

-Hoja Informativa-

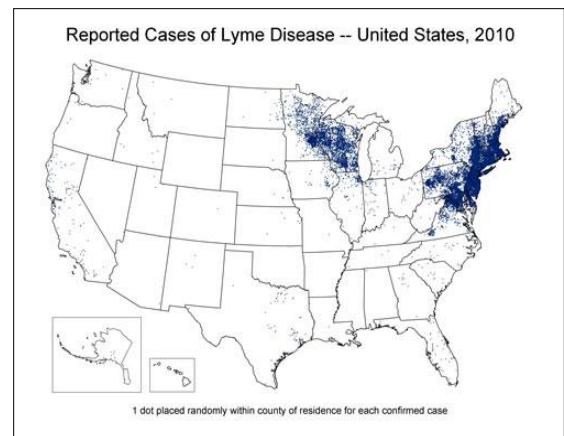
Enfermedad de Lyme

Enfermedad de Lyme: Un riesgo para todos los que trabajaran o pasan tiempo al aire libre

Si usted trabaja o pasa tiempo en áreas boscosas o herbosas, debería estar consciente de los peligros de la enfermedad de Lyme. La enfermedad de Lyme es una infección causada por una bacteria, *Borrelia burgdorferi*, que es transmitida a través de la picadura de las garrapatas orientales de pata negra infectadas (conocidas también como garrapatas de ciervo) así como las garrapatas de pata negra occidentales.

La enfermedad de Lyme no se transmite de persona a persona.

Los casos de enfermedad de Lyme son más comunes en las áreas grandes del noreste así como en los Estados de los Grandes Lagos, como se ilustra en el diagrama.



Los efectos debilitantes de la enfermedad de Lyme pueden incluir dolores de cabeza severos, artritis, anormalidades cardiacas e involucramiento del sistema nervioso central llevando a desórdenes neurológicos.

La enfermedad de Lyme puede ser prevenida reduciendo la posibilidad de picadura de garrapata; remoción pronta y correcta de las garrapatas incrustadas y tratamiento médico rápido si se detectan síntomas. Si es detectada de forma temprana, la enfermedad de Lyme puede ser tratada generalmente muy exitosamente.

Hábitat de Garrapata

La mayoría de las garrapatas favorece un ambiente húmedo y sombreado, especialmente áreas con hojarasca y vegetación baja en hábitat boscoso, cubierto con maleza o hierba. Esté alerta a las garrapatas cuando esté en estas áreas.

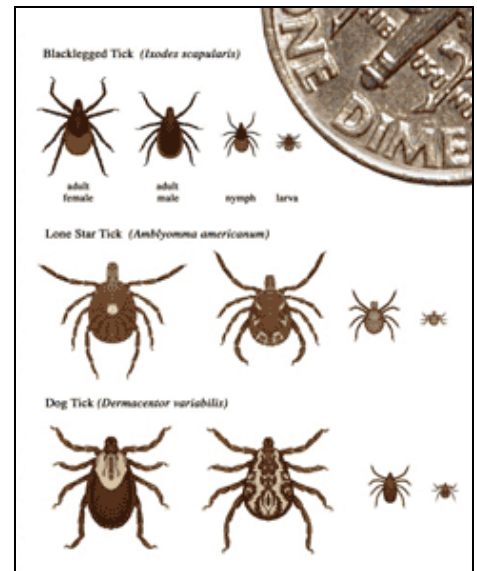
Ciclo de Vida de la Garrapata y Epidemiología de la Enfermedad

El nombre oficial común de la garrapata de ciervo es garrapata oriental de pata negra. También puede ser llamada garrapata de oso. Todas estas son la misma especie con el nombre científico, *Ixodes scapularis*. La garrapata occidental de pata negra, *Ixodes Pacificus*, se encuentra en el Pacífico de los Estados Unidos y Columbia Británica. Es físicamente similar a

la garrapata de ciervo. La garrapata de ciervo es mucho más chica que la garrapata de madera (o perro) ver ilustración a la derecha.

La mayoría de los casos de enfermedad de Lyme resultan de las picaduras de ninfas infectadas que se alimentan en la primavera y principios del verano.

Las garrapatas de ciervo se alimentan de la sangre insertando sus partes bucales en la piel. Se alimentan lentamente y se alimentarán de tres a cinco días. Si la garrapata de ciervo está infectada, debe estar fijada de 24 a 48 horas antes de que transmita la enfermedad de Lyme.



Síntomas de Enfermedad de Lyme

Los síntomas generales varían grandemente dependiendo en el individuo, locación de la picadura, etc., y diferentes síntomas pueden ocurrir en diferente tiempo.

De acuerdo al Centro de Control de Enfermedad y Prevención, el primer signo de infección es generalmente una erupción cutánea circular esparcida llamada erythema migrans o EM. Esta erupción cutánea ocurre en aproximadamente 60 a 80 por ciento de las personas infectadas y comienza en el sitio de la picadura de la garrapata después de un espacio de tiempo de tres a 30 días. Una característica distintiva de la erupción cutánea es que se expande gradualmente sobre un periodo de varios días, alcanzando hasta 12 pulgadas (30 cm). El centro de la erupción cutánea puede aclararse conforme se agrande, resultando en una apariencia de centro al blanco. Puede estar caliente pero no es generalmente doloroso. Algunos pacientes desarrollan lesiones EM adicionales en otras áreas del cuerpo después de varios días.



Otros Síntomas Tempranos que generalmente aparecen a los 30 días de infección son:

- Inflamación de los ganglios linfáticos (glándulas) cerca de la picadura de garrapata
- dolor de cabeza
- dolor de articulaciones
- escalofríos, fiebre y fatiga

Síntomas de Última Fase que pueden aparecer de cuatro semanas a tres meses después de la picadura de garrapata son:

- dos o más áreas de erupción cutánea que no están en el sitio de la picadura
- dolor de cabeza severo
- fatiga severa
- ganglios linfáticos dilatados
- rigidez de articulación/cuello
- parálisis facial
- hormigueo o entumecimiento en las extremidades
- ritmo cardíaco irregular
- fiebre
- artritis, especialmente en los brazos y piernas

- lapsos de memoria (raros en niños y adolescentes)

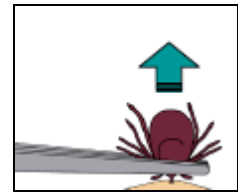
Prevención y Control

Para trabajar o pasar tiempo al aire libre, convierta a estas precauciones en parte de su rutina.

- Revise ropa y cualquier parte de la piel expuesta frecuentemente por si hay garrapatas.
- Use repelente de insectos conteniendo DEET en la piel expuesta que no sea la cara y/o permetrina en la ropa. Siga las instrucciones del fabricante.
- Mantenga el cabello largo amarrado.
- Remueva cualquier garrapata que encuentre en usted dentro de las primeras 24 horas.
- Use pantalones largos, camisas de manga larga, calcetines y un sombrero.
- Meta las piernas de los pantalones dentro de los calcetines
- Ponga cinta adhesiva en las piernas de los pantalones donde se unen a calcetines y en las muñecas de las mangas cuando trabaje por periodos extendidos en áreas altamente infestadas de garrapatas.
- Use ropa de color claro para poder detectar a garrapatas más fácilmente.
- Haga que sus compañeros realicen chequeos visuales por garrapatas en las ropas de los otros.
- Remueva garrapatas de la ropa antes de entrar. .
- Lave la ropa en agua caliente y seque en la secadora por al menos una hora para asegurarse de que las garrapatas están muertas.
- Chéquese cuidadosamente por si tiene garrapatas incrustadas cuando se bañe se vista. Lugares comunes para encontrar garrapatas son las axilas, cuero cabelludo e ingle

Para remover una garrapata incrustada:

- Usando pinzas finas, agarre la garrapata por la cabeza o sus partes bucales justo donde entran a la piel. NO agarre a la garrapata por el cuerpo.
- Jale con firmeza y sostenidamente directamente hacia afuera. NO tuerza la garrapata o aplique jalea de petróleo, un cerillo caliente, alcohol o cualquier otro irritante a la garrapata para tratar de que salga. Estos métodos pueden incrementar el riesgo de que la garrapata transmita la enfermedad.
- Limpie la picadura con desinfectante.
- Observe el sitio de la picadura por si aparece erupción cutánea comenzando de 3 a 30 días después de la picadura. Si una erupción y/o otros síntomas tempranos se desarrollan, vea un médico inmediatamente.



Tratando Enfermedad de Lyme

Si se detecta tempranamente, la enfermedad de Lyme generalmente puede ser tratada muy exitosamente con antibióticos. Si desarrolla una erupción cutánea extendida o cualquiera de los síntomas de etapa temprana de enfermedad de Lyme, busque asistencia médica profesional y trate los síntomas inmediatamente.

Mediante el Programa de Alianza OSHA, esta Hoja Informativa fue desarrollada como producto de la Alianza OSHA y TCIA solo para propósitos informativos. No refleja necesariamente las posiciones oficiales de OSHA o del Departamento de Trabajo de Estados Unidos. (06/2008)