

# Viva Bem

**SAIBA MAIS**

O site da Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) traz informações detalhadas sobre como escolher o melhor repelente para uso diário

<http://goo.gl/dkp730>

**TIRE DÚVIDAS**

Site do Ministério da Saúde traz dicas sobre como evitar o Aedes

<http://goo.gl/hf3Ryn>

# Repelente contra o aedes deve ser escolhido por faixa etária

**Três tipos são os mais recomendados contra o mosquito da dengue e zika. Fuja de receitas caseiras**

O *Aedes aegypti* está por todo lado e, para evitar a picada que pode trazer dengue, zika ou chikungunya, vale a pena se proteger com o uso de repelentes. Porém, é preciso saber qual o melhor tipo para cada faixa etária e fazer a escolha certa de acordo com o princípio ativo.

São três tipos os mais comuns, feitos à base de DEET, IR3535 ou Icaridina. "Todos os produtos registrados tiveram sua eficácia comprovada para ação em mosquitos da espécie *Aedes aegypti*. É importante observar que o efeito de cada produto tem duração diferente e que as instruções de uso contidas no rótulo devem ser seguidas", afirma a dermatologista Luciana Maluf.

Para quem frequenta praias, rios ou lagos, vale a pena redobrar a atenção. "Os fatores que influenciam a eficácia dos repelentes são umidade, temperatura e o vento. O clima quente e úmido e os ventos reduzem o tempo de eficácia dos repelentes. Neste caso, pode usar o produto com mais frequência", diz a médica sanitária Ana Freitas Ribeiro.

De forma geral, os repelentes impedem que o mosquito chegue até a pele ao formar uma camada protetora. "O mosquito pode até estar próximo da pele, mas ele não consegue picar, em função dessa nuvem de proteção. Por isso, a nuvem deve ser homogênea e por toda a pele, da mesma forma que você passa, por exemplo, um hidratante ou protetor solar", afirma o dermatologista Claudio Wulkan.

**Mitos**

Soluções caseiras sem comprovação científica, como vitamina B, comer alho, entre outras medidas improvisadas, estão mais próximos de crendices do que da eficácia. Até mesmo a citronela é posta em xeque. "As velas à base da planta citronela podem espantar o *Aedes aegypti*, mas funcionam apenas num raio pequeno", diz Ana. (William Cardoso)

## Escolha o seu

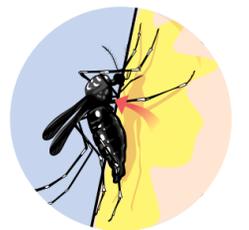


**Veja o rótulo**

- Existem ao menos cinco tipos de repelentes aprovados pela Anvisa
- Sempre observe no rótulo do produto a forma correta de usar, o melhor local para a utilização, as precauções de uso e os cuidados em caso de acidentes
- A consulta sobre repelentes regularizados pode ser feita pelo telefone 0800-642-9782 ou pela internet:
  - <http://migre.me/t2fpo>
  - <http://migre.me/t2fpo>

**Como aplicar**

- Usar na pele exposta, nunca sob a roupa
- Observar o tempo de duração de cada produto para proteção
- Não aplicar o produto nas mucosas, boca e olhos e lavar sempre as mãos após o uso
- Aplicar primeiro o protetor solar, maquiagem e hidratante, depois o repelente
- Usar no máximo três vezes ao dia
- Lavar as mãos das crianças logo após a aplicação



**Como funcionam**

- Todos espantam os mosquitos pelo odor do produto que fica na pele
- o DEET age penetrando no organismo do mosquito por um pequeno orifício embaixo de sua asa
- a Icaridina atua nos pequenos músculos da asa do inseto, paralisando-os

## Indicação por idade



**Crianças de até 6 meses de idade**

Loção ou spray que contenham na fórmula a seguinte substância:



**Para crianças entre 6 meses e 2 anos**

Loção ou spray que contenham na fórmula a seguinte substância:

■ IR3535: duração de até 4 horas, aplicar uma vez ao dia



**Para crianças entre 2 e 7 anos**

Loção ou spray que contenham na fórmula a seguintes substâncias:

- IR3535: duração de até 4 horas, aplicar até duas vezes ao dia
- Icaridina 20-25%: duração de 10 horas, aplicar até duas vezes ao dia
- DEET infantil 6-9%: duração de 4-6 horas, aplicar até duas vezes ao dia



**Para crianças a partir de 7 anos**

Loção ou spray que contenham na fórmula a seguintes substâncias:

- Icaridina 20-25% – duração de 10 horas, aplicar até três vezes ao dia
- DEET infantil 6-9% – duração de 4-6 horas, aplicar até três vezes ao dia
- IR3535 – duração de até 4 horas, aplicar até três vezes ao dia



**Para adultos e gestantes**

Loção ou spray que contenham na fórmula a seguintes substâncias:

- Icaridina 20-25%: duração de 10 horas, aplicar até três vezes ao dia
- DEET 10-15%: duração de 6-8 horas, aplicar até três vezes ao dia
- IR3535: duração de até 4 horas, aplicar até três vezes ao dia

## Produto deve ser passado após protetor

Muita gente se atrapalha ao usar repelentes. Especialistas dizem que se deve passar hidratante ou protetor solar primeiro e, só depois, aplicar o produto sobre a pele, quando for usá-los juntos.

"O ideal é aplicar primeiro o protetor solar sem perfume, aguardar 15 minutos e, aí sim, passar o repelente", diz a dermatologista Luciana Maluf. Outra recomendação é nunca usar repelente sob a roupa. (WC)

**Cuidado!**

- Venenos em spray têm mais risco de causar alergia, porque ficam retidos no ar
- Repelente caseiro só deve ser usado nas entradas da casa, e não no corpo



**Contra-indicações**

- Crianças menores de 6 meses não devem usar
- Infecção ativa na pele exposta
- Pele machucada ou com feridas abertas

**Atenção**

- A vitamina B nas doses habituais não previne a picada de inseto de forma segura e duradoura
- Comer alho não serve como repelente
- Velas à base da planta citronela podem espantar o *Aedes aegypti* apenas num raio pequeno



**Mito**

Não há qualquer comprovação científica de eficácia dos aparelhos que emitem ultrassom, ligados à tomada

**Onde encontrar ajuda gratuita**

■ Unidades de saúde da Prefeitura de São Paulo: <http://migre.me/kusvM>

■ Unidades de saúde do Estado de São Paulo: <http://migre.me/kusy9>

Fontes: Ana Freitas Ribeiro, médica sanitária do Instituto de Infectologia Emílio Ribas, da Secretaria Estadual de Saúde de São Paulo, Claudio Wulkan, dermatologista da Sociedade Brasileira e Sociedade Americana de Dermatologia, e Luciana Maluf, dermatologista do Hospital Sírio Libanês