

Ticks!

Tiques!

Zecche!



Zecken!



Garrapatas!



Para disfrutar de actividades al aire libre...

¡EVITEMOS LAS GARRAPATAS!

Ahora que el empezamos a salir mas al exterior debemos evitar el riesgo de exponernos a las garrapatas. En cualquier contacto con la vegetación podemos exponernos.

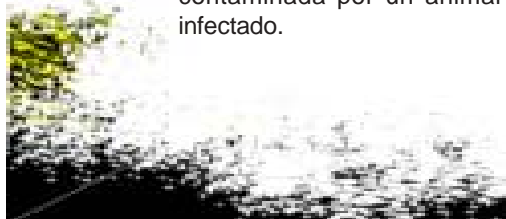


Es recomendable que seamos precavidos cada que tengamos algún plan; como trabajar en el jardín, dejar salir a jugar a los niños, ir a caminar, al parque, de campamento, o de paseos y excursiones al aire libre. Usted puede encontrar garrapatas cuando camina por zonas de hierba alta, matorrales y arbustos. Especialmente en los bordes de las veredas, lugares donde hay malezas espesas, o montes de hojas, troncos o piedras apiladas. Evite las zonas en que pueda haber garrapatas.

Aunque las garrapatas aunque están presentes durante todo el año son más activas durante la primavera y el verano. Las picaduras de garrapatas pueden ser molestas, dolorosas y a veces peligrosas. Una garrapata infectada, puede transmitir tularemia, la enfermedad de Lyme, y otras enfermedades, las cuales pueden afectar la salud de la persona durante meses, o años.

◆ Tularemia

Las garrapatas contraen la tularemia de roedores, conejos y otros animales infectados. Los síntomas en seres humanos incluyen inflamación de los ganglios linfáticos, dolor de cabeza y fiebre. Otros síntomas incluyen una úlcera de la piel en el sitio de la picadura, fatiga, dolor de cuerpo, y náuseas. No se transmite de persona a persona. Puede causar la muerte en casos excepcionales. La tularemia también puede transmitirse por manipulación o ingestión de carne infectada, o al beber agua contaminada por un animal infectado.



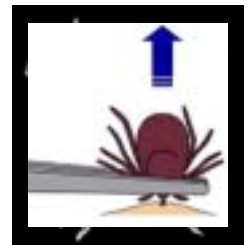
◆ La enfermedad de Lyme

La enfermedad de Lyme es una enfermedad bacteriana. No se transmite de persona a persona. Por lo general, empieza con una erupción circular en el sitio de la picadura, y continúa con síntomas parecidos a la gripe, que pueden ser seguidos por dolores en las articulaciones. Si se detecta temprano puede ser tratada con antibióticos. Sin tratamiento, pueden desarrollarse síntomas de artritis, dolor de cabeza severo, parálisis temporal de los músculos faciales, y posible desarrollo de enfermedad cardiaca que puede persistir por años. En

algunas personas se presentan síntomas del trastorno del sistema nervioso que pueden incluir dificultad para concentrarse, cambios en el humor o en los hábitos de dormir, pérdida de la memoria y debilidad muscular. Si se adquiere la enfermedad de Lyme durante el embarazo puede causar una infección de la placenta y aborto.

◆ Cómo protegerse de las garrapatas

- Aplíquese repelentes de insectos que contengan DEET en la piel, y permethrin en la ropa. Siga las instrucciones sobre el uso de repelentes.
- Vístase de color claro, con la camisa dentro de los pantalones y los pantalones dentro de los calcetines. Ponga cinta adhesiva con el lado pegajoso hacia afuera alrededor de las botas para atrapar las garrapatas. Y utilice sombrero.
- No se siente en el suelo ni en troncos de árboles en áreas con matorrales.
- En lugares donde hay garrapatas, revise su ropa, cuerpo y cabello por lo menos dos veces al día para quitar cualquier garrapata. Los padres de familia deben de revisar constantemente a sus hijos y mascotas.
- Si encuentra una garrapata, no toque la garrapata con las manos, quítesela de inmediato utilizando una pinza con punta fina. Puede poner unas gotas de alcanfor, alcohol, trementina, querosín o cloroformo. Coloque la pinza lo más cercano posible a la piel, agarre la garrapata con firmeza y arránquela de la piel de un solo tirón. Limpie el área con agua y jabón. Después de remover la garrapata, ponga atención en el área de la mordedura y en el resto de su cuerpo durante los próximos meses. Si ve que empieza un "salpullido" vea a su médico.



- Usted puede reducir el riesgo manteniendo el césped bien cortado, aplicando insecticidas en lugares donde se han encontrado garrapatas o donde pueden estar escondidas. Especialmente en los marcos de ventanas y puertas, grietas, y donde duermen los animales domésticos. Para más información acerca de cómo tratar su hogar, césped y animales domésticos, comuníquese con su oficina local del programa de Control de Vector, al (858) 694-2888, or visite:

www.SdVector.com

y/o el sitio de Centers for Disease Control and Prevention www.cdc.gov

