Acciones para prevenir el dengue

Cada año se conocen en el mundo entre 50 y 100 millones de casos de dengue, una enfermedad estacional de los meses cálidos que causa un estado de malestar general intenso. Aún no existe la vacuna profiláctica contra el virus, ni medicamentos dirigidos a combatirlo, por eso es importante tomar medidas para prevenirlo.

La enfermedad del dengue se trasmite por la picadura del mosquito *Aedes aegypti*. Cuando este se alimenta con sangre de una persona infectada de dengue y luego pica a otras personas, les transmite esta enfermedad. No se trasmite directamente de una persona a otra, por lo que sin mosquito no hay enfermedad. Este insecto también es transmisor de la fiebre *chikunguña* y el *zika*.

Existen cuatro serotipos del virus del dengue: 1, 2 ,3 y 4. La primera vez que una persona es contagiada por cualquiera de estos cuatro virus, adquiere el dengue clásico. Nunca volverá a padecer dengue por el mismo virus, pero sigue expuesta a los demás serotipos.

Sintomatología

Los síntomas que padece una persona infectada es fiebre, dolores de cabeza –especialmente en la zona de los ojos-, molestias articulares y/o musculares, cansancio, erupciones en la piel, náuseas o diarrea. Es importante no automedicarse y concurrir a un centro de salud o consultar a un médico.

Medidas preventivas

La aplicación de insecticidas ayuda a eliminar a los mosquitos adultos que pueden transmitir estas enfermedades, y la fumigación no es suficiente para exterminar el mosquito.

Para evitar la presencia de mosquitos, es importante:

- Evitar tener recipientes que contengan agua estancada, tanto dentro como fuera de la casa.
- Renovar el agua de floreros y bebederos de animales día por medio.
- Deshacer todos los objetos inservibles que estén al aire libre y en los que se pueda acumular agua (latas, botellas, neumáticos).
- Colocar boca abajo los recipientes que no estén en uso (baldes, frascos, macetas).
- Tapar los recipientes utilizados para almacenar agua (tanques, barriles, toneles).
- Agujerear, romper, aplastar o colocar arena en aquellos recipientes que no puedan ser eliminados y cuya permanencia pueda constituir potenciales criaderos de mosquitos.
- Limpiar las canaletas y desagües pluviales de la casa.
- No atar botellas a árboles y canteros.

Ante la presencia de mosquitos:

- Aplicar repelente en aerosol, crema o líquido en las partes del cuerpo no cubiertas por la ropa.
- Colocar mosquiteros o telas metálicas en las aberturas de las viviendas.
- Utilizar espirales, pastillas o líquidos repelentes.
- Evitar que se acumule agua en recipientes que se utilizan permanentemente, dándolos vuelta (baldes, palanganas, tambores) o vaciándolos regularmente (portamacetas, bebederos).

Recomendaciones para viajar a lugares de riesgo

Quienes viajen a áreas endémicas, deberán a su regreso concurrir de inmediato al médico, hospital o servicio de salud más cercano a fin de efectuarse un control preventivo.

Para evitar las picaduras no se exponga al sol durante las horas de mayor actividad del mosquito (mañana y tarde), utilice repelente cada cuatro horas y mantenga cubiertos sus brazos y piernas.

Fuentes:

- "*Las 5 cosas que hay que hacer para prevenir el dengue*", Clarin.com. http://www.clarin.com/sociedad/prevencion-dengue-mosquitos_0_1508849435.html
- *"Como prevenir el dengue*", Cómo hacer? http://www.webconsultas.com/salud-al-dia/dengue/tratamiento-del-dengue-6766
- *"Medidas preventivas",* Ministerio de Salud de la Nación. http://www.msal.gov.ar/dengue/medidas-preventivas/