**Garrapatas y mosquitos**

El cambio climático está haciendo que las estaciones cálidas del año sean más calurosas y largas. Las temperaturas de principios de primavera y finales de otoño están aumentando y hay menos noches bajo cero. Estos cambios climáticos aumentan la cantidad de días que las garrapatas están activas y aumentan el riesgo de enfermedades transmitidas por garrapatas como la enfermedad de Lyme y la babesiosis.

El cambio climático también está aumentando el número de días calurosos de verano y días con fuertes lluvias. Más lluvias y estaciones cálidas más largas aumentan los días en que los mosquitos se reproducen y pican, lo que aumenta el riesgo de enfermedades transmitidas por mosquitos como el virus del Nilo Occidental (VNO) y la encefalitis equina oriental (EEE).

**¿Quiénes corren mayor riesgo?**

* Personas que trabajan o hacen ejercicio al aire libre
* Personas con mascotas que salen al aire libre

**¿Qué podemos hacer al respecto?**

**Garrapatas:**

* Use mangas largas, pantalones largos y calcetines cuando esté al aire libre
* Revísese a sí mismo, a los niños y a las mascotas en busca de garrapatas después de pasar tiempo al aire libre
* Tenga en cuenta los síntomas de las enfermedades transmitidas por garrapatas, como la erupción cutánea en forma de "diana"
* Más información sobre cómo [prevenir las enfermedades transmitidas por garrapatas](https://www.mass.gov/info-details/tick-borne-disease-prevention)

**Mosquitos:**

* Use repelentes de insectos cada vez que esté al aire libre
* Use ropa de manga larga
* Programe actividades al aire libre que no incluyan las horas desde el anochecer hasta el amanecer durante la temporada alta de mosquitos
* Repare mosquiteros dañados de ventanas y puertas
* Elimine el agua estancada de las áreas alrededor de su hogar
* [Obtenga más información sobre cómo prevenir las enfermedades transmitidas por mosquitos](https://www.mass.gov/mosquito-borne-diseases)

**Obtenga más información en:** [**mass.gov/ClimateAndHealth**](http://www.mass.gov/ClimateAndHealth)

**Bureau of Climate and Environmental Health**

**Environmental Toxicology Program**

**Massachusetts Department of Public Health**