

PRECAUCIONES PARA SALIR AL CAMPO

Salir al campo

Si nos encontramos con ganado

Si nos encontramos con perros

Garrapatas

Trombicúlidos



SALIR AL CAMPO

CONSIDERACIONES (campo, montaña...)

- Salir al campo puede ser una experiencia agradable: paisaje, contacto con la naturaleza... El campo ofrece muchas satisfacciones (en nuestro caso, setas)
- Debemos pensar que es un medio hostil y debemos salir preparados para afrontar cualquier imprevisto
- Salir acompañado y nunca solo (informa a alguien de tu ruta para poderte localizar)
- Para no perderse: ir a lugares conocidos, no esperar que se haga de noche...
- Salir al campo implica pisar piedras, cruzar arroyos, contactar con plantas, contactar con animales..., que pueden suponer un peligro para nosotros

Sentido común

- Conocernos a nosotros mismos y a nuestros acompañantes para no sobrepasar nuestros límites ni los de los que nos acompañan

Conocimiento del terreno (aventura)

- Conocimiento por propia experiencia o ir con guía
- El que nos proporcionan las rutas señalizadas
- El que nos proporcionan los mapas topográficos (imprimirlo en papel, el GPS del móvil gasta mucha batería y puede acabarse cuando más lo necesitamos)
- Sopesar adentrarnos en zonas desconocidas, sin marcar, sin caminos...

Condiciones a tener en cuenta:

- **Meteorología:** consultar la previsión del tiempo (salir con tiempo favorable)
- **Insectos y otros artrópodos:** utilizar repelentes de mosquitos (piretrinas...)
- Evitar la noche porque el riesgo de perderse es mayor (desorientación...)
- Evitar las horas de más calor en verano (golpe de calor, deshidratación...)
- Si eres fumador ten cuidado con el fuego y las colillas (riesgo de incendio...)



EQUIPO

- **Mochila:** para meter las cosas que vayamos necesitando (agua, comida, ropa de abrigo...). Mejor una mochila específica para salir al campo
- **Comida:** depende del trayecto y las horas que vayamos a pasar en el campo (dulces, barritas energéticas, fruta, frutos secos, etc.)
- **Agua:** para mantenernos hidratados, para reponer las pérdidas por sudor. Recomendado litro y medio por persona



EQUIPO

Ropa: puesta y/o en la mochila para recambio (muda). Reglas:

- Larga: manga larga y pantalón largo (en invierno para protegernos del frío y en verano para protegernos de la radiación solar). Nos protegerá de pérdida por transpiración, de arañazos con vegetación y rocas y de picaduras de "bichos"
- Algodón: no llevar ropa de algodón porque tarda mucho en secar si nos mojamos (sudor, lluvia, caída a un arroyo...). Llevar sintéticos: poliéster, acrílico, etc. y mejor ropa específica para salir al campo. Los vaqueros no son recomendables porque son de algodón
- Tres capas: (de dentro a fuera)
 - 1ª: *Capa interior*: ayuda a mantener la piel seca cuando sudamos. Camiseta sintética lo más ajustada y fina posible, de manga larga y que tape los riñones. Se denominan camisetas técnicas
 - 2ª: *Capa térmica*: mantiene nuestro calor corporal. El famoso forro polar o similar
 - 3ª: *Capa impermeable*: protege de la lluvia y del viento. Conviene que sea transpirable porque si no nos mojaremos por fuera pero sí por dentro con el sudor. Chubasquero de Gore-tex o similar



EQUIPO

- **Calzado:** dependiendo de las condiciones externas llevaremos uno u otro (zapatillas o bota de montaña). Características: suela con dibujo para no resbalar, no tacones, no botas camperas, sandalias para tipo "outdoor" para el camino de Santiago por asfalto... (polainas)
- **Las 3 G: (regla de las 3 G)**
 - Gorro o gorra: según sea invierno o verano para proteger nuestra cabeza del frío o del calor y de la radiación solar (gorro de lluvia, paraguas...)
 - Guantes: para proteger nuestras manos del frío
 - Gafas de sol: en verano o en la montaña durante todo el año. Tipo 3



MÁS COSAS

- **Crema solar:** en verano y en la montaña. Recomendable durante todo el año
- **Bolsa de basura** para traer todos los restos de vuelta hasta un contenedor (inorgánicos y orgánicos o bio-desagradables)
- **Seguro de accidentes y rescate:** para la montaña
- **Otros:** respetar las señales y los agentes, respetar la propiedad privada y los cercados, dejar las porteras como las encontramos, ir por senderos, no cruzar sembrados, si visitamos espacios naturales protegidos o parques micológicos conocer su regulación para cumplirla, llevar una cuerda (muy útil en caso de necesidad)
- **Imprevistos:** mantener la calma y dosificar las fuerzas
- **Dejar el campo como lo encontramos:** sólo deben quedar nuestras huellas

Kit mínimo de seguridad: teléfono bien cargado, linterna y silbato. Con el teléfono podremos llamar al 112 e indicarles nuestra posición o aproximadamente y marcar la posición con la linterna o el silbato

Señal internacional de socorro: seis señales durante un minuto espaciadas cada 10 segundos, seguidas de un minuto de pausa. La contestación de los servicios de emergencia es igual, pero con solo tres señales. Si tuvieran que rescatarnos con helicóptero, cuando les viéramos deberíamos hacer con el cuerpo y los brazos una Y griega. Jamás indicárselo con un solo brazo, pues es la señal de que estamos bien. Un pañuelo de color llamativo también sirve para pedir auxilio



No hacer:

- Fuego: es un delito, está prohibido por el riesgo de incendio
- Ruido: hablar a voces, música a todo volumen, para no molestar a los animales
- Echar comida a los animales: sobreviven sin nuestra ayuda
- Salirse de la ruta: erosionamos y pisamos plantas o líquenes valiosos
- Pegar patadas a las setas: no son balones
- Asomarse a los cortados: riesgos de caída y molestias para las aves que anidan en las rocas
- Acercarse a los humedales: riesgo de atascarse y molestar a los animales que los habitan
- Encender luz potente: molesta a los animales
- Dejar basura: llevarla al contenedor después de seleccionarla para reciclar
- Llevarse animales heridos: sacarlo del camino para protegerlo de depredadores y llamar al 112 que avisará a un agente de la naturaleza

SALIDAS A SETAS

- Permiso para zonas reguladas
- Conocer las normas de las zonas reguladas para cumplirlas
- Conocer normativa de recogida de setas: cantidades, tamaños, especies (recolectables o no, patógenas en recipientes herméticos...)
- Cesta para setas (obligatoria por normativa): con agujeros (se airean y no se fermentan, contribuye a diseminar las esporas), rígidas (para que no se rompan las setas, prohibido usar bolsas de plástico que las aplastan y favorecen la fermentación). Recomendación: mimbre (cumplen requisitos y son ligeras)

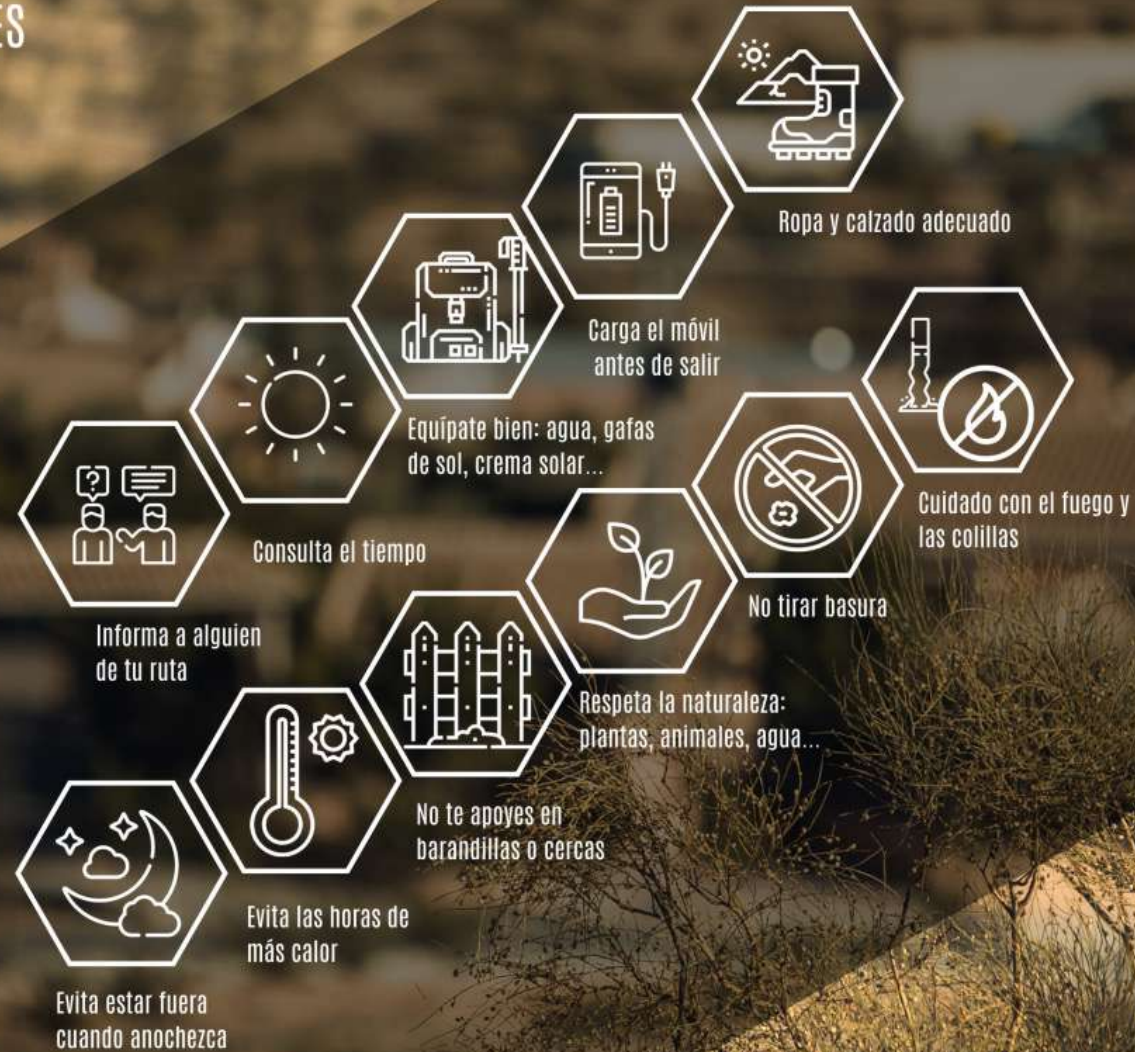


SALIDAS A SETAS

- Navaja: para cortar setas conocidas para comer o extraer con todos los caracteres para identificar. Seteras, machetes... (<11 cm, por normativa)
- Cepillo: para limpiar arena y otras impurezas, restos vegetales...
- Bastón: para caminar, apartar hierbas...
- Guía de setas: para consulta
- Cajas específicas o papel de aluminio para proteger setas pequeñas
- No coger ejemplares inmaduros (dificultan identificación y no han esporado) o viejos (una seta comestible se puede volver tóxica), coger la cantidad necesaria...
- Ante la duda desechar las setas



PRECAUCIONES PARA SALIR DE EXCURSIÓN POR PARAJES NATURALES





SI NOS ENCONTRAMOS CON GANADO

CONSIDERACIONES:

- No acercarse al ganado para hacerse fotos
- En zonas aisladas puede haber ganado poco acostumbrado a la presencia humana
- Es difícil encontrar ganado en una ruta fuera de un cercado
- El ganado suele estar encerrado en cercados con porteras (dejarlas como las hemos encontrado)

GANADO (vacuno)

Toros

Son territoriales. Hay que dejar una distancia prudencial o rodear la zona donde se encuentran si es preciso. Si están luchando dos toros y están "calientes" mayor precaución todavía



GANADO (vacuno)

- **Vacas:** sólo atacarán si se sienten acorraladas, por miedo o para proteger a sus crías (cuidado con las vacas recién paridas). Tenemos que dejar siempre una vía de escape tanto para nosotros como para las vacas, es decir, que ellas no se sientan acorraladas y que nosotros tengamos libertad de movimientos por si hubiera que quitarse de su camino. Si el sendero está ocupado por vacas y no hay forma de rodear ese tramo es preferible esperar a que se vayan y pasar junto a ellas en un tramo con más espacio. Las vacas siempre tendrán preferencia de paso
- **Cuidado con las vacas recién paridas:** nunca situarnos entre un ternero y su madre. Si hay terneros es buena idea dar un rodeo o dejar un margen bastante amplio

GANADO (vacuno)

- No gritar ni hacer ruidos cuando estemos cerca de vacas. Se pueden asustar y atacar o simplemente nos pueden arrollar al intentar huir
- Si se acerca un toro (o una vaca) con actitud agresiva es preferible retroceder sin darle la espalda ni haciendo movimientos bruscos e intentar salir de su territorio, o buscar algo que nos sirva de refugio

SI NOS ENCONTRAMOS CON PERROS

Los perros son territoriales (suelen estar trabajando cuidando el ganado en un perímetro que tú no conoces)

Si se acerca en actitud no agresiva se le trata normalmente

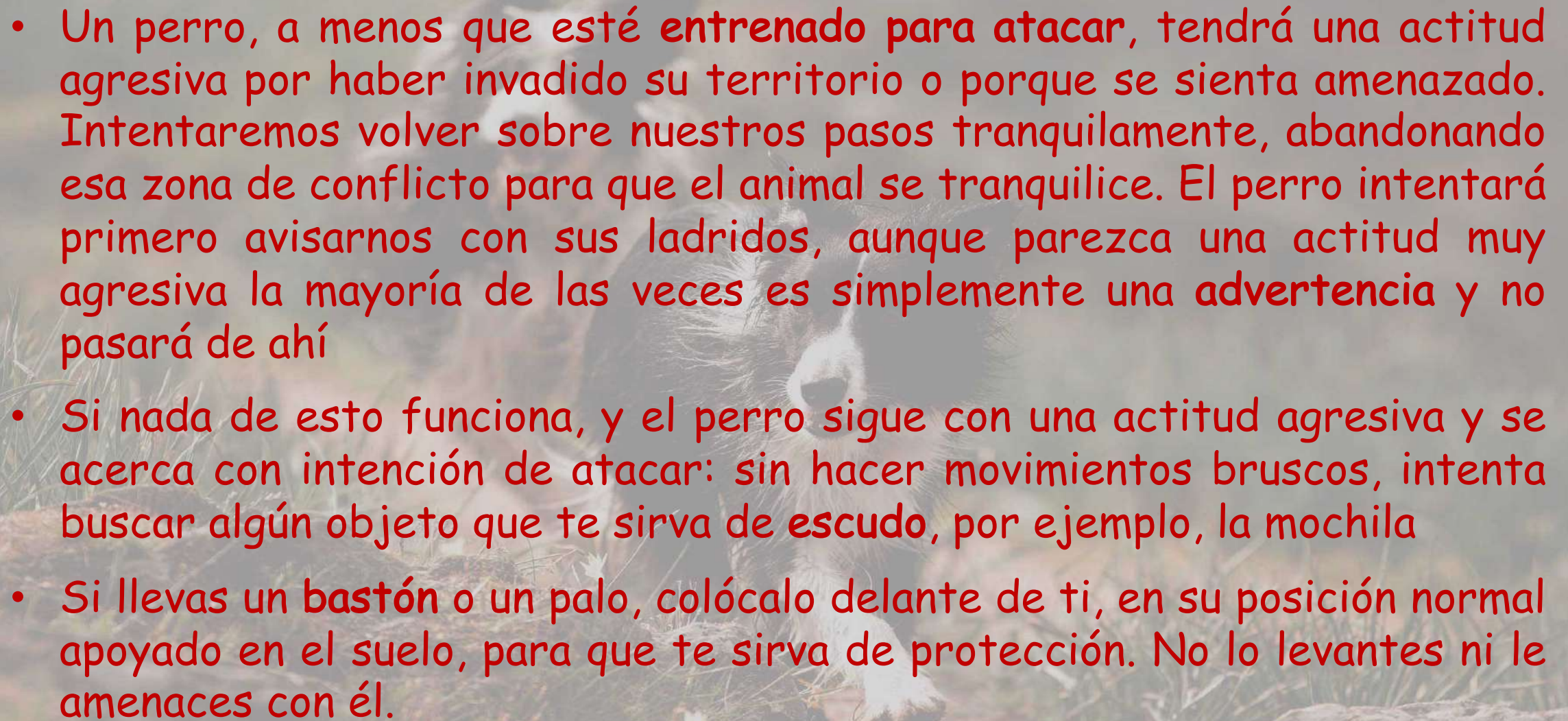


- Nunca corras. Retroceder de forma calmada hasta salir de su territorio y cese la agresividad del animal
- No agites las manos, no le grites, no le levantes el palo o similar: lo entenderá como amenaza y se pondrá al ataque
- No le mires directamente a los ojos: para que no se sienta desafiado. Cuanto más abiertos tengamos los ojos, más amenazado se sentirá
- No sonrías: lo puede interpretar como una amenaza al enseñar los dientes
- Mantente quieto, en silencio o hablándole suavemente, pero con voz firme, con las manos pegadas al cuerpo, mirando a otra dirección, pero manteniendo al animal en tu visión periférica



- Mantener la calma es muy importante. Si nos ven nerviosos nos percibirán como más vulnerables y tomarán más fácilmente la decisión de atacar (no huelen el miedo, sólo están interpretando nuestro lenguaje corporal). En muchos casos el perro simplemente tendrá una actitud curiosa, de juego o es posible que se haya asustado con nuestra presencia. Puede que se acerque simplemente a olfatearnos (se le tratará de forma cordial)
- Intenta que nadie del grupo entre en pánico. Habla suavemente explicando la situación y lo que tienen que hacer. Si hay niños en el grupo o personas más vulnerables nos interpondremos a modo de barrera entre el animal y estas personas, siempre con movimientos suaves y con serenidad y seguridad



- 
- Un perro, a menos que esté entrenado para atacar, tendrá una actitud agresiva por haber invadido su territorio o porque se sienta amenazado. Intentaremos volver sobre nuestros pasos tranquilamente, abandonando esa zona de conflicto para que el animal se tranquilice. El perro intentará primero avisarnos con sus ladridos, aunque parezca una actitud muy agresiva la mayoría de las veces es simplemente una advertencia y no pasará de ahí
 - Si nada de esto funciona, y el perro sigue con una actitud agresiva y se acerca con intención de atacar: sin hacer movimientos bruscos, intenta buscar algún objeto que te sirva de escudo, por ejemplo, la mochila
 - Si llevas un bastón o un palo, colócalo delante de ti, en su posición normal apoyado en el suelo, para que te sirva de protección. No lo levantes ni le amenazas con él.

Si finalmente se lanza al ataque

- Dale una orden con voz fuerte y autoritaria: ¡Quieto! Cierra las manos en forma de puño para evitar que te muerda los dedos. Si tienes un palo o un bastón colócalo a modo de protección delante, con las dos manos, para que haga presa en él
- Es preferible que te muerda en un antebrazo (mejor que una pierna, por ejemplo). Si hace presa en el antebrazo intenta presionar con el antebrazo hacia el interior de la boca (como para abrirle más la mandíbula) en lugar de tirar, si es posible sujétale la cabeza con fuerza con la otra mano o presionándolo contra un árbol. De esta forma evitaremos o minimizaremos los desgarros y además se debilitarán los músculos de la mandíbula del animal y acabará soltándonos
- Si te muerde en un brazo y llevas una chaqueta, intenta quitarte la prenda para que la siga mordiendo.



- Si te muerde en una extremidad y hace presa, y no tienes la opción de agarrarle la cabeza o soltarte como en los puntos anteriores (por ejemplo, si te muerde en una pierna), tendrás que defenderte golpeándole en el cuello, en las costillas o en la nariz. El botón de la nariz (trufa) es un punto muy sensible en los perros
- Mantén siempre la posición vertical. Si por el motivo que sea te derriba y pierdes el control de la situación intenta colocarte en posición fetal, con los brazos protegiendo cara y el cuello y los puños protegiendo las orejas



Comportamiento de los mastines.

Los mastines son perros que cuidan del ganado. Tienen que defender un territorio de posibles depredadores (es su trabajo). Este perímetro de trabajo lo conoce el animal, pero no nosotros, de forma que podemos haber entrado en su perímetro sin darnos cuenta

El mastín puede ladrarnos desde lejos para advertirnos y es lo que hará casi siempre, pero también se puede acercar a nosotros, a veces de una forma tranquila, que parece amistosa, para marcarnos. Marcar significa que nos morderá en un brazo o en una pierna, produciendo herida incluso, pero sin intención de matar (es decir, desde su punto de vista no es un ataque sino una advertencia para que nos vayamos)

Antes de llegar a esa situación, lo que debemos hacer es retroceder y alejarnos del animal, para salir de su territorio. Y si es necesario dar un rodeo o simplemente dar media vuelta si vemos que no vamos a conseguir rodear al animal con garantías

MASTINES

LOS GUARDIANES DEL REBAÑO

Son fundamentales para la convivencia entre el lobo y el ganado porque protegen a los rebaños.

Si te encuentras un rebaño con perros de guarda y defensa

TEN EN CUENTA



Establecen un perímetro de seguridad acercándose y ladrando.



Son grandes y fuertes para intimidar a intrusos. Si te acercas intentarán asustarte.



Suelen llevar collares con pinchos hacia afuera que disuaden al lobo. Son legales y no suponen maltrato animal.



No están abandonados, aunque no los veas junto al rebaño. Si ves un adulto o un cachorro, ¡no te lo llesves!

QUÉ DEBES HACER



Si te ladra mantén la calma y aléjate. Si corres o gritas se pondrá nervioso e intentará ahuyentarte.



Da un rodeo y aléjate 20 m como mínimo. Si vas con tu perro llévalo atado y evita el contacto visual.



Si vas en bici, bájate y continúa a pie.



No te acerques más, no te hagas fotos con el ganado y no le des comida.

www.es/grandescarnivores
eurolargecarnivores.eu



GARRAPATAS



¿QUÉ SON LAS GARRAPATAS?

Las garrapatas son artrópodos, parásitos externos temporales, arácnidos de la subclase de los ácaros, que en todas las fases de su vida se alimentan de sangre de mamíferos, aves, reptiles e incluso de anfibios

Hay dos familias de garrapatas (hay una tercera familia sólo presente en África *Nuttalliellidae*):

- **Blandas:** de la familia *Argásidae* (chinchorros), con cuerpo cubierto de un tegumento coriáceo. Afectan a aves y están poco presentes en España
- **Duras:** de la familia *Ixodidae*, con un escudo en el dorso. Hay 12 géneros y 683 especies, de las que 241 son *Ixodes*. Son las más importantes para el hombre



Los seres humanos pueden ser atacados en el mundo por 12 especies de argásidos (*Argas* y *Ornithodoros*) y 22 especies de ixódidos (4 del género *Amblioma*, 7 del *Dermacentor*, 3 de *Haemaphysalis*, 2 de *Hyalomma* y 6 de *Ixodes*).

En la Península Ibérica, Baleares y Canarias hay 33 especies: 5 del género *Argas*, y 4 del *Ornithodoros* (blandas) y 9 del *Ixodes*, 4 del *Haemaphysalis*, 2 del *dermacentor*, 5 del *Rhipicephalus* y 4 del *Hyalomma* (duras).



Las más importantes son:

- *Ixodes ricinus*: tienen baja especificidad de hospedador, necesita gran humedad (abunda en el norte peninsular), los adultos parasitan mamíferos de gran talla (rumiantes, équidos, carnívoros y el hombre), pequeñas, de color rojo oscuro, se conocen como las garrapatas de las ovejas, implicadas en la transmisión de la enfermedad de Lyme
- *Rhipicephalus sanguineus*: se alimenta sobre perros o cánidos silvestres y eventualmente sobre rumiantes o el hombre, distribución peninsular e insular, implicada en la transmisión de la Fiebre Botonosa Mediterránea, grande, es la garrapata parda de los perros
- *Dermacentor marginatus*: los adultos viven sobre vacas, ovejas, cabras, etc
- *Hyalomma marginatum*: se distribuye por toda la Península excluida la zona norte y las Baleares.

Figura 2: Garrapatas y enfermedades más frecuentes relacionadas con la picadura.



Ixodes ricinus

Anaplasmosis humana

Enfermedad de Lyme

Babesiosis



Hyalomma

Fiebre Crimea-Congo



Rhipicephalus sanguineus

Fiebre botonosa o exantemática mediterránea



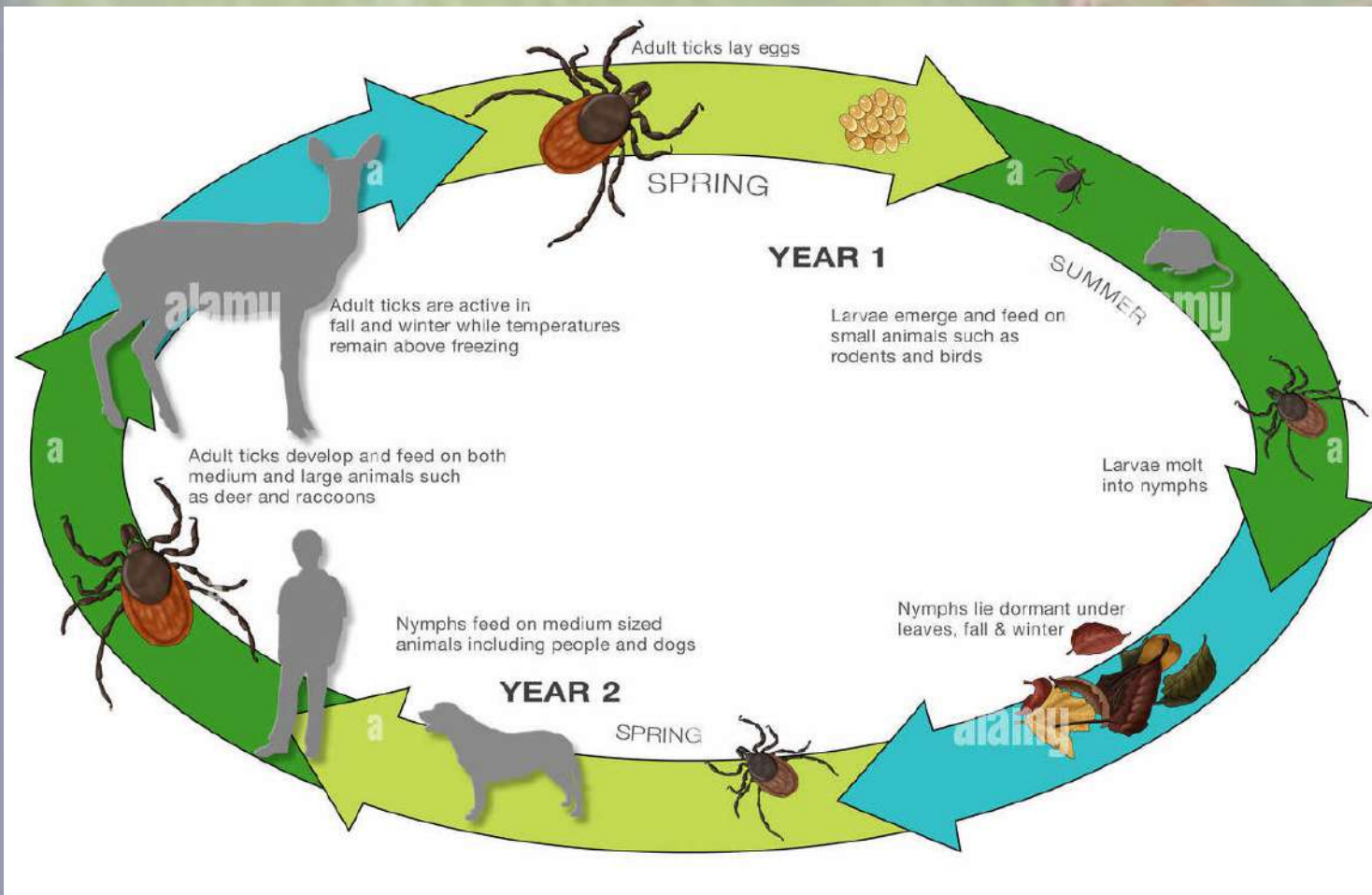
Dermacentor marginatus

Debonel/Tibola.

Tularemia.

El hombre no es hospedador específico de ninguna especie de garrapata, pero puede convertirse en hospedador accidental y ocasional de garrapatas de otros vertebrados

CICLO BIOLÓGICO:



¿A QUIENES PUEDEN AFECTAR?

Se alimentan de sangre de mamíferos, aves, reptiles e incluso anfibios.

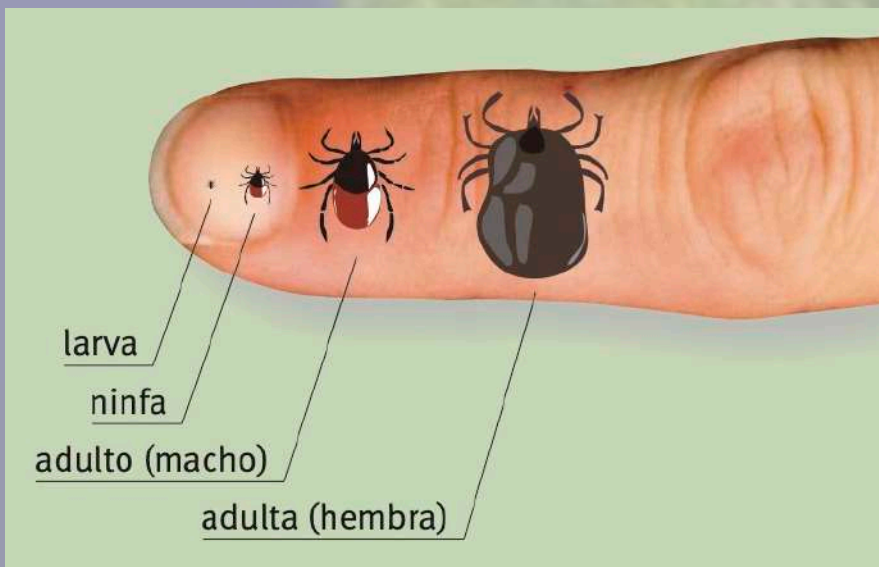
Especies más específicas y otras más inespecíficas en cuanto a hospedadores.

El hombre no es hospedador específico de ninguna especie de garrapata, pero puede convertirse en hospedador accidental ocasional de garrapatas de otros vertebrados.

Personas con actividad en el campo: cazadores, agricultores, ganaderos, pastores, veterinarios, agentes de la naturaleza, aficionados a la micología...

Mascotas, animales domésticos o silvestres...

Garrapata adherida a la piel, vista a través del Microscopio Electrónico de Barrido.



¿DÓNDE SE ESCONDEN?

Las garrapatas viven en áreas cubiertas de pasto, arbustos o muchos árboles.

Cuando una garrapata se dispone a poner huevos busca los lugares ideales para ellos los cuales en la naturaleza corresponden a pequeños huecos y ranuras de árboles o rocas, sin embargo, en ambientes urbanos pueden buscar los espacios entre paredes y objetos abandonados, así como macetas para depositar sus huevos.



¿EN QUÉ FECHAS APARECEN?

Están activas desde primavera a otoño, pero si las condiciones son favorables pueden estar activas todo el año.

Tienen receptores que detectan el CO_2 de la transpiración, olores, intensidad de la luz...

Cuando perciben la presencia de un hospedador dirigen el primer par de patas en dirección al estímulo y esperan a contactar con él (no saltan, no vuelan ni se dejan caer).



¿CÓMO PODEMOS PREVENIR SU PICADURA?

Prevención de las enfermedades transmitidas por garrapatas

No se dispone de una vacuna protectora, por lo que la información de la población en riesgo resulta imprescindible, en aspectos como los siguientes:

1º. Medidas de protección personal, basadas en :

- Usar ropa protectora en las zonas de riesgo, que cubra tobillos, brazos, etc. y que tengan elásticos en tobillos, cintura y muñecas.
- Llevar ropa oscura al campo (las garrapatas parecen tener preferencia por los colores claros).
- Revisarse la ropa (las de colores claros facilitan la visualización de las garrapatas) antes de entrar en el lugar de residencia.
- Autoexamen del cuerpo tras las salidas al campo para localizarse garrapatas fijadas para su pronta extracción, ya que la transmisión de infecciones en las primeras horas es más baja.
- Extracción adecuada de toda garrapata fijada, siempre mediante tracción con una pinza de punta fina.
- Acudir al médico al presentar alguna manifestación compatible con las enfermedades transmitidas por garrapatas (erupciones, trastornos generales), especialmente si en las fechas anteriores ha sido atacado por garrapatas, se encuentra en zona endémica, es la época de actividad de las garrapatas,
- Utilizar repelentes preferentemente sobre la ropa (permetrina).
- Evitar sentarse en el suelo en las zonas con vegetación.

2º Modificación del hábitat peridoméstico o suburbano/aclarado de la vegetación.

- ✓ Siega de la maleza.
- ✓ Aclarado de vegetación, hasta conseguir una penetración solar del 70-80%.
- ✓ Siega mecánica y empleo de herbicidas
- ✓ Quema controlada de la vegetación.
- ✓ Siegas en invierno para disminuir la cobertura vegetal.
- ✓ Desparasitación de los animales domésticos y de sus lugares de descanso/entorno.

¿QUÉ PUEDEN CAUSARNOS?

Entre los trastornos y enfermedades atribuidas a las garrapatas pueden señalarse las siguientes: (directos e indirectos)

- Picaduras: Causa de molestias, heridas (posible puerta de entrada para infecciones), irritaciones/dermatosis, alergias a las picaduras y en los animales depreciación de las pieles y causa de mastitis
- Perdidas de sangre, anemia/exsanguinación
- Otocariosis en los asentamientos auriculares
- Parálisis tóxicas, provocadas por la inyección de toxinas
- Transmisión de infecciones, entre las que se pueden señalar:



Bacterias: (enfermedades producidas por bacterias)

- Borreliosis de Lyme
- Brucelosis
- Ehrlichiosis
- Fiebre exantemática mediterránea
- Fiebre manchada de las Montañas Rocosas
- Fiebre Q
- Fiebres recurrentes transmitidas por garrapatas
- Tularemia
- DEBONEL/TIBOLA (eritema, necrosis y linfadenopatía)
- Anaplasmosis

Figura 1: Diferentes lesiones asociadas a la picadura de garrapata.



Pápula pruriginosa tras picadura garrapata



Eritema crónico migrans (Lyme)



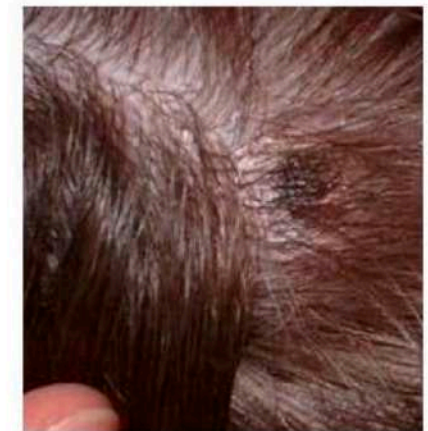
Eritema crónico migrans (Lyme)



Escara y exantema de la Fiebre botonosa



Exantema planta pie típico Fiebre botonosa



Escara necrótica (DEBONEL/TIBOLA)

Protozoos: (enfermedades producidas por protozoos)

- Babesiosis
- Theileriosis

Hongos:

- *Dermatophilus congolensis*

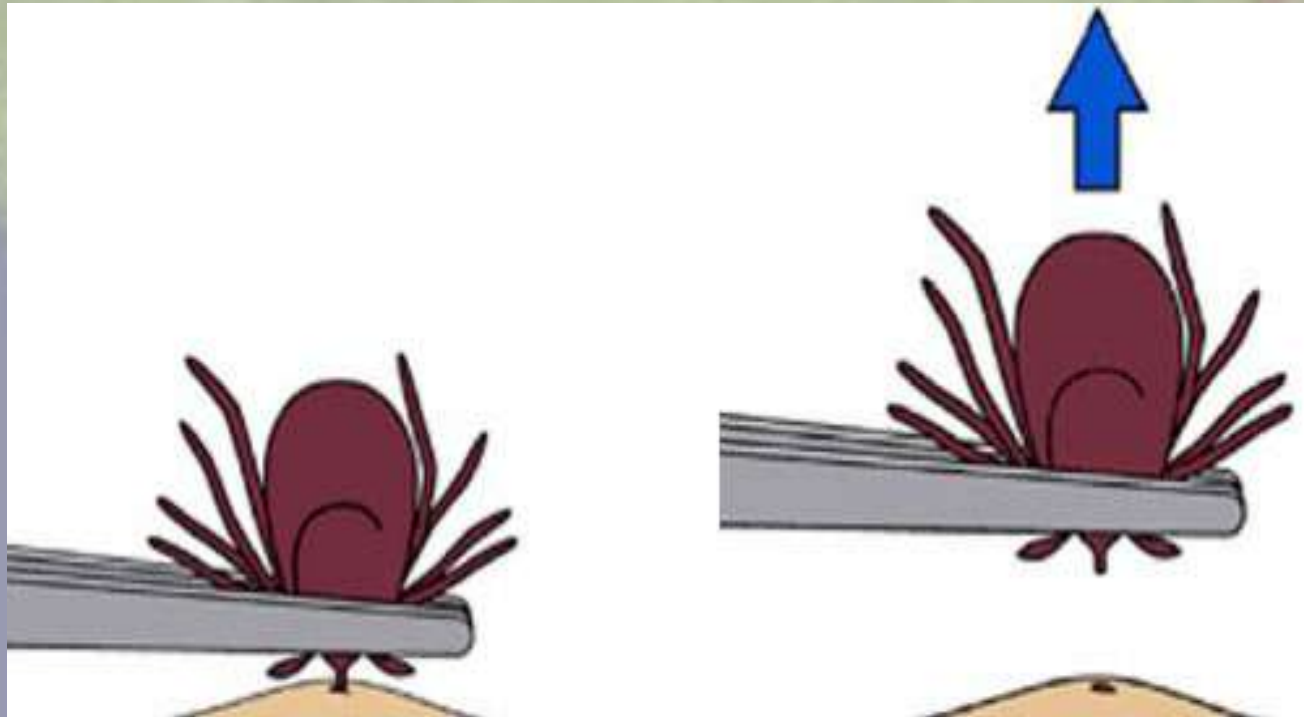
Virus: (enfermedades producidas por virus)

- Encefalitis vírica centro-europea
- Encefalitis del Lejano Oriente
- Fiebre de Colorado
- Virus Powasan
- Fiebre hemorrágica de Crimea y Congo
- Peste porcina africana



Hyalomma lusitanicum / Carlos Prodera

CÓMO QUITAR UNA GARRAPATA



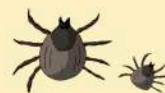
INFORMACIÓN

A

LA

POBLACIÓN:

Prevención de las enfermedades transmitidas por garrapatas



Las garrapatas son parásitos de color marrón oscuro tan pequeñas como la cabeza de un alfiler o tan grandes como una semilla de girasol, según el momento de su ciclo biológico.



Preferentemente viven en áreas cubiertas de hierba y boscosas. Muestran una mayor actividad con temperaturas suaves y con mayor nivel de humedad.



Para completar su ciclo han de chupar sangre, de animales o personas, momento en el que pueden contagiar enfermedades. No todas las garrapatas están infectadas.



Use camisas y pantalones de manga larga para prevenir que las garrapatas entren en contacto con la piel. Coloque el extremo de sus pantalones dentro de los calcetines para dificultar que alcancen su piel. Las ropas de colores claros facilitan localizar las garrapatas.



Al exponerse a zonas de mayor riesgo, aplíquese repelentes, preferentemente sobre la ropa, siguiendo las instrucciones que éstos traigan para ayudar a prevenir mordeduras.



Evite sentarse en el suelo en sitios con vegetación. Camine en el medio de los senderos segados para evitar rozar la vegetación.



Tome medidas para dificultar la llegada de garrapatas al hogar. Desparasite a los animales de compañía; siegue la maleza próxima a las zonas de paso y lugares habitados.



Al final del día, o cuando regrese a su casa, revítese la piel, el cabello y la ropa con mucho cuidado. Los lugares comunes para la picadura incluyen la parte de atrás de las rodillas, el área de la ingle, las axilas, orejas, el cuero cabelludo y la parte de atrás del cuello.



Es muy importante quitarlas tan pronto como se detecten, con lo que disminuye la posibilidad de infección, ya que si están infectadas no transmiten la enfermedad hasta que han estado fijadas durante horas.



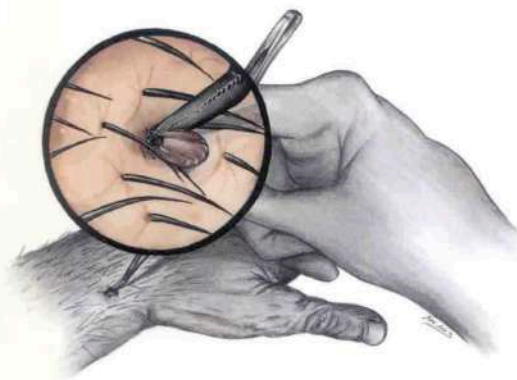
Las garrapatas adheridas deben retirarse con pinzas de punta fina, preferentemente por personal sanitario, sujetándolas tan próximas a nuestra piel como sea posible. Otros sistemas no son seguros.



Lave cuidadosamente la zona de la que retiró la garrapata con agua y con jabón. Si durante los días siguientes observa algún cambio en esa zona o presenta fiebre u otros síntomas debe acudir a su médico.

OTRAS CONSIDERACIONES: programas, resultados...

PREVENCIÓN Y CONTROL DE LAS ANTROPOZOONOSIS TRANSMITIDAS POR GARRAPATAS



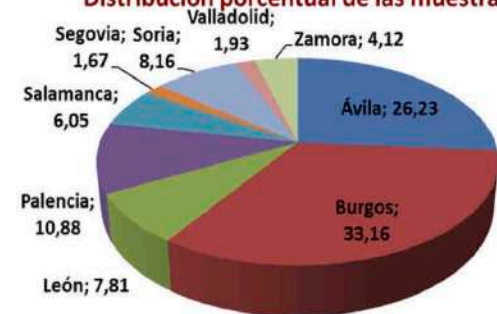
Número de muestras estudiadas por origen



RESULTADOS.

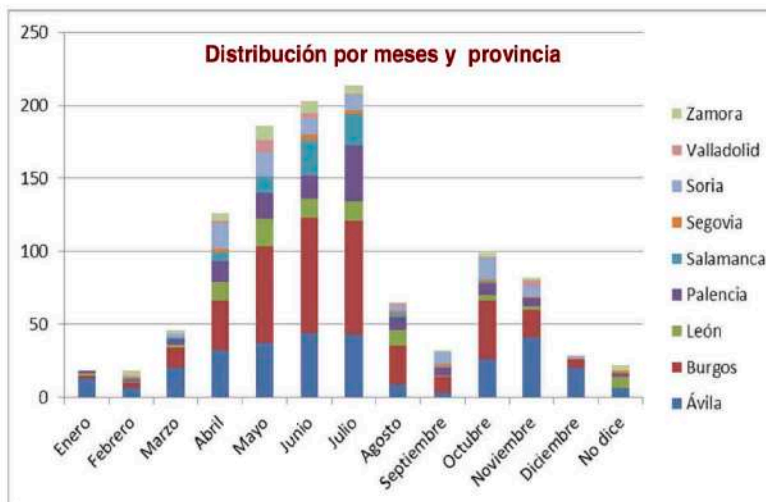
Son 1140 las muestras estudiadas, distribuidas provincialmente entre las 378 (33,6%) de Burgos y las 19 (1,7%) de Segovia. Dos provincias (Burgos y Ávila) aportan más del 59%.

Distribución porcentual de las muestras



Número de garrapatas por muestra

Ejemplares/muestra	n	%
1	1082	94,91
2	37	3,25
3	3	0,26
4	3	0,26
6	2	0,18
8	2	0,18
9	1	0,09
21	1	0,09
Sin ejemplar	18	1,58
Total	1140	100,00



Los meses con mayor número de muestras se encuentran comprendidos entre abril y julio, cuatrimestre que acumula el 64% del total. Octubre y noviembre presentan una actividad media alta. Diciembre, enero y febrero únicamente suma el 5,70%. Esa distribución se repite a nivel provincial con mínimas variaciones.

Las muestras incluyen generalmente un único ejemplar, el 5% contienen más. El 18 ocasiones el recipiente llegó al laboratorio vacío. Se recibieron 17 muestras que contenían diferentes estadios de la misma especie de garrapata. Dos muestras presentaron ejemplares de especies diferentes. En dos casos, no contabilizados en el estudio, se identificó *Pthirus pubis*.

¿QUÉ SON LOS TROMBICÚLIDOS?

Son ácaros de la familia *Trombiculidae* del grupo de las arañas que se caracterizan por su color rojo y por su pequeño tamaño, inferior a 1 milímetro. Hay más de 3000 especies.

Parásito emergente que en episodios ocurridos en La Rioja el responsable fue *Neotrombicula inopinata*.



CICLO BIOLÓGICO:

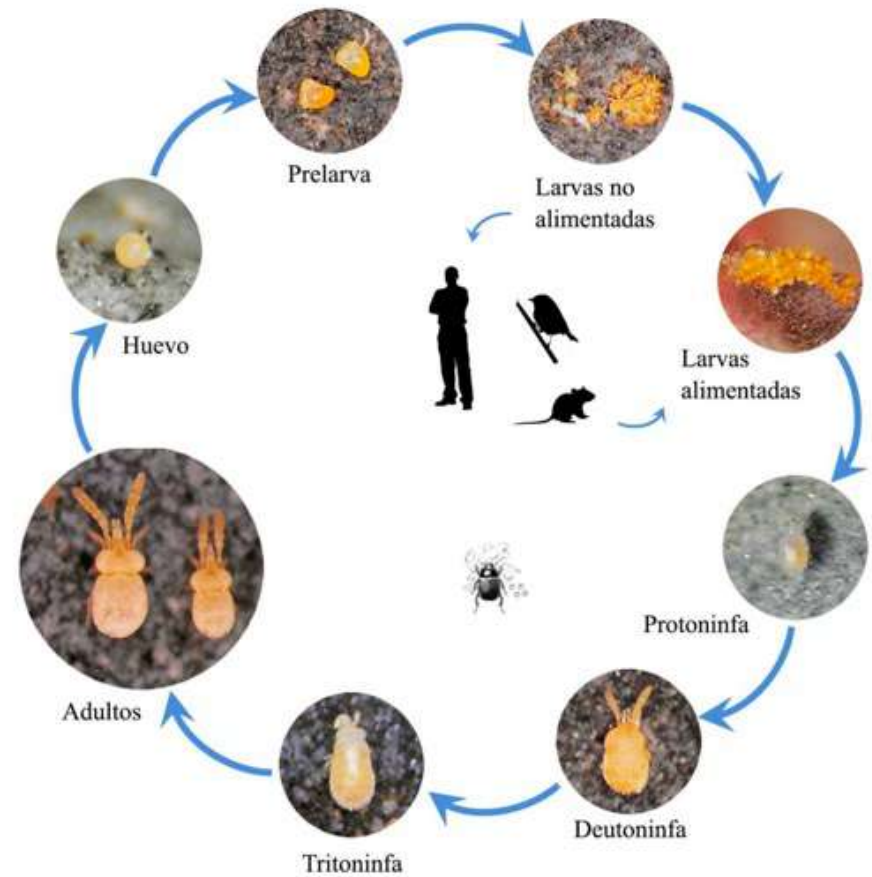
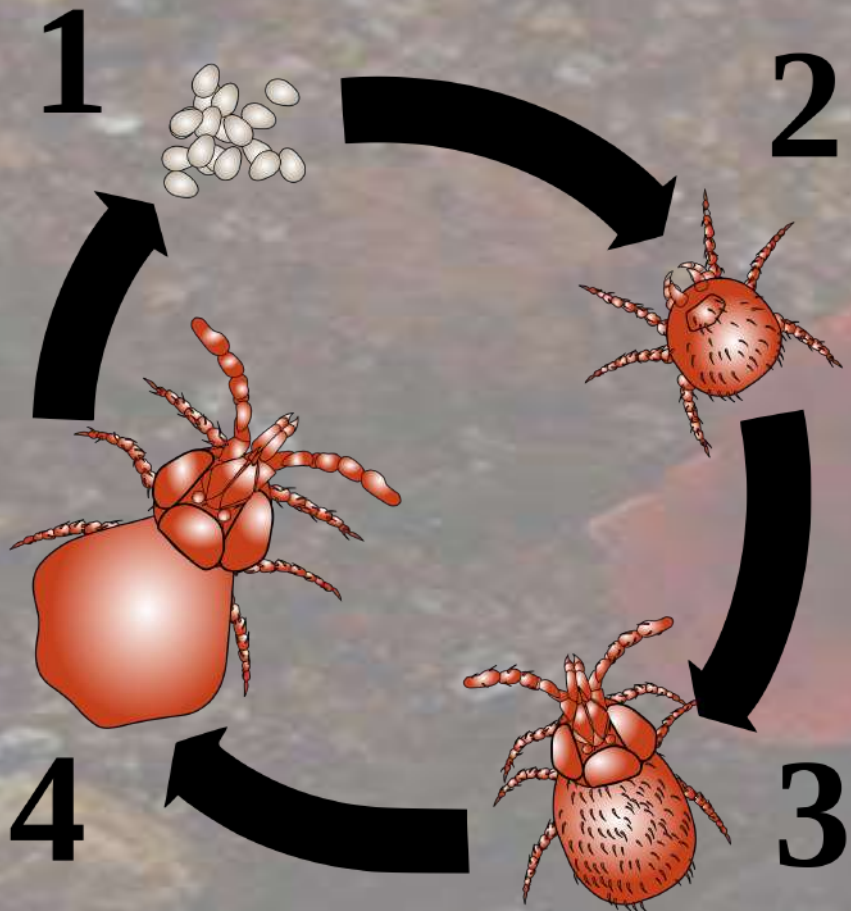


Figura 2. Ciclo biológico de *Leptotrombidium pallidum*. Adaptado de Takahashi *et al.*, 2003.

¿A QUIENES PUEDEN AFECTAR?

A las personas que realizan actividades al aire libre como caza, paseo, trabajo forestal, recogida de setas etc. y a los animales que les acompañan.



Figura 40. Larvas de trombicúlidos alrededor del ojo de un perro. Aportación original.

¿DÓNDE SE ESCONDEN?

Habitan entre la vegetación de las zonas altas de montaña.

Se han detectado en la vegetación baja de algunas zonas boscosas del Parque Natural Sierra de Cebollera y en otras zonas montañosas de la comarca del Camero Viejo (Rioja).

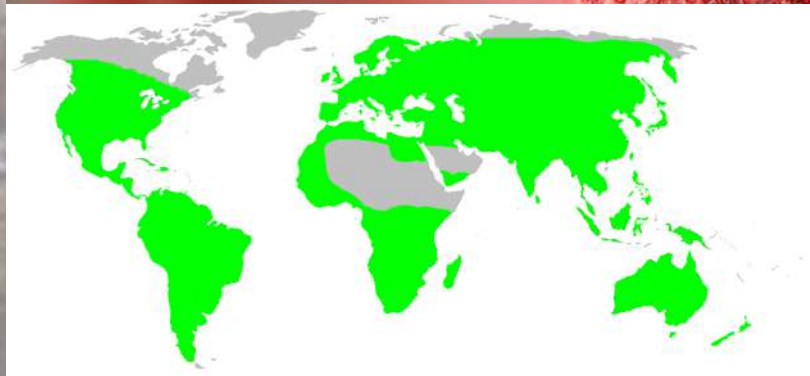
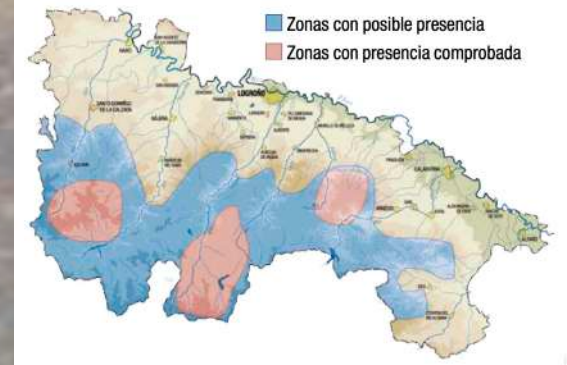


Figura 21. Grupos de larvas de trombicúlidos en la vegetación de La Pineda. Aportación original.



¿EN QUÉ FECHAS APARECEN?

Están presentes desde finales de agosto hasta mediados de noviembre. Pican las larvas y miden unos 0,2 mm.

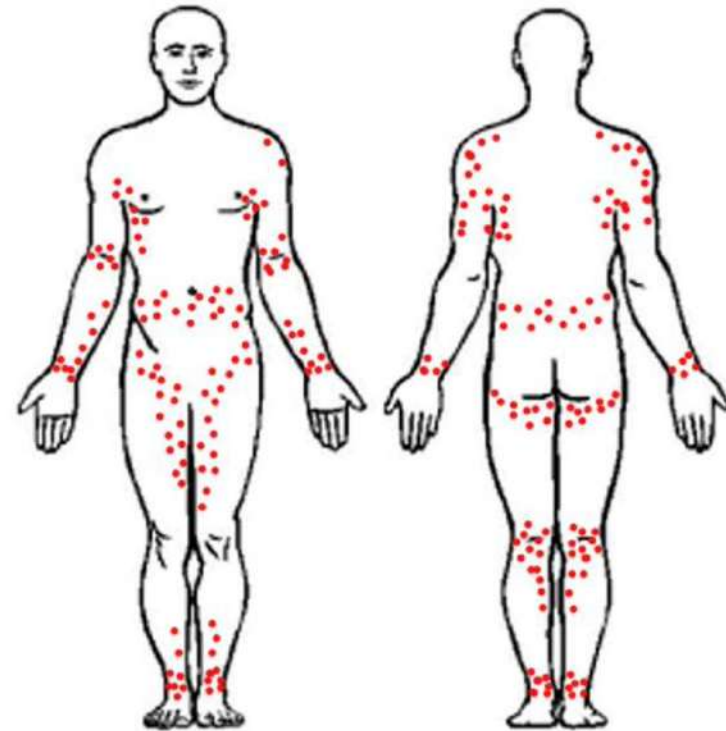


Figura 37. Representación esquemática de las áreas corporales en las que se encontraron las lesiones cutáneas en los pacientes de trombiculiasis. Aportación original.

¿CÓMO PODEMOS PREVENIR SU PICADURA?

- Evitando adentrarse en la vegetación fuera de los lindes de los caminos en las zonas de riesgo durante los periodos de actividad de las larvas de trombicúlidos
- Llevando una ropa adecuada: pantalón largo metido por dentro de los calcetines, manga larga. Ajustados, con elásticos en muñecas, tobillos y cintura...
- Usando repelentes de insectos sobre la ropa: autorizados (permetrina)



¿QUÉ PUEDEN CAUSARNOS?

En el hombre las picaduras provocan cuadros de irritación con lesiones eritematosas (dermatitis) que generan mucho picor y malestar general. Esta afección se llama trombiculosis

En el Sudeste Asiático e Islas del Pacífico son los vectores reconocidos del tifus de los matorrales. Su potencial papel en la transmisión de otras enfermedades infecciosas se desconoce (*Rickettsia* spp., *Anaplasma phagocytophilum*, *Borrelia* spp., *Coxiella burnetti*, *Bartonella* spp., y *Orientia tsutsugamushi*)

En animales de compañía, como los perros, producen parasitaciones masivas con afectación del aparato digestivo y el sistema nervioso, que pueden llegar a causar la muerte. El cuadro consiste en vómitos, diarrea, ataxia y decaimiento general



Figura 1. Pápulas eritematosas.

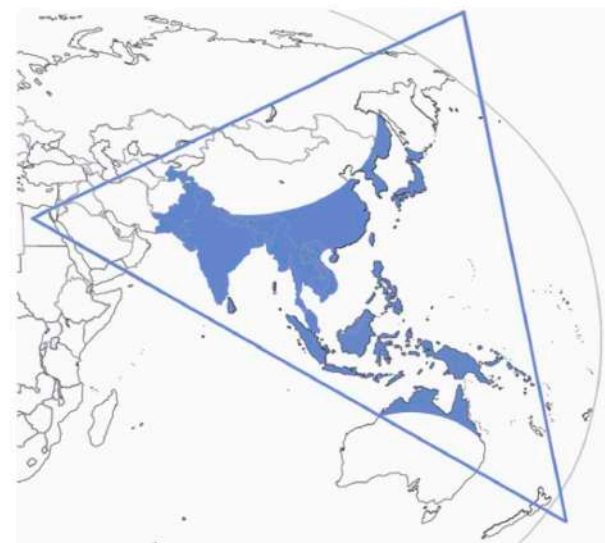


Figura 5. Zona endémica del tifus de los matorrales, conocida como triángulo de tsutsugamushi. Aportación original.

Y SI NOS PICAN...

No se trata de una afección grave, pero resulta muy molesta. Las picaduras causan un intenso prurito (picor) y gran malestar general

Como recomendación general, se debe evitar el rascado excesivo de las lesiones con el fin de evitar infecciones secundarias

Respecto al tratamiento, aunque no se puede hablar de un procedimiento generalizado, lo indicado es el uso de antihistamínicos y/o corticoides, bajo prescripción médica. Por ello, los afectados deben acudir a su médico de Atención Primaria

Si está afectada nuestra mascota, llevarla al veterinario cuanto antes.

Qué hacer ante sus picaduras

En los humanos

Para la picazón sólo se pueden aplicar tratamientos sintomáticos como baños de avena coloidal, hielo, corticoides o antihistamínicos bajo prescripción médica.



Debemos evitar el rascado excesivo de las lesiones con el fin de evitar infecciones secundarias. Si no lo hemos conseguido es recomendable acudir a nuestro médico.

En los perros

Ante cualquier sospecha de picaduras por trombicúidos, acude a tu centro veterinario cuanto antes. La aplicación del tratamiento adecuado debe realizarse a la mayor brevedad posible. Estos cuidados tienen una buena respuesta siempre que se hagan a tiempo.



Las larvas no pueden continuar su ciclo vital en el interior de una casa o ambiente doméstico. Teniendo en cuenta esto, es poco probable que los parásitos pasen de un animal a otro o entre personas y perros.

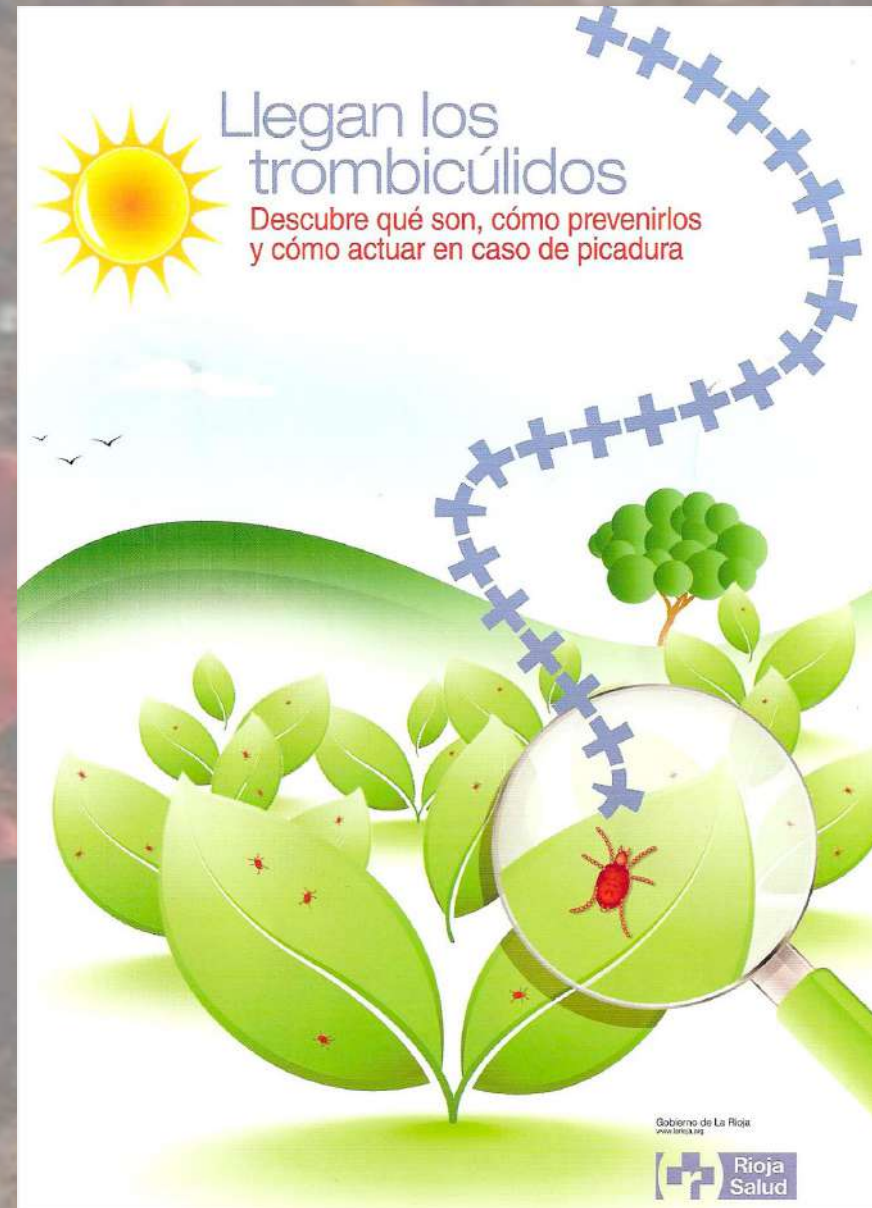
OTRAS CONSIDERACIONES:

El hallazgo de trombicúlicos en aves plantea un posible papel de éstas en la dispersión de dichos ácaros. Se han hallado en aves potencialmente migratorias



INFORMACIÓN A LA POBLACIÓN:

Dado el carácter emergente de la trombiculosis en nuestro medio, se deben establecer estrategias preventivas, como la información a la población acerca del riesgo existente en las áreas donde están presentes los trombicúlidos



A scenic landscape view of a winding river or lake through a valley, framed by pine branches. The text "GRACIAS POR SU ATENCIÓN" is overlaid in green.

GRACIAS POR SU ATENCIÓN