

15.7. Picaduras de insectos y arañas

Las avispas y abejas son insectos que al picar introducen veneno por su aguijón y ello produce dolor, enrojecimiento e hinchazón de la piel. Algunas personas son alérgicas y pueden experimentar reacciones graves, dificultad para respirar, picor en la piel, pérdida de conciencia, y en algunos casos excepcionales puede haber incluso riesgo de muerte.

Los mosquitos y tábanos pican y succionan sangre. Su saliva es irritante y producen en la piel pequeños granos que pican.

Las arañas suelen introducir veneno al morder, aunque en cantidades mínimas. Las especies de nuestro país no son peligrosas y sólo provocan hinchazón, dolor y enrojecimiento de la piel.

Las garrapatas no suelen causar picor ni dolor al principio, pero sí pueden transmitir alguna enfermedad. Suelen estar en los perros y la hierba.

¿Qué puede hacer?

ANTE UNA PICADURA

- Si el insecto todavía permanece en la piel, retírelo. En el caso de la garrapata hay que extraerla entera, con pinzas, suavemente, para evitar que se rompa.
- Las abejas y las avispas pueden dejar su aguijón en la piel al picar. Debe retirarlo raspando suavemente la piel hasta hacerlo salir, pero nunca tirando de él, ni retorciéndolo, ni apretando la piel.
- **Limpie la picadura** con agua y jabón.
- **Aplique hielo** sobre la picadura o compresas de agua fría, reducen el dolor.
- Puede tomar algún medicamento para aliviar el dolor si es necesario (por ejemplo, 500-1.000 mg de paracetamol cada 6-8 horas).
- Si la hinchazón es intensa, deje el brazo o la pierna en reposo durante algunas horas.
- Procure no rascarse ya que puede empeorar la lesión y aumentar el riesgo de infección. Además el picor aumenta con el rascado.
- No use por su cuenta pomadas con antihistamínicos.



ANTE SÍNTOMAS GRAVES

- Si usted atiende a una víctima de picadura de insecto que presenta dificultad para respirar, palpitaciones, vómitos, mareo o desvanecimiento, haga que se acueste y **avise al servicio de urgencias (112 o 061) y si procede inicie las medidas de reanimación cardiorrespiratorias.**

PARA EVITAR LAS PICADURAS

- Utilice repelentes en las zonas sospechosas.
- Evite ropa de colores claros o brillantes y perfumes; atraen a los mosquitos.
- Use pantalones largos y camisetas de mangas largas, no camine descalzo, ni se siente en el suelo en zonas de vegetación.
- Vigile la piel de los animales domésticos.
- Revise la ropa de cama.

¿Cuándo consultar a su médico de familia?

- Si presenta picaduras múltiples, sobre todo en el caso de los niños.
- Solicite **ayuda médica urgente:**
 - Si presenta síntomas graves.
 - Si tiene una enfermedad cardíaca o pulmonar.
 - Si es alérgico al veneno de algún insecto. En este caso, consulte con su médico la posibilidad de llevar siempre un **kit** con medicación especial (adrenalina).
 - Si está embarazada.
 - Si presenta picaduras en la garganta o en los ojos.
 - Si el brazo o la pierna donde le picó el insecto adquiere un color pálido o rojo intenso o se queda frío, o si se vuelve intensamente doloroso.
 - Si aparece fiebre.