

## ¿Qué es el Norovirus?

El Norovirus es un virus muy contagioso que se propaga fácilmente y rápidamente, causando comúnmente brotes. Los brotes pueden ocurrir en cualquier momento, pero son más frecuentes de noviembre a abril. Algunas personas llaman a la enfermedad del Norovirus “intoxicación alimentaria,” “gripe estomacal” o “virus estomacal.” Los Norovirus son la principal causa de enfermedades transmitidas por alimentos en los EE. UU.

## ¿Cuáles son los síntomas?

El vómito y la diarrea son los síntomas más comunes del Norovirus, y pueden ir acompañados de náuseas, fiebre baja y dolor abdominal.

## ¿Cuánto dura esta enfermedad?

Por lo general, las personas comienzan a tener síntomas entre 12 y 48 horas después de estar expuestas al virus. La mayoría de las personas se sienten mejor dentro de 1 a 3 días, pero aún pueden propagar el virus por un corto tiempo después.

## ¿Cómo se propaga el Norovirus?

- A través del contacto directo con una persona infectada.
- Tocando superficies contaminadas y luego llevándose las manos sin lavar a la boca.
- A través del vómito aerosolizado de una persona enferma.
- Consumir alimentos o agua contaminados.

**Solo se necesita una pequeña cantidad de partículas del virus para enfermar. La contaminación puede ocurrir si:**

- Una persona infectada toca alimentos con las manos desnudas que tienen partículas de heces (popó) o vómito.
- El alimento se coloca en un mostrador o superficie que tiene partículas de heces o vómito.
- Pequeñas gotas de vómito de una persona infectada se dispersan por el aire y caen sobre la comida.
- El alimento se cultiva o cosecha con agua contaminada (por ejemplo, ostras cosechadas de agua contaminada o frutas y verduras irrigadas con agua contaminada en el campo).

## ¿Quién está en riesgo de contraer el Norovirus?

Cualquier persona puede enfermarse de Norovirus. Los niños pequeños, los ancianos y las personas con otras enfermedades médicas están en mayor riesgo de sufrir síntomas graves o prolongados.

## ¿Qué medidas preventivas y tratamientos están disponibles?



La buena higiene de las manos es la mejor manera de prevenir la transmisión del Norovirus.

- Lávese las manos con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos.
- Se debe enseñar a los niños buenas prácticas de lavado de manos y deben lavarse las manos después de usar el baño y antes de comer.
- Los desinfectantes para manos a base de alcohol no son efectivos contra el Norovirus. Durante los brotes de Norovirus, los desinfectantes para manos a base de alcohol deben usarse solo cuando no sea posible lavar con jabón y agua tibia.

## ¿Qué deben hacer las escuelas?

- Notificar a CDPH en caso de un brote (4 o más casos o el 10% de un aula, grado o cohorte que comparte las mismas exposiciones, dentro de las 24 horas). Las escuelas y guarderías están obligadas a reportar todos los brotes confirmados o sospechosos de gastroenteritis, incluyendo el Norovirus, lo antes posible. La gastroenteritis es cuando una enfermedad causa inflamación del estómago y los intestinos. La gastroenteritis puede causar vómitos, diarrea, dolor abdominal y/o fiebre.
- Derivar a las personas enfermas a su proveedor de atención médica para apoyo adicional.
- Limpiar de inmediato y luego desinfectar toda el área después de que alguien vomite o tenga diarrea.
- El personal que limpie los vómitos o derrames de heces debe usar mascarillas, ya que la aerosolización del virus puede ocurrir.
- Al limpiar vómitos, use un producto como un polvo absorbente para absorber el exceso de líquido en el vómito primero. Una vez que el producto haya solidificado el vómito, recoja el vómito solidificado y deséchelo en la basura.
- Limpiar y desinfectar con un producto aprobado por la EPA como efectivo contra el Norovirus o usar una solución de blanqueador. Los productos aprobados por la EPA para el Norovirus pueden usarse para determinar si su agente desinfectante es activo contra el Norovirus.
- Notificar a los miembros de la familia y al personal expuestos en caso de un brote.

## ¿Cuáles son las recomendaciones para la exclusión?

- Excluir a las personas enfermas hasta que la diarrea, el vómito y la fiebre hayan desaparecido durante al menos 24 horas.
- Excluir a las personas enfermas del manejo de alimentos hasta 48 horas después de la recuperación.

Para más información, visite [Acerca del Norovirus CDC](#) y [Infeccion por Norovirus | Mayo Clinic](#)

