

## VIROSE

A virose é responsável por ocasionar graves problemas de saúde pública no Brasil, pode ser considerada qualquer tipo de doença resultante de uma infecção viral e apresenta curta duração, normalmente não ultrapassando 10 dias.

Existem muitos vírus que causam essa condição, porém os mais comuns são os Norovírus, Rotavírus e Vírus da Hepatite A.

### COMO OCORRE A CONTAMINAÇÃO?

A transmissão dos vírus pode ocorrer através do preparo de alimentos por manipuladores infectados, higiene pessoal deficiente, consumo de água e alimentos contaminados pelo vírus e contato com animais infectados.

### QUAIS OS SINTOMAS?

Os sintomas mais comuns causados pela virose são: diarreia, vômitos, náuseas, falta de apetite, dor muscular, dor de cabeça, secreção nasal e tosse.

Os sintomas podem variar de pessoa para pessoa, e não necessariamente um indivíduo com quadro de virose apresentará todos eles.

### COMO PREVENIR?

Alguns hábitos eficientes para minimizar o risco de contaminação são:

- Lavar as mãos frequentemente e corretamente, principalmente antes e após manipular os alimentos, antes e após ir ao banheiro, após tocar em superfícies ou em animais, e sempre que espirrar ou tossir.

- Manipular e higienizar os alimentos de forma correta, lavar os mesmos de forma adequada, bem como, cozinhar bem, para que não fique cru.

- Optar pelo consumo de água filtrada.

- Manter a vacinação em dia.

### QUAIS AS FORMAS DE TRATAMENTO?

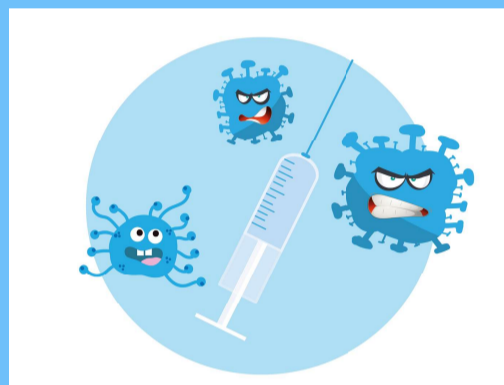
O tratamento da virose é baseado em repouso e fortalecimento do corpo, para que o sistema imunológico seja capaz de eliminar o vírus mais rapidamente.

As principais recomendações são:

- Manter-se bem hidratado.

- Manter uma alimentação equilibrada.

- Evitar atividades desgastantes.



### REFERÊNCIAS

GARCIA, J.; MACHADO, S. Vírus transmitido por alimentos. *Higiene Alimentar*, v. 2020, n. 02, p. e1029, 2020.

SANTANA, A. O que afinal significa o diagnóstico "virose"? – Food Safety Brazil. Disponível em: <<https://foodsafetybrazil.org/o-que-afinal-significa-o-diagnostico-virose/>>. Acesso em: 16 jan. 2025.

CAETANO, D.; LEON, E.; AZEVEDO, N. SciELO Books / SciELO Livros / SciELO Libros. [s.d.].



[HTTPS://WWW.SEATECHCONSULTORIA.COM.BR/](https://www.seatechconsultoria.com.br/)



AV. PREF. SEBASTIÃO FERNANDES, 240/109  
VESPASIANO - MG



@SEATECH\_SEGURANCAALIMENTAR



(31) 3291-7629

(31) 98674-4459



SEATECH@SEATECHCONSULTORIA.COM.BR