

[Norovirus](#)

Fuentes	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.
Período de incubación	De 12 a 48 horas
Síntomas	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.
Duración de la enfermedad	1 a 3 días. Entre los niños pequeños, los adultos mayores y los pacientes hospitalizados, puede durar de 4 a 6 días.
Qué hacer	Beba abundante líquido y descanse. Si no puede beber suficiente líquido para prevenir la deshidratación, llame a su médico.
Prevención	<ul style="list-style-type: none">• 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.• Si trabaja en un restaurante o una rotisería, evite el contacto directo con los alimentos listos para consumir.• 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.• Si tiene diarrea o vómitos —y en los dos días posteriores—, no cocine, prepare ni sirva alimentos para otras personas.• Lave las frutas y los vegetales y cocine completamente las ostras y otros mariscos antes de consumirlos.• Lave la ropa o la ropa blanca manchada con vómito o materia fecal de inmediato.

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

Fecha de la última modificación 14 de agosto de 2025