

+[][aduya]

VITAMINAS DEL COMPLEJO B CONTRA LOS MOSQUITOS



- **Científicos de las universidades de Londres, Florida y Nottingham realizaron un estudio, según el cual nuestra genética sería determinante para que suframos la picadura de mosquitos.**



- “Los resultados demuestran un componente genético subyacente al tipo de olor humano, una diferencia genética que es detectable por los mosquitos a través de nuestro olor y que se utiliza durante la selección de la persona”



- **Estudios anteriores habían mostrado que el olor corporal es clave para sufrir o no el ataque de mosquitos, y que otros factores influyen, por ejemplo, beber cerveza parece atraer más las picaduras.**



- Los mosquitos también se sienten atraídos por:
 - La temperatura del cuerpo.
 - El sudor.
 - La emisión de CO₂ .
 - La ropa de colores oscuros.



- De hecho, cuando consumimos complejo B, la vitamina sobrante se elimina a través de la piel y de la orina, que tiene un olor que sirve de repelente de los insectos, según estudios médicos anteriores.



- Los aspectos genéticos, determinan más del 80 % de los 400 compuestos que exudan los seres humanos.
 - Resulta sumamente difícil identificar cuáles son los que atraen a estos insectos.



- Los científicos creen que la diferencia entre las personas que atraen a los mosquitos y las que no.
 - No se debe a sus reacciones metabólicas.
 - Si no que están desarrollando a nivel genético una defensa natural que las protege de las picadura.



LO QUE SIGUE SIENDO VÁLIDO

- **Estrategias que siguen siendo válidas para evitar la picadura de insectos:**
 - **Evitar los sitios donde los insectos tienen sus nidos o donde más permanecen.**



LO QUE SIGUE SIENDO VÁLIDO

- No salir, en la medida de lo posible, entre el anochecer y el amanecer, ya que es el momento en el que los mosquitos pican habitualmente.
- No utilizar perfumes que desprendan olores dulces, ya que atraen a los insectos.



LO QUE SIGUE SIENDO VÁLIDO

- Mantener una correcta higiene corporal.
- Usar ropa que cubra la piel y evitar los colores oscuros y brillantes.
- Sacudir la ropa antes de usarla si la hemos tendido en el exterior.



LO QUE SIGUE SIENDO VÁLIDO

- Dejar la luz apagada si tenemos la ventana abierta.
- Usar repelentes o tomar vitamina B.



- Al contrario que otras vitaminas, la Vitamina B no tiene efectos secundarios conocidos, puesto que, cuando el cuerpo ha llegado a la cantidad necesaria, elimina el resto a través de la orina y el sudor.

