



## **¿Cómo se contrae la Fiebre del Valle?**

La gente contrae la Fiebre del Valle respirando polvo que contiene una forma del hongo *Coccidioides* llamada esporas; las esporas son demasiado pequeñas para ser vistas. Cualquiera que viva, trabaje o visite un área con Fiebre del Valle puede infectarse. Los animales, incluyendo mascotas, también pueden infectarse. La Fiebre del Valle no es contagiosa y no se puede transmitir de una persona a otra o de un animal a otro.

## **¿Cómo afecta la Fiebre del Valle a los afroamericanos, filipinos e hispanos?**

La Fiebre del Valle infecta normalmente los pulmones, pero puede propagarse afuera de los pulmones e infectar el cerebro, las articulaciones, los huesos, la piel u otros órganos. Esto se conoce por el nombre de enfermedad diseminada. Esta forma de la enfermedad es rara, pero puede ser muy grave e incluso mortal.

Cualquier persona de cualquier raza u origen étnico puede contraer la Fiebre del Valle y desarrollar la enfermedad diseminada. Sin embargo, los afroamericanos, filipinos e hispanos tienen un mayor riesgo de desarrollar la enfermedad diseminada en comparación con otros grupos raciales o étnicos.

Además, los afroamericanos e hispanos tienen mayores probabilidades de ser hospitalizados o morir por la Fiebre del Valle en comparación con los anglosajones.

## **¿Por qué las personas de determinados grupos raciales o étnicos contraen formas más graves de la enfermedad?**

Hasta la fecha, seguimos sin saber por qué las personas de ciertos grupos raciales o étnicos corren mayor riesgo que otras personas de contraer formas más severas de la Fiebre del Valle.

## **¿Qué puedo hacer para protegerme?**

### **Entérese cuál es su riesgo**

Entérese si vive, trabaja o viaja a un área donde la Fiebre del Valle sea común. Puede consultar el mapa que aparece más arriba o contactar a su departamento de salud local.

En áreas en las que la Fiebre del Valle es común, la gente que tiene trabajos o participa en actividades recreativas donde naturalmente se altera la tierra y el polvo, puede correr mayor riesgo que otras personas de contraer infecciones. Se han reportado casos de Fiebre del Valle entre personas que tienen trabajos de construcción, agricultura, actividades militares y arqueología.

Existen otros grupos que también corren un mayor riesgo de formas graves y diseminadas de la enfermedad. Entre estos se pueden citar los siguientes:

- Adultos mayores (≥60 años)
- Mujeres embarazadas, especialmente en las etapas avanzadas del embarazo
- Personas con diabetes
- Personas con condiciones que debilitan su sistema inmunológico, como:
  - Cáncer
  - Infección del Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH)

- Tratamiento con quimioterapia o esteroides
- Trasplante de órganos

Si usted es afroamericano, filipino o hispano y forma parte de uno de estos grupos, podría ser particularmente vulnerable a desarrollar formas graves de la enfermedad.

## **Reduzca su riesgo**

La mejor manera de reducir su riesgo de contraer la Fiebre del Valle consiste en evitar respirar el polvo en áreas en las que la Fiebre del Valle es común. Puede resultar difícil evitar la Fiebre del Valle, pero a continuación se indican algunas recomendaciones fáciles a seguir:

### Cuando haga viento afuera y haya polvo en el aire, especialmente durante tormentas de polvo:

- Permanezca adentro, y mantenga las puertas y ventanas cerradas.
- Mientras vaya manejando, mantenga cerradas las ventanas del auto y utilice la función de “recirculación” del aire acondicionado si está disponible.
- Si tiene que estar al aire libre cuando hay polvo en el aire, considere ponerse una máscara o respirador N95.
  - Disponible en farmacias y ferreterías
  - Para que sean eficaces, las máscaras N95 deben estar adecuadamente ajustadas. Las instrucciones se pueden encontrar en varios sitios en línea, incluyendo [el video de instrucción de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos por usar respiradores desechables](#)  
([http://www.youtube.com/watch?v=0d\\_RaKdqeck&feature=player\\_embedded](http://www.youtube.com/watch?v=0d_RaKdqeck&feature=player_embedded))

### Cuando trabaje o juegue en áreas abiertas con suciedad o polvo:

- Humedezca la tierra antes de alterarla para reducir la formación de polvo.
- Considere ponerse una máscara o respirador N95.

### Otras cosas que puede hacer:

- Cubra las áreas de tierra alrededor de su casa con hierba/pasto, plantas u otras plantas de poca altura para cubrir el terreno.
- Después de trabajar o jugar, cámbiese de ropa si está cubierta de tierra o polvo.
  - Tenga cuidado de no agitar la ropa y respirar el polvo antes de lavarla. Advierta a la persona que esté lavando esta ropa si no es usted mismo quien lo hace.
- Lleve un par de máscaras o respiradores N95 en el auto en caso de que sean necesarios.

## **1. Conozca los síntomas**

Aproximadamente el 60% de las personas infectadas con la Fiebre del Valle no tiene síntomas. Por lo general, la gente que se enferma desarrolla una enfermedad similar a la influenza 1-3 semanas después de inhalar el hongo. Estos síntomas pueden durar un mes o más. La gente que se enferma puede experimentar algunos de los siguientes síntomas:

- Fiebre
- Cansancio
- Dolor en el pecho
- Dolor de músculos o articulaciones
- Tos
- Pérdida inexplicada de peso
- Dolores de cabeza
- Sudores nocturnos
- Erupción en la piel

Las personas que tienen mayor riesgo de padecer de una enfermedad diseminada deberían familiarizarse con los síntomas inusuales que pueden ocurrir si se produce una infección del cerebro, los huesos, las articulaciones o la piel.

Síntomas de la enfermedad diseminada:

- Fiebres inexplicadas
- Cansancio extremo
- Dolor de espalda
- Articulaciones doloridas e inflamadas
- Nódulos linfáticos inflamados
- Ronchas/heridas en la piel
- Dolores de cabeza
- Dolor en los huesos
- Pérdida inexplicada de peso

**2. Acuda al doctor para obtener un diagnóstico**

Si usted cree que podría tener la Fiebre del Valle, consulte con su proveedor de cuidados médicos. Dado que los síntomas de la Fiebre del Valle son similares a los de otras enfermedades, puede que su proveedor prescriba un análisis de sangre u otras pruebas – como una radiografía del pecho– para ayudar a diagnosticar la Fiebre del Valle.

**¿Qué ocurre si se me diagnostica con la Fiebre del Valle?**

Normalmente no hace falta tratamiento para infecciones leves, que a menudo mejoran por sí solas. Sin embargo, puede que se recomiende tratamiento con mayor frecuencia en el caso de personas con un riesgo alto de formas graves de la enfermedad.

Todas las personas con síntomas deberían consultar a un proveedor de cuidados médicos que pueda determinar si hace falta tratamiento.

Si padece la Fiebre del Valle, es muy importante que siga las instrucciones

proporcionadas por su proveedor de cuidados médicos en cuanto a tratamiento, citas de seguimiento y pruebas.

### **¿Qué se está haciendo con respecto a la Fiebre del Valle en California?**

Los departamentos de salud estatal y locales:

- Monitorean el número de personas que contraen la Fiebre del Valle en California
- Generan mayor conciencia sobre la Fiebre del Valle entre los proveedores de cuidados médicos y el público

### **¿Dónde puedo obtener más información acerca de la Fiebre del Valle?**

Contacte a su departamento de salud local o visite:

[CDPH página web de la fiebre del valle \(en inglés\)](https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Coccidioidomycosis.aspx)

(<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Coccidioidomycosis.aspx>)

[Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los EE.UU.](http://www.cdc.gov/fungal/coccidioidomycosis/)

(<http://www.cdc.gov/fungal/coccidioidomycosis/>)

Septiembre de 2013