

ENFERMEDAD DE MANOS, PIES Y BOCA

¿Qué es la enfermedad de manos, pies y boca (HFMD)?

La enfermedad de manos, pies y boca (conocida en inglés como HFMD) es una enfermedad virósica que afecta principalmente a bebés y niños. Entre los síntomas se pueden mencionar fiebre, sarpullidos y ampollas o manchas rojas en la boca.

La HFMD no está relacionada con la enfermedad de pies y boca (también conocida como aftosa). A pesar de que las dos enfermedades tienen nombres similares, el virus que las origina es diferente. La HFMD sólo afecta a las personas mientras que la enfermedad de pies y boca sólo afecta a animales tales como vacas, cerdos y ovejas.

¿Qué causa la HFMD?

La HFMD es causada por varios virus diferentes que pertenecen a la familia de los enterovirus, entre ellos, el virus coxsackie y el enterovirus 71. El virus coxsackie A16 es una causa muy común de la HFMD.

El enterovirus 71 ha sido responsable de grandes brotes de HFMD en Asia. Durante los brotes de HFMD causados por el enterovirus 71, algunos pacientes se enfermaron de gravedad.

¿Quiénes corren riesgo de contraer HFMD?

La HFMD es común en los bebés y en los niños menores de 10 años, pero también puede afectar a niños mayores, adolescentes y adultos. Una persona puede infectarse si se encuentra expuesta a un tipo de enterovirus al que no ha estado expuesta anteriormente. Sin embargo, algunas personas infectadas no desarrollan la enfermedad.

¿Cuáles son los síntomas de la HFMD?

Usualmente, los primeros síntomas de la HFMD son fiebre, dolor de garganta, pérdida del apetito y náuseas (malestar). Uno o dos días luego de que comienza la fiebre, aparecen pequeñas manchas rojas en la boca en la parte interior de las mejillas, en las encías y en la lengua. Las manchas pueden convertirse en ampollas o úlceras. También pueden desarrollarse sarpullidos en las manos, los pies y en las nalgas, y algunas veces en los brazos y las piernas. El sarpullido presenta manchas rojas que pueden o no tener relieve y ampollas. No todas las personas afectadas por esta enfermedad desarrollan todos estos síntomas.

Los síntomas de la HFMD suelen ser leves y generalmente desaparecen por sí solos en 7 a 10 días. Sin embargo, muy pocas veces, la HFMD puede causar complicaciones. Una de estas complicaciones es la meningitis virósica (aséptica). Los síntomas de la meningitis virósica incluyen dolor de cabeza, rigidez en el cuello y fiebre. A veces, las personas con meningitis virósica deben ser hospitalizadas. Muy pocas veces la HFMD puede causar también encefalitis (inflamación del cerebro). La encefalitis es una enfermedad grave que puede causar la muerte.

¿Cómo se transmite la HFMD?

La HFMD se transmite comúnmente a través del contacto con la materia fecal, mocos, flema, líquido de las ampollas o saliva de la persona infectada. A menudo, el virus se transmite cuando una persona infectada que no se lavó las manos toca a otra o contamina una superficie. El virus que causa la HFMD puede sobrevivir por períodos prolongados en las superficies de un entorno.

El período de mayor riesgo de contagio de una persona con HFMD es durante la primera semana de la enfermedad, pero puede continuar siendo contagiosa durante varias semanas después de que los síntomas desaparecen.

¿Cuánto tardan en aparecer los síntomas?

Los síntomas de la HFMD aparecen generalmente entre 3 y 7 días después de la exposición inicial y la infección.

¿Cómo se diagnostica la HFMD?

Por lo general, los médicos diagnostican la HFMD basándose en la edad, los síntomas y el tipo y la ubicación de los sarpullidos o ampollas del paciente. Generalmente, no es necesario que el médico realice una prueba para diagnosticar esta enfermedad. A veces, el médico puede tomar una muestra de la garganta o de líquido de una ampolla o de materia fecal para analizar qué tipo de enterovirus está causando la enfermedad.

¿Cómo se trata la HFMD?

No existe un tratamiento específico. La mayoría de los niños con HFMD se recuperan por sí solos. Las personas con HFMD deben hacer reposo y tomar líquidos para evitar deshidratarse. Un proveedor de servicios de salud también puede recomendarle medicamentos para controlar la fiebre y el dolor.

Las ampollas en la boca pueden ocasionar dolor y dificultad al tragar, por lo cual algunos niños pueden negarse a beber líquidos. Si no beber líquidos provoca una deshidratación grave, quizás deban administrarse líquidos por vía intravenosa.

¿Cómo se puede prevenir la HFMD?

Todos los familiares de la persona con HFMD deben lavarse las manos cuidadosamente con agua y jabón luego de ir al baño, cambiar pañales o tener cualquier tipo de contacto con mocos, flema, materia fecal o líquido de las ampollas. Los juguetes y las superficies deben lavarse primero con agua y jabón y luego deben limpiarse con una solución de lejía diluida (agregar $\frac{1}{4}$ de taza de lejía en un galón de agua). Los niños con HFMD deben permanecer en su casa y no asistir a la guardería o a la escuela hasta que cese la fiebre y las ampollas de la boca hayan sanado. Los adultos enfermos deben permanecer en su casa y no asistir al trabajo hasta que los síntomas desaparezcan.

¿Cómo puedo obtener más información acerca de la HFMD?

Si tiene alguna pregunta con respecto a la HFMD, póngase en contacto con su médico o departamento de salud local.

[NOTE TO LOCAL EDUCATIONAL AGENCIES (LEAS): The California Department of Education (CDE) expresses appreciation to Claudia J. Erickson and the California Department of Public Health (CDPH) for their permission to translate the CDPH's "HFMD Prevention." As a form of assistance to LEAs, the CDE offers this translation free of charge. Because there can be variations in translation, the CDE recommends that LEAs confer with local translators to determine any need for additions or modifications, including the addition of local contact information or local data, or modifications in language to suit the needs of specific language groups in the local community. If you have comments or questions regarding the translation, please e-mail the Clearinghouse for Multilingual Documents (CMD) at cmd@cde.ca.gov.]