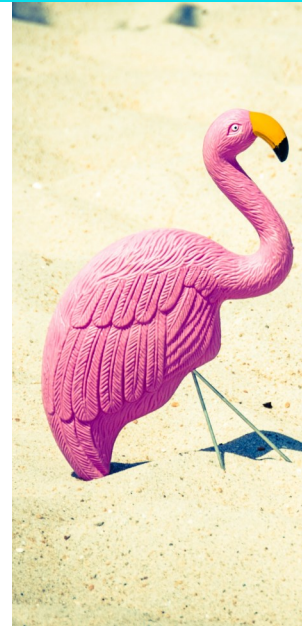


# ¿PLANEAS IRSE DE VIAJE?

(PLANNING TO GET AWAY?)



Las personas que viajan a destinos cálidos deben tomar precauciones para protegerse frente a las enfermedades transmitidas por **mosquitos**.



Compruebe si la zona a la que viaja es un área en la que existen altos índices de enfermedades transmitidas por mosquitos:

<https://wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/list>



Use una red para mosquitos en la cama.

Si viaja a un área remota, use una red para dormir.



Use repelente de insectos. Empaque y use repelente de insectos en aerosol que contenga los ingredientes DEET, picaridina, IR3535, OLE, o PMD.



Use mosquiteros. Asegúrese de que haya mosquiteros en las puertas y ventanas para mantener fuera a los mosquitos.



Use ropa que cubra la piel expuesta.

Cuando sea posible, trate la ropa con insecticida (por ejemplo, permetrina).



Si se enferma después de ser picado por un mosquito, consulte a un médico.

Si tiene fiebre, dolor de cabeza, dolor en las articulaciones o erupción en la piel cuando vuelve a su casa, comuníquese con su médico de inmediato.



Coloque primero el protector solar.

Luego, no olvide aplicar repelente de insectos.



Si está embarazada o planea estarlo, **NO** viaje a un área en la que existen altos índices de enfermedades transmitidas por mosquitos.

