

## ¿Qué necesitas saber para prevenir el Síndrome pulmonar por Hantavirus (SPH) o hantavirosis?

### ¿Qué es el Síndrome pulmonar por Hantavirus (SPH)?

Los hantavirus son un grupo de virus transmitidos por roedores de campo. Algunos hantavirus pueden causar síndrome pulmonar por hantavirus (SPH).

### ¿Quién lo transmite?

Es una zoonosis, enfermedad transmitida de los animales al hombre. En Uruguay los reservorios naturales son: ratón colilargo chico (*Oligoryzomys flavescens*), colilargo grande (*Oligoryzomys nigripes*) y al ratón hocicudo (*Oxymycterus nasutus*), encontrados fundamentalmente en peridomicilio, bordes de caminos y cañadas.



Otros roedores, como ratones domésticos, ratas del tejado y ratas de Noruega, no transmiten SPH a las personas. Sin embargo como es difícil saber si un ratón tiene hantavirus o no, se debe evitar el contacto con todos ellos.

Los perros y los gatos no son reservorio de hantavirus, ni la padecen.

### ¿Cómo se transmite?

El hantavirus está presente en las heces, orina y saliva de los roedores. Al secarse permanecen en el polvo que se deposita en el suelo y otras superficies, volviendo al aire en forma de aerosol, cuando se limpia y especialmente al barrer. Las personas contraen HPS cuando inhalan hantavirus en esta forma, o partir de una mordedura de ratón. En Uruguay los genotipos del virus encontrados en humanos han sido Central Plata y Lechiguanas, ninguno de ellos presenta transmisión persona a persona.

### ¿Cómo nos exponemos al virus?

Los roedores son de difícil control y el virus está circulando en nuestro país, por lo que debemos aprender a convivir sin exponernos a situaciones de riesgo.

Las principales actividades de riesgo son:

- Manipular roedores o limpieza inadecuada de la orina del ratón, excrementos y nidos.
- Entrar a galpones, habitaciones o casas temporalmente cerradas con presencia de roedores.
- Acampar
- Alambrar
- Cortar el pasto

### ¿Cómo se manifiesta?

El período de incubación es de 1 a 5 semanas después de estar cerca de los ratones que portaban hantavirus.

Inicialmente, las personas con HPS pueden presentar:

- Fiebre, dolor de cabeza, mareos, escalofríos
- Dolores musculares severos, dolor de garganta
- Fatiga, náuseas, vómitos, diarrea y dolor de estómago

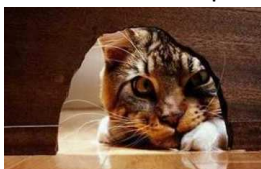
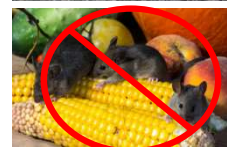
Después de unos días, puede agregarse dificultad para respirar.

### ¿Cómo se previene?

Se trata de un virus muy lábil sensible a la mayoría de los desinfectantes y a los rayos solares, por eso es importante airear y dejar que entre el sol en aquellos espacios que permanecen cerrados.

Se debe mantener a los roedores alejados de nuestra vivienda, para ello es necesario:

- Limpiar y desmalezar en, al menos, en un radio de 30 metros alrededor de la vivienda o lugar de trabajo.
- Mantener los domicilios, bodegas, galpones y otros recintos en buen estado, sellando todas las aberturas por las que pueda ingresar un roedor (por donde entra un pulgar pasa un ratón).
- Evitar el acceso de ratones a comida y agua. Mantener en orden cocinas, baños y lugares donde se almacenen alimentos, usando recipientes herméticos para las raciones de animales. Si no hay recolección de basura de manera periódica, enterrando los desechos.
- Acondicionar la leña en forma ordenada, lejos de la casa y rociarla regularmente con una solución de hipoclorito.
- Para acampar usar carpas con piso, cierre y sin agujeros.
- Caminar solamente por senderos habilitados, no internarse en matorrales o pastizales
- Lavar cubiertos, vasos y utensilios de cocina, inmediatamente después de usarlos platos
- No combatir los predadores naturales de los roedores (gatos, lechuzas, zorros, culebras)



### ¿Cómo ingresar a un lugar que ha estado cerrado?

1º) Usar un tapaboca o en su defecto un pañuelo que cubra nariz y boca, además de guantes de goma.

2º) Abrir puertas y ventanas, dejar que entre aire y sol durante media hora.

3º) Rociar los pisos con una solución de hipoclorito de sodio y dejar actuar otra media hora.

4º) Recién después de que se hayan cumplido estas dos etapas entrar a barrer evitando levantar el polvo, volviendo a humedecerlo de ser necesario.

5º) Lavarla con jabón y agua caliente la ropa de cama o cualquier prenda que haya podido estar en contacto con roedores.

### ¿Cómo limpiar correctamente la orina y los excrementos de ratones y ratas?

- Usar guantes de goma.



- Rociar abundantemente la orina y excrementos con un desinfectante o solución de hipoclorito (1 parte de hipoclorito de sodio + 9 partes de agua) y dejar actuar por 5 minutos.
- Limpiar con una toalla de papel.
- Tirar la toalla de papel en la basura.
- Volver a pulverizar desinfectante en la zona y terminar de limpiar con un trapo.
- Lavarse las manos enguantadas con agua y jabón o rociar el desinfectante o solución de hipoclorito en los guantes antes de quitárselos.
- Lavarse las manos con agua y jabón después de quitarse los guantes.

Nunca barrer o aspirar orina de ratón o rata, excrementos o nidos. Esto causará un aerosol de partículas virales aumentando el riesgo de enfermar.

### ¿Qué hacer con un ratón muerto en una trampa o un nido de roedores?

- Usar guantes de goma
- Rociar el ratón muerto, la trampa o el nido, y el área circundante, con un desinfectante o una solución de hipoclorito. Dejar en remojo 5 minutos.
- Colocar el roedor muerto o los materiales del nido en una bolsa de plástico, luego en una segunda y sellarla.
- Tirar la bolsa a la basura.
- Rociar los guantes con desinfectante antes quitárselos.
- Lavarse las manos con agua y jabón después de quitarte los guantes



### ¿Cómo controlar roedores?

El ideal es asesorarse con una empresa controladora de plagas que concurra al lugar y haga una evaluación completa de la situación.

Sea cual sea el método elegido, antes de su uso es necesario leer atentamente las instrucciones que acompañan al producto y cuidar especialmente que estén fuera del alcance de niños y mascotas.

- Si se van a usar trampas de resorte elegir el tamaño correcto de trampa. Colóquelas en áreas donde haya visto ratones o ratas, sus nidos, orina, excrementos, o comida mordisqueada. Detrás de la cocina, el microondas, el refrigerador, y en la parte posterior de placares y cajones. Las trampas de pegamento y las trampas de vida (que no matan al animal) no se recomiendan ya que pueden asustar a los ratones y hacerlos orinar, aumentando la diseminación del virus.
- Los rodenticidas o cebos envenenados deben usarse con precaución colocando bandejas de cebo o cebadores en o cerca de lugares donde hayan sido vistos ratones o ratas, excrementos o nidos. Revisarlos semanalmente y volver a llenarlos o moverlos según sea necesario por al menos 15 días.

