

## Enfermedad De Mano-Pie-Boca- Hoja informativa

### ¿Qué es la enfermedad de manos, pies y boca?

La enfermedad de manos, pies y boca (HFMD) es una enfermedad común de bebés y niños. Un grupo de virus llamados enterovirus causa la enfermedad. HFMD a menudo se confunde con la fiebre aftosa de bovinos, ovinos y porcinos. Aunque los nombres suenan iguales, las dos enfermedades no están relacionadas en absoluto y son causadas por diferentes virus.

### ¿Cuáles son los síntomas de la enfermedad de manos, pies y boca?

Los síntomas generalmente comienzan de 3 a 6 días después de la exposición al virus. Los síntomas pueden incluir fiebre, dolor de garganta, llagas dolorosas en la boca y sarpullido. La erupción cutánea aparece como manchas rojas planas o elevadas, algunas con ampollas. La erupción generalmente no pica, y generalmente se ve en las palmas de las manos y las plantas de los pies. También puede aparecer en las nalgas, las piernas y los brazos. La mayoría de las personas mejoran en 7-10 días.

### ¿Cómo se propaga la enfermedad de manos, pies y boca?

HFMD se propaga fácilmente a través del contacto de persona a persona; a través de las gotitas producidas cuando alguien enfermo con HFMD tose, estornuda o habla; o por contacto con una superficie u objeto que ha sido contaminado por la saliva (baba), moco nasal, líquido de ampollas o caca de una persona infectada.

### ¿Cuánto tiempo son contagiosas las personas?

Una persona con HFMD es más contagiosa durante la primera semana que está enferma. Sin embargo, a veces una persona aún puede propagar el virus durante semanas, incluso si ya no se ve o se siente enferma.

### ¿Quién contrae la enfermedad de manos, pies y boca?

HFMD es más común en niños menores de 5 años, pero cualquier persona puede contraerla. No todas las personas infectadas se enferman. Una persona puede contraer HFMD más de una vez porque hay diferentes virus que causan esta enfermedad.

### ¿Qué tratamiento está disponible para las personas con enfermedad de manos, pies y boca?

No hay tratamiento específico disponible para este tipo de virus. La mayoría de las personas mejoran por sí solas. Los medicamentos de venta libre como el paracetamol o el ibuprofeno pueden ayudar con la fiebre, los dolores o el dolor de las úlceras bucales. Nunca le dé aspirina a los niños. El agua potable puede ser dolorosa con llagas en la boca, pero asegúrese de que las personas con HFMD se mantengan hidratadas.

### ¿Las personas infectadas necesitan mantenerse en casa y no ir a la escuela, al trabajo o a la guardería?

En general, las personas con HFMD pueden regresar a la escuela, al trabajo o a la guardería cuando no tienen fiebre, no tienen babeo incontrolado con llagas en la boca y se sienten lo suficientemente bien como para participar en las actividades habituales. Las personas con HFMD deben prestar especial atención a lavarse las manos adecuadamente.

### ¿Cómo puedo protegerme y proteger a mi familia de contraer enfermedades de manos, pies y boca?

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de cambiar pañales, usar el baño, sonarse la nariz, toser o estornudar; antes de tocarse la cara; y antes y después de cuidar a alguien que está enfermo. El gel desinfectante puede sustituirse cuando las manos no están visiblemente sucias.
- Limpie las superficies "sucias" o contaminadas y los artículos sucios primero con agua y jabón, y luego desinfectelos con una solución diluida de cloro que contenga cloro (hecho mezclando aproximadamente 1/4 taza de cloro con un galón de agua).
- Evite el contacto cercano (p. ej., besar, abrazar, compartir utensilios) con niños con HFMD.