

# Cómo Elegir Sabiamente®

*Una iniciativa de la Fundación ABIM*

CR ConsumerReports™



AMERICAN COLLEGE  
OF RHEUMATOLOGY  
EDUCATION • TREATMENT • RESEARCH



## Pruebas para la Enfermedad de Lyme Cuándo las necesita y cuándo no

La enfermedad de Lyme o borreliosis, es causada usualmente por la picadura de una garrapata de venado. La enfermedad puede provocar dolor de las articulaciones y músculos y sensación de fatiga. Hay dos análisis de sangre para la borreliosis, pero por lo general, no se necesitan. A continuación se da la razón:

### **Normalmente no necesita pruebas para mostrar que sufre de Lyme.**

En la mayoría de los casos, hay un claro indicio de la enfermedad—una erupción sin dolor que se propaga y que con frecuencia crece hasta verse como el centro de un tiro al blanco (bull's eye). Si usted tiene esta erupción, y recientemente le ha picado una garrapata o ha estado en un área donde se sabe que hay enfermedad de Lyme, no necesita una prueba. En su lugar, su doctor simplemente puede comenzar a tratarlo con antibióticos, según sea apropiado.

### **Por lo general, no necesita pruebas si tiene vagas molestias y dolores.**

Algunas personas se hacen análisis de sangre para la enfermedad de Lyme porque se sienten adoloridas y cansadas. Estos síntomas son muy comunes, y a menudo se deben a la artritis, depresión, gripe u otras causas. Si usted solo tiene estos vagos síntomas, la enfermedad de Lyme no es la causa.



### **Los análisis de sangre pueden dar resultados positivos falsos.**

Los análisis de sangre pueden dar resultados positivos falsos, o falsas alarmas, sugiriendo que padece la enfermedad, cuando en realidad no la tiene. Esto puede suceder hasta en uno de cada cuatro análisis.

Esto puede conducir a tratamiento innecesario con antibióticos. Usualmente estos medicamentos son seguros, pero algunas veces causan efectos secundarios, como náuseas, vómito, diarrea y una mayor sensibilidad de la piel a los rayos del sol. Rara vez, incluso pueden causar reacciones alérgicas peligrosas.

Además, usar demasiados antibióticos puede conducir al desarrollo de bacterias resistentes a medicamentos. Esto significa que las bacterias en el cuerpo podrían fortalecerse y ser más difíciles de tratar con antibióticos en el futuro.

Un resultado positivo falso también puede conducir a más análisis de sangre, de orina, radiografías y consultas con el doctor innecesarios.

Si usted obtiene un resultado positivo falso, es posible que no reciba tratamiento para la causa real de su dolor. Por ejemplo, la artritis reumatoide es una enfermedad que causa dolor de las articulaciones. Puede conducir a daño permanente y grave de las articulaciones si no comienza a tomar la medicina correcta lo antes posible.

### Los análisis de sangre pueden ser un desperdicio de dinero.

Los análisis de sangre para la enfermedad de Lyme cuestan más de \$200, además del costo de la consulta con su doctor. Y si tiene un resultado positivo falso, es posible que también desperdicie dinero en tratamientos innecesarios.

### Así que, ¿cuándo necesita un análisis de sangre para la enfermedad de Lyme?

En algunos casos, puede tener borreliosis sin la erupción. O es posible que no la note, antes de que desaparezca por sí sola.

En estos casos, su doctor debería hacerle preguntas de su historial médico y hacerle un examen médico minucioso. Su doctor debería buscar los siguientes indicios de que podría tener borreliosis:

- Estuvo en un área con garrapatas y Lyme.
- También tiene fiebre o enrojecimiento, calor e hinchazón en una o varias articulaciones a la vez—por lo general en las rodillas, hombros o muñecas.

Otros síntomas pueden ocurrir después. Hable con su doctor de las opciones de pruebas y tratamientos.

## Consejo de Consumer Reports

### ¿Cómo puede evitar la enfermedad de Lyme?

Las siguientes medidas pueden ayudarle a prevenir las picaduras de garrapatas:

**Manténgase lejos de las garrapatas.** Evite las áreas boscosas y espesas con hierba alta y suelo cubierto de hojas. Las garrapatas son más comunes a finales de la primavera y en el verano. Camine por el centro del sendero.

**Reconozca las garrapatas:** Las garrapatas de venado son de color oscuro y pequeñas, aproximadamente del tamaño de una semilla de ajonjolí.



### Si está en un área con garrapatas: Cúbrase.

- Use pantalones largos, camisas de manga larga, calcetines y zapatos cerrados.
- Métase la camisa en los pantalones y los pantalones en los calcetines.
- Use ropa de colores claros para ayudarle a ver cualquier garrapata de venado que se le haya subido.

**Use el repelente apropiado.** En pruebas recientes de Consumer Reports contra las garrapatas, los 3 productos principales contenían 15% de DEET o 20% de picaridín. Los resultados de las pruebas, incluidos los nombres de los productos, están disponibles gratis en [www.consumerreports.org/products/insect-repellent/ratings-overview/](http://www.consumerreports.org/products/insect-repellent/ratings-overview/).

- Use repelentes contra insectos en la piel expuesta (nunca en cortadas ni heridas).
- Use productos con el insecticida permetrina en la ropa, botas y tiendas de campaña. También puede comprar ropa tratada previamente con permetrina.

### Revise para detectar garrapatas.

- Revísese el cuerpo en cuanto esté en interiores después de haber estado en áreas con garrapatas. Báñese en el transcurso de dos horas.
- Examine cuidadosamente a las mascotas, abrigos y mochilas—pueden transportar las garrapatas.
- Seque la ropa en una secadora a temperaturas altas durante una hora para matar cualquier garrapata.

### Desprenda las garrapatas de manera apropiada.

En cuanto vea una, quítela cuidadosamente con unas pinzas de punta fina. Agárrela justo en donde la cabeza penetra la piel.

Este informe es para que lo use usted cuando hable con su proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Use este informe a su propio riesgo.

©2016 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con el Colegio Estadounidense de Reumatología. Para obtener más información acerca de las fuentes usadas en este informe y los términos y condiciones de uso, visite [ConsumerHealthChoices.org/about-us/](http://ConsumerHealthChoices.org/about-us/).