

Cómo prevenir los brotes de norovirus

Los servicios de alimentos tienen un papel clave



20 millones

Cerca de 20 millones de personas se enferman a causa de los norovirus cada año, la mayoría debido al contacto cercano con personas infectadas o por comer alimentos contaminados.

#1



Los norovirus son la principal causa de brotes de enfermedades por alimentos contaminados en los EE. UU.



70 %

Los trabajadores infectados de la industria de alimentos causan cerca del 70 % de los brotes de norovirus por alimentos contaminados que se reportan.

A menudo los norovirus atraen la atención debido a los brotes en cruceros, pero esos son solo alrededor del 1 % de todos los brotes de norovirus reportados. Los norovirus son muy contagiosos y los brotes pueden ocurrir en cualquier lugar donde las personas se reúnan o se sirvan alimentos. Por lo general, las personas con norovirus vomitan y tienen diarrea. Es posible que algunas tengan que ser hospitalizadas y que incluso mueran. Las personas infectadas pueden transmitir los norovirus a los demás a través del contacto cercano o por medio de alimentos y superficies contaminados. Los trabajadores de servicios de alimentos que tengan norovirus pueden contaminar los alimentos y hacer que muchas otras personas se enfermen. De los brotes de norovirus en los cuales los investigadores reportaron la fuente de contaminación, el 70 % fue causado por trabajadores infectados de la industria de alimentos.

La industria de servicios de alimentos puede ayudar a prevenir los brotes de norovirus al hacer lo siguiente:

- Asegurarse de que los trabajadores se laven bien las manos y eviten tocar directamente los alimentos listos para comer, como frutas y verduras crudas, antes de servirlos.
- Certificar a los encargados de las cocinas y capacitar a los trabajadores de servicios de alimentos en prácticas de seguridad de los alimentos.
- Exigir que los trabajadores se queden en casa si están enfermos, y considerar el pago de días no trabajados por enfermedad y tener trabajadores listos para cubrir las ausencias de otros para que se cumpla dicha medida.

→ **Vea la página 4**
¿Quiere saber más? Visite

www.cdc.gov/Spanish/SignosVitales

Los brotes de norovirus por alimentos contaminados son comunes en entornos de servicios de alimentos.

Problema

Las personas infectadas con norovirus son muy contagiosas.

- ◇ Mientras están enfermas, arrojan miles de millones de diminutas partículas de virus en sus heces y vómitos. Basta una cantidad muy pequeña de norovirus —apenas 18 partículas de virus— para enfermar a otra persona. Las personas se pueden enfermar si están expuestas a una diminuta cantidad de heces o vómito de alguien infectado.
- ◇ Quienes están infectados son más contagiosos cuando tienen vómitos y diarrea, pero también pueden infectar a los demás antes de que aparezcan los síntomas y después de que se sientan mejor.
- ◇ Debido a que los síntomas aparecen repentinamente, una persona infectada que vomita en un lugar público puede exponer a mucha gente.

Los trabajadores de servicios de alimentos a menudo van al trabajo cuando están enfermos y pueden contaminar los alimentos.

- ◇ 1 de cada 5 trabajadores de servicios de alimentos ha reportado haber ido al trabajo mientras tenía

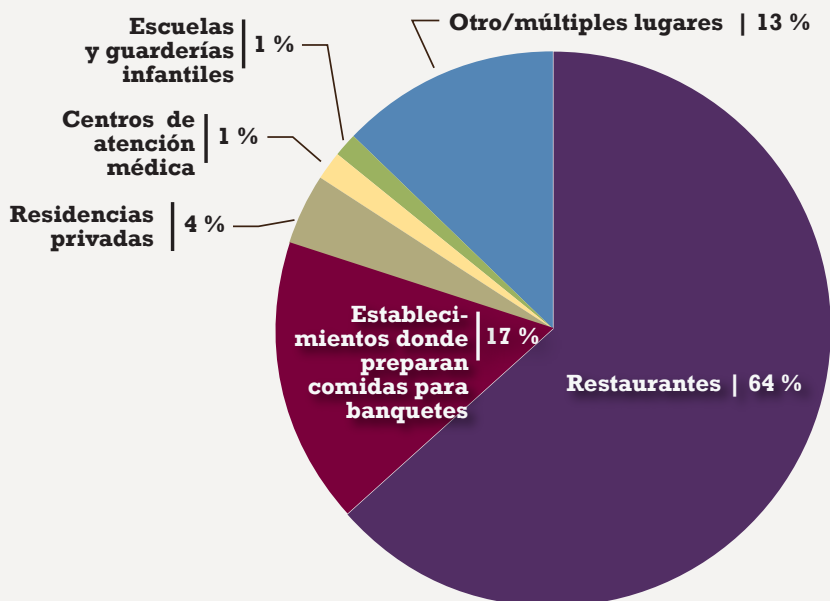
vómitos y diarrea. El temor a perder el empleo y dejar el lugar con poco personal fueron factores significativos en su decisión.

- ◇ De los brotes causados por trabajadores infectados, el 54 % fue causado por los que tocaron directamente los alimentos listos para comer. Los alimentos listos para comer son los que no necesitan más preparación antes de servirse, como las frutas y verduras crudas lavadas para ensaladas y sándwiches, los alimentos horneados y otros que ya se cocinaron.
- ◇ La observación de trabajadores de servicios de alimentos demostró que solo se lavan bien las manos 1 de cada 4 veces en que deberían hacerlo.

Los norovirus son difíciles de eliminar y permanecen en los alimentos, las superficies de la cocina y los utensilios. Pueden...

- ◇ Permanecer infecciosos en los alimentos incluso a temperaturas bajo cero y hasta que se calientan a más de 140 °F.
- ◇ Permanecer en las superficies y en los utensilios para servir alimentos hasta por 2 semanas.
- ◇ Resistir la acción de muchos desinfectantes y limpiadores de manos comunes.

¿Dónde ocurren los brotes de norovirus transmitidos por los alimentos?



Solo una pequeña cantidad de virus puede enfermar mucho a una gran cantidad de personas



Una cantidad muy pequeña de **norovirus** —apenas 18 partículas de virus— en los alimentos o en sus manos puede enfermarlo.

Eso significa que la cantidad de partículas de virus que cabe en la cabeza de un alfiler ¡sería suficiente para infectar a **más de 1000 personas!**

Maneras de prevenir los brotes de norovirus por alimentos contaminados

Los **encargados de las cocinas** deben ser capacitados y certificados en seguridad de los alimentos y asegurarse de que **todos los trabajadores sigan las prácticas de seguridad respectivas** detalladas en el **Código de Alimentos modelo de la FDA y las directrices de los CDC**.



Quédese en casa cuando esté enfermo

Los trabajadores de servicios de alimentos deben quedarse en casa cuando tengan vómitos y diarrea, y hasta por lo menos 48 horas después de que desaparezcan los síntomas.



Evite tocar directamente los alimentos

Use cada vez utensilios y guantes desechables para evitar tocar directamente los alimentos listos para comer.



Cocine bien los mariscos

Evite servir ostras y otros mariscos poco cocidos (por debajo de los 140 °F).



Lave las frutas y verduras

Lave cuidadosamente las frutas y verduras antes de prepararlas y servir las.



Lávese las manos

Lávese todas las partes de las manos y las zonas expuestas de los brazos frotándolas vigorosamente con agua tibia y jabón, durante al menos 20 segundos, en un lavamanos.



Limpie y desinfecte las superficies y los utensilios

Limpie y desinfecte regularmente las superficies de la cocina y los objetos que se tocan con frecuencia, con un producto a base de cloro u otro desinfectante aprobado por la Agencia de Protección Ambiental para usarse contra los norovirus.



Lo que se puede hacer



El gobierno federal

- ◊ Trabaja con las agencias estatales y locales para fomentar la adopción de todas las disposiciones del Código de Alimentos modelo de la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) —incluida la salud e higiene del trabajador—, y que se hagan cumplir de manera eficaz.
- ◊ Financia los esfuerzos estatales y locales para detectar, responder, investigar y reportar los brotes de norovirus más meticulosamente.
- ◊ Aumenta la capacidad de los laboratorios para la detección molecular avanzada a fin de detectar rápidamente la fuente de los brotes de norovirus y hacerle seguimiento, por medio del uso de secuencias y análisis del genoma.



Los gobiernos estatales y locales pueden

- ◊ Adoptar y hacer cumplir todas las disposiciones del Código de Alimentos modelo de la FDA para resguardar los alimentos de mejor manera.
- ◊ Investigar meticulosamente los brotes de norovirus para identificar las fuentes y causas, y mejorar las estrategias de control.
- ◊ Participar en los esfuerzos de vigilancia respaldados por los CDC para mejorar el seguimiento y la evaluación de los brotes, incluidos el Sistema Nacional de Notificación de Brotes, el Sistema Nacional de Información de Evaluación Ambiental Voluntaria, la red de Centinelas para las Pruebas y Seguimiento de los Norovirus (Norovirus Sentinel Testing and Tracking), y CaliciNet.



La industria de servicios de alimentos puede

- ◊ Obedecer las leyes y normas de seguridad de los alimentos.
- ◊ Certificar a los encargados de las cocinas y capacitar a los trabajadores de servicios de alimentos en prácticas de seguridad de los alimentos.
- ◊ Establecer políticas que exijan que los trabajadores se queden en casa cuando tengan vómitos y diarrea, hasta por lo menos 48 horas después de que desaparezcan los síntomas.
- ◊ Fomentar un ambiente laboral que promueva que los trabajadores enfermos se queden en casa al considerar medidas como el pago de los días no trabajados por enfermedad y un plan de personal

que cuente con trabajadores listos para cubrir las ausencias de otros.

Los trabajadores de servicios de alimentos pueden



- ◊ Decirle a un supervisor cuando tengan vómitos y diarrea.
- ◊ Lavarse las manos cuidadosamente y con frecuencia, con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos (el tiempo que toma cantar la canción de “Cumpleaños feliz” dos veces), en especial después de usar el baño.
- ◊ Usar cada vez utensilios y guantes desechables para evitar tocar directamente los alimentos listos para comer.
- ◊ Limpiar y desinfectar regularmente las superficies de la cocina y los objetos que se tocan con frecuencia, con un producto a base de cloro u otro desinfectante aprobado por la Agencia de Protección Ambiental para usarse contra los norovirus.
- ◊ Cerrar, limpiar y desinfectar inmediatamente las áreas donde una persona haya vomitado o haya tenido diarrea.
- ◊ Lavar cuidadosamente las frutas y verduras, y evitar servir ostras y otros mariscos poco cocidos (por debajo de los 140 °F).

Todos pueden



- ◊ Lavarse las manos cuidadosamente y con frecuencia, con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos, y evitar preparar alimentos para otras personas cuando estén enfermos.
- ◊ Reportar al departamento de salud local las enfermedades que se sospeche que fueron transmitidas por alimentos.
- ◊ Visitar www.FoodSafety.gov para obtener la información más reciente.

www.cdc.gov/Spanish/SignosVitales

www.cdc.gov/mmwr

Para más información:

Teléfono: 1-800-CDC-INFO (232-4636)

Línea TTY: 1-888-232-6348

Sitio web: www.cdc.gov

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

1600 Clifton Road NE, Atlanta, GA 30333

Fecha de publicación: 3 de junio de 2014

CS247813B MLS-248529A