



# Haviland Avenue School and Audubon Preschool

240 South Haviland Avenue · Audubon · New Jersey · 08106 · Phone: 856-546-4922 · Fax: 856-547-1248  
www.apsd.us

**Barbie Ledyard**

Principal  
Ext. 6212, bledyard@apsd.us

**Melissa Chisholm**

Administrative Assistant, Registrar  
Ext. 6212, mjchisholm@apsd.us

**Maria McCutcheon**

Counselor  
Ext. 6217, mmccutcheon@apsd.us

**Ann Rossi-Alston**

Haviland School Nurse  
Ext. 6207, arossi-alston@apsd.us

**Kristin Murphy-Slaton**

Audubon Park Preschool Nurse  
856-617-0918, kmurphy-slaton@apsd.us

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

La enfermedad de manos, pies y boca (HFM, por sus siglas en inglés) es una infección viral común que causa dolorosas ampollas rojas en la boca y la garganta, y en las manos, los pies y el área del pañal. El coxsackievirus causa la mayoría de las infecciones por HFM.

La HFM es contagiosa y se propaga fácilmente a través del contacto con las manos sucias, las heces (caca), la saliva (escupir), la mucosidad de la nariz o el líquido de las ampollas. La enfermedad de manos, pies y boca es común en bebés y niños menores de 5 años. **La mayoría de los niños tienen síntomas durante 7 a 10 días. Para prevenir la propagación de la enfermedad de manos, pies y boca, mantenga a su hijo en casa y no vaya a la escuela mientras tenga fiebre o ampollas abiertas en la piel y en la boca.**

Además de las ampollas, los niños suelen tener fiebre durante unos días y pueden deshidratarse porque les duele tragar líquidos.

No hay cura para la HFM ni vacuna para prevenirla, pero su médico puede recomendar atención domiciliaria para que su hijo se sienta más cómodo durante la recuperación.

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

Las ampollas causadas por HFM son rojas con una pequeña burbuja de líquido en la parte superior. A menudo se pelan, dejando una úlcera, que es una llaga con una base rojiza. Las plantas de los pies y las palmas de las manos pueden tener una erupción que puede parecer manchas rojas planas o ampollas rojas.

Ocasionalmente, puede haber un sarpullido rosado que no pica en otras partes del cuerpo, como las nalgas y los muslos. Sin embargo, algunos niños no tendrán más problemas que llagas en la parte posterior de la garganta (llamada herpangina).

Puede ser difícil para los padres saber si un niño (especialmente uno muy pequeño) tiene HFM si las llagas solo están dentro de la boca o la garganta. Es posible que los niños muy pequeños no puedan comunicar que tienen dolor de garganta. Pero si un niño deja de comer o beber, o quiere comer o beber con menos frecuencia, es una señal de que algo anda mal.

Un niño con HFM también podría:

- tiene fiebre, dolores musculares u otros síntomas similares a los de la gripe
- volverse irritable, irritable o dormir más de lo habitual
- empezar a babear (debido al dolor al tragar)
- solo quiero beber líquidos fríos
- tiene dolor de vientre, vómitos o diarrea



# Haviland Avenue School and Audubon Preschool

240 South Haviland Avenue · Audubon · New Jersey · 08106 · Phone: 856-546-4922 · Fax: 856-547-1248  
www.apsd.us

**Barbie Ledyard**

Principal  
Ext. 6212, bledyard@apsd.us

**Melissa Chisholm**

Administrative Assistant, Registrar  
Ext. 6212, mjchisholm@apsd.us

**Maria McCutcheon**

Counselor  
Ext. 6217, mmcutcheon@apsd.us

**Ann Rossi-Alston**

Haviland School Nurse  
Ext. 6207, arossi-alston@apsd.us

**Kristin Murphy-Slaton**

Audubon Park Preschool Nurse  
856-617-0918, kmurphy-slaton@apsd.us

## ¿Cómo se trata la HFM?

Puede darle paracetamol o ibuprofeno si su hijo está adolorido o irritable. **Nunca le dé aspirina** a niños o adolescentes, ya que puede causar una enfermedad rara pero grave llamada síndrome de Reye.

Los alimentos fríos como el helado, los batidos y las paletas heladas también ayudan a adormecer el área y serán un placer para los niños que tienen problemas para tragar (ie incluso para los que no los tienen!). Evite las bebidas calientes, las gaseosas y los alimentos ácidos (jugo de cítricos, salsa de tomate, etc.) porque pueden empeorar el dolor.

Los niños con ampollas en las manos o los pies deben mantener las áreas limpias y descubiertas. Lavar la piel con agua tibia y jabón y secar. Si se revienta una ampolla, aplique un poco de pomada antibiótica para ayudar a prevenir la infección y cúbrala con una pequeña venda.

Asegúrese de que su hijo beba muchos líquidos para mantenerse hidratado.

## ¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame a su médico si su hijo sigue muy irritable, no puede consolarlo, está lento o parece estar empeorando. También llame si ve signos de deshidratación, como boca seca o pegajosa, ojos hundidos y orinar menos de lo normal o menos pañales mojados.

## ¿Se puede prevenir la enfermedad de manos, pies y boca (HFM)?

Para evitar la propagación de la HFM, mantenga a los niños en casa y no vayan a la escuela ni a la guardería mientras tengan fiebre o ampollas abiertas en la piel y en la boca. Las personas con enfermedad de manos, pies y boca suelen ser más contagiosas durante la primera semana que están enfermas. A veces, las personas pueden transmitir el virus a otros durante días o semanas después de que desaparecen los síntomas o si no tienen ningún síntoma.

El lavado de manos es la mejor protección. Recuerde a todos en su familia que se laven las manos bien y con frecuencia, especialmente después de ir al baño o cambiar pañales, y antes de preparar o comer alimentos. Las superficies y los juguetes compartidos deben limpiarse con frecuencia con un desinfectante porque muchos virus pueden vivir en los objetos durante unos días.

Si tiene alguna pregunta o inquietud, comuníquese con la enfermera de la escuela de su hijo.