

Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

Enfermedad de manos, pies y boca Un virus doloroso y muy contagioso — Síntomas y tratamiento

por Becky L. Spivey, M.Ed.

La enfermedad de manos, pies y boca (HFM) es una enfermedad viral muy contagiosa llamado coxsackie virus a16 y/o enterovirus 71. De hecho, es posible cuando escuche el médico de su hijo se refiere a él como el virus coxsackie. Los síntomas de la HFM enfermedades son difíciles de pasar por alto: llagas dolorosas parecidas a ampollas dentro y alrededor de la boca, en las palmas de las manos y plantas de los pies, en las nalgas y las piernas y en la garganta. La enfermedad es más común en bebés y niños y parece andar en bicicleta por nuestras escuelas, guarderías y otros lugares donde los niños se reúnen, pero los adultos también son susceptibles. El virus por lo general no dura más de una semana y aparece principalmente en verano y otoño.

La complicación más común de la enfermedad HFM es la deshidratación. Las llagas en la boca y la garganta hacen que tragar sea doloroso y difícil. Si la deshidratación es grave, pueden ser necesarios líquidos intravenosos (IV).

Este virus muy contagioso se propaga a través de la saliva, la mucosidad nasal y las heces infectadas (es decir, cambiar un pañal o cuando un niño pequeño tiene heces en sus manos y luego toca objetos que otros niños se llevan a la boca). A menudo, la enfermedad brota dentro de la comunidad local o vecindario o donde quiera que los niños jueguen juntos. El virus entra en la saliva de las llagas y pasa entre diferentes niños. También puede contraer el virus de alguien que tose muy cerca de ti.

Los primeros síntomas de la enfermedad de HFM aparecen unos días antes de la aparición de las lesiones. Podrías notar que el niño tiene



- Fiebre.



- Dolor o irritabilidad; los bebés, los niños pequeños y los niños mayores simplemente no parecen sentirse bien simplemente no actuando como ellos mismos).



- Ha estado bebiendo menos líquidos. Beber o comer es doloroso si el niño está desarrollando ampollas en la boca.

- Pérdida de energía y apetito.

Entonces verás...



- Lesiones rojas parecidas a ampollas en la lengua, las encías y el interior de las mejillas (algunas pueden ser dolorosas).



- Erupciones rojas (sin comezón) y ampollas en las palmas de las manos, las plantas de los pies y, a veces, las nalgas y las piernas.





Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres
(cont.)

Dado que la HFM es viral, no existe una cura rápida, pero los síntomas son muy manejables. Consultar siempre a su médico para que le aconseje sobre el tratamiento de la HFM.

El tratamiento generalmente incluye:



1. Mantener a los niños hidratados con mucha agua y líquidos frescos para ayudar con el dolor de la garganta. Los alimentos fríos, como las paletas heladas y los helados, también pueden ayudar.



2. Tratar la fiebre alta con medicamentos para bajar la fiebre (bajo la instrucción de un médico). Para el dolor y la fiebre, dele a su hijo acetaminofén (como Tylenol) o ibuprofeno (como Advil). No le dé aspirina a su hijo. La aspirina tiene una asociación con Síndrome de Reye, una enfermedad muy grave.



3. Evitar dar a los niños comidas y bebidas ácidas o picantes, como salsa o jugo de naranja. Estos alimentos pueden hacer que las llagas en la boca sean más dolorosas.

Los niños son más propensos a propagar la enfermedad durante la primera semana de la enfermedad (incluso antes aparecen las ampollas), pero el virus puede permanecer en las heces durante varios meses y puede propagarse rápidamente a otros. Para ayudar a prevenir la propagación de la enfermedad:



- Insista en que todos en su hogar se laven las manos con frecuencia, especialmente después de ir al baño. Eso es especialmente importante que los adultos se laven las manos después de tocar una ampolla o cambiar el pañal de un niño infectado.



- No permita que los niños infectados jueguen en contacto cercano con otros, compartir juguetes, o dar besos.



- Limpie los juguetes regularmente con toallitas antibacterianas y lave la ropa de la cama, mantas, ropa y pijamas con frecuencia durante y después de la enfermedad.

- Hable con el personal de la guardería o de la escuela sobre cuándo puede regresar su hijo.

Aunque la enfermedad de HFM es una enfermedad menor que causa solo unos pocos días de fiebre, signos leves y síntomas, una forma del virus coxsackie puede afectar el cerebro y causar síntomas muy graves (aunque son raras) complicaciones:



- **Meningitis viral.** Es una infección e inflamación de las membranas (meninges) y líquido cefalorraquídeo que rodea el cerebro y la médula espinal.

- **Encefalitis.** Esta enfermedad grave y potencialmente mortal afecta al cerebro inflamación causada por un virus. La encefalitis es rara.



Si sospecha que su hijo tiene la enfermedad de manos, pies y boca, comuníquese con su médico.

Más Handy Handouts® GRATIS, visite www.handyhandouts.com