

## PROTEZIONE CONTRO LE PUNTURE DI ZANZARE

- *Evitare di uscire tra il tramonto e l'alba quando la zanzara anofele solitamente punge;*
- *Pernottare in locali con impianto di condizionamento o con finestre dotate di zanzariere;*
- *All'aperto, dopo il tramonto, indossare abiti sufficientemente spessi e che coprano tutto il corpo (maniche e pantaloni lunghi);*
- *Non indossare di norma abiti dai colori scuri, non usare profumi e dopobarba perché attirano le zanzare;*
- *Ricorrere all'applicazione ripetuta di lozioni repellenti (sono efficaci per circa 2-3 ore, sono eliminate dal bagno, dallo strofinamento, dalla pioggia) o impregnare gli indumenti con insetticidi. Si consiglia di usare prodotti sicuramente efficaci come ad esempio la dietiltoluamide(DEET). Non vi sono dati ufficiali sull'efficacia di sostanze naturali;*
- *Prima di coricarsi, nebulizzare nell'ambiente un insetticida spray (piretroidi);*
- *Utilizzare, durante la notte e soprattutto per i bambini, la zanzariera eventualmente impregnata di un insetticida ( es. permetrina). Assicurarsi che la zanzariera non abbia buchi, sia ben fissata sotto il materasso e che nessuna zanzara sia rimasta intrappolata all'interno;*
- *Utilizzare, durante la notte, gli appositi diffusori elettrici o bruciare le serpentine antizanzara; queste ultime durano solo 6-8 ore;*
- **SOTTOPORSI A UNA CORRETTA CHEMIOPROFILASSI ANTIMALARICA.**

**RICORDARE CHE, ATTUALMENTE, NON ESISTONO FARMACI CHE POSSANO PREVENIRE COMPLETAMENTE LA MALARIA E QUINDI IL RISPETTO DELLE NORME COMPORTAMENTALI E' COMUNQUE FONDAMENTALE**