

# Enfermedades Transmitidas por Garrapatas



A medida que el clima se vuelve más cálido, las áreas de distribución de las garrapatas se han extendido hacia el norte y la temporada de garrapatas se ha alargado en muchas regiones. Aprenda lo que puede hacer para mantenerse seguro.

## Enfermedades Que Se Transmiten por Picaduras de Garrapatas

- **Enfermedad de Lyme**- Aproximadamente 30.000 personas se infectan cada año en los Estados Unidos. Los síntomas pueden incluir una erupción en forma de diana, fiebre, escalofríos, dolor de cabeza y fatiga, y más tarde, dolor en las articulaciones y problemas neurológicos. Las personas tratadas temprano generalmente se recuperan rápida y completamente. Sin embargo, hasta el 20% de la enfermedad de Lyme causa síntomas duraderos.
- **Fiebre Maculosa de las Montañas Rocosas (RMSF)** - los síntomas incluyen fiebre, dolor de cabeza, malestar estomacal y sarpullido.
- **Babesiosis** - una infección parasitaria que infecta a los glóbulos rojos. Los síntomas incluyen síntomas similares a los de la gripe y anemia.
- **Otros enfermedades** incluyen Anaplasmosis, fiebre por garrapatas de Colorado, STARI, y más.

## Garrapatas Que Muerden Comúnmente a los Humanos



Garrapata estrella solitaria (*Amblyomma americanum*)



Garrapata americana del perro (*Dermacentor variabilis*)



**NOTA:** Tamaños relativos de varias garrapatas en diferentes etapas de la vida.

Garrapata *Ixodes scapularis* hembra hinchada. El color puede variar.



**Las garrapatas de patas negras son las únicas que se sabe que transmiten la enfermedad de Lyme. Sin embargo, otras garrapatas pueden transmitir otras enfermedades.**

(Imagen de: <https://www.cdc.gov/ticks/tickbornediseases/images/tick-life-stages-medium.jpg>)



# Cómo Mantenerse a Salvo Alrededor de las Garrapatas

## Prevenir Picaduras

### Antes de Salir...

- **Aprende dónde se esconden.** Las garrapatas prosperan en la hierba, la maleza, y las áreas boscosas. También pueden vivir de animales.
- **Use repelente de insectos** con DEET, picaridin, IR3535, OLE, o PMD.
- **Usa ropa adecuada**, incluidos pantalones largos, camisas de manga larga, y calcetines. Considera tratar la ropa y el equipo con spray para ropa.
- **Mira por donde camina.** Permanece en los senderos y evite la hierba alta, la hojarasca, y las áreas boscosas.
- **Mantén un jardín ordenado.** Corta el césped y quita las hojas y la maleza.

### Cuando Vuelvas a Entrar...

- **Revisa la rope en busca de garrapatas.** Lavar con agua caliente o colocar en la secadora durante 10 minutos al máximo de temperatura.
- **Revisa el equipo y las mascotas.**
- **Dúchate poco después** para asegurarte que no tienes garrapatas en el cuerpo o cabello.
- **Revisa su cuerpo en busca de garrapatas**, incluidas las axilas, dentro y alrededor de las orejas, el ombligo, la parte posterior de las rodillas, dentro y alrededor del cabello, entre las piernas y la cintura.

## Quitar Garrapatas

- Que no cunda el pánico. Las garrapatas que se detectan temprano tienen menos probabilidades de propagar enfermedades.
- Utiliza pinzas de punta fina. Agarra la garrapata lo más cerca posible de su piel.
- Tira hacia arriba con una presión constante y uniforme. No retuerzas ni mueva la garrapata.
- Limpia la picadura y tus manos con alcohol o agua y jabón.
- Tira la garrapata por el inodoro o colócala en una bolsa sellada o en alcohol. No aplastes una garrapata con los dedos.
- No uses Vaseline, esmalte de uñas ni calor sobre la garrapata.

## Comprueba los Síntomas

- Considera llamar a su médico si vives en un lugar donde la enfermedad de Lyme es común, independientemente de los síntomas.
- Llama a su médico si tiene sarpullido, fiebre, fatiga, dolor de cabeza, dolor muscular o hinchazón y dolor en las articulaciones dentro de los 30 días posteriores a una picadura o sospecha de exposición de garrapatas. Consulta a su médico incluso si los síntomas desaparecen, porque la enfermedad no necesariamente ha desaparecido.
- Una erupción en ojo de buey (una erupción circular con un centro claro) es un síntoma común de la enfermedad de Lyme y STARI. También pueden ocurrir otros tipos de erupciones.