

HOJA INFORMATIVA SOBRE LA ENFERMEDAD DE LYME

La enfermedad de Lyme es causada por un tipo de bacteria denominada espiroqueta. Estas bacterias viven en el intestino de dos especies de garrapatas: *Ixodes pacificus*, o garrapata occidental de patas negras, e *Ixodes scapularis*.

¿Cuáles son los síntomas de la enfermedad de Lyme?

La enfermedad de Lyme puede afectar los principales sistemas corporales. La enfermedad se produce en etapas. La primera fase puede comenzar con una erupción cutánea denominada erythema migrans. Esta erupción ocurre en el 60-80 % de las personas infectadas. Los primeros síntomas también suelen incluir fiebre, dolor de cabeza, rigidez leve del cuello, dolor muscular y articular. Sin tratamiento, ciertos pacientes con la enfermedad de Lyme pueden presentar artritis, enfermedad del sistema nervioso y enfermedad cardíaca (cardiopatía).

¿Quién puede contraer la enfermedad de Lyme?

La garrapata occidental de patas negras se ha encontrado en 56 de los 58 condados de California. La garrapata es común en las zonas húmedas de la región costera y en la ladera occidental de la cadena de Sierra Nevada. Las personas que atraviesan a pie áreas húmedas y frías con pastizales silvestres y vegetación baja, tanto en zonas urbanas como rurales, pueden entrar en contacto con garrapatas. También se encuentran en la hojarasca y en la madera.

¿Cuál es el tratamiento para la enfermedad de Lyme?

La enfermedad de Lyme puede tratarse exitosamente con antibióticos.

¿Cómo se transmite la enfermedad de Lyme?

La garrapata occidental de patas negras transmite la bacteria a los seres humanos al alimentarse. En general, se requieren 36 horas de fijación y alimentación para que la bacteria pase del intestino de la garrapata a la persona de la que se alimenta.

¿Cómo se previene la enfermedad de Lyme?

Evite las zonas donde la existencia de garrapatas es conocida. Si no puede evitar estas áreas, siga estas pautas de prevención:

- Permanezca en la parte central del sendero, evite los pastizales, el contacto con maderas, troncos de árboles, ramas caídas o ramas de árboles en zonas boscosas.
- Meta los pantalones adentro de las botas o las medias, y la camisa adentro de los pantalones.
- Use ropa de colores claros y camisas de mangas largas. De esta forma, será más fácil ver una garrapata.
- Use un repelente registrado para el uso contra las garrapatas. Los repelentes que contienen dietiltoluamida (DEET) son eficaces y pueden aplicarse sobre la piel. Los repelentes con permetrina solo deben usarse sobre la ropa. Siga siempre las instrucciones del envase y tenga sumo cuidado al aplicar estos productos en los niños.
- Revise minuciosamente si usted u otras personas tienen garrapatas mientras realizan actividades en zonas infestadas con estos ácaros, y tres días después.
- Si encuentra una garrapata, es esencial eliminarla de inmediato pues esto previene la transmisión de la infección.



- Con una pinza, sujete las piezas bucales de la garrapata lo más cerca posible de la piel. Tire suavemente de la garrapata para quitarla, con un movimiento firme y seguro. Lávese las manos y el lugar de la picadura con agua y jabón. Aplique un antiséptico en el lugar de la picadura.
- Consulte a su médico si presenta algún síntoma, en especial erupción, dentro de los 30 días siguientes a la picadura de una garrapata.

Para obtener más información, comuníquese con Salud Pública de Contra Costa (Contra Costa Public Health) al 925-313-6740 y <http://cchealth.org/cd/> o Control de Mosquitos y Vectores en <http://www.contracostamosquito.com/ticks.ht>