Riesgo de picadura de garrapata en Québec

Es posible ser picado por garrapatas **en cualquier parte de la provincia.**

La principal infección transmitida por garrapatas en Québec es **la enfermedad de Lyme**, pero las picaduras de garrapata también pueden transmitir otras infecciones.

Hábitats de alto riesgo

Período de riesgo

Las garrapatas pueden estar activas en cuanto la temperatura exterior alcanza los 4°C (en cualquier estación, verano como invierno).

Características de una garrapata

- ✔ Tiene 8 patas (ninfas y adultos)
- ✔ Mide entre 1 y 13 mm (según la especie y la fase de crecimiento)
- ✔ No salta, no vuela, ni se deja caer de un árbol o una superficie elevada
- ✔ Se pega a personas o animales cuando rozan la vegetación donde se esconde
- ✔ Se ancla firmemente a la piel

PHOTO : ***Ixodes scapularis,*** en fases de larva, ninfa, macho adulto, hembra adulta y hembra llena de sangre animal >>>>>>>>>>>>>>>>>>

¿Sabías que...?

- ✔ Se han identificado una docena de especies de garrapatas diferentes en Québec.
- ✔ Las picaduras de garrapata suelen ser indoloras y a menudo pasan desapercibidas.
- ✔ La garrapata *Ixodes scapularis*, también conocida como “garrapata de patas negras” o “del ciervo”, es la única especie en Québec capaz de transmitir la enfermedad de Lyme. No todas las garrapatas están infectadas por la bacteria responsable de la enfermedad.

La enfermedad de Lyme

- La enfermedad de Lyme es una infección que puede producirse tras la picadura de una garrapata portadora de una bacteria específica.
- Las garrapatas pueden permanecer adheridas al cuerpo durante varias horas.
- Retirar la garrapata en las 24 horas siguientes a su picadura reduce considerablemente el riesgo de contraer la enfermedad.

Síntomas

El síntoma más común es una erupción alrededor de la picadura :

- Suele aparecer entre 3 y 30 días después de la picadura
- A menudo redonda o en forma de ojo de buey
- Con o sin contorno claro
- Puede parecer un hematoma en piel más oscura
- **Se extiende rápidamente (> 5 cm)**
- **Persiste durante más de 48 horas**
- Con poco o ningún dolor/picazón

>>> También pueden aparecer fatiga, dolores de cabeza y musculares.

Si no se trata, pueden aparecer otros síntomas en las semanas o meses siguientes a la picadura, como :

- Múltiples erupciones cutáneas
- Dolor de cuello
- Dolor torácico, palpitaciones
- Mareos
- Parálisis facial
- Entumecimiento de una extremidad
- Hinchazón de una o varias articulaciones

Tratamiento

El tratamiento con antibióticos suele ser eficaz contra la enfermedad de Lyme si se detecta y se trata en una fase temprana.

Aviso

Las pruebas de garrapatas para detectar la presencia de la bacteria responsable de la enfermedad de Lyme no se recomiendan y no deben utilizarse como ayuda en el diagnóstico y tratamiento de los pacientes.

Para más información (en francés) :
www.quebec.ca/lyme o www.inspq.qc.ca/zoonoses/tiques

Desarrollado con el apoyo financiero del Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec

Institut national de santé publique Québec

V. 05.2026

La enfermedad de Lyme **en el medio laboral**

Recomendaciones para los **empleadores**

La enfermedad de Lyme está proliferando en Québec y puede representar un riesgo para la salud de algunos trabajadores

Descubra cómo proteger a sus empleado(a)s

Institut national de santé publique Québec

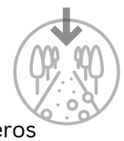
¿Cómo proteger a los trabajadores?

Minimizar la exposición a las garrapatas durante actividades de alto riesgo y proporcionar la información adecuada

Minimizar la exposición

1 **Crear** zonas seguras entre las áreas de alto riesgo y los lugares de trabajo :

- colocar mantillo/gravilla entre las zonas arboladas
- recoger las hojas muertas
- cortar la hierba y la maleza



2 **Incentivar** a los empleados a permanecer en el centro de los senderos designados, cuando sea posible

3 **Adaptar** la ropa de trabajo para cubrir adecuadamente a los empleados :

- ropa larga y clara
- sombrero
- zapatos cerrados

✔ **Cubrir** el cuerpo todo lo posible *(ej. : metiendo la parte inferior de los pantalones dentro de los calcetines).*

✔ **Elegir** ropa tratada con permetrina aprobada por Health Canada.

4 **Proporcionar** repelente de insectos eficaz que contenga :

- Icaridina (20 % o menos) **O**
- DEET (30 % o menos)

Aplicar en las partes del cuerpo descubiertas siguiendo las instrucciones.

¿Quiénes son los **trabajadores afectados?**

Cualquier persona que trabaje al aire libre en contacto con hábitats de alto riesgo está potencialmente expuesta.

Informar

Proporcione a sus empleados información sobre :

- la enfermedad de Lyme
- los riesgos en el lugar de trabajo
- las medidas preventivas

✔ El departamento de salud pública de su región dispone de un folleto informativo para los trabajadores.

Proporcionar capacitación en primeros auxilios :

- retiro de garrapatas
- desinfección y cuidados

✔ Recuerde a cada empleado la importancia de inspeccionar su cuerpo, su ropa y su equipo al final de cada actividad de alto riesgo.

Primeros auxilios

Cada botiquín de primeros auxilios debe contener :

- pinzas finas
- hisopos antisépticos
- guantes
- recipientes herméticos
- folletos informativos sobre las garrapatas.

¿En caso de picadura?

Establecer un protocolo de picadura de garrapata

1 **Retirar** la garrapata lo antes posible con unas pinzas finas, agarrando la garrapata por la base de la piel, jalando de manera firme y vertical, sin comprimir su abdomen.

2 **Guardar** la garrapata en el congelador en un recipiente hermético bien identificado, por si necesita consultar a un médico (fecha de la picadura, lugares visitados, etc.).

3 **Llamar a Info-Santé 811** para recibir instrucciones. Según la situación, puede recibir un antibiótico preventivo [*servicio gratuito, disponible en inglés y francés*].

4 **Anotar la** picadura en el registro de accidentes, incidentes y primeros auxilios (CNESST).

* *La enfermedad de Lyme está reconocida como enfermedad profesional por el régimen provincial de salud y seguridad en el trabajo.*

Procedimiento después de cada actividad de riesgo

✔ **Tomar una ducha lo antes posible para :**

- retirar las garrapatas sueltas
- inspeccionar el cuerpo en busca de garrapatas o de picaduras

✔ **Secar** la ropa en una secadora a temperaturas muy altas durante 60 minutos (para eliminar y matar las garrapatas).

✔ **Lavar** y secar como de costumbre.