

## Fiebre del Valle y personas con diabetes, sistemas inmunológicos debilitados, y personas mayores de 60 años

### ¿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 mejoran por sí solos.

Es raro que se den formas más severas de la enfermedad. Las personas con diabetes, sistemas inmunológicos debilitados o personas mayores de 60 años corren mayor riesgo que otras personas de contraer formas severas de la Fiebre del Valle. Estas formas de Fiebre del Valle pueden ser muy graves y en algunos casos causa la muerte.

### ¿Dónde se contrae la Fiebre del Valle?

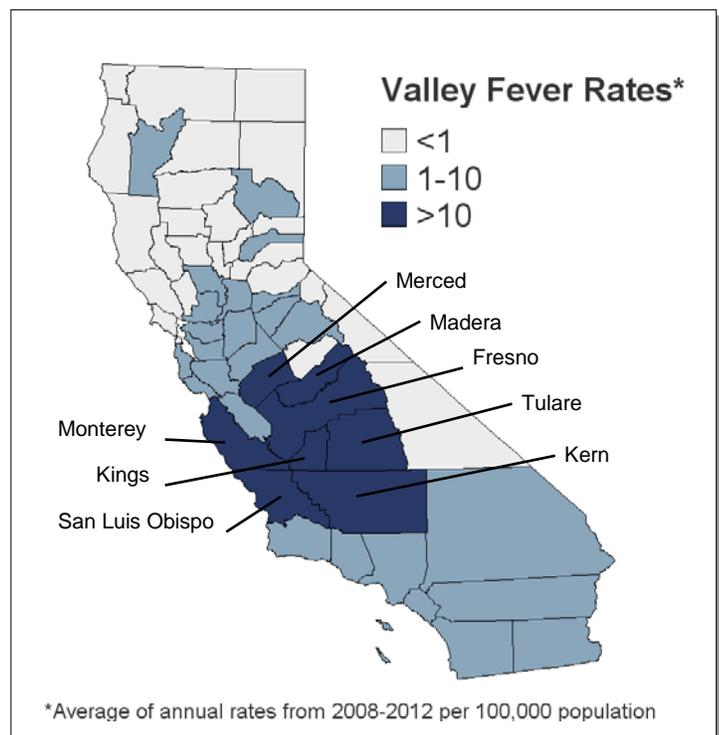
La infección de la Fiebre del Valle puede ocurrir todo el año y tiende a ocurrir en áreas con arena seca y climas similares a los del desierto que permiten el desarrollo de los hongos.

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.**

## ¿Cómo afecta la Fiebre del Valle a las personas con diabetes?

Las personas con diabetes que inhalan el hongo de la Fiebre del Valle no tienen mayores probabilidades que las personas sanas de contraer la Fiebre del Valle. Sin embargo, parecen correr mayor riesgo de padecer infecciones pulmonares graves si contraen la infección.

## ¿Cómo se ven afectadas las personas con sistemas inmunológicos debilitados por la Fiebre del Valle?

Cualquier persona con un sistema inmunológico debilitado corre riesgo de contraer enfermedades graves si se enferma con la Fiebre del Valle. El sistema inmunológico de una persona puede verse debilitado debido a:

- Edad ( $\geq 60$  años)
- Cáncer
- Infección del Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH)
- Trasplante de órganos
- Ciertos tratamientos, incluyendo pero no limitándose a la quimioterapia, los esteroides y algunos medicamentos para enfermedades de las articulaciones

Las personas con sistemas inmunológicos debilitados tienen mayores probabilidades de que el hongo se extienda afuera de los pulmones e infecte 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 y en ocasiones mortal.

Si no está seguro si tiene un sistema inmunológico debilitado o está tomando algún medicamento que pueda debilitar su sistema inmunológico, consulte con su proveedor de cuidados médicos.

## ¿Por qué corren mayor riesgo las personas mayores de 60 años?

A medida que la gente envejece, su sistema inmunológico tiende a debilitarse, lo cual reduce su capacidad para luchar contra las infecciones. Además, los adultos mayores tienen a menudo más problemas crónicos de salud, como diabetes, enfermedades del corazón u otras condiciones que debilitan sus sistemas inmunológicos. Esto hace que las personas que tienen 60 años o más corran mayor riesgo de contraer infecciones graves de la Fiebre del Valle que pueden provocar su hospitalización.

## ¿Qué puedo hacer para protegerme?

### 1. *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 mayor riesgo de formas graves y diseminadas de la enfermedad.

Entre estos se pueden citar los siguientes:

- Mujeres embarazadas
- Afroamericanos, filipinos e hispanos

Si usted tiene diabetes, un sistema inmunológico debilitado, o tiene 60 años o más y forma parte de uno de los grupos anteriores, puede que sea particularmente vulnerable al desarrollo de formas graves de la enfermedad.

## 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 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](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.

## 3. *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
- 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

**1. 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.

Algunas personas que padecen Fiebre del Valle pueden necesitar tratamiento de por vida para evitar que la enfermedad vuelva a reproducirse. Todas las personas con síntomas deberían consultar con un proveedor de cuidados médicos que pueda determinar si hace falta 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.

**¿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/>