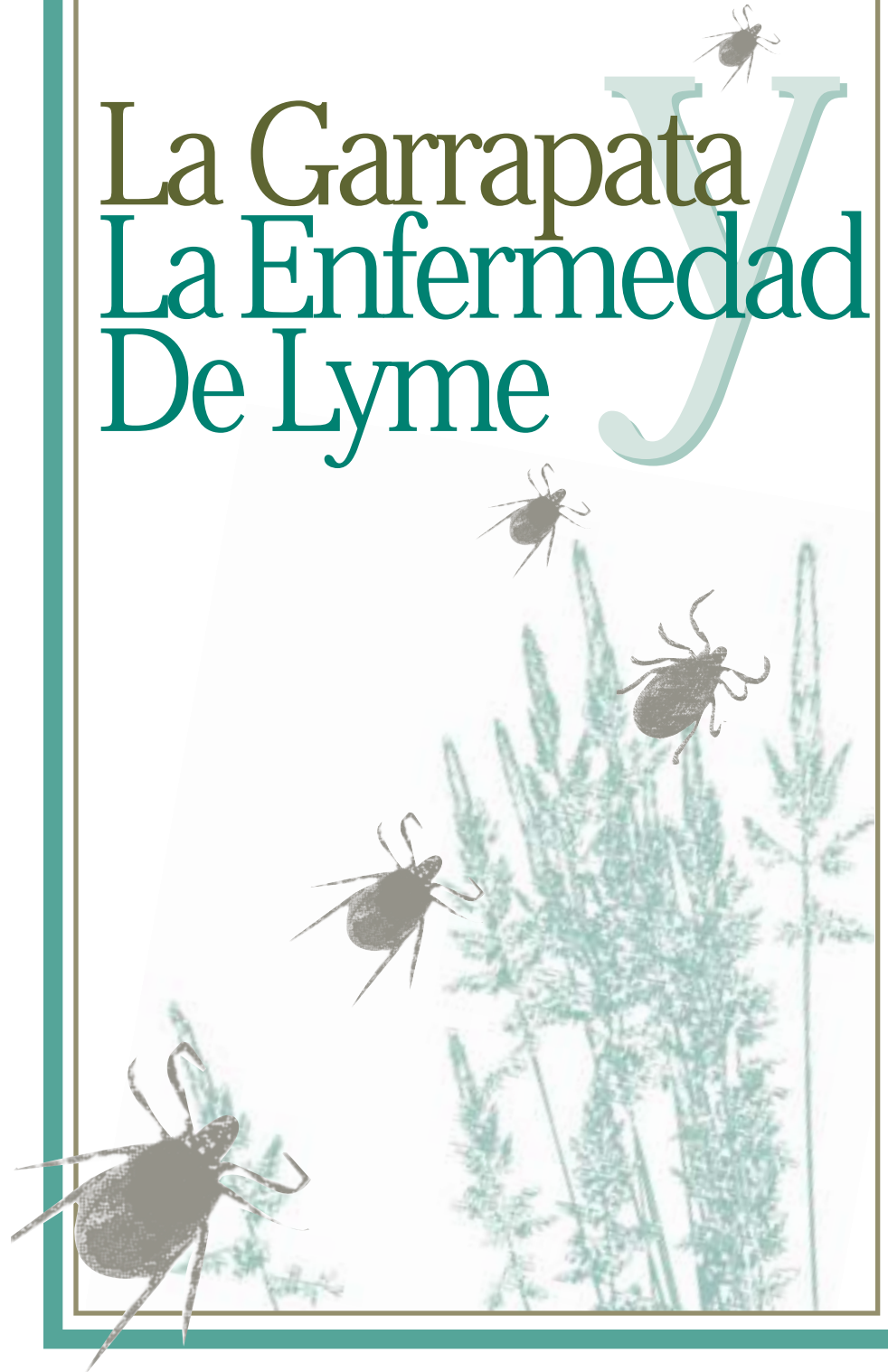


La Garrapata La Enfermedad De Lyme



¿Que Es La Enfermedad De Lyme?

La enfermedad de Lyme es una infección bacteriana transmitida por las garrapatas de venado. La enfermedad puede transmitir a través de la picadura de una garrapata infectada. Si no se trata, la enfermedad puede causar varios problemas de salud. No obstante, si se diagnostica pronto y con la administración de antibióticos, la enfermedad de Lyme se puede curar rápidamente y por completo.

¿Dónde Se Encuentra La Enfermedad De Lyme?

En los Estados Unidos, las garrapatas de venado infectadas, se pueden encontrar en el noreste, inclusive en el Estado de Nueva York; en los estados superiores del medioeste y a lo largo de la costa noroeste.

¿Cuáles Son Los Síntomas De La Enfermedad De Lyme?

Los síntomas iniciales de la enfermedad de Lyme pueden ser ligeros y, con frecuencia, se ignoran. Si siente que una garrapata se ha pegado a su piel, quite la garrapata con unas pinzas y observe si aparecen los síntomas de la enfermedad de Lyme. Entre el 60 y el 80 por ciento de los casos, el primer síntoma es una erupción cutánea conocida como *eritema migratorio* que:

- Se produce en el lugar de la picadura de garrapata o cerca de él.
- Es una erupción sólida roja de "ojo de buey" que se hace más grande.
- Aparece dentro de los primeros tres días a un mes después de la picadura de garrapata.
- Tiene un diámetro de 2 a 6 pulgadas.
- Dura de 3 a 5 semanas.
- Al tocarla, puede estar caliente o no.
- Normalmente, no causa dolor ni picor.
- Múltiples erupciones pueden aparecer.

Las garrapatas se adhieren en cualquier sitio, pero prefieren los pliegues del cuerpo, inclusive las axilas, la ingle, la parte posterior de la rodilla y la nuca. Si se ha infectado, lo más probable es que la erupción aparezca en una de estas zonas.

Cuando aparece la erupción, es posible que aparezcan también otros síntomas, como dolor en las articulaciones, escalofríos, fiebre y cansancio, pero pueden ser demasiado ligeros para recibir atención médica.

¿Cómo Se Puede Sacar Una Garrapata Con Seguridad?

Si ENCUENTRA que se le ha adherido una garrapata a la piel, no se alarme. No todas las garrapatas están infectadas y su riesgo de contraer la enfermedad de Lyme se reduce considerablemente si se quita la garrapata dentro de las primeras 36 horas.

Para quitar la garrapata:

- Use unas pinzas puntiagudas para sujetar la garrapata por la cabeza o la cavidad de la boca en el lugar que entra en la piel. NO sujete la garrapata por el cuerpo.
- Sin sacudirla, tire firme y constantemente hacia fuera. NO retuerce la garrapata.
- Para matarla, ponga la garrapata en un recipiente pequeño que contenga alcohol de fricción.
- Limpie la herida de la picadura con alcohol de fricción o agua oxigenada.
- Observe el lugar de la picadura por si aparece una erupción por los siguientes 30 días. Si desarrolla una erupción o síntomas de gripe contáctese inmediatamente con su proveedor de atención médica.

¿Qué Más Se Puede Hacer?

- Mantener el césped cortado y los bordes podados.
- Limpiar las malezas, los escombros de hojas y las hierbas altas alrededor de la casa y los bordes de los jardines y en paredes de piedra.
- Colocar las pilas de madera en orden lejos de la casa y preferentemente de manera que no toquen el suelo.
- En el otoño, poner todos los escombros de hojas (incluidos los restos de plantas perennes) fuera del jardín.
- Mantener limpio el suelo debajo de los comederos de pájaros para evitar que atraigan a animales pequeños.
- Colocar el columpio y otros equipos de juego en un área soleada y seca del jardín, lejos de zonas de bosque.

Para obtener más información sobre la enfermedad de Lyme, contacte a su departamento de salud local o visite la pagina "web" www.health.state.ny.us

- Antes de aplicarlos, guardarlos fuera del alcance de los niños y leer todas las instrucciones que figuran en la etiqueta.
- No deje que los niños se apliquen repelente a sí mismos.
- NO aplique repelente directamente a los niños. Póngalo en sus manos y a continuación aplíquelo al niño.
- Al aplicar repelente, evite la cara y manos de los niños.
- NO aplique repelente sobre la piel lesionada por quemadura solar, cortes, abrasiones u otra condición como la Psoriasis.
- Evite el uso prolongado y excesivo de DEET.
- NO aplique repelentes en zonas cerradas.
- NO lo aplique directamente a la cara.
- NO lo aplique cerca de los ojos, nariz o boca.
- Al regresar a recintos cubiertos, lávese la piel tratada y la ropa.
- Si cree que usted o un niño tiene una reacción adversa a un repelente que contenga DEET, lave la zona tratada inmediatamente y contacte a su proveedor local de atención médica o al centro local de control de envenenamiento.

Considere También Estos Hechos Importantes:

- Si se pone los pantalones dentro de los calcetines y las camisas dentro de los pantalones, tenga en cuenta que las garrapatas escalarán hacia zonas ocultas de la cabeza y el cuello, por lo tanto observe la ropa con frecuencia.
- La ropa se debe pulverizar con DEET o permetrina. Siga las instrucciones de la etiqueta con atención.
- Al regresar a casa, la ropa se debe poner en la secadora con la temperatura alta durante 20 minutos para matar a las garrapatas que no se han visto. Es posible que si toma una ducha y se lava el cabello con shampoo, le ayuda a descolocar las garrapatas que pudieran arrastrarse, pero esto no es siempre efectivo.
- Todo contacto con la vegetación, incluso si es para jugar en el jardín, puede exponerle a las garrapatas. Frecuentes revisiones de la presencia de garrapatas deben ser seguidas por un examen en todo el cuerpo y el retiro de las garrapatas que se encuentren todas las noches. Este es el único método más eficaz para la prevención de la enfermedad de Lyme.

A medida que evoluciona, la enfermedad de Lyme puede producir cansancio grave, cuello rígido y doloroso, hormigueo o entumecimiento de los brazos y piernas o parálisis facial.

Los síntomas más graves de la enfermedad de Lyme no aparecen por semanas, meses o años después de la picadura de garrapata. Es posible que estos síntomas incluyan dolores de cabeza graves, artritis dolorosas e hinchazón de las articulaciones, y problemas cardíacos y del sistema nervioso central.

¿Cómo Se Diagnostica La Enfermedad De Lyme?

Si usted cree que tiene la enfermedad de Lyme, debe acudir a su proveedor de atención a la salud inmediatamente. El diagnóstico temprano de la enfermedad de Lyme solamente se podrá hacer en base a los síntomas y el historial de posible exposición a la garrapata. Los análisis de sangre hechos durante el primer mes después de la picadura de la garrapata, dan resultados falsos.

¿Cómo Se Trata La Enfermedad De Lyme?

El tratamiento temprano de la enfermedad de Lyme incluye la administración de antibióticos y casi siempre produce la cura completa. Sin embargo, si el tratamiento se retrasa, se disminuye la posibilidad de una cura completa.

En un pequeño número de casos, la enfermedad de Lyme puede convertirse en una enfermedad crónica. Sin embargo, algunos pacientes han indicado una leve mejoría e incluso la desaparición de los síntomas, meses o incluso años después del tratamiento.

¿Cómo Me Puedo Proteger Contra Las Garrapatas Y Prevenir La Enfermedad De Lyme?

Las garrapatas de venado viven en zonas oscuras y húmedas a nivel de tierra. Se adhieren a las hierbas altas, malezas y arbustos, pero normalmente no a más de 18 a 24 pulgadas de la tierra. Las garrapatas también viven en el césped y jardines, en particular en los bordes de bosques y alrededor de las paredes antiguas de piedra.

Las garrapatas de venado no pueden saltar ni volar, y no pueden caer en personas o animales. Solamente se sujetan a los seres humanos y a los animales por contacto directo. Una vez que la garrapata se pega a la piel, generalmente va escalando hasta que llega a una zona protegida.

En las zonas infestadas de garrapatas, su mejor protección es evitar el contacto con la tierra, los escombros de hojas y la vegetación. Sin embargo, si trabaja en su jardín, hace caminatas al aire libre, va de camping, de caza, trabaja o pasa tiempo al aire libre, usted puede protegerse de las siguientes maneras:

- **Llevando ropa de colores suaves** con una tejido ajustado para poder ver a las garrapatas fácilmente.
- **Usando pantalones largos, camisa de manga larga y zapatos cerrados.** Meter el extremo de los pantalones dentro de las medias o botas, y la camisa dentro de los pantalones.
- **Comprobando frecuentemente la presencia de garrapatas en la ropa y la piel descubierta** mientras se encuentra al aire libre.
- **Considerando el uso de repelente para insectos.**
- **Permaneciendo en caminos claros y marcados. Evitando el contacto con la vegetación.**
- **Evitando sentarse directamente en la tierra o paredes de piedras.**
- **Atándose el cabello largo hacia atrás**, en particular cuando trabaje en el jardín.
- **Mirando atentamente en todo el cuerpo al final del día por si se adherió alguna garrapata** (observe también a los niños y animales domésticos), y retirandolas lo mas pronto que posible.

¿A Qué Se Parecen Las Garrapatas?

Los dos tipos más comunes de garrapatas son las garrapatas de perro y las garrapatas de venado. Las garrapatas de venado pueden transmitir la enfermedad de Lyme. Las garrapatas de perro pueden transmitir la Fiebre Manchada de las Montañas Rocosas. Que se sepa, las garrapatas de perro nunca han transmitido la enfermedad de Lyme.

Las garrapatas de venado hembra tienen 4

pares de patas y son de color rojo y negro, mientras que los machos son de color negro. Las garrapatas de venado jóvenes son de color marrón claro y tienen el tamaño de semillas de amapola y son muy difíciles de detectar. Las garrapatas de



Garrapatas de venado
Tamaño real

venado adultas tienen solamente el tamaño de una semilla de sésamo- todavía muy pequeñas.

Las garrapatas de perro son el tipo más común de

garrapata, y pueden ser tan grandes como un guisante pequeño al alimentarse. Este tipo de garrapatas tienen 4 pares de patas, son de color marrón rojizo y son más fáciles de detectar. La mayoría de garrapatas de



Garrapata de perro
Tamaño real

perro se vuelven grises mientras se alimentan. Las garrapatas se pueden encontrar todo el año, pero son más activas en la primavera, al comienzo del verano y otoño en que el clima es cálido y húmedo.



Vista ampliada
Garrapata de venado
hembra



Vista ampliada
Garrapatas de perro,
macho y hembra

¿Y Acerca De Los Repelentes De Insectos?

Dos ingredientes activos que se encuentran en los repelentes son DEET (la etiqueta puede decir N, N-dietil-m-toluamida) y permetrina. La permetrina se usa solamente en las prendas de vestir. Los repelentes que contienen DEET pueden venir en diferentes concentraciones, con porcentajes tan bajos como 5 por ciento o tan altos como 100 por ciento. En general, a mayor concentración, mayor protección, pero el riesgo de efectos negativos para la salud también aumenta. Use la menor concentración que usted crea le dará la protección que usted necesite. El Departamento de Salud del Estado de Nueva York recomienda que se tomen las precauciones siguientes al usar repelentes que contengan DEET: