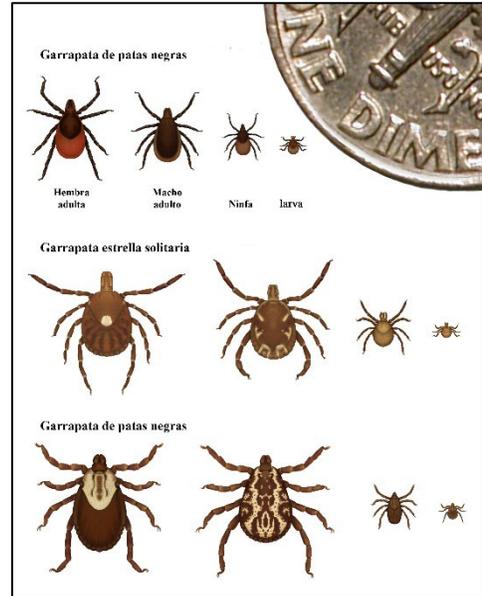


# ¡Compruebe si tengo garrapatas!

Hoy me he divertido al aire libre, así que puede que tenga una garrapata. Estos son algunos consejos que me ayudarán a comprobar si hay garrapatas:

- Meter la ropa en la secadora justo al llegar a casa. Ponerla a máxima potencia durante 10 minutos para matar las garrapatas.
- Pedir que me meta a la bañera para eliminar la suciedad y facilitar la localización de cualquier garrapata en mi cuerpo.
- Revisar todo mi cuerpo en busca de garrapatas. Empezar por los dedos de los pies y subir hasta la parte superior de mi cabeza. Las garrapatas son muy pequeñas, así que intente encontrar cualquier peca o mancha de suciedad "nueva". Les gusta esconderse, así que fíjese bien detrás de las rodillas, entre las piernas y detrás de las orejas.
- Vigilar mis síntomas durante el próximo mes, aunque no se encuentre ninguna garrapata. Llevarme al médico si tengo fiebre, una mancha roja o sarpullido, me duelen las articulaciones o estoy muy cansado. Decirles cuándo estuve en el bosque y traer la garrapata si se encontró alguna.



## Para educadores o padres:

¿Encontró alguna garrapata pegada a mí?

Mi nombre: \_\_\_\_\_

Fecha en que retiraron la garrapata:

\_\_\_\_\_

Ubicación en el cuerpo: \_\_\_\_\_

Tipo de garrapata: \_\_\_\_\_

## Si encuentra una garrapata:

1. Utilice unas pinzas (o los dedos) para agarrar la garrapata cerca de la piel y tire de ella lentamente. No se preocupe si partes de la garrapata se quedan en la piel, saldrán solas como una astilla.
2. Limpie la zona con agua y jabón.
3. Guarde la garrapata en una bolsita por si necesita llevarla a mi médico o llame al Departamento de Salud de Minnesota al 651-201-5414 si necesita ayuda.

Gracias por ayudarme a aprender sobre las garrapatas y a mantenerme sano. ¡Estoy listo para volver a divertirme al aire libre! Para más información y videos divertidos: [www.health.state.mn.us/ticks](http://www.health.state.mn.us/ticks)