

# Aromas y esencias que ahuyentan a los insectos

Algunas plantas aromáticas como la albahaca y el saúco, de flores azules como la lavanda u ornamentales como el jazmín o los geranios pueden ayudarnos a mantener a los insectos alejados.

El mundo vegetal nos ofrece una amplia gama de plantas que añaden a sus propiedades terapéuticas su acción insecticida. De forma inocua, consiguen ahuyentar a los molestos mosquitos, o calmar sus picaduras si ya hemos sido sus víctimas.

Podemos frotar unas hojas frescas de saúco sobre la piel para ahuyentar a los mosquitos. El resultado dura unos 20 minutos, tras los cuales debemos repetir la operación para conservar su efectividad. Lo mismo ocurre con la lavanda o la albahaca. La citronella es también muy eficaz. Podemos encontrarla como componente principal en cremas, geles o incluso velas.

También las infusiones concentradas de hojas de saúco, ajeno y manzanilla aplicadas sobre la piel ahuyentarán a los insectos.

Otra opción consiste en mezclar unas gotas de aceite esencial de cualquiera de estas plantas con aceite neutro de almendra, y untarnos la piel con el resultado.



## La arcilla o el zumo de limón alivian las picaduras

Una de sus ventajas es que puede usarse en niños o embarazadas sin ningún problema. El aceite esencial puro, usado en quemadores de olor, despejará las estancias de la casa de insectos. Si es posible, podemos colocar macetas de albahaca, saúco, menta, citronella o lavanda en los alféizeros de las

ventanas para evitar que entren en casa. También sirven el romero, el geranio, el perejil o el jazmín. Debemos recordar que el resultado de estos insecticidas naturales es efectivo cuando los aplicamos sobre la piel, pero temporal. Se debe repetir la aplicación para mantenernos protegidos. ■