

¿Qué hago si una garrapata me está picando?

Se requiere tiempo teniendo la garrapata pegada a su piel para que se transmitan los gérmenes que causan enfermedades. Por eso, si encuentra una garrapata que le esté picando, quítesela tan pronto como sea posible.

¿Cómo quitarse una garrapata?:

- Agarre la garrapata cerca de la piel con unas pinzas de cejas, instrumento de eliminación de garrapatas, o un pañuelo de papel, y jálala hacia arriba con un movimiento firme y constante, alejándola de la piel (¡no arranque, no gire, y no queme la garrapata!).
- Lave sus manos y el sitio de la picadura con agua y jabón.
- Aplique un ungüento o crema antibiótica, o alcohol al sitio de la picadura.
- Deshágase de las garrapatas vivas colocándolas con alcohol en una bolsa o frasco sellado, envolviéndolas con fuerza en cinta adhesiva, o tirándolas al inodoro.
- Si desea guardar la garrapata para identificación o posible pruebas póngala en una bolsa sellada o en un frasco.
- Nunca aplaste una garrapata con los dedos.



¡El tiempo es clave!

Los signos de una enfermedad transmitida por garrapatas:

- La mayoría de las enfermedades transmitidas por garrapatas comienzan con síntomas similares a la gripe que por lo general se presentan de 2 a 14 días después de la picadura.
- Algunas personas con fiebre de las Montañas Rocosas o con enfermedad de Lyme desarrollan un sarpullido.
- Si usted se enferma con síntomas de gripe o desarrolla una erupción o sarpullido después de pasar tiempo en zonas de garrapatas o de ser picado/a por una garrapata, consulte a su médico de inmediato.
- Las enfermedades transmitidas por garrapatas pueden ser graves si no se tratan.



Prevenga las Picaduras de Garrapatas

Prevenga Enfermedades

Departamento de Salud Pública de California,
Sección de Enfermedades Transmitidas por Vectores



P.O. Box 997377 MS 7307
Sacramento, CA 95899-7377
916-552-9730
<http://cdph.ca.gov/vbds>
August 2015

¿Por qué debo prevenir las picaduras de garrapatas?

La picadura de una garrapata infectada puede transmitir enfermedades a las personas. En California, la Garrapata de Patas Negras del Oeste puede transmitir la bacteria que causa la enfermedad de Lyme o la que causa anaplasmosis. Las Garrapata de la Costa del Pacífico, la Garrapata Marrón de Perro, y la Garrapata Americana de Perro pueden transmitir las bacterias que causan la fiebre de las Montañas Rocosas y la tularemia.

Usted puede reducir el riesgo de contraer enfermedades transmitidas por garrapatas protegiéndose de sus picaduras.

Las garrapatas se encuentran a menudo en áreas naturales con hierbas, arbustos, troncos, u hojas caídas, especialmente a lo largo de senderos.



Las garrapatas también se pueden encontrar en las zonas de picnic o recreación. Las garrapatas acechan sobre la vegetación, troncos caídos, y a veces en los bancos de madera del parque con el fin de subirse a los animales y personas que se le acerquen.

¿Cómo prevengo las picaduras de garrapatas?

Antes de entrar en áreas donde hay garrapatas:

- Aplique repelente de insectos con DEET al 20% o más sobre la piel expuesta y la ropa.
- Rocíe su ropa, calcetines y zapatos o botas con Permetrina (Permethrin). La Permetrina mata cualquier garrapata que se le suba en su cuerpo.
- Lleve un par de pinzas de cejas o instrumento de extirpación de garrapatas.

Mientras que usted esté en áreas donde viven las garrapatas:

- Camine por en medio de senderos/caminos ya señalados y evitar rozar pastizales y arbustos a los costados del camino.
- Revísese cuidadosamente después de sentarse en troncos y mesas de picnic de madera donde se encuentran las garrapatas.
- Revísese a menudo en busca de garrapatas. Si usted encuentra una garrapata subiéndosele, quítesela lo más pronto posible.



Después de salir de las zonas donde habitan las garrapatas:

- Dúchese tan pronto como sea posible.
- Busque garrapatas en su cuerpo y en su cama durante 3 días. Algunas garrapatas son sólo del tamaño de una semilla de amapola y pueden estar en cualquier lugar en su cuerpo.
- Revísese en las axilas, en la línea del



cabello, detrás de las orejas y las rodillas, en el ombligo, y en la ingle. Pida a un familiar que le

ayude a revisar las áreas de su cuerpo que no se pudiesen ver con facilidad.

- Ponga en la secadora, a temperatura alta y por 60 minutos, la ropa que usó, para matar las garrapatas que puedan haber sido acarreadas. Las garrapatas no mueren con el lavado de ropas.
- También, revise sus mascotas en busca de garrapatas, y manténgalas con medicamentos de control de garrapatas según lo recomendado por su veterinario.