

¿Trabaja al aire libre?

Siga estos consejos para cuidarse de la fiebre del valle

¿Qué es la fiebre del valle?

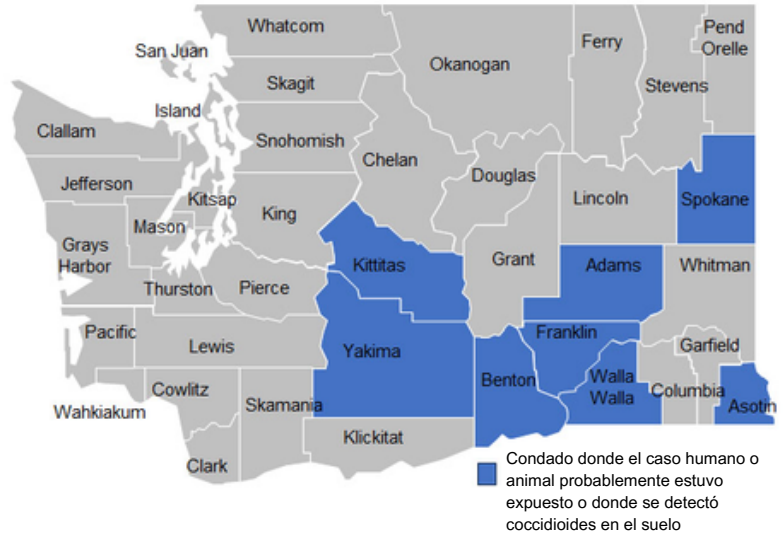
La fiebre del valle es una infección causada por esporas de hongos que viven en la tierra. Las personas pueden inhalar polvo con estas esporas y enfermarse. Los síntomas habituales pueden parecer los de un resfriado, una gripe o una neumonía, pero duran más de una semana.

A continuación, presentamos algunos de los síntomas:

- Fiebre
- Tos
- Dolor de cabeza
- Sudores nocturnos
- Falta de aire
- Dolor de cuerpo

Si presenta síntomas de la fiebre del valle, hable con su proveedor de atención médica.

¿En qué zonas de Washington se registra la fiebre del valle?



Se ha encontrado el hongo que causa la fiebre del valle, *Coccidioides immitis*, en suelos del centro-sur de Washington. Sin embargo, no se conoce bien la distribución del hongo. Cualquier persona que viva en zonas en las que el hongo está presente o que viaje a ellas puede contraer la fiebre del valle.

¿Quiénes son las personas que presentan un mayor riesgo?

Según los datos, el riesgo de enfermedad grave puede ser mayor para las siguientes personas:

- Personas que reciben tratamiento crónico con corticosteroides
- Personas con sistema inmunitario debilitado
- Personas embarazadas
- Personas con diabetes
- Personas de ascendencia indígena norteamericana o nativa de Alaska
- Personas de raza negra o de ascendencia filipina

Trabajadores al aire libre:

Las personas tienen un mayor riesgo de exposición a la fiebre del valle si trabajan o viven cerca de industrias que generan polvo o alteran el suelo, incluidas las siguientes:

- Construcción
- Respuesta ante incendios forestales
- Minería
- Conducción de camiones
- Extracción de gas y petróleo
- Agricultura



420-627, June 2024. Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 (servicio de relé de Washington) o enviar un correo electrónico a doh.information@doh.wa.gov.

Reduzca el riesgo de contraer la fiebre del valle

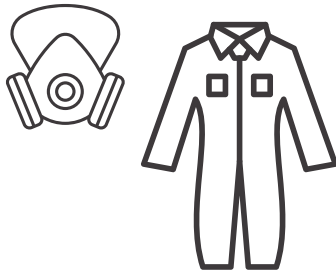
- 1** Humedezca la tierra antes de removerla o excavar para mantener bajos los niveles de polvo.



- 2** Tome precauciones durante las tormentas de polvo o los vientos fuertes. Manténgase en dirección contraria al viento que levanta polvo siempre que sea posible.



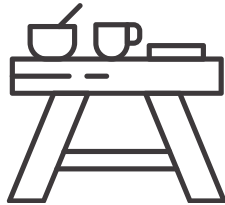
- 3** Use un respirador, como una mascarilla N95, con filtro de partículas y overoles o trajes Tyvek desechables para evitar que las esporas se queden en la ropa.



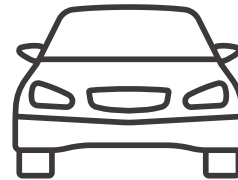
- 4** Después de trabajar, póngase ropa y calzado limpios, guarde la ropa y el calzado sucios en una bolsa de plástico y lávelos al llegar a casa.



- 5** Coloque los campamentos nocturnos, especialmente los dormitorios y comedores, lejos de las fuentes de polvo como las carreteras.



- 6** Dentro de los vehículos, mantenga las ventanas cerradas y use el aire acondicionado en modo de recirculación.



Washington State Department of
HEALTH

420-627, June 2024. Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 (servicio de relé de Washington) o enviar un correo electrónico a doh.information@doh.wa.gov.