

# O fim da picada

Categories : [Reportagens](#)

Se você é daqueles que tomam banho de repelente antes de se embrenhar no mato e geralmente sai todo picado, saiba que esse mistério pode ter duas explicações. Você e o repelente. Ou seja, a freqüência com que você reaplica o produto e a concentração de um componente chamado dietiltoluamida (DEET).

É simples de entender. Os produtos mais vendidos no mercado prometem longa proteção, mas na verdade suas concentrações de DEET são tão baixas que, para funcionar, seria necessário usá-los praticamente de 5 em 5 minutos.

Essa é a opinião de especialistas do [Centro de Informação em Saúde para Viajantes \(Cives\)](#), do Hospital Universitário Clementino Fraga Filho (UFRJ). Segundo o médico Ricardo Igreja, a literatura indica que, para ser considerado bom, o repelente para adultos tem que ter no mínimo 30% ou 40% de DEET em sua composição. “Dependendo da transpiração de cada um, essa concentração em média garante proteção de 4 a 6 horas”, diz. Mas pouca gente sabe disso. “Até pouquíssimo tempo nem as concentrações vinham no rótulo dos produtos! E agora, quando vêm, vemos que são muito inferiores ao recomendado”.

Vejamos a marca Autan, da Ceras Johnson. A versão em aerossol tem 14,24% de DEET, o gel tem 10% e spray apenas 6,65%. Do mesmo fabricante, o Off! aerossol também tem 14,24% de DEET, e o Off! Kids, para crianças, 7,12%. A versão em spray sequer revela a concentração, limitando-se a informar no rótulo que o produto contém DEET e que o consumidor deve reaplicá-lo “quando necessário”.

A Johnson se defende dizendo que realizou testes em laboratórios credenciados pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), demonstrando que produtos com concentração de DEET abaixo dos 30% podem sim funcionar por mais de 6 horas sem necessidade de reaplicação. Segundo a empresa, o Off! Spray dura até 5 horas e 20 minutos, o Off! Aerossol 6 horas e 20 minutos e o Off! Loção, que tem 7,125% de DEET, dura até 4 horas e 50 minutos.

A Anvisa limita-se a regular a concentração excessiva da substância, que pode fazer mal à saúde. Proíbe o uso de DEET em repelentes para crianças menores de 2 anos e recomenda concentração menor de 10% para crianças até 10 anos. Concentrações superiores a 30% em produtos para adultos precisam de estudos prévios de risco. Quanto aos repelentes com baixas concentrações, informou que eles “são tão efetivos quanto aqueles com concentrações maiores”.

É um disse-me-disse por enquanto sem solução. A prova dos nove poderia caber ao Inmetro, que até hoje nunca testou repelentes de pele.

## Eficiente e caro

Na dúvida, o jeito é conformar-se com as picadas? Não precisa. Recentemente o laboratório parisiense Osler começou a fabricar no Brasil o único repelente em que os médicos do Cives confiam: o Exposis. Ele traz 50% de DEET e promete proteção por até 5 horas se a temperatura ambiente for inferior a 30 graus. Caso contrário, orienta o consumidor a reaplicá-lo a cada 2 horas.

O repelente é eficiente mesmo, mas seu rótulo chega a assustar. Está escrito: “Pode alterar materiais sintéticos e plásticos (máquinas fotográfica, filmadoras, óculos, relógios, etc.), esmalte de unha, entre outros”. Mas fique tranquilo, o rótulo também diz que não é irritante para a pele.

Como ainda é peça rara nas farmácias brasileiras, quem quiser comprá-lo tem que procurar no site do fabricante [os endereços dos estabelecimentos onde é vendido](#). O preço também é salgado. Uma embalagem spray de 100ml custa mais de 30 reais, enquanto as outras marcas são vendidas a valores entre 5 e 15 reais.

## O mito do complexo B

O laboratório Osler produz ainda repelentes para tecidos, contra insetos que conseguem picar sobre as roupas. As peças devem ser enxaguadas e misturadas ao produto, que promete proteção por dois meses, mesmo com várias lavagens. Quem justifica a pertinência de mais esse cuidado é, claro, o próprio site do fabricante: “40% das picadas de insetos acontecem através das roupas”. Ele informa que o produto pode garantir proteção de 75% contra malária e de 79% contra leishmaniose. “Em situações de epidemia, como no caso da dengue, seria bom que todo mundo usasse esse tipo de produto. Não tem cheiro e dura várias lavagens”, opina Ricardo Igreja, do Cives.

Existem mais opções para fugir das picadas dos mosquitos como repelentes à base de produtos naturais, como andiroba e citronela. Outras alternativas não passam de mitos. O mais famoso é a ingestão de cápsulas do complexo vitamínico “B”. Ricardo Igreja não dá crédito a essa prática. “Não adianta nada, é folclore”. Já a dermatologista Maria Cristina Ribeiro de Castro, também da UFRJ, diz que o complexo B pode até funcionar, mas sob condições bem especiais. “Só se você tomar uma overdose. Mesmo assim, com mais de um mês de antecedência, no mínimo”. Ela explica que quando tomamos doses muito superiores às nossas necessidades diárias, elas precisam ser eliminadas. E isso acontece pela pele. Embora não tenhamos capacidade de sentir o odor, a substância exalada não é atrativa aos mosquitos. E a ingestão excessiva de vitamina não faz mal à saúde.

Mas se você acha que os mosquitos estão de marcação com você, ou que recebe mais picadas comparado a outra pessoa, isso também pode ter explicação. Segundo Maria Cristina, de uma maneira geral não existe pré-disposição a ser atacado pelos insetos. No entanto, mulheres e crianças são mais suscetíveis a sentir as picadas pela falta de pêlos no corpo. “Os pêlos protegem

como uma rede, e o mosquito não consegue atingir a pele”, diz ela. Além disso, esses insetos também são atraídos pelo odor da transpiração.

A dica final vem do Cives: não é bom optar por repelentes misturados a protetores solares. O melhor é ter os dois produtos separados. E sempre aplicar o protetor primeiro.