**Carrapatos e mosquitos**

A mudança climática está tornando as estações quentes do ano mais quentes e longas. As temperaturas do início da primavera e do final do outono estão aumentando e há menos noites abaixo de zero. Essas mudanças climáticas aumentam o número de dias em que os carrapatos estão ativos e aumentam o risco de doenças transmitidas por carrapatos, como a doença de Lyme e a babesiose.

As mudanças climáticas também estão aumentando o número de dias quentes de verão e dias com chuvas fortes. Mais chuva e estações quentes mais longas aumentam os dias em que os mosquitos se reproduzem e picam, levando a um maior risco de doenças transmitidas por mosquitos, como o vírus do Nilo Ocidental (WNV) e a Encefalite Equina Oriental (EEE).

**Quem corre maior risco?**

* Pessoas trabalhando, brincando ou se exercitando ao ar livre
* Pessoas com animais de estimação que vão ao ar livre

**O que podemos fazer a respeito?**

**Carrapatos:**

* Usar mangas compridas, calças compridas e meias quando estiver ao ar livre
* Verificar se há carrapatos em você, nas crianças e nos animais de estimação depois de passar algum tempo ao ar livre
* Estar ciente dos sintomas de doenças transmitidas por carrapatos, como a erupção cutânea “bullseye”
* Saiba mais sobre como [prevenir doenças transmitidas por carrapatos](https://www.mass.gov/info-details/tick-borne-disease-prevention)

**Mosquitos:**

* Usar repelentes de insetos sempre que estiver ao ar livre
* Usar roupas de mangas compridas
* Programar atividades ao ar livre para evitar as horas do anoitecer ao amanhecer durante o pico da temporada de mosquitos
* Reparar vidros danificados de janelas e portas
* Remover a água parada das áreas ao redor de sua casa
* [Saiba mais sobre como prevenir doenças transmitidas por mosquitos](https://www.mass.gov/mosquito-borne-diseases)

**Saiba mais em:** [**mass.gov/ClimateAndHealth**](http://www.mass.gov/ClimateAndHealth)

**Bureau of Climate and Environmental Health**

**Environmental Toxicology Program**

**Massachusetts Department of Public Health**