



# Enfermedad de Lyme

La enfermedad de Lyme se transmite por la picadura de una garrapata infectada. Las señales y síntomas pueden variar, dependiendo de qué tan recientemente haya ocurrido la mordedura. Si la infección no se trata, puede extenderse a las articulaciones, el corazón y el sistema nervioso. Los trabajadores pueden estar en riesgo cuando realizan trabajos al aire libre.

## La historia de Sean

Un grupo de trabajadores de la compañía de luz estaba colocando líneas para el desarrollo de un nuevo edificio de oficinas. Uno de ellos, Sean, estaba trabajando muy cerca de los arbustos. Esa noche, notó una protuberancia roja en su brazo. Unos días después se dio cuenta de que se había transformado en un sarpullido con protuberancias grandes y rojas en forma de un objetivo de práctica. Sean fue al doctor y fue diagnosticado con la enfermedad de Lyme. Afortunadamente, debido a que se descubrió temprano, la enfermedad podría tratarse con antibióticos.

✂ ¿Alguna vez has conocido a alguien que haya sido mordido por una garrapata mientras trabajaba? ¿Cómo se pudo evitar este incidente?

✂ ¿Qué se podría haber hecho para evitar la picadura de la garrapata?

## Recuerde esto:

➤ Tenga en cuenta que las garrapatas de venado se

encuentran en arbustos, zonas boscosas y donde el pasto ha crecido en exceso y hojarasca y están activas en los meses cálidos. Son muy pequeñas. La mayoría cabe en la cabeza de un alfiler.

Para protegerse:

- Use un sombrero, pantalones largos y una camisa de manga larga. Ponga los puños de su pantalón dentro de las botas de trabajo. Meta su camisa dentro del pantalón. Las prendas de colores claros pueden hacer que sea más fácil ver las garrapatas.
- Use repelentes de insectos que contengan DEET 20%-30% en su piel y ropa. Use insecticidas como la permetrina para una mayor protección. La permetrina mata las garrapatas al contacto y se puede usar en la ropa y el equipo, pero no debe usarse en la piel.
- Revise su piel y su ropa en busca de garrapatas todos los días. Recuerde revisar su cabello, sus axilas y su ingle. Quite inmediatamente las garrapatas de su cuerpo con unas pinzas de punta fina.
- Lave y seque ropa en una secadora caliente para matar cualquier garrapata restante.
- Consulte a un médico de inmediato si tiene síntomas de la enfermedad de Lyme (protuberancia roja como un objetivo de práctica; fiebre; dolor en las articulaciones y los músculos, dolor de cabeza, escalofríos, fatiga, ganglios linfáticos inflamados).

## ¿Cómo podemos estar seguros hoy?

¿Qué haremos en el sitio de trabajo para prevenir la enfermedad de Lyme?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

REGULACIÓN OSHA: 1926.51

# Enfermedad de Lyme



- ✘ Pongase pantalones largos y camisas de manga larga.
- ✘ Use un repelente de insectos en la piel y ropa y use permetrina en la ropa y equipo.
- ✘ Si desarrolla síntomas, acuda a un médico.