

# ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR GARRAPATAS

Recomendaciones

## Las garrapatas

Son insectos que se alimentan de sangre. Están presentes en todo el mundo. Parasitan diferentes especies de mamíferos (incluido el hombre), aves y reptiles.

Cuando se alimentan, pueden transmitir enfermedades infecciosas a través de su picadura. También pueden dar lugar a reacciones alérgicas.

En nuestro medio, la familia de garrapatas más importante es la de las “garrapatas duras” o Ixódidos.

Se han convertido en las principales transmisoras de enfermedades infecciosas en el mundo industrializado y las segundas a nivel mundial tras los mosquitos.

Las garrapatas ‘duras’ pueden vivir en diferentes medios. Son más abundantes en zonas en donde viven animales silvestres o de explotación ganadera, en las que se dan las condiciones más adecuadas para su desarrollo.

Habitualmente las garrapatas se encuentran en la hierba esperando a que pase un animal para alimentarse de él. Al hombre llega de forma accidental, ya que no es el huésped preferido de ninguna forma de garrapata.

## ¿Siempre que me pique una garrapata voy a enfermar?

No, no siempre. De hecho, la mayor parte de las veces en las que las garrapatas pican no transmiten enfermedades.

## Para que esto se produzca, deben darse tres factores:

1. Hay distintas especies de garrapatas, y no todas transmiten las mismas enfermedades. Debe existir la especie de garrapata capaz de transmitir la enfermedad en ese medio.
2. La garrapata debe estar infectada por la bacteria que causa la enfermedad. Esto no siempre es así.
3. Como en el resto de las enfermedades infecciosas, la persona debe ser susceptible a la infección.

## ¿Qué puedo hacer para prevenir la picadura de garrapata?

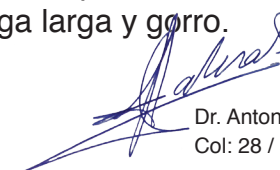
Lo más eficaz para prevenir las enfermedades transmitidas por garrapatas (ETG) es evitar la picadura de las mismas.

Hay que saber que las actividades en el campo (paseo, senderismo, caza, pesca, acampada, etc.) suponen el principal riesgo para sufrir las ETG.

Lo ideal es que existiera una señalización en las zonas de mayor riesgo, pero esto no siempre es así.

Las medidas de protección personal que ayudan a evitar sus picaduras en las zonas de riesgo son:

1. Es mejor llevar ropas claras en las salidas al campo. Así se ve mejor la garrapata antes de que se ancle a la piel.
2. En las actividades al aire libre, para no exponer la piel, llevar pantalones largos dentro de los calcetines, camisa dentro de los pantalones, camisa de manga larga y gorro.



# ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR GARRAPATAS

## Recomendaciones

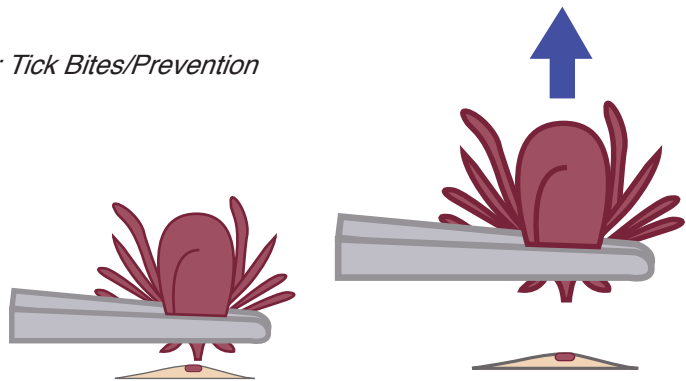
3. La aplicación de repelentes puede ser útil. Hay que tener en cuenta que no todos protegen frente a las garrapatas. Se debe leer atentamente el etiquetado para saber frente a qué clase de insectos son eficaces y si se pueden poner directamente sobre la piel o sólo sobre las ropas y calzado.
4. Desparasitación de los animales de compañía para evitar la presencia de garrapatas en el hogar o casas de campo.
5. Con el fin de disminuir las poblaciones de garrapatas, se deben controlar las poblaciones de roedores, eliminar la hojarasca y cuidar las zonas boscosas alrededor de las viviendas.
6. Con independencia de todas estas medidas, se considera imprescindible realizar, tras las salidas al campo, una inspección cuidadosa de las ropas, piel y cuero cabelludo en busca de garrapatas.

### ¿Cómo se debe extraer la garrapata?

Hay muchos métodos populares para extraerlas (aceite, vaselina, quemarlas con cigarrillos, alcohol, gasolina...). Pero no se debe confundir la forma en la que se desprenden mejor con el método de extracción que tiene un menor riesgo de transmitir enfermedades.

La mejor forma de extraer una garrapata es mediante tracción suave con unas pinzas finas, de borde liso (sin dientes). Se coloca la pinza entre la cabeza y la piel. Después se tracciona de forma constante y firme de forma perpendicular a la piel hasta que se extraiga. Se muestra en las imágenes siguientes.

*Fuente: Centers for Disease Control and Prevention: Tick Bites/Prevention*



En el caso de no tener pinzas adecuadas o no estar seguro de poder hacerlo correctamente, es mejor no manipularla y acudir a un Centro Sanitario. No importa que esto suponga esperar unas horas. Se debe comprobar que la garrapata se ha extraído entera. Si es necesario se solicitará ayuda médica para completar su extracción.

### ¿Qué tengo que hacer una vez retirada la garrapata?

Se debe desinfectar la zona con un antiséptico (povidona yodada o clorhexidina).

Las Sociedades Científicas NO aconsejan la administración preventiva de antibióticos en estos casos. Lo más importante es vigilar la zona de la picadura en los días posteriores a la misma.

- En el caso de que aparezca una costra o escara negruzca o un halo rosado alrededor de la picadura, que tiende a extenderse, debe acudir al médico. Él decidirá si precisa tratamiento.
- También debe consultar si el niño comienza con fiebre o con un sarpullido en los 7-21 días siguientes a la picadura.