**3 hábitos de higiene que son clave para prevenir** **el norovirus**

* *El norovirus, o gripe estomacal, se ha expandido peligrosamente durante esta época invernal en países como* [*Estados Unidos*](https://www.cdc.gov/norovirus/php/reporting/norostat-data-table.html)*.*
* *Los especialistas de Karcher, líder mundial en soluciones de limpieza, brindan consejos útiles para evitar los contagios en el hogar.*

**Ciudad de México, 28 de enero de 2025.-** Los brotes virales son una amenaza constante para la salud pública. Y aunque siempre hay riesgo de contagiarse, el invierno trae consigo las condiciones idóneas para su proliferación. Hoy, el enemigo invisible que ha provocado una alta incidencia de casos en diferentes partes del mundo (España, Estados Unidos, entre otros) es el **norovirus**.

El también llamado virus de la gripe estomacal contagia cada año alrededor de 21 millones de personas en los Estados Unidos, con mayor incidencia entre noviembre y abril. Sin embargo, este invierno ha registrado cifras más altas en comparación con años anteriores, de acuerdo con datos de los [CDC](https://www.cdc.gov/norovirus/php/reporting/norostat-data-table.html).

Por eso, es fundamental que en las personas prevalezca un sentido de responsabilidad en cuanto a la **limpieza,** la cual consta de un conjunto de hábitos que previenen infecciones virales.

*“Este 2025, la gente tiene que adoptar un estilo de vida basado en la higiene preventiva. Esto significa desarrollar hábitos de cuidado personal como el lavado de manos, el lavado de dientes, hasta la rutina de limpieza profunda para eliminar suciedad, bacterias y virus. Ser consciente de lo anterior y contar con herramientas especializadas para el aseo doméstico garantizarán un entorno higiénico y saludable para la familia”,* comentó Sergio Almazán, instructor de la Academia **Karcher** en México.

Con esto en mente, el especialista de **Karcher** comparte tres recomendaciones para que las personas reduzcan el riesgo de contraer el norovirus.

**1.- Prioriza tu cuidado personal**

Este virus se puede transmitir al estar en contacto con una persona infectada y puede provocar los siguientes síntomas gastrointestinales: calambres estomacales, náuseas, vómitos y diarrea en sus víctimas. Por lo anterior, la primera barrera cuando estás fuera de casa es el **autocuidado**.

El [lavado de manos](https://www.paho.org/es/noticias/17-11-2021-higiene-manos-salva-vidas?utm_source=chatgpt.com) es un componente clave de la salud personal, porque previene alrededor del [50% de enfermedades ligadas con la diarrea](https://www.gob.mx/salud/prensa/216-lavado-de-manos-reduce-50-riesgo-de-enfermedades-diarreicas-en-la-ninez#:~:text=El%20correcto%20lavado%20de%20manos,del%20Hospital%20Ju%C3%A1rez%20de%20M%C3%A9xico%2C). Considera que debes efectuarlo con agua y jabón durante 20 segundos después de ir al sanitario y antes de manipular o comer alimentos. Además, las partículas del virus pueden incluso encontrarse suspendidas en el aire, lo que aumenta el riesgo de transmisión en lugares con alta concentración de personas. Por ello, es importante usar cubrebocas en estos entornos y llevar siempre gel antibacterial para complementar la higiene de manos.

**2.- Cuenta con un aliado experto en eliminación de virus y bacterias**

La limpieza preventiva va más allá de eliminar suciedad visible en las superficies del hogar. Cuando se trata de anticiparte al norovirus, coronavirus y otros agentes virales, tienes que limpiar y desinfectar todas las zonas de alto contacto. Es cierto que la batalla contra los brotes virales es complicada, pero **no te vuelvas loco con esta tarea.** Limpiadores de vapor como la solución [**SC 2**](https://www.kaercher.com/mx/home-garden/limpiadoras-de-vapor.html) **de Karcher** son una herramienta eficaz para eliminar hasta el 99.9% de bacterias y virus de todo tipo. Este método de limpieza natural cuenta con grandes beneficios:

* **Sostenible:** No requiere productos químicos.
* **Eficiente:** Mejor rendimiento que los detergentes convencionales.
* **Multi aplicación en el hogar:** Pisos, azulejos, ventanas, regaderas, espejos, superficies.

Aplica esta alternativa de limpieza natural después de que alguien en tu hogar haya tenido diarrea o vómito, ya que podrían ser focos de infección por norovirus. Además de eliminar a este agente viral, también cuidas el medio ambiente y te ahorras la compra de detergentes.

**3.- Vuélvete un fanático de la limpieza**

No es exageración, establecer una rutina diaria de limpieza es clave para minimizar el riesgo de propagación de cualquier fantasma viral. Dedica tiempo a desinfectar áreas de uso frecuente como interruptores de luz, controles remotos y teléfonos móviles, ya que suelen ser puntos de alto contacto que se pasan por alto.

Con metas específicas y [soluciones integrales de limpieza](https://www.kaercher.com/mx/home-garden/limpiadoras-de-vapor.html) vas a conseguir resultados excepcionales en cada rutina.

*“Cada año nos genera una enorme satisfacción ver que más personas se aficionan con la limpieza profunda. Desde hace 90 años, en Karcher nos fijamos el compromiso global de contribuir a que la sociedad tenga una vida más fácil, cómoda, saludable y radiante. Seguiremos innovando en nuestros reconocidos limpiadores de vapor e hidrolavadoras con Récord Guinness, así como en cada solución de nuestro portafolio para combatir todo tipo de virus y bacterias que quieran perturbar el orden mundial”,* concluyó el especialista de **Karcher**.

**Sobre Karcher**

Karcher es el proveedor líder de tecnología de limpieza en todo el mundo. La empresa familiar emplea más de 13,498 trabajadores en más de 160 filiales en 82 países. Para proporcionar un servicio de postventa continua en todo el mundo, dispone de 50 mil puntos de servicio en todos los países. Su pasión es tomarse en serio la responsabilidad de las personas, su cultura y su medio ambiente.

Para más información, visita [www.kaercher.com/mx](http://www.kaercher.com/mx)

**Contacto de prensa:**

Marco Polo Zúñiga

PR | Another Company

Cel. 55 5100 1814

E-mail: [marco.zuniga@another.co](mailto:marco.zuniga@another.co)