



# Tu Salud en Baltimore



**Christina Nelson**  
MD, MPH  
División de Enfermedades Transmitidas por Vectores, Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC)



**Ricardo Millan**  
DVM, MPH  
Universidad de Johns Hopkins Programa Lyme Corps, Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC)

## Enfermedad de Lyme (Parte II)

### ¿Todas las garrapatas transmiten la enfermedad?

No todas las garrapatas transmiten la bacteria que causa la enfermedad. La Enfermedad de Lyme es transmitida por la garrapata de patas negras (también conocida como la garrapata de venado) y la garrapata de patas negras del oeste. Estas garrapatas sólo viven en ciertas partes de los Estados Unidos y deben portar la bacteria con el fin de infectar a un humano.

### ¿Dónde viven las garrapatas?

Las garrapatas usualmente se encuentran en zonas boscosas y arbustivas que tienen césped alto o hojas caídas.

### ¿Qué puedo hacer para evitar ser infectado?

La mejor forma de prevenir la Enfermedad de Lyme es disminuir el riesgo a la picadura de garrapata. Uno puede realizar esto con los siguientes métodos:

- Utilice repelentes que contengan 20%-30% N,N-diethyl-meta-toluamide (DEET) sobre la ropa y piel expuesta. Aceite de eucalipto limón y picardin son también repelentes efectivos para la piel. Estos repelentes también evitan picaduras de mosquitos. Repelentes "naturales" como la citronella o pulseras repelentes NO han demostrado ser eficaces.
- Aplique repelente con permetrina a su ropa. Permetrina puede ser adquirida en tiendas de camping o montaña y permanece activa luego de varios lavados). Ponga la ropa en la secadora en alto por 10 minutos después de regresar del aire libre (el calor seco matará cualquier garrapata que tengas en la ropa).
- Dúchese dentro de las dos horas de regresar del aire libre, esto quitará cualquier garrapata no adherida.
- Revise todas las superficies del cuerpo. Las garrapatas se adhieren frecuentemente en lugares difíciles de observar como ingle, axilas, cuero cabelludo y pueden ser tan pequeñas como la cabeza de un alfiler. Observe cuidadosamente.
- Cuando esté al aire libre, evite zonas boscosas o arbustivas si es posible, manténgase en el medio del sendero.

Para más información por favor visite:  
<http://www.cdc.gov/spanish/especialesCDC/GarrapatasPrevencion/index.html>

### ¿Qué pasa si encuentro una garrapata adherida?

Sujete la garrapata con unas pinzas tan cerca de la superficie de la piel como sea posible. Hale hacia arriba con una fuerza uniforme y constante. No tuerza o sacuda. Desinfecte la zona de la picadura con alcohol, yodo o agua y jabón. Si partes de la garrapata quedan en la piel no intente retirarlas, se caerán solas. NO utilice vaselina, fósforos, esmalte de uñas, u otros productos para remover, ya que estos métodos no son efectivos y pueden incrementar el riesgo de infección o lesión.



Imágen obtenidas de: [tps://www.cdc.gov/lyme/removal/index.html](https://www.cdc.gov/lyme/removal/index.html)

### ¿Qué pasa si tengo Enfermedad de Lyme?

Si sospecha que puede tener Enfermedad de Lyme vaya a su proveedor de salud local. El diagnóstico toma en cuenta la historia de posible exposición a garrapatas en áreas de Enfermedad de Lyme, signos, síntomas y posiblemente una prueba de sangre. La Enfermedad es tratada con antibióticos de 2-4 semanas. La mayoría de los pacientes se recuperan bien. Tratamientos más largos de antibióticos NO han sido demostrado ser beneficioso. Para más información visite:

[http://www.cdc.gov/spanish/niosh/topics/LymeDisease\\_sp.html](http://www.cdc.gov/spanish/niosh/topics/LymeDisease_sp.html)

### ¿Mis mascotas puede sufrir la Enfermedad de Lyme?

Los Perros pueden sufrir la Enfermedad de Lyme y pueden desarrollar artritis; los gatos también pueden desarrollar la enfermedad, pero no tan comúnmente. Los productos veterinarios para control de garrapatas pueden ser útiles para reducir contacto de la mascota con garrapatas. Para mas información visite su veterinario local.

*El Dr. Millan es un veterinario con una Maestría en Salud Pública de la Universidad de Johns Hopkins. También sirve como voluntario para el programa de "Lyme Corps" del Centro de Control y Prevención de Enfermedades. La Dra. Nelson es una médico epidemiólogo con la División de Enfermedades Transmitidas por Vectores del Centro de Control y Prevención de Enfermedades. Los puntos de vista y opiniones expresados en este artículo no necesariamente representan la posición oficial del Centro de Control y Prevención de Enfermedades o el gobierno de los Estados Unidos.*

Una copia de este y otros artículos los puede encontrar en el website de Centro SOL <http://jhcentrosol.org/what-we-do/newspaper-health-columns/>

Media Partner: | Traducción:



¿ERES VÍCTIMA DE VIOLENCIA DOMÉSTICA?



HOUSE OF RUTH MARYLAND

Llama ahora mismo al

410-732-217