

El **verano** es la época propicia para las **garrapatas**, que pueden adherirse a la piel y transmitir enfermedades como la enfermedad de Lyme o borreliosis .

¡Precaución si se va al campo o al monte!

MEDIDAS DE PROTECCIÓN

Evitar caminar por zonas de vegetación alta y zonas infestadas con garrapatas, es más seguro caminar por el centro de los senderos.

Usar pantalones largos para evitar que las garrapatas puedan llegar a la piel.

Utilizar repelentes sobre la ropa preferentemente , pantalones básicamente.

Evitar sentarse en el suelo en las zonas con vegetación.

Revisarse la ropa (las de colores claros facilitan la visualización de las garrapatas) antes de entrar en el lugar de residencia.

Explorar el cuerpo tras la posible exposición a garrapatas para su extirpación, ya que la transmisión de infecciones en las primeras horas es más baja.

Son ácaros, no vuelan, ni saltan, solo andan y pueden pasar a nuestro cuerpo por contacto. La especie más común en nuestro entorno es Ixodes ricinus.

Si pese a estas medidas se **produce la picadura** de una garrapata, hay que eliminarla cuanto antes, Recomendaciones:

NO hay que arrancar bruscamente las garrapatas porque aumenta el riesgo de que transmitan enfermedades.

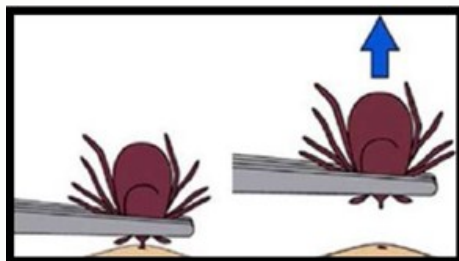
¡Acude a un centro sanitario para la extracción de la garrapata!

Si no puedes acudir: realiza la extracción de la garrapata fijada, mediante tracción cuidadosa con una pinza de punta fina, no con la mano:

Sujetar la **garrapata** con una pinza de boca estrecha, agarrándola **por la cabeza**, ya que si exprime el cuerpo puede inyectar sus fluidos en el interior de la herida.

Se ejercerá una tracción, de forma progresiva y continua, **nunca bruscamente**, tirando suavemente y con firmeza, hasta conseguir su extracción. Desinfectar la herida a continuación.

Eliminar las garrapatas de inmediato puede ayudar a prevenir la enfermedad. **Si aparece una erupción o fiebre después de quitar una garrapata, consulte a su médico o acuda a un centro sanitario.**



Dirección, Subdirecciones y Comarcas de Salud Pública y Adicciones del Departamento de Salud de Gobierno Vasco . Zuzenean / 012 / 945018000



¡PROTÉGETE

DE LAS GARRAPATAS!

RECOMENDACIONES

contra las GARRAPATAS

Con el buen tiempo, en las salidas al monte, al campo o simplemente en un entorno de vegetación, podemos sufrir la picadura de una garrapata. Pueden transmitir enfermedades **¡Precaución!**



Ixodes ricinus

Anaplasmosis humana

Enfermedad de Lyme

Babesiosis

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

OSASUN SAILA

DEPARTAMENTO DE SALUD