

Picada de paparra

Les paparres poden parasitar mamífers, aus i rèptils, els animals domèstics i també els humans. Són més actives de primavera a tardor, quan fa calor, però poden picar durant tot l'any. Són més abundants a zones boscoses i rurals, al terra i a l'herba, i també a granges i estables, gosses i parcs i jardins urbans.

Com ens afecten?

Quan la paparra pica, es queda enganxada al lloc de la picada. Generalment no produeix dolor i el més freqüent és que la picada no provoqui cap dany o només una petita lesió vermellosa a la pell. Però algunes paparres poden estar infectades i transmetre malalties. Al nostre país, el risc d'infecció és baix, per la qual cosa normalment la picada no requereix tractament antibiòtic preventiu.

Com es poden evitar les picades?

- Utilitzeu màniga llarga i pantalons llargs. Porteu roba de color clar, així veureu millor si teniu alguna paparra adherida.
- Porteu calçat tancat i amb mitjons que recobreixin la part inferior dels pantalons.
- Podeu aplicar-vos repel·lents autoritzats per a paparres sobre les zones exposades de la pell. Seguiu-ne les instruccions d'ús respecte a l'edat d'aplicació, les hores de protecció i el nombre d'aplicacions diàries permeses. Eviteu el contacte directe amb les mans i les mucoses, i no els apliqueu sobre les ferides.
- Si passegeu amb la vostra mascota, apliqueu-li un antiparasitari extern per a paparres autoritzat.
- Camineu pels camins i eviteu la vegetació i l'herba alta.
- Quan torneu del passeig, comproveu si teniu alguna paparra al cos: cap, coll, axelles,



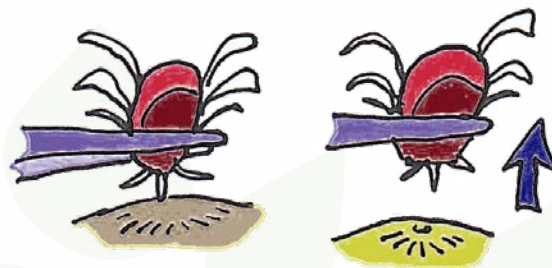
engonals, darrere dels genolls, orelles, melic, cintura...

- Dutxeu-vos durant les dues hores següents al retorn de l'aire lliure: així podeu reduir el risc de contraure malalties per picada de paparra.
- Reviseu les vostres mascotes i les motxilles, jaquetes, corretges, etc. que portàveu.

“I si em pica, com he d'actuar?”

Traieu la paparra al més aviat possible:

- Eviteu els remeis tradicionals, com l'aplicació d'oli, alcohol, vaselina, benzina o calor.
- Utilitzeu unes **pinces de punta fina**. Agafeu fermament la paparra pel cap, el més a prop possible de la pell, i **estireu suaument cap amunt**, sense forçar, però de **manera constant**. Eviteu fer tracció o rotació.
- Procureu no aixafar-la, tallar-la o trencar-la.
- Netegeu bé la ferida amb aigua i sabó durant uns minuts, i apliqueu un antisèptic (povidona iodada, clorhexidina, alcohol...).
- Eviteu gratar-vos la zona de la ferida.
- Quan acabeu, renteu-vos bé les mans.



Si durant el mes següent a la picada apareixen febre, mal de cap o de les articulacions, erupció a la pell, lesió a la zona de la picada amb forma de diàna o de color negre, o alguna altra molèstia, heu de dirigir-vos al centre de salut més proper i explicar que us va picar una paparra.