

La enfermedad de manos, pies y boca (Hand, Foot, and Mouth Disease)

[Locutor] Este podcast es una presentación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

Si usted cuida a niños, necesita tener la información sobre la enfermedad de manos, pies y boca. Hola, soy la doctora Eileen Schneider, una epidemióloga médica de los CDC. La enfermedad de manos, pies y boca es contagiosa y es causada por un virus. Afecta principalmente a los niños menores de cinco años, pero los niños mayores y los adultos también la pueden contraer. Esta enfermedad a veces se confunde con la fiebre aftosa (conocida en inglés como enfermedad de pies y boca), pero una no tiene nada que ver con la otra. La fiebre aftosa afecta solamente a los animales.

En este podcast, aprenderá cuáles son los síntomas de la enfermedad de manos, pies y boca, cómo se propaga y cómo se pueden proteger usted y sus hijos para no infectarse.

Si contrae esta enfermedad, podría tener fiebre, menos apetito, dolor de garganta y una sensación de malestar leve. Uno o dos días más tarde, podría presentar llagas dolorosas en la boca. También podría tener un sarpullido que no causa picazón en las palmas de las manos y las plantas de los pies. Este sarpullido también puede aparecer en rodillas, codos y otras partes del cuerpo. El sarpullido tiene la apariencia de puntos rojos planos que pueden convertirse en bultitos o ampollas. En los Estados Unidos, las personas generalmente contraen la enfermedad en la primavera, el verano y el otoño.

La enfermedad de manos, pies y boca usualmente es leve y la mayoría de las personas se recuperan por completo entre 7 y 10 días. Pero los niños pueden tener una cantidad significativa de molestias. Las llagas dolorosas en la boca pueden hacer que sea difícil tragar, lo que puede llevar a la deshidratación. Si su hijo tiene problemas para beber líquidos, o si a usted le preocupan los síntomas, llame a su proveedor de atención médica de inmediato.

Si se infecta con los virus que causan la enfermedad de manos, pies y boca, podría no tener todos los síntomas. Tal vez solo tenga llagas en la boca o sarpullido. Y algunas personas, incluida la mayoría de los adultos, ni siquiera presentan síntomas. Pero aun así pueden transmitir el virus a otros.

Los virus que causan la enfermedad de manos, pies y boca se propagan fácilmente cuando una persona infectada tose o estornuda y las gotitas son inhaladas por las personas que están a su alrededor. Usted también se puede infectar al tocar una superficie que tiene virus, como un juguete o la manija de una puerta, y luego tocarse los ojos, la nariz o la boca.

Los virus también se pueden propagar a través del líquido de una ampolla o las heces de una persona infectada. Esto con frecuencia ocurre al cambiar un pañal o al enseñar a los niños a usar el baño. Las personas con la enfermedad de manos, pies y boca son más contagiosas durante la primera semana en que aparecen los síntomas.

Para ayudar a proteger a los demás contra la infección, usted debería quedarse en su casa mientras tenga la enfermedad de manos, pies y boca. Mantenga a los niños en casa hasta que

desaparezca la fiebre y las llagas se hayan curado. Esto ayudará a reducir el contagio de la enfermedad, pero no la eliminará completamente.

El virus que causa la enfermedad de manos, pies y boca puede vivir en el cuerpo de una persona durante semanas, incluso después de que desaparezcan los síntomas. Si no está seguro de cuándo volver al trabajo o enviar a sus hijos de vuelta a la escuela, pregúntele a su proveedor de atención médica.

Si contrae la enfermedad de manos, pies y boca, no hay tratamiento. La enfermedad es causada por un virus y los antibióticos no funcionan en contra de los virus. Usted puede ayudar a aliviar los síntomas al usar un enjuague bucal o un aerosol en la boca que disminuye el dolor. Los medicamentos que se venden sin receta pueden ayudar a reducir el dolor y la fiebre, pero nunca se les debe dar aspirinas a los niños.

No hay una vacuna para la enfermedad de manos, pies y boca, pero hay cosas que usted puede hacer para ayudar a protegerse y proteger a sus hijos.

- Lávese frecuentemente las manos con agua y jabón, en especial después de cambiar pañales y de ir al baño.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca si no se ha lavado las manos.
- Evite el contacto cercano con una persona infectada, como al darse besos, abrazos y compartir vasos y cubiertos.
- Y desinfecte las superficies que se tocan frecuentemente, como los juguetes y las manijas de las puertas.

Para obtener más información sobre la enfermedad de manos, pies y boca visite el sitio web de los CDC <https://www.cdc.gov/spanish/> y seleccione “Enfermedad de manos, pies y boca” del índice de la A a la Z.

[Locutor] Para obtener la información de salud más precisa, visite <https://www.cdc.gov/spanish/> o llame al 1-800-CDC-INFO, es decir, 1-800-232-4636.

MLS- 274927-A