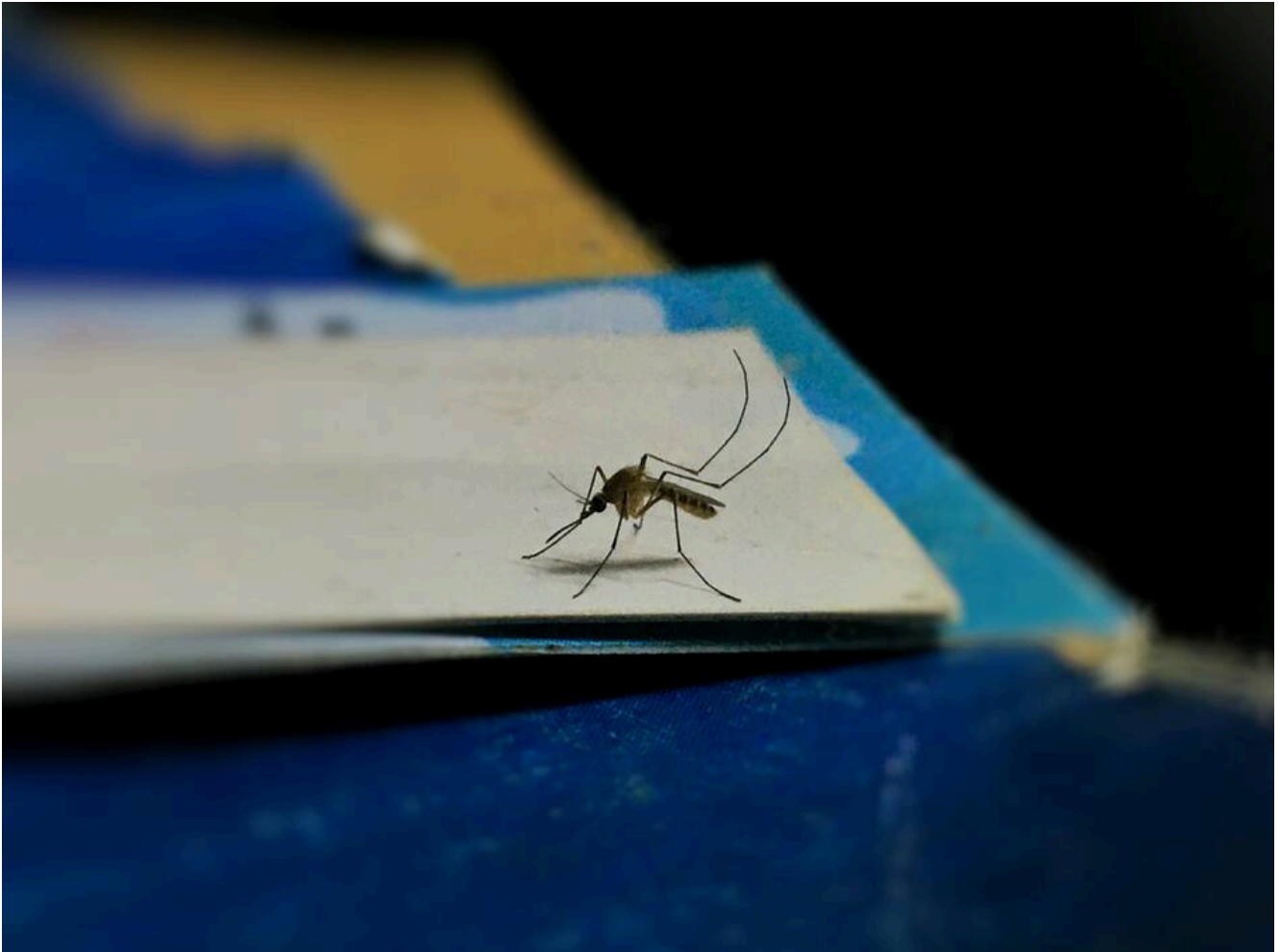


Mosquito. Foto: Unsplash.

En distintos países, investigadores y consumidores impulsan su adopción por su **menor huella ecológica**. El creciente interés por productos sostenibles facilita su presencia en mercados, ferias y **tiendas naturales**. La tendencia responde a una preocupación global por **reducir tóxicos** cotidianos sin perder

protección.

Estas fórmulas reducen la exposición a **químicos sintéticos** y disminuyen el riesgo de reacciones alérgicas en pieles sensibles. Además, su producción está vinculada a **prácticas de bajo impacto ambiental** y a ingredientes renovables.



Mosquito. Foto: Unsplash.

En distintos países, investigadores y consumidores impulsan su adopción por su **menor huella ecológica**. El creciente interés por productos sostenibles facilita su presencia en mercados, ferias y **tiendas naturales**. La tendencia responde a una preocupación global por **reducir tóxicos** cotidianos sin perder protección.

Repelentes naturales más utilizados

Los repelentes ecológicos se basan principalmente en plantas con **propiedades aromáticas** que resultan desagradables para los

mosquitos. Entre las más conocidas sobresalen la **citronela**, el **eucalipto limón**, la **lavanda** y la **menta**. Cada una actúa generando barreras olfativas que interfieren en la capacidad del mosquito para localizar a las personas.

La **citronela** continúa siendo la **fórmula vegetal** más difundida por su eficacia y su aroma característico. El eucalipto limón, reconocido por su acción prolongada, se incorpora crecientemente a **aerosoles y cremas naturales**. La **lavanda** aporta una **protección moderada**, pero destaca por su efecto calmante y su uso apto para ambientes interiores.



Repelentes a base de productos naturales. Foto: argentina.gob.ar

Otros repelentes incluyen al **neem**, la **albahaca morada** y el **clavo de olor**, utilizados en aceites, velas o difusores. Estas opciones permiten cubrir distintos entornos, desde hogares hasta jardines y campings. Además, su **biodegradabilidad** evita la acumulación de **residuos químicos** en suelos y cursos de agua.

Cómo preparar repelentes ecológicos en casa

Los **repelentes caseros** permiten ajustar la intensidad del aroma según cada necesidad. Se elaboran con ingredientes fáciles de conseguir y sin procesos complejos. Su preparación reduce costos y evita envases plásticos innecesarios.

Repelente en spray de citronela y eucalipto limón:

- Mezclar 50 ml de alcohol o vodka con 10 gotas de citronela y 10 gotas de eucalipto limón.
- Completar con 50 ml de agua destilada.
- Guardar en frasco con atomizador y agitar antes de usar.

Repelente de lavanda para piel sensible:

- Colocar 100 ml de aceite portador (almendra, jojoba o coco) en un frasco.
- Añadir 20 gotas de aceite esencial de lavanda.
- Aplicar en pequeñas cantidades sobre brazos y piernas.



Lavanda como repelente.

Repelente ambiental con clavo de olor y naranja:

- Insertar clavos de olor en la cáscara de una naranja.
- Dejar en áreas ventiladas para liberar aroma.
- Reemplazar cada tres días para mantener la efectividad.

Beneficios para la salud

Los **repelentes ecológicos** destacan por su baja toxicidad y su buena tolerancia en **pieles sensibles**. Al no contener sustancias irritantes presentes en los productos sintéticos, reducen enrojecimientos y reacciones dérmicas.

Son opciones frecuentes para personas con alergias, niños mayores de dos años y usuarios que buscan una alternativa suave. Su aplicación frecuente no genera acumulación química ni efectos adversos a largo plazo. Esto los convierte en aliados para quienes **utilizan repelentes** de forma continua, especialmente en zonas de **alta presencia de mosquitos**.

También son compatibles con otros productos de cuidado

personal, evitando interacciones perjudiciales. En interiores, su uso **disminuye la exposición a vapores y aerosoles** irritantes.

Esta característica favorece **ambientes más saludables**, sobre todo en hogares con personas asmáticas o con dificultades respiratorias. El bienestar humano se ve reforzado por productos que no comprometen la calidad del aire ni la integridad cutánea.



Ahuyentar mosquitos con repelentes caseros.

Beneficios ambientales

Los **repelentes naturales** contribuyen a reducir la **contaminación** asociada a los químicos tradicionales. Sus **componentes vegetales** se degradan con facilidad, sin persistir en suelo o agua. Este comportamiento evita daños a insectos polinizadores y **especies acuáticas sensibles** a sustancias tóxicas.

Al requerir procesos de fabricación menos intensivos, **disminuyen la huella de carbono** del ciclo de producción. Las materias primas suelen provenir de cultivos sostenibles que **respetan la biodiversidad**. Esto fortalece cadenas productivas locales, muchas de ellas vinculadas a economías regionales y agroecológicas.

Su uso masivo representa una oportunidad para disminuir la dependencia de compuestos sintéticos. Con ello, se reduce la presión sobre **ecosistemas** que ya sufren **contaminación por plásticos, pesticidas y biocidas**. La protección personal deja de ser un **riesgo ambiental** para convertirse en una acción compatible con la **conservación**.



Repelentes caseros. Foto: NA.

Por qué elegir alternativas ecológicas

La principal diferencia entre los repelentes naturales y los

tradicionales radica en su origen y su **perfil tóxico**. Mientras los repelentes químicos suelen contener ingredientes **agresivos para la piel y el ambiente**, los ecológicos priorizan la seguridad. Esta elección permite protegerse sin aumentar la carga de contaminantes cotidianos.

Las **opciones naturales** ofrecen una protección adecuada para la vida diaria, actividades al aire libre y entornos domésticos. Su eficacia puede complementarse con ropa ligera, mallas y hábitos preventivos que refuercen la **defensa contra mosquitos**. El resultado es un enfoque integral que combina **bienestar, prevención y sostenibilidad**.

Optar por repelentes ecológicos es una decisión alineada con estilos de vida responsables. Contribuye a la salud individual, respalda economías de bajo impacto y **reduce la presión sobre los ecosistemas**. Cada uso representa un pequeño aporte a un planeta menos saturado de químicos innecesarios.

Fuente: Canal 26