

- Medio: HOLA
- Fecha: 07-08-2023
- Título: Estas 9 plantas naturales repelen los insectos del verano
- Autor: HOLA
- Cita: COFENAT
- Experto: Roberto San Antonio-Abad
- Foto:



- Link:
<https://www.hola.com/estar-bien/galeria/20230807237010/9-remedios-naturales-para-picaduras-insectos/1/>

- Texto:

El mosquito **vuelve a 'desatar' todas las alarmas en España**. En estos momentos, diversas especies de mosquitos están generando alertas en todo el territorio español, con el mosquito trompetero (*Culex pipiens*) encabezando la lista de preocupaciones. Este insecto está causando estragos en Cataluña, Madrid, Islas Baleares y algunas partes de Andalucía, con sus molestas picaduras y su zumbido nocturno que nos impide dormir.

Ante este panorama, la **Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales, COFENAT**, hace hincapié en la importancia de mantener a raya a los mosquitos y otros insectos, no solo para evitar las incómodas picaduras, sino también para prevenir enfermedades potenciales.

"Protegerse de los insectos durante los meses de calor es esencial, **especialmente para aquellos que padecen alergias**. La naturaleza nos brinda diversas opciones, y si a pesar de todo los insectos logran atravesar nuestras defensas, también contamos con remedios naturales para aliviar los síntomas de las picaduras, en especial las de mosquitos", explica Roberto San Antonio-Abad, presidente de COFENAT.

- Picaduras de medusa: mejores tratamientos y consejos

Aceite esencial de lavanda

una

Geranio

El género *Pelargonium*, de la familia Geraniaceae, posee un aroma intenso a limón debido a su alto contenido de citronelol, uno de los ingredientes principales del aceite de citronela.

Esto aleja a los mosquitos, abejas y avispas.

- Este compacto dispositivo alivia picaduras de mosquito en 3 segundos

Citronela

Con una protección de alrededor del 90%, la citronela es efectiva como repelente, pero su concentración óptima para un máximo efecto oscila entre el 5% y el 10%.

Además de estas tres que te hemos mencionado, existen otras que también pueden actuar como repelentes:

Los mejores repelentes

Según el tipo de insectos que queramos alejar, podemos utilizar diferentes plantas y especias:

- Mosquitos: citronella, eucalipto, aceite de árbol de té, menta, limón, albahaca, clavo, tomillo, hierbalimón, geranio, lavanda, canela, bergamota, romero.
- Pulgas: cedro, citronella, eucalipto, aceite de árbol de té, hierba-limón, lavanda, naranja, pino.
- Garrapatas: cedro, geranio, enebro, palisandro, tomillo, pomelo, orégano, aceite de árbol de té, eucalipto azul.

- Picaduras de insectos: cuáles son sus distintos síntomas

Árbol de té

Reconocido por sus propiedades antibacterianas y antiinflamatorias, este aceite tiene la capacidad de aliviar la sensación de picazón y reducir la hinchazón después de una picadura de insecto. Al ser refrescante, te proporciona un alivio inmediato y contribuye a reducir la inflamación.

Ajo y Cebolla

El ajo y la cebolla, conocidos por sus propiedades antibióticas naturales, no solo agregan sabor a la cocina, sino que también pueden ser utilizados como remedios tópicos para aliviar las picaduras de insectos. Al aplicar ajo o cebolla directamente sobre la piel afectada, se aprovechan sus propiedades antiinflamatorias y antisépticas para reducir la picazón y prevenir posibles infecciones.

Limón

Es conocido por su alto contenido en vitamina C y sus propiedades antioxidantes, pero también puede ser un aliado en el alivio de las picaduras de insectos. Su zumo, rico en ácido cítrico, calma la piel irritada y funciona como antiséptico natural.

- Remedios caseros para golpes, picaduras y otros problemas de verano

Eucalipto

Tiene propiedades antiinflamatorias y analgésicas. Cuando se aplica sobre la piel afectada por una picadura de insecto, su aceite esencial contribuye a reducir la inflamación en la zona, disminuyendo así la hinchazón y el enrojecimiento.

Mezcla de esencias

En un roll on de 15ml, que podemos adquirir en tiendas especializadas, añadir: 5ml aceite jojoba, 5ml aceite caléndula, 7 gotas de aceite esencial (ae) de lavanda, 4 gotas de árbol de té y 4 gotas menta piperita. Aplicar después de la irritación o picadura, de 2 a 6 aplicaciones diarias. Esto ayudará a calmar la irritación y que el molesto grano desaparezca antes.