

La Fiebre del Valle en mujeres embarazadas

¿Qué es la Fiebre del Valle?

La Fiebre del Valle (*Valley Fever*) (*coccidioidomycosis* o “cocci”) es una enfermedad causada por un hongo llamado *Coccidioides* que crece en la tierra y en ciertas áreas. El hongo infecta normalmente a los pulmones, causando síntomas similares a los de la influenza (también conocida como gripe). La mayoría de los síntomas desaparecen por sí solos.

Es raro que se den formas más severas de la enfermedad. Las mujeres embarazadas, especialmente durante el tercer trimestre e inmediatamente después de dar a luz, corren mayor riesgo de contraer formas graves de la Fiebre del Valle en comparación con las mujeres no embarazadas. Estas formas de Fiebre del Valle pueden ser muy graves y en algunos casos causa la muerte.

¿Dónde se contrae la Fiebre del Valle?

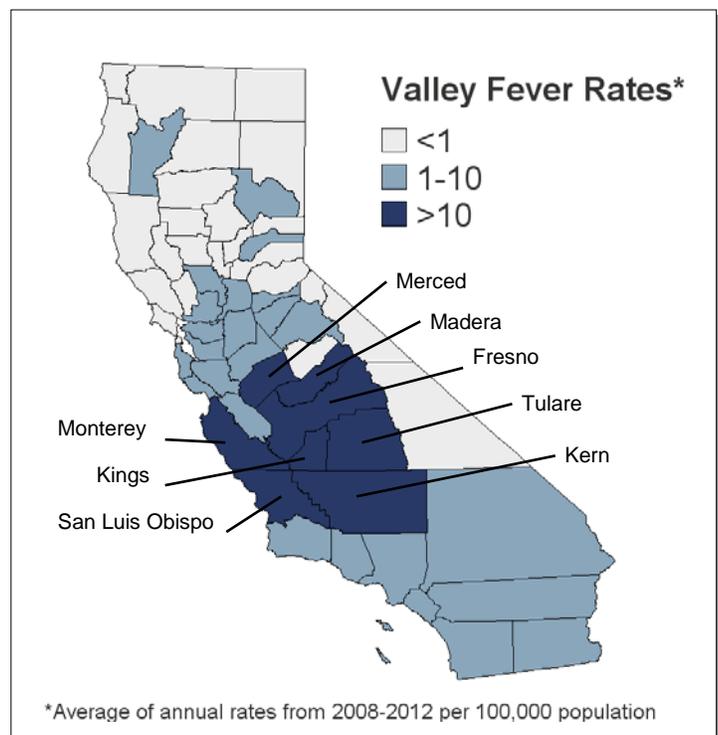
La infección de la Fiebre del Valle puede ocurrir todo el año y tiende a ocurrir en áreas con arena seca y climas similares a los del desierto que permiten el desarrollo de los hongos.

Se han reportado casos de Fiebre del Valle en la mayoría de los condados de California. Más del 75% de los casos se han dado en personas que viven en el Valle de San Joaquín (Central). En California, el número de casos reportados de Fiebre del Valle ha aumentado considerablemente desde el 2000, con más de 4,000 casos reportados en el 2012.

Afuera de California, la Fiebre del Valle se da en algunas áreas de Arizona, Nevada, Nuevo México, Utah y Texas, y en partes de México, Centroamérica y Sudamérica.

¿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.



Tasas de casos reportados de Fiebre del Valle en condados de California durante 2008–2012. Los condados con colores más oscuros tuvieron las tasas más altas de Fiebre del Valle.

¿Por qué necesitan las mujeres embarazadas estar conscientes de la Fiebre del Valle?

Las mujeres embarazadas infectadas por la Fiebre del Valle tienen mayores probabilidades de desarrollar una forma grave de la infección que puede propagarse afuera de los pulmones, y que se conoce por el nombre de Fiebre del Valle diseminada. También tienen mayores probabilidades de ser hospitalizadas debido a la Fiebre del Valle.

Las mujeres embarazadas tienen mayores probabilidades de ponerse muy enfermas si contraen la Fiebre del Valle durante el tercer trimestre o inmediatamente después de dar a luz.

¿Por qué tienen las mujeres embarazadas mayores probabilidades de desarrollar una forma grave de la Fiebre del Valle?

Los sistemas inmunológicos de las mujeres embarazadas no pueden combatir infecciones como la Fiebre del Valle con la misma eficacia con que podrían hacerlo si no estuvieran embarazadas. Además, algunos estudios han indicado que los niveles superiores de hormonas generados por las mujeres embarazadas hacen que el hongo crezca.

¿Qué puedo hacer para protegerme si estoy embarazada?

1. *Entérese cuál es su riesgo*

Entérese si vive, trabaja o viaja a un área donde la Fiebre del Valle es 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 mayor riesgo de formas graves y diseminadas de la enfermedad. Entre estos se pueden citar los siguientes grupos:

- Afroamericanos, filipinos e hispanos
- 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 está embarazada y forma parte de uno de estos grupos, podría ser particularmente vulnerable a desarrollar formas graves de la enfermedad.

Si usted padece la Fiebre del Valle o está tomando medicamentos a largo plazo para la Fiebre del Valle y está embarazada o intentando quedar embarazada, consulte con su doctor.

2. 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. Puede encontrar instrucciones (en inglés) en varios sitios Web, incluyendo: 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 abiertas de tierra existentes alrededor de su casa con hierba/pasto, plantas u plantas de poca altura para cubrir para 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.

3. Conozca los síntomas

Aproximadamente el 60% de las personas infectadas con la Fiebre del Valle no exhibe síntomas. La gente que se pone enferma desarrolla normalmente una enfermedad similar a la gripa 1-3 semanas después de inhalar el hongo. Estos síntomas pueden durar un mes o más. Quienes se enferman pueden experimentar algunos de los síntomas siguientes:

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

Las personas que tienen mayor riesgo de 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

4. 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 diagnostican con la Fiebre del Valle?

Normalmente no hace falta tratamiento para infecciones leves, que a menudo mejoran por sí solas. Puede que se recomiende tratamiento con mayor frecuencia en el caso de personas con un riesgo superior 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. No es seguro tomar algunos medicamentos durante el embarazo, de manera que es importante hablar con su proveedor de cuidados médicos acerca de las opciones de tratamiento.

Si se le diagnostica 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.

Si se me diagnostica la Fiebre del Valle mientras estoy embarazada, ¿se contagiará la infección al bebé?

La Fiebre del Valle no se transmite de una madre infectada a su bebé. Sin embargo, es importante que las mujeres embarazadas sigan las instrucciones dadas por el proveedor de cuidados médicos en cuanto a tratamiento y citas de seguimiento, de manera que la madre y el bebé permanezcan sanos.

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 los sitios Web de CDPH y de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los EE.UU. para más información (en inglés):

<http://www.cdph.ca.gov/HealthInfo/discond/Pages/Coccidioidomycosis.aspx>
<http://www.cdc.gov/fungal/coccidioidomycosis/>