



¿Qué es el herpes simple?

El herpes simple está causado por el virus del herpes simple (VHS). Hay dos tipos: VHS-1 y VHS-2. El VHS-1 habitualmente infecta la piel que rodea la boca, mientras que el VHS-2 infecta la piel de los órganos sexuales. La mayoría de las infecciones por el VHS-1 se diseminan por contacto casual durante la infancia; el 80% de los adultos han estado expuestos a este virus. Por otro lado, el VHS-2 se disemina por contacto sexual. El síntoma más frecuente es la aparición de ampollas dolorosas alrededor de la boca u órganos sexuales. Las ampollas revientan, dejando una pequeña úlcera, que forma una costra antes de cicatrizar. Las ampollas del VHS-1, llamadas habitualmente "calenturas", pueden afectar a los ojos, aunque esto es poco frecuente. La mayoría de las personas infectadas nunca tiene síntomas. Las ampollas, si aparecen, ocurren días o semanas después de la exposición al virus. En algunas personas, pueden reaparecer meses o años después de que la persona haya sido infectada. Algunas personas tienen ampollas sólo una vez, mientras que otras las tienen de forma repetida. Con frecuencia, se siente picor, dolor, quemazón o cosquilleo antes de que se forme la ampolla.

¿Cuáles son los síntomas del herpes simple?

El síntoma más frecuente de la infección por el VHS es la formación de ampollas dolorosas alrededor de la boca y encías o de los órganos sexuales. Otros síntomas son:

- Dolor de los ojos, especialmente con la luz brillante
- Enrojecimiento de los ojos
- Cansancio
- Fiebre
- Dolor de cabeza
- Picor / comezon
- Dolor muscular
- Pus en las ampollas
- Lagrimeo
- Cosquilleo



¿Qué pruebas se necesitan?

Después de preguntarle por su historia médica y hacer una exploración física, es probable que el médico examine las ampollas y le diga si se deben al VHS. Puede recoger líquido de una ampolla para analizar la causa de la infección. También se puede realizar un análisis de sangre para comprobar la presencia de anticuerpos contra el VHS.

¿Qué tratamiento se necesita?

Si se detecta precozmente, su médico prescribirá un medicamento antiviral que facilite la desaparición de las ampollas. Algunas personas que tienen ampollas de forma repetida necesitan tomar fármacos para impedir que reaparezcan. También se pueden prescribir medicamentos contra el dolor.



Que hacer

- Informe a su médico si está embarazada o pretende estarlo
- Lávese las manos con agua tibia y jabón con frecuencia, en especial después de ir al baño, para evitar la diseminación de la infección
- Mantenga la piel que tiene ampollas limpia y seca
- Sea sincero con su pareja sobre la infección por el VHS
- Llame a su médico si empeoran los síntomas, si tiene fiebre o si aparece pus en las ampollas
- Avise inmediatamente a su médico o acuda a un servicio de urgencias si tiene un dolor de cabeza intenso, si le falta el aire, tiene dolor en los ojos o las luces brillantes le molestan



No hacer

- No bese ni comparta cubiertos ni objetos de aseo personal con otras personas mientras tenga síntomas porque puede diseminar la infección
- No mantenga relaciones sexuales hasta que usted o su pareja dejen de tener síntomas y su médico así se lo indique
- No se afeite la zona afectada
- No toque, frote ni arañe las ampollas
- No se toque los ojos cuando tenga síntomas
- No tome aspirina, ya que puede producir una enfermedad grave llamada síndrome de Reye



Tiempo de recuperación

- La mayoría de las ampollas desaparecen en 10-14 días y curan sin dejar cicatrices
- Los medicamentos reducen los síntomas y aceleran la recuperación
- En algunos casos, las ampollas reaparecen y deben recibir tratamiento de nuevo



¿Qué se puede hacer para que no vuelva a ocurrir?

- Evite el estrés físico y emocional porque puede hacer que vuelvan las ampollas
- Evite los resfriados y las gripes, ya que pueden hacer que vuelvan las ampollas
- Siga una dieta sana, duerma todo lo que pueda y haga ejercicio para fortalecer su sistema inmunitario
- Evite consumir demasiado alcohol, ya que puede debilitar su sistema inmunitario
- Evite pasar mucho tiempo al sol o broncearse, ya que puede hacer que vuelvan las ampollas
- Evite el contacto con personas que tienen una infección activa por el VHS
- Practique sexo seguro: use un preservativo de látex cada vez que tenga relaciones