

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



- 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 servicio de alimentación evite el contacto directo con los alimentos listos para consumir.
- 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.

Fuente:



INSTITUTO NACIONAL DE APRENDIZAJE
NÚCLEO INDUSTRIA ALIMENTARIA

