

# Hoja de datos generales sobre el norovirus (gastroenteritis viral)

## ¿Qué es el norovirus?

Los norovirus son un grupo de virus (antes conocidos como virus de Norwalk) que pueden causar inflamación del estómago y los intestinos (gastroenteritis). Con frecuencia, esta infección se denomina erróneamente "gripe estomacal". El norovirus no está relacionado con la gripe (influenza).

## ¿Cuales son los síntomas?

Los síntomas comunes de la infección por norovirus incluyen vómitos, diarrea y calambres estomacales. Los síntomas menos comunes pueden incluir fiebre baja o escalofríos, dolor de cabeza y musculares. Por lo general, los síntomas comienzan 1 o 2 días después de contraer el virus, pero pueden aparecer tan solo 12 horas después de la exposición. La enfermedad suele aparecer de forma repentina. Es posible que la persona infectada se sienta muy enferma y vomite con frecuencia, a veces sin previo aviso, y en múltiples ocasiones durante el día. A veces, las personas infectadas no presentan ningún síntoma, pero pueden transmitir el virus.

## ¿Cuál es la duración?

La mayoría de las personas se recuperan en 1 o 2 días y no presentan efectos a largo plazo en la salud. En el caso de los adultos jóvenes y mayores, o de las personas con sistemas inmunitarios debilitados, la deshidratación puede suponer motivo de preocupación. En ocasiones, las personas infectadas pueden manifestar síntomas más leves durante una semana o más.

## ¿Cómo se propaga?

Los norovirus son muy contagiosos. Están presentes en las heces o el vómito de las personas infectadas. Los norovirus se transfieren a los alimentos, el agua o las superficies cuando una persona no se lava las manos adecuadamente después de ir al baño.

Las personas se infectan con norovirus al hacer lo siguiente:

- Consumir alimentos o bebidas contaminados por una persona infectada.
- Comer mariscos crudos procedentes de aguas contaminadas.
- Tocar superficies u objetos contaminados y luego tocarse la boca o comer sin antes lavarse las manos.

## ¿Qué debo hacer si presento síntomas?

- Beba abundante líquido para no deshidratarse.
- Lávese las manos con frecuencia y no elabore comida para otras personas.
- Póngase en contacto con su médico (pero recuerde que los antibióticos no son un tratamiento eficaz contra los virus).

## ¿Cómo puedo prevenir las infecciones por norovirus?

- Lávese las manos con agua tibia y jabón durante 20 segundos.
  - Después de usar el baño.
  - Después de cambiar pañales.
  - Antes de elaborar comidas.
  - Antes de comer.
  - Lávese las manos con más frecuencia cuando alguien de su familia esté enfermo.

- Limpie y desinfecte las superficies con una solución de cloro de uso doméstico inmediatamente después de cualquier vómito o accidente diarreico.
- Evite elaborar alimentos para otras personas mientras tenga síntomas y durante al menos 3 días después de recuperarse.

### **¿Dónde puedo obtener más información sobre el norovirus?**

La página web sobre el novovirus de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los EE. UU.: <https://www.cdc.gov/norovirus/index.html>