



## Protect Yourself West Nile Virus

West Nile Virus (WNV) infection is an illness transmitted to humans primarily by mosquitoes. Flooded areas, particularly in warm climates, provide ideal conditions for mosquitoes to breed in stagnant water. Bites from infected mosquitoes may result in illnesses which range from mild flu-like conditions (West Nile fever) to severe and sometimes life-threatening diseases requiring hospitalization (West Nile encephalitis or meningitis). If you have symptoms of severe illness, seek immediate medical assistance.

### Signs & Symptoms of West Nile Fever (mild illness)

- Headache, fever, body aches.
- Swollen lymph nodes, and/or a skin rash on the body.

### Signs & Symptoms of West Nile Encephalitis or Meningitis (severe illness)

- Headache, high fever, stiff neck.
- Disorientation (in very severe cases, coma).
- Tremors, convulsions and muscle weakness (in very severe cases, paralysis).

### Preventing Mosquito Exposure

- Reduce or eliminate mosquito breeding grounds (i.e., sources of stagnant or standing water).
- Cover as much skin as possible by wearing long-sleeved shirts, long pants and socks when possible.
- Avoid use of perfumes and colognes when working outdoors.
- Use an insect repellent containing DEET or Picaridin on skin that is not covered by clothing.
- Choose a repellent that provides protection for the amount of time that you will be exposed. The more DEET or Picaridin a repellent contains, the longer time it can protect you.
- Spray insect repellent on the outside of your clothing (mosquitoes can bite through thin clothing).
- Do NOT spray insect repellent on skin that is under clothing.
- Do NOT spray aerosol or pump products in enclosed areas or directly on your face. Do not allow insect repellent to contact your eyes or mouth. Do not use repellents on cuts, wounds or irritated skin.
- After working, use soap and water to wash skin and clothing that has been treated with insect repellent.
- Be extra vigilant from dusk to dawn when mosquitoes are most active.

For more complete information:



OSHA 3278-10N-05



## Consejos de Seguridad Virus del Nilo

La infección del Virus del Nilo Occidental es una enfermedad transmitida a los humanos principalmente por mosquitos. Áreas inundadas, particularmente en climas templados, proveen condiciones ideales para que los mosquitos se reproduzcan en aguas estancadas. Picadas de mosquitos infectados pueden resultar en enfermedades las cuales varían desde condiciones (fiebre del Nilo Occidental) de gripe moderadas a severas y a veces una enfermedad muy grave requiriendo hospitalización (Encefalitis de Virus Occidental o Meningitis). Si usted tiene síntomas de enfermedad severa, busque asistencia médica inmediata.

### Señales & Síntomas del Virus del Nilo Occidental (enfermedad moderada)

- Dolores de cabeza, fiebre, dolores en el cuerpo.
- Nódulos linfáticos inflamados y/o salpullido (erupción) cutánea en la todo el cuerpo.

### Señales & Síntomas de la Fiebre del Nilo Encefalitis o Meningitis (enfermedad severa)

- Dolores de cabeza, fiebre alta, tortícolis.
- Desorientación (en casos bien severos, coma)
- Temblores, convulsiones y debilidad muscular (en casos bien severos, parálisis)

### Prevenir la Exposición del Mosquito

- Reduzca o elimine la reproducción de mosquito en el terreno (i.e. fuentes de estancada o aguas quietas).
- Cuando sea posible cubra la mayor cantidad de piel posible llevando camisas de manga largas, pantalones largos y medias.
- Cuando este trabajando al aire libre evite el uso de perfumes y colonia.
- Escoja un repelente que provea protección por la cantidad de tiempo que usted vaya a estar expuesto. Mientras mas "DEET o Picaridin" contenga el repelente, mas tiempo podra estar usted protegido.
- Rocíe el repelente de insectos en la parte externa de su ropa (mosquitos pueden picarle a través de ropa liviana)
- No rocíe repelente de insectos en la piel que esta bajo ropa.
- No rocíe aerosol o productos de bomba en áreas cerradas o directamente a la cara. No permita que el repelente de insectos toque sus ojos o la boca. No use el repelente en cortaduras, heridas o piel irritada.
- Después de trabajar, use jabón y agua para lavarse la piel y ropa que haya sido tratada con repelente de insectos.
- Este mas alerta desde el atardecer hasta el amanecer que es cuando los mosquitos están mas activos.

Para información más completa:

 Administración de  
Seguridad y Salud  
Ocupacional  
Departamento del Trabajo de EE.UU.  
[www.osha.gov](http://www.osha.gov) (800) 321-OSHA