

El hantavirus es un virus que transmiten algunos roedores, como los ratones ciervo en Washington (véase foto a continuación). El hantavirus puede provocar una enfermedad poco común a la par que letal que se conoce como síndrome pulmonar del hantavirus (HPS, por sus siglas en inglés).

VÍAS DE CONTAGIO

El HPS se puede contraer al respirar el hantavirus. La inhalación del hantavirus puede tener lugar cuando la orina y los excrementos de roedores con hantavirus se remueven y las partículas de polvo derivadas contaminan el aire. El contagio también puede tener lugar al tocar orina, excrementos o materiales de nidos de ratones o ratas que estén infectados del virus si el individuo se toca los ojos, la nariz o la boca a continuación. También es posible contagiarse del HPS a consecuencia de la mordedura de un ratón o una rata. Los ratones ciervo habitan en zonas forestales y pueden formar sus nidos en casas, cobertizos, cabañas y demás estructuras y vehículos en los alrededores.

Las siguientes actividades pueden suponer riesgo de contagio:

- Limpieza inapropiada de orina, excrementos y nidos de ratones y ratas.
- Limpieza de una cabaña o cobertizo que haya estado cerrado durante un tiempo.
- Trabajo en zonas en las **que** es posible que habiten ratas y ratones (como establos).
- Exposición a materiales de nido de ratones o excrementos en un vehículo (por ejemplo, por medio del filtro de aire de cabina del vehículo, del sistema de conductos y del sistema de ventilación).



SÍNTOMAS

Los síntomas comienzan a manifestarse entre 1 y 8 semanas después de inhalarse el virus. Normalmente comienza con entre 3 y 5 días de síntomas parecidos a los de la gripe (como fiebre, dolor muscular, dolor de cabeza, náusea, vómitos y fatiga). A medida que la enfermedad va avanzando, provoca tos y dificultad para respirar a medida que los pulmones se van llenando de líquido.

El HPS es grave y normalmente es necesario hospitalizar a los pacientes que padecen HPS. Aproximadamente una de cada tres personas a las que se ha diagnosticado HPS ha fallecido.

Si ha estado expuesto a roedores o en edificios con plagas de roedores y tiene síntomas, consulte con su médico inmediatamente y coménteles que es posible que haya entrado en contacto con roedores.

PREVENCIÓN DE CONTAGIOS POR HANTAVIRUS

- Evite todo tipo de contacto con roedores silvestres.
- Asegúrese de que no haya roedores en su vivienda eliminando toda posible fuente de alimentación, hidratación y refugio:
 - ◇ En edificios, selle cualquier grieta o hueco que mida más de $\frac{1}{4}$ " que pudiera encontrarse en puntos tales como repisas de ventanas y umbrales de puertas, debajo de los fregaderos alrededor de las tuberías, en la cimentación del edificio, el ático, así como cualquier otro agujero por el que pudieran entrar roedores.
 - ◇ Almacene los alimentos (y la comida para mascotas) y la basura en recipientes gruesos de plástico o metal con tapas de cierre hermético.
 - ◇ Asegúrese de podar los árboles y no permita que haya plantas que crezcan en paralelo a su casa.
 - ◇ Almacene la leña a 18 "de alto y asegúrese de almacenarla en un lugar apartado de todo edificio.
- Si hay roedores en su vehículo, límpielo haciendo uso de las medidas de precaución que le ofrecemos en la siguiente página. Estas son algunas señales que indican presencia de roedores: olor fétido, cables u otros componentes del motor con marcas de mordiscos y materiales de nido y excrementos en el vehículo.
- Atrape a ratas y ratones de interior haciendo uso de trampas para roedores. Coloque las trampas cerca de los sitios en los que haya encontrado los excrementos. Continúe con el proceso de captura durante una semana. Si no logra capturar a ningún roedor, podrá determinar que la plaga activa ha quedado eliminada. También, después de pasar una semana, cualquier virus que pudiera quedar en la orina/excrementos o materiales de nido de los roedores ya no puede ser infeccioso.
- Después de seguir estos pasos, limpie las zonas infestadas de roedores tomando las precauciones oportunas (véase la siguiente página).

MÉTODO ADECUADO DE LIMPIEZA DE DESECHOS DE RATONES Y RATAS

- Antes de comenzar a limpiar, ventile el espacio abriendo varias puertas y ventanas durante al menos 30 minutos para que circule aire limpio. Abandone la zona mientras esté en proceso de ventilación.
- Póngase guantes de goma o de plástico. Puede usarse una máscara protectora contra el polvo, el moho y las fibras de aislamiento, aunque este tipo de máscaras no ofrece protección contra los virus.
- No pase la aspiradora ni la escoba ni haga nada que pueda levantar polvo.
- Impregne las zonas infectadas (ratones capturados, excrementos y nidos) de la mezcla de lejía y agua con un pulverizador:
 - ◇ Mezcle 1½ taza de lejía de uso doméstico con 1 galón de agua (o 1 parte de lejía por cada 9 partes de agua).
 - ◇ Permita que la zona quede en remojo durante 10 minutos y, a continuación, retire todo el material del nido, ratones o excrementos con papel de cocina húmedo y tire el papel de cocina a la basura.
 - ◇ Haga uso de un trapeador o esponja para limpiar la zona con una solución de lejía.
- Lave los guantes con desinfectante o agua y jabón antes de quitárselos. Quítese los guantes y lávese las manos con agua y jabón a continuación.
- Limpie todos los muebles tapizados y alfombras con vapor o con jabón espumoso especial y lave toda la ropa y las prendas de cama con agua caliente si observa que tienen orina o excrementos de rata o ratón.

INSTRUCCIONES PARA DESHACERSE DE RATAS O RATONES MUERTOS O NIDOS DE ROEDORES

- Siga estas instrucciones para ponerse y quitarse los guantes de manera segura.
- Rocíe roedores muertos y nidos con un pulverizador desinfectante y asegúrese de que queden empapados del producto.
- Meta el roedor muerto/nido y todos los materiales que haya usado para su limpieza en una bolsa, ciérrela herméticamente, métala en una segunda bolsa y cierre esta otra bolsa herméticamente también.
- Coloque la bolsa en un cubo de basura con tapa.

TOME MEDIDAS DE SEGURIDAD SIEMPRE QUE PRACTIQUE EL SENDERISMO Y LA ACAMPADA O TRABAJE AL AIRE LIBRE

- No toque ni alimente a ningún roedor silvestre bajo ningún concepto.
- Asegúrese de airear cabañas y refugios y de buscar señales que indiquen presencia de roedores a continuación. No pase la escoba en cabañas infectadas. Como alternativa, consulte y siga la guía de instrucciones para la desinfección de cabañas o refugios antes de pernoctar en estas estructuras.
- No instale tiendas de campaña ni coloque sacos de dormir cerca de excrementos o madrigueras de roedores.
- A ser posible, no duerma directamente en contacto con el terreno. Haga uso de tiendas de campaña con suelos o trapos que cumplan esa misma función.
- Conserve los alimentos en recipientes gruesos de plástico o metal con tapas de cierre hermético.
- Encárguese de los desperdicios teniendo en cuenta las restricciones específicas de la zona y asegúrese de guardarlos en recipientes a prueba de roedores hasta que se tiren a la basura como corresponda.

Para más información acerca de cómo prevenir infecciones por hantavirus, consulte https://www.cdc.gov/hantavirus/pdf/hps_brochure_sp.pdf