

## Garrapatas

El calor de la temporada de verano es genial, pero las altas temperaturas también traen plagas como avispas, mosquitos y garrapatas. Si bien la mayoría de los insectos son solo molestias, algunos pueden transmitir enfermedades peligrosas como el virus del Nilo Occidental o la enfermedad de Lyme.

La exposición a las garrapatas puede ocurrir durante todo el año, pero las garrapatas son más activas durante los meses más cálidos (abril-septiembre). Las personas deben estar atentas a las garrapatas en ellos mismos, los niños y las mascotas.

Sepa dónde esperar las garrapatas. Las garrapatas viven en áreas cubiertas de hierba, matorrales o boscosas, o incluso en animales. Trate la ropa y el equipo con productos que contengan 0,5% de permetrina. La permetrina se puede usar para tratar botas, ropa y equipo de campamento y permanece protectora durante varios lavados. Alternativamente, puede comprar ropa y equipo tratados con permetrina.

Revise su ropa para ver si tiene garrapatas. Las garrapatas pueden entrar en la casa a través de la ropa. Examine el equipo y las mascotas. Las garrapatas pueden entrar en la casa en la ropa y las mascotas y luego adherirse a una persona más tarde, así que examine cuidadosamente las mascotas, los abrigos y las mochilas. Las garrapatas son pequeñas y, a veces, pueden pasarse por alto fácilmente, asegúrese de examinarse a usted y a los demás a fondo. Dúchese poco después de estar al aire libre. La ducha puede ayudar a eliminar las garrapatas sueltas y es una buena oportunidad para hacer un control de garrapatas.

Revise estas partes de su cuerpo y el cuerpo de su niño para ver si hay garrapatas: debajo de los brazos, en y alrededor de las orejas, dentro del ombligo, parte posterior de las rodillas, dentro y alrededor del cabello, entre las piernas y alrededor de la cintura.

Revise estas partes del cuerpo de su mascota en busca de garrapatas: dentro y alrededor de las orejas, alrededor de los párpados, debajo del cuello, debajo de las patas delanteras, entre las patas traseras, entre los dedos de los pies y alrededor de la cola.

Recuerde protegerse a sí mismo, a sus hijos ya sus mascotas de las garrapatas cuando esté al aire libre.