

# Acerca del Norovirus

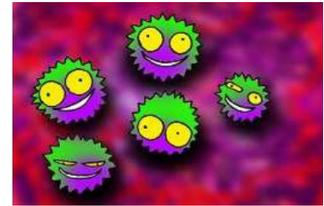
スペイン語版

El brote del norovirus comienza principalmente en períodos de frío. Sepa qué tipo de virus es y adopte medidas para prevenir la infección en su hogar.

## Conozcamos al Norovirus

Q1 ¿Qué tipo de virus es?

Dentro de los virus, el norovirus tiene una forma redondeada y es muy pequeño.



Q2 ¿Cuáles son los síntomas en caso de contagio?

Náuseas

Dolor abdominal

Diarrea

Fiebre



Q3 ¿Cómo se contagia el Norovirus?

Debajo se muestran las rutas de contagio, la más común es la boca.

Cuando tocamos pañales con heces o vómitos

A través de la tos de una persona infectada

A través de alimentos laborados por personas infectadas

Moluscos bivalvos (ostra, almeja, etc)



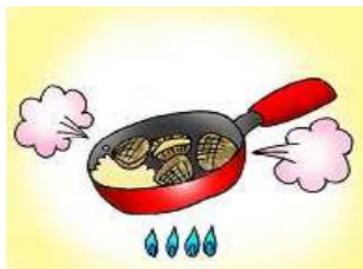
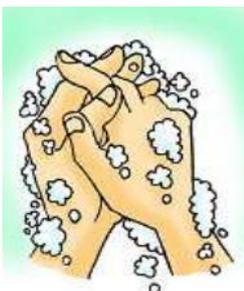
## Para evitar la infección por el norovirus

Lavarse las manos minuciosamente

Cocinar suficientemente

Limpiar y desinfectar profundamente los elementos de la cocina

Protegerse del virus※



※Cuando limpia el vómito, diarrea o heces del pañal, use guantes de goma, mascarilla y delantal para evitar la infección. Los desechos hay que tirarlos inmediatamente y terminada la limpieza desinfectar todo con cloro de cocina.

## Si alguien de la familia se contagia

Es frecuente el contagio en niños y ancianos, en los jardines de infantes y escuelas primarias, en los centros de bienestar para personas de edad avanzada y en lugares donde se juntan muchas personas. ¡Tanto el vómito como la diarrea está lleno de virus! ¡Limpiemos y desinfectemos bien!

### Cómo hacer fácilmente una solución antiséptica utilizando una botella de plástico

○ Lo que se necesita:

Cloro de cocina

Botella de plástico de 500ml (bien lavada)

Toallas de papel

Bolsas de plástico (colocar previamente en el cesto de basura)

Guantes de goma

Mascarilla, delantal, etc (para prevenir el contagio)

○ Procedimiento

**( 1 ) Preparar la solución desinfectante al 0.1% (1000ppm)**

Colocar en la botella de plástico 2 tapas de cloro para cocina	Agregar 500ml de agua y mezclar bien
--	--------------------------------------



**( 2 ) Retirar el vómito o diarrea y colocar en la bolsa de plástico**

Cubrir el vómito con la toalla de papel empapada en la solución desinfectante	Retirar el vómito lentamente y colocar en la bolsa de plástico
---	--



**( 3 ) Desinfectar la zona contaminada**

Limpiar varias veces con una toalla de papel humedecida con desinfectante. Luego varias veces con agua	Poner en la bolsa de plástico los guantes y toallas de papel utilizados. Sobre ello agregar desinfectante y cerrar herméticamente
--	---



## Para la desinfección del hogar preparar una solución más ligera

\* Solución ligera: Para una botella de 2 o 2.5 litros, 2 tapas de cloro( aprox. 200 a 250 ppm)

Lugar	Zona/tipo	Método de desinfección
Baño, lavabo, cuarto de baño	Inodoro, urinario, palanca del inodoro, manijas, grifo, bañera	Limpiar la zona con detergente, luego desinfectar con la solución ligera
Lugares donde hayan sido salpicados por vómito o diarrea, lugares donde se haya tocado con las manos contaminadas.	Piso, paredes, manijas de puertas, teléfonos	Empapar la toalla de papel con la solución ligera y limpiar
Cosas que estén en contacto con heces o vómito (pijama, ropa interior, sábana, etc)	Pijama, ropa interior, sábanas, pañales de tela, etc	Después del lavado, remojar durante 30 minutos en la solución ligera y volver a lavar. También la plancha a vapor y el secador de futón son eficaces
Cosas contaminadas	Mascarilla, toallas de papel	Tirar en bolsas de plástico

2012 中央ろうきん助成プログラムにより

多文化社会の保健医療を考える会 JUNTOS 作成