

# Picades d'insectes

A l'estiu es fa més vida a l'aire lliure, hi ha més insectes i la roba deixa part del cos al descobert, per això podem patir més picades de mosquits, abelles, tàvecs, etc.

## Com podem prevenir les picades?

**Roba:** roba de color clar i que cobreixi bé el cos, de màniga llarga, pantalons llargs i mitjons. Al camp poseu-vos els mitjons per sobre dels pantalons.

**Repel·lents:** Cal evitar-ne l'exposició contínua. Hi ha repel·lents basats en piretrines, que són insecticides d'origen vegetal, i d'altres, com la citronel·la, s'extreuen de plantes que per la seva olor espanten els insectes.

Només ens posarem repel·lent per romandre a l'exterior i només durant el temps necessari. Seguiu les instruccions del producte, especialment sobre el nombre d'aplicacions diàries. No el poseu a la cara. No el poseu tampoc a infants menors de 2 anys i, si és possible, tampoc als més grans. No doneu mai el repel·lent als infants perquè se'l posin ells mateixos. És molt important que la roba dels infants els tapi bé i que utilitzeu mosquiteres i altres barreres físiques.

Quan ja no calgui el repel·lent, s'ha de netejar bé la pell amb aigua i sabó. Si patiu reacció al producte, renteu-vos bé la pell amb aigua i sabó i, si cal, truqueu a Salut Respon o acudiu al vostre centre de salut.

**Mosquiteres:** Eviteu l'entrada d'insectes instal·lant tela mosquitera a finestres, portes i altres obertures.

**Eviteu les aigües estancades.** Els ous i les larves dels mosquits viuen en petites quantitats d'aigua estancada, en àrees exteriors, properes a la presència humana. Retireu i buideu els llocs on l'aigua, per poca que sigui, s'hi queda estancada (safareigs, forats dels arbres o al terra, canaleres, gerros, galledes, cendrers, joguines, plats dels testos,

etc.). Eviteu que s'inundin capgirant-los. Reviseu-ho dos cops per setmana. Canvieu l'aigua per als animals domèstics sovint. Tracteu l'aigua de les piscines.

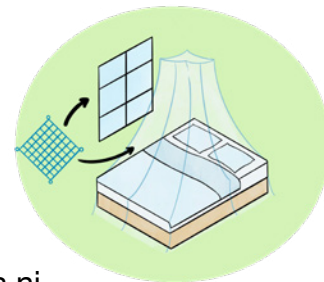
## Què hem de fer si patim una picada?

Cal **rentar bé la zona** afectada amb aigua i sabó neutre.

**Eviteu gratar la zona** tant com pugueu. Per disminuir la **picor**, apliqueu-hi una gasa o roba neta amarada amb aigua freda, o bé apliqueu-hi fred (gel). Si no hi ha ferida, es pot posar vinagre, alcohol o un preparat farmacèutic a base d'amoníac.



El fibló de les **abelles**, **vespes**, etc. queda dins la pell. Primer l'hem de treure i després hem de rentar bé la zona afectada (si ho feu amb unes pinces, procureu no enfonsar-lo més ni escampar el verí de l'insecte).



El **mosquit comú** pica més a partir de la posta de sol. Cal vigilar al vespre amb la roba i reduir les activitats a l'aire lliure, sobretot a prop de basses i estanys.

El **mosquit tigre** fa moltes picades. Farem com amb la resta de picades de mosquits. Renteu i desinfecteu bé la zona i eviteu gratar-la.

## Quan cal consultar a urgències?

Consulteu si després d'una picada noteu dificultat per respirar, inflamació important a la cara i la boca, sensació de taponament de la gola o de debilitat, un episodi de pèrdua de coneixement, dolor abdominal persistent, febre, dolors articulars o si la pell es torna blava.