

# Enfermedad de Manos, Pies y Boca (HFMD)

Estimados padres o tutores,

Se le ha proporcionado esta hoja informativa:

- Porque usted o su hijo(a) pueden haber estado expuestos a la enfermedad de manos, pies y boca (HFMD).
- Sólo con fines informativos.

---

## Información General Sobre la Enfermedad de Manos, Pies y Boca (HFMD)

### ¿Qué es HFMD?

- Es una enfermedad causada por un virus que pertenecen al "grupo de los enterovirus".
- Es común entre bebés y niños menores de 5 años.
- Se puede transmitir fácilmente.
- Por lo general, no es grave.
- Es más común en el verano y a principios de otoño.
- La enfermedad de manos, pies y boca a menudo se confunde con la fiebre aftosa (que en inglés se llama: foot-and-mouth disease o hoof-and-mouth disease) y que afecta al ganado vacuno, las ovejas y los cerdos.

### ¿Quién puede contraerla?

- Cualquier persona puede contraer HFMD, incluso si la ha tenido antes.
- La mayoría de los casos ocurren en niños menores de 5 años.
- Si está embarazada y cree que ha estado expuesta o tiene HFMD, póngase en contacto con su proveedor de atención médica.

### ¿Cuáles son los síntomas?

- Fiebre (la Academia Americana de Pediatría define la fiebre como una temperatura de 100.4°F [38°C] o más alta)
- Llagas en la boca que pueden provocar dolor al tragar.
- Erupción cutánea que comienza como manchas rojas y a menudo se convierten en ampollas llenas de líquido.
  - Las ampollas generalmente aparecen en las palmas de las manos, los dedos y las plantas de los pies.
  - Las ampollas también pueden aparecer en otras partes del cuerpo.
- La mayoría de los síntomas desaparecen en 7 a 10 días.
- Algunas personas pueden no mostrar ningún síntoma, pero aún pueden transmitir el virus a otros.

### ¿Cómo se transmite?

- El virus se encuentra en:
  - En las gotitas de la tos, los estornudos y secreción nasal
  - Líquido de ampollas o costras

- Líquido o babas por llagas en la boca
  - Heces (caca)
  - El virus puede transmitirse cuando una persona que tiene HFMD tose o estornuda y otra persona respira las gotitas.
  - También puede transmitirse por:
    - tocar un objeto o superficie que tenga el virus y luego tocarse la boca, los ojos o la nariz.
    - compartir utensilios o tazas con alguien que tenga HFMD.
  - Los animales y las mascotas no pueden contraer ni transmitir HFMD.
  - Una persona puede transmitir HFMD durante semanas, incluso después de que desaparezcan los síntomas.
- 

### ¿Cómo Puedo Saber Si Mi Hijo(a) Tiene HFMD?

- Un proveedor de atención médica generalmente puede diagnosticar la HFMD basándose en los síntomas de una persona.
- Un proveedor de atención médica puede realizar una prueba de la HFMD con un hisopo de garganta o una muestra de heces (caca). Debido a que los resultados pueden tomar de 2 a 4 semanas, esta prueba generalmente no se realiza.

Si tiene preguntas adicionales o cree que su hijo(a) tiene HFMD, póngase en contacto con su proveedor de atención médica. Esta hoja informativa proporciona información general solamente.

---

### ¿Qué Puedo Hacer Si Mi Hijo(a) Tiene HFMD?

**Notifique inmediatamente a la guardería o preescolar si su hijo(a) tiene HFMD.**

#### ¿Cómo se trata?

- No existe un medicamento específico para la HFMD, pero puede tratar algunos de los síntomas para que su hijo(a) se sienta más cómodo(a). Hable con su proveedor de atención médica sobre las opciones de tratamiento.
- Los bebés de 3 meses o menos con fiebre igual o superior de 100.4°F (38°C) deben ser vistos un proveedor de atención médica.
- Dado que las llagas en la boca pueden ser dolorosas, es posible que los niños no quieran comer ni beber. Es importante que los niños tomen suficientes líquidos para prevenir la deshidratación.
- Hable con el proveedor de atención médica de su hijo(a) si le preocupan los síntomas de su hijo(a). **Si su hijo(a) muestra signos de deshidratación (moja menos pañales u orina menos de lo habitual, está más cansado de lo normal, mareado, tiene la lengua o labios secos o menos lágrimas), o tiene un fuerte dolor de cabeza o es necesario que lo vea un proveedor de atención médica de inmediato.**

#### ¿Cómo puedo ayudar a prevenir la propagación de HFMD?

- El virus se elimina fácilmente con agua y jabón.
- Lávese las manos con frecuencia, especialmente después de cambiar pañales, ir al baño, estornudar, toser o limpiarse la nariz.
- Cúbrase la nariz y la boca al toser o estornudar.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.

- Evite compartir vasos, cubiertos, alimentos y bebidas con cualquier persona que tenga HFMD.
  - Limpie bien los juguetes y otros objetos que los niños se llevan a la boca con agua y jabón.
  - Limpie y desinfecte las superficies del hogar.
- 

## ¿Debe Quedarse Mi Hijo(a) en Casa Y No Ir a la Guardería?

**Su hijo no debe asistir a la guardería si se ocurre una de las siguientes condiciones:**

- Tiene llagas en la boca con babeo.
- Tiene fiebre (temperatura de 100.4°F [38°C] o más) junto con otros síntomas de HFMD.
- Tiene ampollas con secreciones llenas de líquido.
- No se siente lo suficientemente bien como para participar en las actividades de la clase (por ejemplo: cansancio inusual, mal humor o irritabilidad, o llora más de lo normal).

**Por favor, siga la política de enfermedad de su programa de cuidado infantil.**

---

### Referencias:

American Academy of Pediatrics

- *Caring for our Children, Chapter 3 Health Promotion and Protection, 3.6 Management of Illness, 3.6.1 Inclusion/Exclusion Due to Illness*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5th Edition. Pages 101-102*

Centers for Disease Control & Prevention

- *Hand, Foot, and Mouth Disease (HFMD).* <https://www.cdc.gov/hand-foot-mouth/>

Child Care Health Program – Public Health Seattle & King County

- <https://kingcounty.gov/depts/health/child-teen-health/child-care-health/disease-prevention.aspx>.  
*Disease Prevention Website*

U.S. Department of Agriculture (USDA)

- *Foot and Mouth Disease website*  
<https://www.aphis.usda.gov/aphis/ourfocus/animalhealth/animal-disease-information/fmd/index>