

# ENFERMEDAD DE MANOS, PIES Y BOCA

HAND, FOOT, AND MOUTH DISEASE



Hand, foot, and mouth disease (enfermedad de manos, pies y boca) (HFMD) es provocada por los enterovirus que se propagan durante todo el año. Cualquier persona puede contraer la HFMD, pero la mayoría de los casos se dan en bebés y niños pequeños en verano y otoño. La HFMD no suele ser grave, pero puede propagarse de forma rápida, en especial, en las escuelas y las guarderías. Los síntomas de la HFMD incluyen fiebre, llagas en la boca y sarpullido. En raras ocasiones, las personas infectadas con el virus que causa la HFMD pueden desarrollar inflamación del cerebro (encefalitis) o de las membranas que recubren el cerebro y la médula espinal (meningitis).



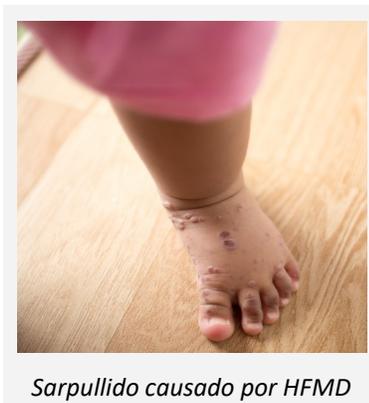
## ¿Qué causa esta enfermedad?

- ▶ Puede contraer la HFMD como consecuencia de lo siguiente:
  - ▶ Tener contacto con las gotitas respiratorias de la tos o el estornudo de una persona enferma.
  - ▶ Tocar las heces de una persona enferma (por ejemplo, cuando se cambian los pañales).
  - ▶ Tocar a una persona enferma (como besarla, abrazarla o compartir vasos o utensilios para comer).
  - ▶ Tocar objetos y superficies que tienen el virus (como juguetes, picaportes, tableros de mesa).



## ¿Cuáles son los signos y síntomas?

- ▶ La mayoría de las personas con HFMD tienen fiebre, síntomas parecidos a los de la gripe, llagas en la boca y sarpullido.
  - ▶ Las llagas en la boca suelen ser dolorosas y, a menudo, comienzan como pequeños puntos rojos en la lengua y el interior de la boca. Los bebés con llagas en la boca pueden dejar de mamar y deshidratarse.
  - ▶ El sarpullido suele aparecer en las manos y los pies. También puede aparecer en las nalgas, las piernas y los brazos.
  - ▶ El sarpullido tiene un aspecto de manchas rojas con o sin relieve que también pueden convertirse en ampollas. El líquido del interior de las ampollas puede contener el virus que causa la HFMD.



Sarpullido causado por HFMD



## ¿Cuáles son las opciones de tratamiento?

- ▶ La mayoría de las personas mejoran solas en un período de 7 a 10 días. Tomar medicamentos de venta libre puede aliviar la fiebre y el dolor causados por las llagas en la boca. Beber abundante cantidad de líquido puede ayudar a prevenir la deshidratación.
- ▶ Póngase en contacto con un médico si su hijo es menor de 6 meses, no bebe lo suficiente para mantenerse hidratado, los síntomas que presenta son graves (por ejemplo, la fiebre dura más de 3 días) o los síntomas duran más de 10 días.
- ▶ Los niños con HFMD pueden seguir asistiendo a la guardería y a la escuela si no tienen fiebre, no presentan babeo incontrolado con llagas en la boca y se sienten lo bastante bien como para asistir. En algunos casos, puede ser necesario que los niños se queden en el hogar para controlar un brote de HFMD.



## ¿Cómo se puede prevenir esta enfermedad?

- ▶ Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Asegúrese de lavarse las manos después de cambiar pañales, ir al baño, sonarse la nariz, y antes y después de cuidar a un enfermo.
- ▶ Limpie y desinfecte con frecuencia superficies y objetos que se tocan, incluidos juguetes y picaportes.
- ▶ Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca si no se ha lavado las manos.
- ▶ Evite el contacto estrecho con los enfermos, como con abrazos o besos.

