



ENFERMEDAD DE MANOS, PIES Y BOCA

La enfermedad de manos, pies y boca (HFMD, por sus siglas en inglés) es una enfermedad contagiosa que es causada por diferentes virus. Es común en los bebés y niños menores de 5 años porque todavía no tienen inmunidad (protección) contra los virus que causan la enfermedad. Sin embargo, los niños mayores y los adultos también pueden contraerla. En los Estados Unidos es más común que las personas contraigan la enfermedad de manos, pies y boca en primavera, verano y otoño.

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

Los síntomas generalmente incluyen los siguientes:

- Fiebre
- Pérdida del apetito
- Dolor de garganta
- Sensación de malestar
- Llagas dolorosas en la boca, que normalmente comienzan como puntitos rojos planos.
- Un sarpullido de puntitos rojos planos que pueden convertirse en ampollas en la palma de las manos y la planta de los pies y, a veces, en las rodillas, los codos, las nalgas o el área genital.

¿Se puede prevenir?

No hay una vacuna que proteja contra la enfermedad de manos, pies y boca. No obstante, usted puede disminuir el riesgo de infectarse con los virus que la causan al tomar unas medidas sencillas:

- Lávese frecuentemente las manos con agua y jabón durante 20 segundos, especialmente después de cambiar pañales, y ayude a los niños pequeños a hacer lo mismo.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca si no se ha lavado las manos.
- Evite el contacto cercano, como dar besos y abrazos, o compartir vasos o cubiertos con las personas que tengan esta enfermedad.
- Desinfecte las superficies y los objetos que se tocan con frecuencia, como los juguetes y las manijas de las puertas, especialmente si hay alguien enfermo.