



2500 Bates Avenue, Suite B, Concord CA 94520 | Teléfono: (925) 313-6740 | Fax: (925) 313-6465
cchealth.org

Recomendaciones para norovirus para K-12

El Condado de Contra Costa colabora estrechamente con los centros escolares para mantener seguros y sanos a los estudiantes, al personal y a sus familias. El norovirus debe notificarse al Departamento de Salud Pública local cuando se produzcan brotes, hospitalizaciones o fallecimientos.

Síntomas:

Los síntomas de la enfermedad por norovirus suelen incluir náuseas, vómitos, diarrea y algunos calambres estomacales. A veces, las personas también tienen fiebre baja, escalofríos, dolor de cabeza, dolores musculares y cansancio. Las personas pueden sentirse repentinamente muy enfermas y vomitar con frecuencia o tener varios episodios de diarrea, pero la mayoría mejora en 1 o 2 días y no tiene efectos a largo plazo sobre la salud relacionados con la enfermedad. La diarrea es más común en los niños y los vómitos son más comunes en los adultos. La deshidratación puede ocurrir debido a la pérdida de líquidos a través de los vómitos y la diarrea.

Qué puede hacer para prevenir el norovirus:

Puede reducir sus probabilidades de enfermarse siguiendo estas sencillas pautas:

- Lavado frecuente de manos con agua y jabón (especialmente después de ir al baño y antes de manipular alimentos): los limpiadores de manos a base de alcohol no eliminan el norovirus.
- Desinfección inmediata de las superficies contaminadas con una solución de lejía recién preparada (1/3 de taza de lejía por cada galón de agua). Cuando se hayan producido vómitos, cierre inmediatamente el área y desinfecte todas las superficies dentro de un radio de 25 pies. Deseche cualquier alimento que haya estado en el área.
- Use guantes cuando limpie las superficies sucias.
- Lave la ropa y las sábanas sucias lo antes posible.
- No se bañe en una piscina o en cualquier agua recreativa si ha tenido recientemente una enfermedad diarreica.
- Quédese en casa durante la enfermedad y durante al menos 2 días (48 horas) después de que los síntomas hayan desaparecido.

- Los manipuladores de alimentos deben permanecer en casa durante la enfermedad y al menos 3 días (72 horas) después de que se hayan resuelto los síntomas.

Qué hacer si contrae norovirus:

Los niños deben ser excluidos de la guardería y de la escuela hasta 48 horas después de que hayan cesado los síntomas. Todas las personas con vómitos y/o diarrea NO deben utilizar piscinas, playas de baño, parques acuáticos recreativos, spas o jacuzzis durante al menos 72 horas (3 días) después de que hayan cesado los síntomas de diarrea y/o vómitos.

Para obtener más información, comuníquese con el departamento de Salud Pública de Contra Costa (Contra Costa Public Health) al 925-313-6740 o visite el sitio web, en <https://www.cchealth.org/health-and-safety-information/communicable-disease-program>. Para ver directrices para la escuela de CDPH, visite <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Schools/SymptomGuidance.aspx>.