

# Garrapatas, ¿qué hay que saber?


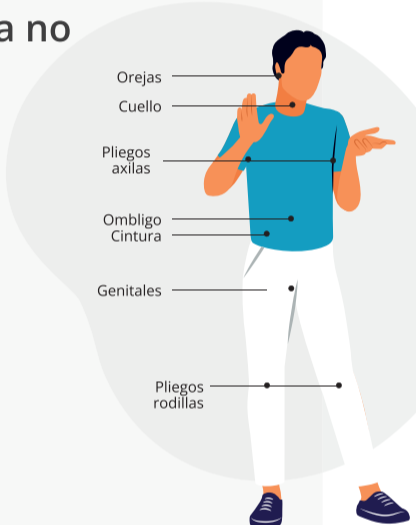


## ¡Atención con las garrapatas!

- ▶ Viven en zonas verdes rurales o urbanas: bosques, campos, matorrales, parques y jardines.
- ▶ Se alimentan de animales y pueden picar a personas.
- ▶ Algunas especies pueden transmitir enfermedades.

## ¿Como puedo protegerme y evitar las picaduras?

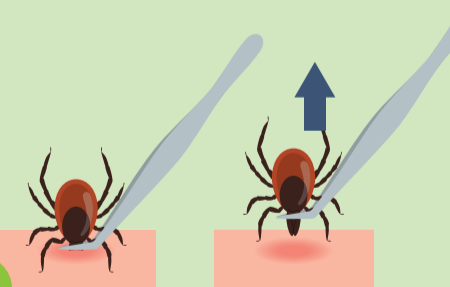
Si vas a practicar una actividad al aire libre en una zona con vegetación, recuerda:

ANTES	DURANTE	DESPUÉS
<ul style="list-style-type: none"><li>▶ Usa ropa de colores claros y que te proteja (manga larga, pantalón largo, calcetines por encima, calzado cerrado y gorra).</li><li>▶ Puedes usar repelentes y un antiparasitario para tu mascota.</li></ul> 	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ Ve por el centro del camino.</li><li>▶ Evita arbustos o hierba alta.</li><li>▶ No toques animales silvestres.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ Examina bien todo el cuerpo: la picadura no se nota.</li><li>▶ Revisa y lava la ropa y el material utilizado con agua caliente.</li><li>▶ No olvides revisar también a tus mascotas.</li></ul> 


## ¿Y si me pica una garrapata, qué hago?

Retira la garrapata lo antes posible para evitar riesgos.  
Ve a un centro sanitario o hazlo tú siguiendo estos pasos:

**1** Sujeta la garrapata con unas pinzas cerca de la piel y tira hacia arriba lentamente.




**2** Lava la herida con agua y jabón, y después aplica algún antiséptico. No la manipules, ni la rasques.



**3** Guarda la garrapata en un bote cerrado con alcohol un mes. Si aparece algún síntoma, puede ser útil identificarla.



  
No apliques remedios como calor, aceite, alcohol, etc.  
Evita retorcer o aplastar la garrapata durante la extracción.

**RECUERDA:** Si durante el mes siguiente aparecen síntomas como fiebre, erupción cutánea, dolor de cabeza o de articulaciones, o alguna otra molestia, acude a un centro sanitario.