

## Si pica, ¿rascado o repelente?

### ¿Qué es un repelente?

Un repelente es un producto que se aplica sobre la piel o la ropa para evitar que los insectos nos piquen. Actúan cuando el insecto está a poca distancia de la piel. No matan al insecto. Pueden actuar frente a mosquitos, moscas, garrapatas y otros insectos que pican.

### ¿Hay que usar los repelentes?

Lo primero es evitar la exposición. Si no puede ser, hay medidas de [protección personal](#) muy eficaces. Además, puedes usar los repelentes.

El objetivo es evitar las [picaduras](#) para no sufrir el picor, las ronchas y la irritación.

### Sobre todo, hay que usar los repelentes si:

- Su hijo ha tenido una reacción intensa o grave, tanto local como generalizada.
- Viven o van a [viajar](#) a un lugar en donde hay mosquitos o garrapatas que pueden transmitir enfermedades graves cuando pican: [zika](#), [chikungunya](#), [paludismo](#), [dengue](#), [encefalitis del Nilo](#) (ENO) o [enfermedad de Lyme](#).

En **España** hay riesgo de transmisión de la encefalitis del Nilo (ENO) y de la enfermedad de Lyme.

Se puede buscar información de zonas a las que planean viajar en [Sanidad Exterior](#) del Ministerio de Sanidad, oficinas de turismo o consulados.

### ¿Todos los repelentes son iguales?

Solo use repelentes de insectos con control sanitario. En la etiqueta se refleja la autorización sanitaria. Y siga siempre las instrucciones de la etiqueta del producto.

Según la situación se debe elegir un repelente. Hay que tener en cuenta: el tipo de insecto, la edad, la sudoración, el baño, el uso de otras cremas, las reacciones previas, el destino del viaje, el tiempo de exposición, la concentración del producto, etc.

-**El DEET (N,N-Dietil-meta-toluamida)** es el más eficaz y poco tóxico. Actúa sobre más tipos de insectos y las especies más peligrosas. Se debe usar en concentraciones entre el 10 % y el 30 %. La duración del efecto depende de la concentración. Puede ser hasta de 8 horas con concentraciones de hasta el 30%. No es más útil si la

concentración es mayor del 50%. Se puede usar a cualquier edad, pero mejor no aplicar en menores de 2 meses.

- **El picaridin/icaridin:** La concentración al 20% es eficaz frente a mosquitos, moscas, garrapatas, pulgas y niguas. Incluye el [mosquito tigre](#) y el mosquito común. No es tóxico. El efecto puede durar 6-8 horas. Irrita los ojos. No se puede usar en menores de 6 meses.

- **El IR-3535** es poco tóxico y también muy eficaz en concentraciones del 20%. Actúa frente a mosquitos, moscas, garrapatas, piojos, abejas y avispas. El efecto dura hasta 6 horas. No se puede usar en menores de 12 meses. Se puede usar durante el embarazo.

- **Aceite de eucalipto (citriodiol).** Es un repelente natural. Tiene una protección similar al DEET a concentraciones bajas. El efecto dura de 2-6 horas. Irrita los ojos. No se puede usar en menores de 3 años o con antecedentes de convulsiones.

- **Aceite de citronella:** Es un repelente natural. No es eficaz frente a las garrapatas. Su efecto es corto, no mayor de dos horas. Irrita los ojos. No se recomienda por riesgo de poca protección.

En España, para evitar las picaduras de mosquitos y garrapatas sirven el citriodiol, la icaridina y el IR-3535. Para el [mosquito tigre](#) y el que transmite la [ENO](#) (género Culex) hay que usar una concentración superior al 20%.

- **Piretrina o permetrina:** Es un insecticida y mata al insecto por contacto. Se usa para [rociar la ropa y el equipo](#) (mosquiteras, paredes y otros objetos). No se aplica sobre la piel. No rociar con la ropa puesta. Dejar secar antes de vestirse. Su efecto dura mucho tiempo, hasta 3-6 meses.

**Tabla 1: ¿Qué repelentes puedo usar?**

Producto	Eficacia	Duración/aplicación	Precauciones especiales
DEET	La mejor defensa contra los insectos que pican. Efecto frente a las especies más peligrosas. Concentraciones 10-30%	2-8 horas <2 a. 10% 1 vez al día 2-12 a. 10% 3 veces al día >12 a. 30% 1 vez al día	No usar sobre plásticos Irrita la piel Evitar concentraciones ≥50%* No <2 meses
IR-3535	Eficaz a concentraciones del 20%	2-6 horas. 1-3 a. al 20% 1 vez al día >3 a. al 20% dos veces al día	Mayores de 12 meses
Picaridina	Eficaces frente a los mosquitos benignos, mosquito tigre** y género Culex***	2-8 horas según concentración e insecto Repetir la aplicación si fuese necesario	Bien tolerado Menor absorción Irrita los ojos Evitar en < 6 meses****

<b>Aceites esenciales</b>	Menos estudiados Citronella: no es eficaz frente a garrapatas	Citriodiol 2-6 h. Más eficaz Citronella < 2 h	Bien tolerado Irritante los ojos Citriodiol no usar en < 3 años Evitar si historia de convulsiones
<b>Permetrina</b>	Mata los insectos por contacto	Dura en la ropa después de varios lavados	No usar sobre la piel. Aplicar sobre la ropa y tejidos (vestuario, mochilas, mosquitera)

NC: Nombres comerciales; enlace; R: repelente; n°: número; \* No han demostrado mayor ventaja; \*\* Aedes albopictus (dengue); \*\*\* Transmite la encefalitis del Nilo Occidental; h: horas; \*\*\*\* Algunos organismos oficiales no lo recomiendan en esta población, en otras recomendaciones no existe esa restricción.

**Tabla 2 Recomendaciones según edad, embarazo o lactancia materna:**

	Producto recomendado	Número máximo de aplicaciones al día
<b>6-12 meses (evitar si es posible)</b>	DEET 10%	1
<b>12-36 meses</b>	DEET 10% IR-3535 20%	1
<b>36 meses-12 años</b>	Citriodiol 20-50%	1
	DEET 10%	3
	IR-3535 20%	2
	Picaridina 20-30%	2
<b>Mayores de 12 años</b>	Citriodiol 20-50%	1
	DEET 30%	1
	IR-3535 20%	2
	Picaridina 20-30%	2
<b>Embarazadas (evitar si es posible)</b>	DEET	
<b>Lactancia materna</b>	DEET	

### ¿Los puedo usar si estoy embarazada?

No hay datos de que ninguno cause daño al feto. Se recomienda usar, de forma general, medidas físicas. Pero, si hay riesgo de adquirir una enfermedad grave, el DEET no tiene efectos graves sobre el feto.

### ¿Son seguros durante la lactancia materna?

La OMS ha incluido al DEET como “compatible con la lactancia materna” cuando se usa según las indicaciones. [Riesgo bajo para la lactancia materna.](#)

### ¿Cómo se usan los repelentes?

- Desde mayo a noviembre.
- A media mañana y a última hora de la tarde.
- Leer la etiqueta y buscar el ingrediente activo. Seguir las instrucciones de uso.
- Use siempre los productos líquidos, lociones, aerosoles, *roll-on*, ceras sólidas (tipo barra), cremas, o toallitas

impregnadas para aplicar el repelente.

- [No son eficaces las pulseras, las cintas para el cuello, las tobilleras, las velas y los vaporizadores.](#)
- Elegir la concentración adecuada a la edad y al tiempo de exposición
- Lo debe aplicar un adulto o bajo su supervisión. Siempre en el exterior y alejado de los alimentos.
- Aplicar en las zonas de piel expuestas.
- No aplicar en la cara, ni debajo de la ropa, ni sobre las heridas, ni si la piel está irritada, ni en los pliegues.
- Para aplicar el producto en la piel del niño se debe depositar primero en la mano del adulto. Nunca en las manos de los niños porque se las pueden llevar a la boca y ojos.
- Lavar las manos tras la aplicación.
- Cuando ya no exista riesgo de picaduras, limpie la piel con agua y jabón, y lave la ropa.
- Primero se pone el protector solar y 30 minutos después se aplica el repelente. No use productos que lleven juntos repelente y protector solar.
- Si cree que el repelente le ha producido una reacción en la piel, lave la zona inmediatamente con agua y jabón y consulte con su médico.

**Tabla 3 de repelentes en España con control sanitario.** Adaptada de: [Productos biocidas en el Registro Oficial de Biocidas, R. eficaces frente a mosquitos del género Aedes, R. de insectos de uso humano autorizados por la AEMPS](#). Algunos productos pueden contener alcohol, que limita su uso frecuente y en niños muy pequeños:

Producto	Nombres comerciales	Concentración %
DEET	- <b>Clac Family-Repelente de Mosquitos *</b>	10%
	- <b>Autan Care Spray Seco *</b>	15%
	- Goibi antimosquitos Loción 100 ml, Spray 100 ml	18%
	- Cusitrin antimosquitos 125 ml	20%
	- <b>Relec Fuerte Familiar Stick*</b>	<b>20%</b>
	- Relec Fuerte Spray Repelente de Insectos	20%
	- <b>Autan Protection Plus Spray Seco *</b>	<b>25%</b>
	- Mosquitomilk roll-on 50 ml	26%
	- Goibi Antimosquitos Xtreme Aerosol	27%
	- Care Plus Anti-Insect Deet Spray	30%
	- Relec extra fuerte loción repelente 50 ml	40%
	- Goibi Xtreme antimosquitos tropical loción 75 ml, Toallitas, Spray	45%
	- Care Plus Anti-Insect Deet Spray	50%
	- Insect Ecran Extra Fuerte	50%
- Relec Extra Fuerte Spray Repelente de Insectos	50%	
IR355	- OTC Antimosquitos Niños Repelente,	10%
	- <b>Relec Pediátrico Spray, soluciones*</b>	10%
	- <b>Goibi Antimosquitos Pediátrico Spray*</b>	10%
	- Antimosquitos ISDIN Pediatrics Infantil*	10%
	- <b>Acofar Repelente de Insectos infantil*</b>	10%
	- <b>Goibi Antimosquitos Infantil Spray*.</b>	16%
	- <b>Relec Infantil Loción*.</b>	20%
	- OTC Antimosquitos Familiar Spray.	20%
	- Isdin Antimosquitos Repelente.	20%
	- Acofar Repelente de Insectos.	20%
	- Relec Toallitas Repelentes.	20%
	- Normopic Roll-on Infantil*.	20%
	- OTC Antimosquitos Forte Aerosol.	30%
- Acofar Repelente Forte Spray.	30%	
- Isdin Xtreme.	30%	
Picaridina	- Bloom Derm Repel Aerosol.	10%
	- Bloom Toallitas.	10%
	- <b>Autan Family Care Barra*.</b>	10%
	- <b>Autan Family Care Gel Junior*.</b>	10%
	- Bloom Derm Loción.	12%
	- Moskito Guard Antimosquitos Emulsión.	20%
	- Relec Fuerte Sensitive Familiar.	20%

Citriodiol	- Block Magic Solución y Roll-on	10%
	- Orphea Protección Emulsión, Roll-on, Toallitas	15%
	- Block Magic.	20%
	- Orphea Protección Loción.	20%
	- Orphea Protección Spray Extra Fuerte.	23,4%
	- Mosquitol Spray PMD.	30%
	- <b>OTC Antimosquitos Herbal Barra*</b>	32,1%
	- Mosquitol Stick PMD	32,08%
	- Mosi-Guard Aerosol.	40%
	- <b>OTC Antimosquitos Herbal Spray*</b> .	40%
Citronela	- Arcofarm Mosquitos Spray	5-10%
	- <b>Bitesun Protect repelente de insectos uso humano*</b>	15%
Permetrina^	- Alvita Loción Repelente de Insectos Infantil	0,80%
	- Golfender Repelente de Insectos	1,2%
	- Preben Repelente de Insectos	1,2%
	- Halley loción repelente de insectos infantil	0,8%

R: repelente. AEMPS: Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios. \*Productos que no llevan alcohol en su composición o menos del 10%; ^Se recomienda aplicar **en las mosquiteras y en la ropa.**

Descárgate la presentación con los **PUNTOS CLAVE:**



# Si pica ¿rascado o repelente?

Sara Velo García de Seares. Pediatra  
 Josefa Ares Álvarez. Pediatra



www.familiaysalud.es



Y finalmente os ofrecemos esta **INFOGRAFÍA** ideal para compartir en redes sociales (descargable [en PDF](#)):





## ¿SON SEGUROS LOS REPELENTE?

¡Rasca o repelente!



### Qué son los repelentes

Un repelente es un producto que se aplica sobre la piel o la ropa para evitar que los insectos piquen. Actúan cuando el insecto está a poca distancia de la piel. No mata al insecto. Pueden actuar frente a mosquitos, moscas, garrapatas, y otros insectos que pican

### Repelentes: una buena y segura opción.

- Evitan el picor, las ronchas y la irritación
- Evitan reacciones intensas o graves, locales o generalizadas
- Evitan enfermedades graves si viven o viajan a un lugar en donde existen insectos transmisores.
- Seguros en lactantes y madres lactantes
- En embarazadas: elegir el principio activo y concentración en función del riesgo.



Mayor concentración  
Mayor duración del efecto

Usar concentraciones 10-30%  
1 aplicación al día:  
En niños pequeños  
Concentraciones altas

### Qué repelente uso

Siempre siga las instrucciones del producto al aplicar repelente de insectos a los niños.

No utilice el DEET en bebés menores de dos meses.

No utilice el IR-355 en bebés menores de 12 meses

NO utilice la PICARIDINA en menores de 6 meses

NO utilice el CITRIDIOL en menores de tres años

Y LA PERMETRINA:

- Para tratar la ropa y el equipo (botas, pantalones, calcetines, tiendas de campaña, mosquiteras) o compre ropa y equipo ya tratados con permetrina
- No la use directamente sobre la piel



si

### Cómo utilizar bien los repelentes

no

Lociones, aerosoles, roll-on ceras sólidas (tipo barra), cremas, toallitas impregnadas

Debe aplicarlo un adulto o en su presencia En el exterior y alejado de alimentos.

El producto en la mano del adulto y aplicarlo después sobre la piel del niño.

La concentración adecuada:

- a la edad
- al tiempo de exposición.

Las pulseras, tobilleras, velas, vaporizadores: son poco eficaces

No en las manos de los niños, se las pueden llevar a la boca y a los ojos

No aplicarlo: cerca de los ojos o boca, debajo de la ropa, sobre heridas, piel irritada o pliegues

---

**Fecha de publicación:** 1-07-2021

**Autor/es:**

- [Josefa Ares Álvarez](#). Pediatra. Centro de Salud Virxe Peregrina. Pontevedra.
- [Sara Velo de Seárez](#). Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud de Bueu. Pontevedra.
- [Grupo de Patología Infecciosa](#). AEPap.

