

[Norovirus](#)

<b>Fuentes</b>	Las frutas y las verduras, los mariscos y los alimentos listos para comer que han sido tocados por trabajadores infectados (ensaladas, sándwiches, hielo, galletas, frutas) o cualquier otro alimento contaminado con partículas de vómito o heces de una persona infectada.
<b>Período de incubación</b>	De 12 a 48 horas
<b>Síntomas</b>	Diarrea, vómitos, náuseas y dolor de estómago. La diarrea suele ser acuosa y sin sangre. La diarrea es más común en los adultos y el vómito es más común en los niños.
<b>Duración de la enfermedad</b>	1 a 3 días. Entre los niños pequeños, los adultos mayores y los pacientes hospitalizados, puede durar de 4 a 6 días.
<b>Qué hacer</b>	Beba abundante líquido y descanse. Si no puede beber suficiente líquido para prevenir la deshidratación, llame a su médico.
<b>Prevención</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lávese las manos con frecuencia, con agua corriente y jabón, durante un mínimo de 20 segundos, sobre todo después de usar el baño, así como también antes, durante y después de preparar alimentos.</li><li>• Si trabaja en un restaurante o una rotisería, evite el contacto directo con los alimentos listos para consumir.</li><li>• Limpie y desinfecte las superficies contaminadas con vómito o diarrea (use un limpiador doméstico a base de lejía como se indica en la etiqueta). Limpie y desinfecte los equipos y las superficies relacionados con la preparación de alimentos.</li><li>• Si tiene diarrea o vómitos —y en los dos días posteriores—, no cocine, prepare ni sirva alimentos para otras personas.</li><li>• Lave las frutas y los vegetales y cocine completamente las ostras y otros mariscos antes de consumirlos.</li><li>• Lave la ropa o la ropa blanca manchada con vómito o materia fecal de inmediato.</li></ul>

	<p>Saque los artículos con cuidado para evitar la propagación del virus. Lave a máquina y seque.</p>
--	--

Fecha de la última modificación 15 de noviembre de 2024