



Las Picadas de Insectos

Durante los meses de verano, tanto los niños como los adultos están sujetos a las picadas de mosquitos, abejas y garrapatas. Estos insectos, que se encuentran donde quiera, son los responsables de más de la mitad del millón de visitas a las salas de emergencia y de al menos 50 muertes por año.

Las picadas de mosquitos

Cuando los mosquitos pican ellos inyectan saliva en la piel mientras están succionando la sangre. Luego la saliva crea esa sensación familiar de picazón incontrolable. Para evitar ser picado por mosquitos:

- evite las aguas estancadas;
- use camisas de mangas largas y pantalones;
- use repelente anti- insectos en los tobillos y en otras áreas no cubiertas de la piel;
- evite comer bananas fuera de la casa (su olor atrae a los mosquitos);
- evite las horas de gran actividad de los mosquitos, como son la puesta del sol, al oscurecer y después de la lluvia; y
- asegúrese que todas las ventanas metálicas de sus ventanas en la casa estén en buen estado.

Si de todas formas lo pican, su piel se pondrá rojiza, le picará y pudiera inflamarse. Para tratar eso:

- lávese el área infectada con un jabón y agua tibia;
- aplíquese compresas frías para reducir la inflamación; y
- use lociones anti- picazón o soda de hornear varias veces al día para reducir la picazón.

Las picadas de abejas

Las picadas de abejas son muy peligrosas y pueden conllevar a una reacción alérgica severa llamada anafilaxis. Una picada de abeja puede ser fatal para 1 de cada 100 personas. Puede ser que usted no tenga una reacción alérgica la primera vez que lo pica una abeja sin embargo, la próxima vez su organismo puede reaccionar. Las personas no desarrollan inmunidad por haber sido picadas por abejas anteriormente.

Las personas que tienen reacciones alérgicas severas a las picadas de abejas deben obtener una inyección de epinefrina de su proveedor de servicios de salud y deben tenerla accesible cada vez que estén afuera de la casa o en una situación donde pudieran ser picados.

Las reacciones moderadas a las picadas de abejas incluyen una picazón muy molesta (especialmente en áreas cercanas a los nódulos linfáticos, como es debajo de los brazos), aguijonazos e inflamación. Las reacciones retardadas o tardías pueden incluir fiebre, dolor en las articulaciones y glándulas inflamadas. Una reacción severa ocurre rápidamente; los síntomas incluyen inflamación facial, dificultad para respirar, shock, debilidad, mareo y náuseas.

Para prevenir las picadas de abejas evite los basureros, bebidas que contengan edulzantes y perfumes de olor fuerte. Use ropa de colores claros y anchos. Limpie las áreas de picnic y de parrilladas de basura. También, huya si varias abejas comienzan a picar al unísono.

Para tratar una picada de abeja:

- Raspe el aguijón con una tarjeta de crédito o un objeto de bordes rectos o utilice una uña (las abejas dejan el aguijón en su piel, lo que

puede prolongar su dolor y continuará inyectando el veneno en su cuerpo). Nunca se apriete o use pinzas para extraer el aguijón (eso liberaría más veneno en su piel).

- Para una reacción moderada, quite el aguijón, lávese el área con jabón y agua tibia, aplíquese hielo para reducir la inflamación y tómese un calmante o antihistamínicos.
- Las reacciones severas se tratan usualmente con epinefrina, que comúnmente se inyectan en la parte anterior del muslo. Llame al 911 inmediatamente para tratamiento médico de emergencia si se presentan síntomas severos.

Las garrapatas

Las garrapatas tienen tamaños que varían desde el de la cabeza de un alfiler hasta el de una semilla de ajonjolí o de un maní grande. Manténgase alejado de las áreas donde pueda haber garrapatas, como parques y áreas llenas de maderas. Las picaduras de las garrapatas causan enrojecimiento, dolor, inflamación, síntomas parecidos a la influenza (fiebre, dolor de cabeza, náuseas, fatiga, escalofríos) y la pérdida del apetito.

Las garrapatas pueden ser portadoras de la enfermedad de Lyme, dejando una erupción característica de un blanco o diana en el área afectada de la piel después de la picada. Los casos no tratados de la enfermedad de Lyme resultan en síntomas más severos que se diseminan por todo el cuerpo e incluyen la pérdida del tono muscular de la cara, rigidez en la nuca y palpitaciones del corazón. Después de unos meses, los síntomas incluyen artritis y dolores de las articulaciones e inflamación.

Aunque no todas las garrapatas son portadoras de la enfermedad de Lyme, sus picadas deben ser evitadas. Use mangas largas y pantalones e introduzcan los pantalones en sus medias para proteger sus tobillos. Use repelente contra insectos con DEET. Haga revisiones sistemáticas tanto en usted como en otros si usted pasa tiempo afuera de la casa, examinando detrás de las rodillas, el pelo y el cuero cabelludo, alrededor de la cintura, debajo de los brazos y alrededor de las orejas. También revise la ropa y los animales domésticos.

Para tratar las picadas de garrapatas:

- quite las garrapatas cuidadosamente usando pinzas de puntas finas, halando la garrapata de forma recta (si hace giros, puede quitarle la cabeza del cuerpo del animal);
- eche la garrapata en alcohol para matarla; y
- lave el lugar con agua tibia y jabón.

Contacte a un proveedor de servicios de salud si siente fiebre, erupción, dolor de cabeza, si tiene problemas para caminar o la garrapata ha permanecido en la piel por más de 24 horas.

Fuentes:

CDC. (2006). *Learn about Lyme's disease*. Accesado el 12 de junio, 2006 desde the World Wide Web: <http://www.cdc.gov/ncidod/dvbid/lyme/index.htm>

Mayo Foundation for Medical Education and Research. (2006) *Insect bites and stings: First aid*. Accesado el 7 de junio, 2006 desde the World Wide Web: <http://www.mayoclinic.com/health/first-aid-insect-bites/FA00046>

Compilado por Jeannette Sweeney, interna editorial de ADVANCE



Notas

La intención de este folleto es para explicar y servir como recordatorio de una condición médica. El folleto es una guía general solamente. Si tiene preguntas específicas, asegúrese de discutir las con su médico o profesional de salud. El folleto puede ser reproducido para distribución a pacientes.