

Tengamos una Garra-Plática

Por Ellen Duysen

Es difícil creer que ya es hora de una "Garra-Plática." Justo cuando el clima más cálido de la primavera nos permite pasar más tiempo en nuestros pastos y campos, están surgiendo ninfas de garrapatas transmisoras de enfermedades que buscan activamente huéspedes para alimentarse. Desafortunadamente, usted podría ser ese huésped. Las enfermedades transmitidas por garrapatas se transmiten a humanos y animales a través de la picadura de garrapatas infectadas. Estas son algunas enfermedades comunes transmitidas por garrapatas y sus síntomas:

- La enfermedad de Lyme es causada por una bacteria y se transmite principalmente por la garrapata de patas negras (también conocida como garrapata de ciervo o venado) en el noreste y el Midwest superior de los Estados Unidos. Los síntomas incluyen fiebre, dolor de cabeza, fatiga y una erupción o sarpullido característico de forma circular como de "tiro al blanco."
- La fiebre maculosa de las Montañas Rocosas es causada por una bacteria. Se transmite principalmente por la garrapata de perro americana, la garrapata de madera de las Montañas Rocosas y la garrapata marrón de perro. Los síntomas incluyen fiebre, dolor de cabeza, sarpullido y dolores musculares.
- La anaplasmosis y la ehrlichiosis son enfermedades causadas por dos especies diferentes de bacterias transmitidas por la garrapata de patas negras y la garrapata "Lone Star" (estrella solitaria). Los síntomas incluyen fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares y fatiga.
- La babesiosis es una enfermedad causada por parásitos microscópicos que infectan los glóbulos rojos; la garrapata de patas negras transmite este parásito. Los síntomas incluyen fiebre, escalofríos, sudoración, dolor de cabeza, dolores corporales, pérdida de apetito, náuseas y fatiga.
- El virus Heartland es causado por un virus transmitido por la garrapata "Lone Star." Los síntomas incluyen fiebre, fatiga, pérdida de apetito, dolor de cabeza, náuseas, diarrea y dolor muscular o articular.

Remover y eliminar rápidamente las garrapatas adheridas es crucial para reducir el riesgo de la transmisión de enfermedades. Mientras más pronto remueva y elimine la garrapata, menos posibilidades tendrá de infectarle. Utilice unas pinzas de punta fina para agarrar la garrapata lo más cerca posible de la superficie de la piel y tire hacia arriba con una presión constante y uniforme. Después de quitar la garrapata, limpie el área con alcohol isopropílico, un exfoliante con yodo o agua y jabón. Coloque la garrapata en una bolsa de plástico y etiquétela con la fecha y la parte de su cuerpo en el que se incrustó la garrapata. Si desarrolla sarpullido o fiebre dentro de las dos semanas siguientes a la picadura de una garrapata, consulte a su doctor o proveedor de salud. Lleve la garrapata en bolsa a la cita. La detección y el tratamiento tempranos pueden prevenir complicaciones de enfermedades transmitidas por garrapatas.

La buena noticia es que existen formas sencillas de combatir estas plagas. Los métodos de prevención no sólo incluyen la protección personal sino también la gestión ambiental.

- Recorte el césped y la vegetación alrededor de casas y edificios para reducir los lugares donde se esconden las garrapatas.

- Revísese a usted mismo y a sus mascotas diariamente para detectar garrapatas. También revísese siempre antes de entrar a su vehículo o a su casa.
- Use en la piel y en la ropa repelentes de insectos que contengan DEET o la permetrina. Hay toallitas insecticidas disponibles para la aplicación en la piel que pueden ser más fáciles de usar.
- Use mangas largas y pantalones, meta los pantalones dentro de los calcetines y use ropa de colores claros para detectar las garrapatas más fácilmente.
- Utilice productos para el control de garrapatas en sus mascotas y ganado.

Consejo Pro-Ag: Cargue un par de pinzas de punta fina, bolsas plásticas, y un marcador dentro del botiquín de primeros auxilios de su vehículo.

Encuentre más "Garra Pláticas," descargue la herramienta interactiva *Tick Bot* del CDC (Centros de Control de Enfermedades) y la tarjeta de identificación de garrapatas en el sitio web de CS-CASH: <https://go.unmc.edu/tick-info>

Duysen es profesora asistente de investigación en la Facultad de Salud Pública de la UNMC y coordinadora de CS-CASH.