

Norovirus

What Is Norovirus?

Norovirus is a virus that causes diarrhea and vomiting. It's sometimes called the stomach flu or stomach bug, but norovirus (NOR-uh-vy-ris) isn't related to the flu.

What Are the Signs & Symptoms of Norovirus Infection?

About a day or two after contact with norovirus, a person may have symptoms such as:

- nausea and vomiting
- watery diarrhea
- belly pain

Some people might also have a fever, chills, headache, or muscle aches. Sometimes norovirus causes no symptoms, but infected people can still pass the virus to others.

A child with a norovirus infection who has a lot of diarrhea and vomiting can get dehydrated and feel lightheaded or dizzy.

Kids with other health problems may have more severe symptoms.

Is Norovirus Contagious?

Yes. Norovirus spreads easily, even before someone has symptoms. Sometimes an infected person can spread it for weeks after they feel better. Anyone can get a norovirus infection, especially if they spend time where many people gather, like at childcare centers and schools and on cruise ships.

The virus is in the poop or vomit of infected people. It can get on an object or surface, especially when someone doesn't wash their hands well after using the toilet or changing a diaper. Kids can get the virus if they put their fingers in their mouths after touching a contaminated toy or surface.

People also can get infected from eating or drinking contaminated food or water (then, it's known as food poisoning), and even by breathing in the virus if they're close enough to an infected person who vomits.

How Is Norovirus Diagnosed?

Health care providers usually diagnose a norovirus infection based on symptoms, rather than a test.

If a child's symptoms are severe, the provider may test the blood, poop, or pee.

How Is Norovirus Treated?

Most norovirus infections get better on their own. As your child recovers at home:

- They should get plenty of rest.

- Give lots of fluids to help your child stay hydrated.
- Give an oral rehydration solution (such as Pedialyte, Enfalyte, or a store brand) to replace lost fluids. It has the right amount of water, sugar, and salt for kids. You can buy it at drugstores or grocery stores without a prescription. You also can give frozen electrolyte pops or broth.
- Don't give your child any medicines unless recommended by their health care provider. Note: Antibiotics only work against bacteria, so doctors don't use them to treat norovirus.
- Make sure your child washes their hands well and often to prevent the virus from spreading.
- When your child's vomiting stops, offer small amounts of foods. A child who isn't throwing up can eat a regular diet if they feel up to it. It may take time for them to feel like eating. There's no need to avoid dairy products unless they make the vomiting or diarrhea worse. Your child may need to avoid greasy or fried foods until they feel better.

How Long Does Norovirus Last?

Symptoms of norovirus infection usually last about 2–3 days.

Kids with a norovirus infection should not go to school or childcare until their vomiting and diarrhea has stopped for 24 hours. They also should not go in swimming pools until they're well again. Children in diapers should stay out of pools until their diarrhea has stopped for 7 days.

Can Norovirus Be Prevented?

It isn't possible to completely prevent the spread of norovirus, and there's no vaccine for it.

If someone in your household has a norovirus infection, take steps to help protect other family members:

- Wash your hands for at least 20 seconds with soap and water before and after caring for or cleaning up after the sick person. Don't use alcohol-based hand sanitizers because they won't kill the germs.
- Wear rubber gloves and a face mask when cleaning up vomit or poop.
- Wipe soiled surfaces and toilet areas using a diluted bleach solution (5 tablespoons of bleach in a gallon of water). Leave the bleach solution in place for at least 10 minutes before wiping it away. (The bleach solution may discolor colored items.)
- Clean soiled clothing using the:
 - washing machine's longest cycle and hot water settings
 - dryer's high heat setting

When Should I Call the Doctor?

In most cases symptoms get better in a few days.

Call the doctor if your child:

- goes more than a few hours without drinking
- has signs of dehydration, such as a dry mouth, few tears when crying, peeing less than 3 times a day, or no wet diaper in 4–6 hours

- still has diarrhea or vomiting after a few days
- develops a high fever
- vomits blood, or has bloody diarrhea or severe belly pain

Medically reviewed by: Elana Pearl Ben-Joseph, MD

Date reviewed: April 2022

Note: All information on KidsHealth® is for educational purposes only. For specific medical advice, diagnoses, and treatment, consult your doctor.

© 1995-2025 The Nemours Foundation. All rights reserved.

Images provided by The Nemours Foundation, iStock, Getty Images, Veer, Shutterstock, and Clipart.com.



Norovirus

¿Qué es el norovirus?

El norovirus es un virus que causa diarrea y vómitos. La infección a veces se llama gripe estomacal o gripe intestinal, pero el norovirus no está relacionado con la gripe.

¿Cuáles son los signos y los síntomas de las infecciones por norovirus?

En torno a un día o dos después de entrar en contacto con el norovirus, una persona puede presentar síntomas como los siguientes:

- náuseas y vómitos
- diarrea acuosa
- dolor abdominal

Algunas personas también pueden tener fiebre, escalofríos, dolor de cabeza y/o dolores musculares. A veces, la infección por norovirus no causa ningún síntoma, pero las personas infectadas pueden seguir contagiando el virus a otras personas.

Un niño con una infección por norovirus que tenga mucha diarrea y vómitos se puede deshidratar, tener la sensación de que se le va la cabeza o marearse.

Los niños con otros problemas de salud pueden presentar síntomas más graves.

¿Es contagioso el norovirus?

Sí. El norovirus se contagia con gran facilidad, incluso antes de que la persona infectada presente síntomas. A veces, las personas infectadas pueden transmitir la infección durante semanas después de encontrarse mejor. Cualquier persona puede contraer esta infección, sobre todo, si pasa tiempo en lugares donde se reúne la gente, como los centros de preescolar, las escuelas y los cruceros.

El virus se encuentra en las heces y los vómitos de la personas infectadas. Se puede depositar en objetos o superficies, sobre todo, cuando las personas no se lavan bien las manos después de ir al baño o de cambiar los pañales. Los niños pueden contraer el virus si se meten las manos en la boca después de tocar una superficie contaminada.

La gente también puede contraer el virus al comer o beber alimentos o agua contaminados (esto se conoce como intoxicación alimentaria), y también al inspirar el virus si está lo bastante cerca de una persona infectada que vomita.

¿Cómo se diagnostican las infecciones por norovirus?

Los profesionales de la salud suelen diagnosticar una infección por el norovirus basándose en los síntomas, más que en una prueba.

Si los síntomas son graves, el profesional de la salud puede pedir un análisis de sangre, heces u orina.

¿Cómo se tratan las infecciones por norovirus?

La mayoría de las infecciones por norovirus remiten por sí solas. Mientras su hijo se esté recuperando en casa:

- Debería descansar mucho.
- Dele abundantes líquidos para mantenerlo bien hidratado.
- Dele una solución de rehidratación oral (como Pedialyte, Enfalyte, o la marca genérica) para compensar todos los fluidos que haya perdido. Estos sueros contienen la cantidad adecuada de agua, azúcar y sales para los niños. Puede comprar estos sueros en farmacias o supermercados sin necesidad de receta médica. También puede darle polos de electrolitos congelados o caldo.
- No le dé a su hijo ningún medicamento, a menos que se lo recomiende el profesional de la salud que lo atiende. Aviso: los antibióticos solo funcionan contra las bacterias, por eso los médicos no los usan para tratar el norovirus.
- Asegúrese de que su hijo se lava las manos a fondo y con frecuencia para prevenir el contagio.
- Cuando su hijo deje de vomitar, ofrézcale cantidades reducidas de comida. Si un niño no tiene vómitos, se puede alimentar con su dieta ordinaria si le apetece comer. Los niños con una infección por norovirus pueden tardar en tener apetito. No es necesario evitar los productos lácteos a menos que su consumo empeore los vómitos y/o la diarrea. Es mejor que su hijo evite los alimentos grasos y los fritos hasta que se encuentre mejor.

¿Cuánto duran las infecciones por norovirus?

Los síntomas de una infección por norovirus suelen durar 2-3 días.

Los niños con una infección por norovirus no deben ir a la escuela o a la guardería hasta que lleven 24 horas sin diarrea ni vómitos. Tampoco deberían bañarse en la piscina hasta que se vuelvan a encontrar bien. Los niños que llevan pañales no se deben bañar en la piscina hasta que lleven 7 días sin diarrea.

¿Se pueden prevenir las infecciones por norovirus?

Es imposible evitar completamente las infecciones por norovirus, y no existe ninguna vacuna contra este virus.

Si una persona de su casa tiene una infección por norovirus, siga los pasos necesarios para ayudar a proteger a los demás miembros de su familia:

- Lávense las manos durante un mínimo de 20 segundos con agua y jabón antes y después de cuidar o de limpiar a la persona enferma. No use gel antiséptico para manos elaborado con alcohol, porque no mata los gérmenes.
- Póngase guantes de goma y mascarilla cuando limpie el vómito o las heces de la persona enferma.
- Limpie las superficies manchadas y el cuarto de baño usando una solución de lejía diluida (5 cucharadas de lejía en cada galón [380 cl] de agua). Deje reposar la solución de lejía durante un mínimo de 10 minutos antes de usarla. (La solución de lejía puede decolorar los objetos.)
- Limpie la ropa sucia usando:
 - la lavadora en su ciclo más largo y con agua caliente

- la secadora programada al modo de temperatura más caliente

¿Cuándo debería llamar al médico?

En la mayoría de los casos, los síntomas de una infección por norovirus mejoran al cabo de pocos días.

Llame al médico si su hijo:

- se pasa más de unas pocas horas sin beber
- presenta signos de deshidratación, como sequedad de boca, pocas lágrimas o ausencia de lágrimas al llorar, orinar menos de tres veces al día o no mojar el pañal en 4-6 horas
- sigue teniendo diarrea o vómitos después de pocos días
- tiene fiebre alta
- vomita sangre, tiene diarrea sanguinolenta o dolor abdominal

Revisor médico: Elana Pearl Ben-Joseph, MD

Fecha de revisión: abril de 2022

Nota: Toda la información incluida en KidsHealth® es únicamente para uso educativo. Para obtener consejos médicos, diagnósticos y tratamientos específicos, consulte con su médico.

© 1995-2025 The Nemours Foundation. Todos los derechos reservados.

Imágenes proporcionadas por The Nemours Foundation, iStock, Getty Images, Veer, Shutterstock y Clipart.com.

