

Nombre de la Trabajo: _____ Localidad del Sitio de Trabajo: _____

Fecha: _____ Tiempo al Empezar: _____ Tiempo al Terminar: _____ Supervisor: _____

Tópico 56: Garrapatas (Enfermedad de Lyme)

Introducción: Cualquiera trabajando afuera (áreas con césped alto, arbustos, ramas colgando bajas, o moho de hojas) es susceptible en ser mordido por una garrapata. Hay varias enfermedades cargadas por las garrapatas (la mayoría bien conocidas por ser enfermedad de Lyme). Los venados, ratones, ganado, perros, pájaros, y caballos pueden portar la enfermedad de Lyme. La temporada de riesgos de infección parece ser mayor dentro de Junio y Octubre.

- Las garrapatas cuales han sido identificadas como portadoras de enfermedad de Lyme son, la garrapata de pata negra, la garrapata estrella solitaria, y la garrapata del venado. *Las garrapatas* pueden cargar la enfermedad en de su etapa larval, ninfa, o adulta. En su etapa larval pueden parecer pequeñas manchas negras, la ninfa es del tamaño de una semilla de amapola, y los adultos pueden ser menos de 1/8 de pulgada (3 mm) de largo.
- Las garrapatas no saltan, ni arrastran, ni caen sobre una persona. Son levantadas cuando la ropa o el cabello roza con una hoja u otro objeto en la que están. *Las garrapatas* normalmente se encuentran dentro de tres pies encima del piso. Una vez levantadas, las garrapatas se arrastran hasta encontrar su sitio favorito para alimentar.

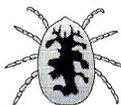
Las enfermedades portadas por garrapatas en los Estados Unidos: Enfermedad de Lyme, Babesiosis (una malaria como infección), Fiebre por Garrapatas de Colorado (generalmente en el oeste de los EE.UU. incluyendo la costa), Ehrlichiosis, Fiebre Recurrente (común en el oeste de los EE.UU.), Fiebre Maculosa de las Montañas Rocosas (a lo largo de los EE.UU. pero mas prevalente en el Este), Parálisis de Bell, y Tularemia (fiebre de conejo).

Señales y síntomas de enfermedad de Lyme: Los síntomas pueden durar desde meses hasta años. Si no es tratado, la enfermedad puede causar daños al corazón, ojos, oídos, y cerebro. En las etapas ultimas, problemas de artritis y neurológicos pueden desarrollarse. La enfermedad es tratable en las primeras etapas. *Una roncha* distinta aparece de 3-30 días después de una mordida de garrapata. (Aparece una pequeña mancha roja expandiéndose a varias pulgadas con un centro pálido.)

Etapa I: Calenturas, escalofríos, Dolores de cabeza, nauseas (días) **Etapa II:** Anormalidades cardiacas, problemas neurológicos tal como meningitis, fatiga extrema del nervio de perlesía (semanas/meses) **Etapa III:** Dolor de coyuntura y músculo, artritis (meses/años)

Medidas de precaución: El mejor modo de prevenir las enfermedades aguantadas por garrapatas es evitar las mordidas de garrapatas. Las pesticidas para garrapatas/ácaros son toxicas para estos insectos.

- Use pantalones largos y camisas de manga larga.
- Fájese la camisa dentro de su pantalón.
- Fájese los pantalones dentro de sus calcetas o pantalones.
- Utilice cinta adhesiva para cerrar la abertura donde se juntan.
- Utilice un sombrero, y amarre el cabello hacia atrás.
- Utilice un repelente de insectos o pesticida aprobada por el EPA.
- Utilice ropa de colores claros para que la garrapata pueda ser vista.
- Cámbiese de ropa cuando regrese de un área donde pueda haber garrapatas.
- Báñese para tumbarse cualquier garrapata suelta.



Revisión de Garrapata y Eliminación: Revise su ropa por garrapatas con frecuencia. Cuando encuentre una garrapata, haga una revisión por garrapatas mas profunda.

- Cuando regrese de un área donde pueda haber garrapatas, revise su cuerpo completo por garrapatas.
- Puede ser buena idea pedirle a alguien que revise su espalda u otras áreas cuales son difíciles para revisar usted mismo.
- Revise las partes del cuerpo que se doblan (parte trasera de la rodilla, entremedio de los dedos y dedos del pie, sobacal).
- Revise los puntos de presión donde la ropa presiona contra la piel (elástico de ropa interior, cintos, cuello).
- Inspeccione otras áreas comunes (ombligo, alrededor o dentro del oído, nacimiento del pelo, y cima de la cabeza).
- Una vez dentro, haga una ultima revisión profunda y cámbiese de ropa.
- Remueva las garrapatas sueltas rápidamente.
- Utilice pinzas de punta fina.
- Agarre las partes de la boca de la garrapata lo más cerca posible a la piel.
- Presione firmemente y constante hasta que la garrapata se suelte.
- No jale, retuerza, aplaste, o apriete la garrapata.
- Limpie la herida y las pinzas con un antiséptico.
- No utilice vaselina o acetona. No debe pinchar o quemar la garrapata. Esto causa que la secreción infectada entre a la herida.
- Meta la ropa usada dentro de áreas infestadas de garrapatas dentro de la secadora por a menos 30 minutos para matar cualquier garrapata.
- Asegúrese revisar las mascotas y otros animales por garrapatas. Utilice repelentes de garrapatas u otros productos aprobados cuales matan garrapatas.
- Si desea que revisen la garrapata por enfermedades, meta la garrapata dentro de un frasquito o una bolsa limpia "zip lock" con una brizna de césped, entonces contacte a su Departamento de Salud Estatal por más información. La línea viva de Enfermedad de Lyme es (1-800-886-LYME).



Conclusión: Cuando aparecen síntomas, contacte a su medico de inmediato. Elimínelo antes de que se desarrolle a etapas II y III.

Revisión del Sitio de Trabajo

Peligros del Sitio de Trabajo y Sugerencias de Seguridad: _____

Infracciones de Seguridad del Personal: _____

Hojas de Datos de Materiales de Seguridad Revisadas: _____ (Nombre del Químico)

Firmas de Empleados:

(Mi firma atestigua y verifica mi comprensión y acuerdo a cumplir con todas las pólizas y regulaciones de seguridad, y que no he sostenido ninguna lesión o enfermedad relacionada con mi trabajo.)

Estas pautas no rempazan regulaciones locales, estatales, o federales y no deben ser interpretadas como sustitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.