

Enfermedad de mano, pie y boca

HOJA INFORMATIVA

¿Qué es la enfermedad de mano, pie y boca?

La enfermedad de mano, pie y boca es muy contagiosa y la provoca un virus. Por lo general se presenta en verano y a inicios de otoño. Con frecuencia afecta a niñas y niños pequeños en campamentos de día de verano y guarderías. No es lo mismo que la fiebre aftosa, que principalmente afecta a animales.

¿Cuáles son los síntomas?

- Inicio repentino de fiebre
- Dolor de garganta
- Aparecen pequeñas ampollas blancas en la boca de 1 a 2 días después de que empieza la fiebre
- Pérdida de apetito
- Náuseas y vómito
- Sarpullido con manchas rojas y a veces con ampollas, en las palmas de las manos y las plantas de los pies, así como en rodillas, codos, glúteos o zona genital

¿Cómo se trata?

- No hay un tratamiento específico para esta enfermedad.
- Tome muchos líquidos para evitar la deshidratación.
- Para la fiebre, use medicamentos sin aspirina (acetaminofén, ibuprofeno).
- Use enjuagues bucales o aerosoles para adormecer el dolor en la boca.
- Si cree que usted o su hija o hijo tiene síntomas de la enfermedad de mano, pie y boca, comuníquese con su proveedor de atención médica.

¿Cómo se contagia?

La enfermedad se transmite de persona-a-persona por contacto directo con las secreciones de la nariz, garganta, heces o líquido de las ampollas de la persona infectada. Las personas infectadas son más contagiosas durante la primera semana de la enfermedad pero aún pueden transmitir la infección semanas después de que sus síntomas hayan desaparecido.

¿Cómo se previene?

La enfermedad de mano, pie y boca se puede prevenir evitando el contacto directo con la persona infectada, y manteniendo una buena higiene, que incluye:

- Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar y tira los pañuelos usados en la basura.
- Lávate las manos muy bien, sobre todo después de cambiar pañales, usar el baño y después de tener contacto con pañuelos.
- Lávate las manos antes de preparar los alimentos.
- Limpia y desinfecta las superficies que se tocan con frecuencia y los objetos de uso compartido, incluidos los juguetes y las perillas de las puertas.
- Talla los pisos del baño y la tapa del inodoro con una solución de 1 cucharada de cloro en un galón de agua, preparada a diario.
- No compartas utensilios para comer o beber.
- Evita el contacto cercano, como besar y abrazar.