CDC Signosvitales™
Junio de 2014

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

National Center for Immunization and Respiratory Diseases
Division of Viral Diseases

Problema

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

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.

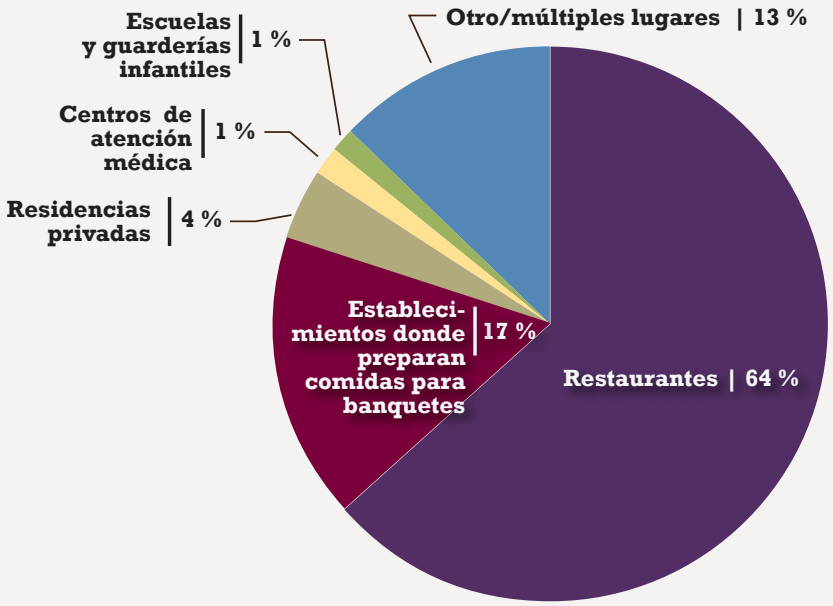
Los trabajadores de servicios de alimentos a menudo van al trabajo cuando están enfermos y pueden contaminar los alimentos.

- 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...

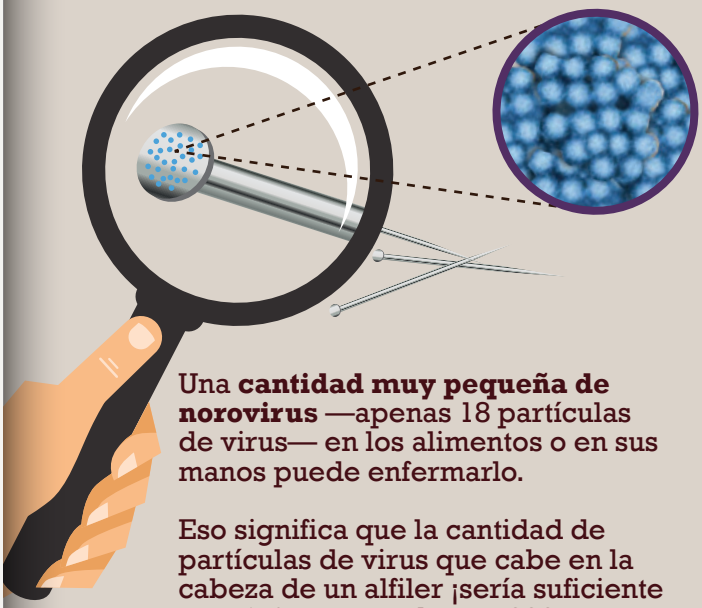
- Permanecer infecciosos en los alimentos incluso a temperaturas bajo cero y hasta que se calientan a más de 140 °F.
- Permanecer en las superficies y en los utensilios para servir alimentos hasta por 2 semanas.
- Resistir la acción de muchos desinfectantes y limpiadores de manos comunes.

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



FUENTE: Signos Vitales, Informe Semanal de Morbilidad y Mortalidad (MMWR), 3 de junio de 2014.

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!**

FUENTE: MMWR, 4 de marzo de 2011.

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.

Cocine bien los mariscos

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

Evite tocar directamente los alimentos

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

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.

Lave las frutas y verduras

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

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.

FUENTES: Código de Alimentos de la Administración de Alimentos y Medicamentos de los EE. UU., 2013, http://www.fda.gov/foodcode, MMWR, 4 de marzo de 2011.

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
CS247813-B MLS-248529-A