

Dengue: ¿cómo elegir el mejor repelente?

15/03/2025



Aunque las temperaturas bajaron, el riesgo de picaduras de mosquitos no desaparece. Tras las epidemias de dengue que afectaron a Argentina en los últimos años, el uso de repelentes se convirtió en una medida fundamental de prevención, especialmente en los meses más cálidos.

Elegir un producto adecuado es clave para garantizar una protección efectiva, y conocer qué ingredientes contienen y cómo actúan puede marcar la diferencia. ¿En qué hay que fijarse al momento de comprar un repelente?

Hablemos del DEET

Cuando se trata de evitar picaduras, el repelente es nuestro mejor aliado. El ingrediente más común y efectivo en estos productos es el **DEET** (*N,N*-dietil-meta-toluamida), que bloquea los receptores de los mosquitos y dificulta que detecten a las

personas.



La duración del efecto depende directamente de la concentración de DEET:

- **10% de DEET** → Protege alrededor de 2 horas.
- **24% de DEET** → Puede durar hasta 5 horas.
- **30% de DEET** → Es el máximo permitido y ofrece la mayor duración.

Además, la transpiración, el agua o la actividad física pueden reducir su efectividad, por lo que es importante reaplicarlo según las indicaciones del producto.

Para garantizar que los repelentes cumplen con las concentraciones declaradas, el **INTI (Instituto Nacional de Tecnología Industrial)** realiza análisis de laboratorio con equipos de alta precisión, como cromatógrafos gaseosos, que permiten verificar la cantidad de DEET en cada muestra. De esta manera, se asegura que los productos en el mercado sean

efectivos y brinden la protección esperada.

Mosquitos en Argentina: especies y riesgos

En Argentina existen diversas especies de mosquitos, pero hay dos de especial importancia sanitaria:

- **Aedes aegypti**: es el más preocupante porque transmite enfermedades como el **dengue, zika y chikungunya**. Vive en entornos urbanos y pone huevos en recipientes con agua estancada, lo que facilita su proliferación incluso en épocas más frescas.
- **Aedes albifasciatus**: se activa después de lluvias intensas y suele habitar áreas rurales o cercanas a humedales. Puede transmitir la **Encefalitis Equina del Oeste**, una enfermedad que también afecta a los humanos.

Aunque el frío limita la actividad de los mosquitos, los huevos del **Aedes aegypti** pueden sobrevivir durante meses y eclosionar cuando las condiciones vuelven a ser favorables.

Más allá del repelente: otras formas de prevención

Para reducir el riesgo de picaduras y la presencia de mosquitos, se recomienda complementar el uso de repelente con otras medidas preventivas:

- **Usar ropa clara y de manga larga**, ya que los colores oscuros atraen más mosquitos.
- **Instalar mosquiteros** en puertas y ventanas para evitar que ingresen a los hogares.
- **Cubrir cunas y cochecitos de bebés** con telas finas para mayor protección.

- **Eliminar recipientes con agua acumulada** en patios, jardines y balcones.
- **Usar espirales o tabletas repelentes** en interiores y exteriores.
- **Mantener los espacios verdes limpios**, cortando el pasto y evitando la acumulación de hojas o basura.

Si bien las temperaturas frescas da una tregua, la prevención sigue siendo clave para minimizar riesgos y evitar la proliferación de estos insectos cuando las temperaturas vuelvan a subir.