

EN EL ÁMBITO LABORAL

Si desarrollas tu actividad profesional como:

- Ganadero, pastor, agricultor, trabajador de granja o de matadero.
- Trabajador forestal, guarda, agente del Servicio de Protección de la Naturaleza.
- Veterinario.
- Trabajador de centros de protección y/o recuperación de animales .
- Trabajador de otras actividades en contacto estrecho con la naturaleza



- Extrema las medidas para evitar la picadura de garrapatas.
- Utiliza guantes y ropa protectora durante la manipulación de los animales.
- Procura eliminar o controlar las infestaciones por garrapatas en los animales y en los espacios donde se encuentran (perreras, establos, etc.)

Consulta con tu servicio de Prevención de Riesgos Laborales

Las

GARRAPATAS

pueden transmitir enfermedades



**Mantén
precauciones
cuando salgas al
campo y evita sus
picaduras.**

LAS PICADURAS DE GARRAPATA PUEDEN TRANSMITIR ENFERMEDADES

EVITA LAS PICADURAS DE **GARRAPATAS** ¡PUEDEN TRANSMITIR ENFERMEDADES!

Cuando salgas al campo:



No te sientes en zonas de con vegetación

Las garrapatas se encuentran entre la maleza, esperando animales a los que adherirse.



Anda por el centro del camino

Al andar por los caminos marcados, evitarás la vegetación y procurarás menor riesgo de picadura.



Usa ropa larga, de color claro y calzado cerrado

Para evitar que te piquen en las piernas, oculta la piel. Preferible calcetín cubriendo perneras del pantalón.



Protege a tu mascota con collar o pipetas

Existen diversas alternativas para ahuyentar a las garrapatas e impedir su picadura.



Usa repelentes autorizados

Existen algunos repelentes que pueden utilizarse sobre la ropa para ayudar a ahuyentarlas.



Revísate y a tu mascota al volver

- Al finalizar la jornada examina cuidadosamente todo tu cuerpo para detectar si te ha picado alguna garrapata y lava siempre la ropa con agua caliente. No olvides revisar a los **niños**.
- Revisa sobre todo las axilas, ingles, cabello, detrás de las rodillas, por dentro y fuera de las orejas, dentro del ombligo y alrededor de la cintura. Las garrapatas prefieren los lugares calientes y húmedos del cuerpo. Puedes aprovechar el momento de la ducha.
- Utiliza espejos si hace falta para poder ver bien todas las partes del cuerpo.
- Recuerda revisar también a tus **mascotas**.



¿Cómo extraer correctamente una garrapata?

- No emplees aceite, gasolina o calor para desprender las garrapatas.
- Usa unas **pinzas de punta fina**. Evita su aplastamiento.
- Sujétala lo más cerca posible de tu piel y tira de ella suavemente hacia arriba.
- Limpia bien la herida con agua y jabón o aplica un antiséptico.
- Al terminar, lávate las manos. Acude a tu médico si no puedes extraerla correctamente o si presentas malestar, fatiga o fiebre en los días posteriores.

