



Recurso informativo dirigido fundamentalmente a la población, el cual tiene como objetivo, promover, informar y educar sobre los problemas de salud que afectan a la comunidad; para llevar un estilo de vida saludable que permita a las personas elevar el nivel de conocimiento y control sobre su salud, evitando así la aparición de otras patologías.

Enfermedad de manos, pies y boca. Información para pacientes



Enfermedad de manos, pies y boca

La enfermedad de manos, pies y boca (HFMD, por sus siglas en inglés) es común en los niños menores de 5 años, pero cualquier persona puede contraerla.

Por lo general, la enfermedad no es grave, pero es muy contagiosa.

Para prevenir la propagación de la enfermedad de manos, pies y boca, lávese las manos con frecuencia, limpie y desinfecte las superficies y evite el contacto cercano con otras personas.

La enfermedad de manos, pies y boca es una enfermedad común que generalmente causa fiebre, llagas en la boca y sarpullido en la piel. Se puede propagar rápidamente en las escuelas y guarderías infantiles. La mayoría de las personas mejoran por sí solas en 7 a 10 días.

¿Qué la causa?

La enfermedad de manos, pies y boca es causada por virus que pertenecen a la familia de los enterovirus:

El virus Cocksackie A16 es generalmente la causa más común de la enfermedad de manos, pies y boca. Otros virus Cocksackie también pueden causar la enfermedad.

El virus **Cocksackie A6** también puede causar la enfermedad de manos, pies y boca, y los síntomas podrían ser más graves.

El enterovirus 71 (EV-A71) ha sido asociado a casos y brotes en el este y el sureste de Asia. Aunque es raro, el EV-A71 ha sido asociado a enfermedades más graves, como la encefalitis (inflamación del cerebro).

¿Qué es la enfermedad boca, mano, pie?

- Enfermedad infecciosa común
- Afecta, principalmente, a niños menores de 5 años

Síntomas

- Llagas en la boca
- Erupción cutánea con manchas rojas y, ocasionalmente, con ampollas

Causas

- Poco apetito
- Dolor de garganta
- Poca energía
- Fiebre



Signos y síntomas

La mayoría de los niños tiene síntomas leves durante 7 a 10 días. Los síntomas pueden incluir:

La enfermedad de manos, pies y boca es una enfermedad común que generalmente causa fiebre, llagas en la boca y sarpullido en la piel. Se puede propagar rápidamente en las escuelas y guarderías infantiles. La mayoría de las personas mejoran por sí solas en 7 a 10 días.

Quiénes están en riesgo

La enfermedad de manos, pies y boca es más común en los bebés y los niños menores de 5 años.

Si está en estado de embarazo, comuníquese con su médico si cree que podría haberse expuesto a la enfermedad de manos, pies y boca. Si bien las complicaciones de la enfermedad de manos, pies y boca son raras, sus antecedentes médicos y qué tan avanzado esté el embarazo pueden afectar su situación.

¿CÓMO SE CONTAGIA?




Nerea
PEDIATRA

- **Fácil contagio:**

- **Directo** (persona-persona) a través de:
 - Secretiones de nariz y boca
 - Gotitas que se emiten al toser
 - Heces
 - Indirecto a través de objetos (pañuelos, juguetes, mesas...)
- Es más contagiosa al principio de la infección.
 - El virus permanece en heces o en las vías respiratorias **varias semanas** después de padecer la enfermedad
 - **Los niños pueden eliminar y diseminar el virus sin tener síntomas**

Cómo se propaga

La enfermedad de manos, pies y boca es causada por varios virus. Una persona infectada por uno de estos virus es contagiosa. Esto significa que puede pasarles el virus fácilmente a otras personas.

La enfermedad de manos, pies y boca se puede propagar a través del contacto con lo siguiente:

- Gotitas que contienen partículas de virus producidas cuando una persona estornuda, tose o habla
- Objetos y superficies que tienen partículas de virus
- Líquidos de ampollas
- Caca



Consejos para prevenir el virus boca-mano-pie

- 1. Lavarse las manos con agua y jabón.
- 2. Limpiar los juguetes, sobre todo si se comparten.
- 3. Limpiar de forma habitual todas las superficies.

 los consejos

Prevención

La enfermedad de manos, pies y boca es muy contagiosa. Para ayudar a prevenir el contagio o la propagación de la enfermedad:

- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente después de cambiar pañales, ir al baño, y toser, estornudar o sonarse la nariz.
- Ayude a los niños a lavarse las manos y mantenga las ampollas limpias.
- Evite tocarse la cara sin haberse lavado las manos, especialmente los ojos, la nariz o la boca.
- Limpie y desinfecte las superficies que se tocan frecuentemente y los objetos que se comparten, como los juguetes y las manijas de las puertas.
- Evite el contacto cercano con una persona infectada, como abrazarla o besarla.



Tratamiento y recuperación

La enfermedad de manos, pies y boca por lo general no es grave. La mayoría de las personas mejoran por sí solas en 7 a 10 días con un tratamiento médico mínimo o sin tratamiento. Puede tomar medidas para manejar los síntomas mientras usted, o su hijo o hija estén enfermos.

Maneje los síntomas en casa

Alivie el dolor y la fiebre. Tome medicamentos de venta libre para aliviar la fiebre y el dolor causado por las llagas en la boca. Nunca les dé aspirina a los niños.

Prevenca la deshidratación (pérdida de líquidos). Puede tomar medidas para aliviar los síntomas y prevenir la deshidratación mientras usted, o su hijo o hija estén enfermos. Beba suficientes líquidos. Las llagas en la boca pueden hacer que tragar sea doloroso, por lo que tal vez su hijo o hija no quiera beber mucho. Asegúrese de que beba suficientes líquidos para mantenerse hidratado.

Cuándo volver a la escuela

Debido a que la enfermedad de manos, pies y boca es usualmente leve, los niños pueden continuar yendo a la guardería o la escuela siempre que ocurra lo siguiente:

- No tengan fiebre.
- Se sientan lo suficientemente bien como para participar en la clase.
- No tengan babeo incontrolado con llagas en la boca.

Hable con el médico o especialista en pediatría de su hijo o hija si usted todavía no está seguro de cuándo está bien que vuelva a clase. A veces, el departamento

de salud local podría requerir que los niños con la enfermedad de manos, pies y boca se queden en casa para controlar un brote.



Autocuidados

Algunos alimentos y bebidas pueden irritar las ampollas de la lengua, la boca o la garganta. Prueba estos consejos para disminuir el dolor en las ampollas que tiene tu hijo. Estos consejos también pueden hacer que comer y beber sea más fácil.

- Chupa paletas heladas o trozos de hielo.
- Toma helado o sorbetes con un poco de lácteo.
- Bebe bebidas frías, como agua.
- Bebe bebidas calientes, como té.
- Evita los alimentos y bebidas ácidos, como las frutas cítricas, las bebidas de fruta y las gaseosas.

- Come alimentos blandos que no requieran masticar demasiado.

Si tu hijo puede enjuagarse la boca sin tragar, dile que lo haga con agua salada y tibia para que lo alivie. Haz que tu hijo se enjuague varias veces al día para aliviar el dolor y la inflamación de las llagas de la boca y la garganta.



Bibliografía

- 1- Herrera Ortiz José Uberli, Oblitas González Aníbal, Carranza Carranza Wilder Ovidio. Hand, foot and mouth disease in children: a systematic review. Horiz. Med. [Internet]. 2024 Jul [citado 2025 Ene 07]; 24(3): e2255. Disponible en:
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-558X2024000300018&lng=es. Epub 17-Sep-2024.
<http://dx.doi.org/10.24265/horizmed.2024.v24n3.17>.
- 2- Cabrera Escobar Deyanira, Ramos Plasencia Anet, Espinosa González Leticia. Enfermedad boca mano pie. Presentación de un caso. Medisur [Internet]. 2018 Jun [citado 2025 Ene 07]; 16(3): 469-474. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2018000300014&lng=es.
- 3- Pinela Baldeón DA, Moran Lema TT, Sánchez Anzules KL, Reina Pizarro RG. La enfermedad de mano, pie y boca: diagnóstico diferencial. RECIAMUC [Internet]. 1 de febrero de 2020 [citado 7 de enero de 2025]; 4(1):40-8. Disponible en:
<https://reciamuc.com/index.php/RECIAMUC/article/view/427>.
- 4- Asociación Española de Pediatría [sede web]. Madrid: Asociación Española de Pediatría; 2014, [actualizado 25 marzo 2023; acceso 13 enero 2024]. Salud [3 pantallas]. Disponible en: <https://enfamilia.aeped.es/temas-salud/enfermedad-boca-mano-pie>.
- 5- Laurencio Vallina SC, Álvarez Caballero M, Hernández Lin T. Enfermedad de boca, mano, pie en un lactante. MEDISAN [Internet]. 2019 [citado 14 enero 2024]; 23(1):106-113. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?>