

HOJA INFORMATIVA SOBRE EL NOROVIRUS

¿Qué es la gastroenteritis vírica?

La gastroenteritis es la inflamación del estómago y del intestino grueso y delgado. Algunas personas la denominan "gripe estomacal". Esta enfermedad no es la misma que la gripe estacional que provoca la infección de los pulmones.

¿Cuál es la causa de la gastroenteritis vírica?

La gastroenteritis vírica es una infección causada por diversos virus que provocan vómitos o diarrea. Muchos virus diferentes pueden originar un malestar estomacal que causa vómitos y diarrea. Entre ellos se encuentran los rotavirus, los norovirus y los adenovirus.

¿Qué es el norovirus?

Los norovirus son una de las causas más comunes de enfermedad estomacal y son muy contagiosos. Suelen originar brotes en entornos tales como restaurantes, eventos con servicio de comidas, cruceros, escuelas y hogares de ancianos.

¿Cuáles son los síntomas del norovirus?

Los principales síntomas son diarrea acuosa y vómitos. La persona afectada también puede presentar dolor de cabeza, dolor de estómago, dolores corporales y, a veces, fiebre.

En general, los síntomas comienzan de 24 a 48 horas después de la exposición y persisten

durante uno o dos días, aunque pueden durar más.

¿Es grave el norovirus?

Las personas que contraen gastroenteritis vírica casi siempre se recuperan por completo sin ningún problema a largo plazo. Es más grave en bebés, niños de corta edad y personas de edad avanzada. Estos grupos tienen dificultades para reemplazar los líquidos corporales que se pierden a causa de los vómitos y la diarrea. Toda persona que sienta síntomas graves y presente riesgo de deshidratación debe comunicarse con su profesional de la salud para que la evalúe y le brinde recomendaciones adicionales.

¿Es contagioso el norovirus? ¿Cómo se transmite?

Las personas afectadas por esta enfermedad deben permanecer en su casa hasta que dejen de presentar síntomas durante 2 días (48 horas). Quienes manipulan alimentos deben quedarse en su casa durante 3 días (72 horas) después de que cesen los síntomas. Los virus que pueden causar gastroenteritis se transmiten por contacto cercano con personas infectadas (a través de las heces y el vómito). Los alimentos y el agua pueden estar contaminados por personas que preparan o manipulan alimentos y que tienen gastroenteritis vírica, en especial si no se lavan las manos con frecuencia después de ir al baño. El lavado de manos minucioso y la exclusión de las personas enfermas son muy importantes.

¿Se puede prevenir el norovirus (y otras gastroenteritis víricas)?

Usted puede reducir las posibilidades de enfermarse si sigue estos simples consejos:

- **Lávese las manos con agua y jabón con frecuencia** (en especial después de ir

al baño y antes de manipular alimentos)—**los-antisépticos para manos a base**

de alcohol no eliminan el norovirus.

- Limpie rápidamente las superficies contaminadas con una solución de cloro recién preparada (1/3 taza de cloro en 1 galón de agua). Cuando se haya producido un vómito, cierre de inmediato la zona y desinfecte todas las superficies que se encuentren dentro de un radio de 25 pies. Deseche cualquier alimento que haya estado en el lugar.
- Use guantes para limpiar las superficies sucias.
- Lave la ropa sucia y las sábanas lo antes posible.
- No nade en una piscina ni en aguas destinadas a usos recreativos si ha tenido una enfermedad diarreica recientemente.
- Quédese en su casa mientras esté enfermo y durante al menos 2 días (48 horas) después de que hayan desaparecido los síntomas.
- Las personas que manipulan alimentos deben permanecer en su casa mientras estén enfermas y durante al menos 3 días (72 horas) después de que hayan desaparecido los síntomas.

Para obtener más información, comuníquese con Salud Pública de Contra Costa (Contra Costa Public Health) al 925-313-6740 y visite nuestro sitio web <http://cchealth.org/norovirus/>