

Norovirus

¿Qué es el norovirus?

Norovirus es un grupo de virus que afectan al estómago y los intestinos, y a veces se denomina "intoxicación alimentaria" o "gripe estomacal", pero no está relacionada con la influenza (gripe). Todas las personas pueden contraer el norovirus, y tenerlo varias veces durante su vida. Norovirus es muy común en los Estados Unidos.

¿Cómo se propaga el norovirus?

El virus se encuentra en las heces y el vómito de las personas infectadas. Se puede propagar por:

- Comer alimentos o beber líquidos contaminados con el virus;
- Tocar superficies u objetos que tienen el virus y luego llevarse las manos a la boca;
- Cuidar a alguien que tiene el virus;
- Compartir alimentos o utensilios para comer con alguien que está infectado.

¿Cuáles son los síntomas?

Las personas infectadas por el norovirus se sienten muy enfermas y vomitan o tienen diarrea muchas veces a lo largo del día. Los síntomas más comunes son:

- Diarrea
- Vómitos
- Calambres estomacales
- Fiebre
- Escalofríos
- Cefalea, dolor de cabeza
- Dolores musculares
- Cansancio

¿Durante cuánto tiempo una persona es contagiosa?

Una persona infectada por el norovirus puede contagiar la enfermedad desde el momento en que comienza a sentirse enferma hasta por lo menos 3 días a 2 semanas después de recuperarse. Esta es la razón por la cual es tan difícil controlar norovirus.

La enfermedad puede propagarse rápidamente en los centros de cuidado infantil, en las escuelas y hogares de ancianos.

¿Qué tan grave es el norovirus?

Los niños pequeños, los ancianos y las personas con otras enfermedades pueden deshidratarse, lo cual puede llevar a estancias hospitalarias e incluso la muerte. Anime a aquellos con el norovirus a tomar líquidos como, agua o jugo. Los antibióticos no sirven para tratar las infecciones de norovirus.

¿Cómo se cura el norovirus?

No hay ninguna cura para el norovirus. La mayoría de las personas mejoran dentro de un plazo de 1 a 3 días. El mejor tratamiento es beber líquidos en abundancia para restituir el líquido perdido por vómitos y diarrea.

¿Se puede prevenir el norovirus?

- **La mejor manera de prevenir la infección por el norovirus es lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón.** Enseñe a los niños a lavarse las manos después de ir al baño, y antes de preparar, servir o comer los alimentos.
- Los desinfectantes para las manos no funcionan muy bien contra el norovirus.
- El Norovirus es muy difícil de matar con los productos de limpieza normal. Limpiar y desinfectar las áreas que han tenido vómitos o diarrea con un limpiador a base de cloro o con una mezcla de 1 parte de cloro y 10 partes de agua. **Nunca** utilice cloro sin diluir. Utilice una mezcla nueva todos los días.
- Quédese en casa cuando usted esté enfermo.
- **No** prepare alimentos para otras personas cuando usted esté enfermo/a y durante al menos 3 días después de que usted esté mejor.

Para obtener más información

Control de Enfermedades ~ 828.250.5109

40 Coxe Ave, en el centro de la ciudad de Asheville, NC 28801

