

12.6. Calentura. Herpes labial

Es una enfermedad producida por un virus llamado herpes simple. La mayoría de las personas tienen este virus desde que son niños, aunque no lo hayan notado nunca.

Salen pequeñas ampollas en los labios o a su alrededor y suelen curarse en 7-10 días.

A veces, cuando se produce el primer contagio, se acompaña de muchas molestias: dolor de garganta, fiebre, inflamación de las encías, ampollas dolorosas en labios y boca. Se llama gingivostomatitis herpética y dura 1-2 semanas.

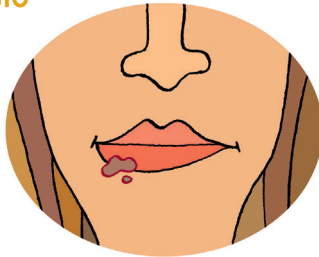
Después el virus se queda en nuestro cuerpo, pero de forma latente o adormecida. La mayoría de las personas no lo notan porque el virus no les produce ningún síntoma. En otras, el virus se activa y produce nuevos brotes de herpes labial o calentura. La frecuencia de los brotes es variable, algunos no volverán a tenerlo nunca, mientras que otros pueden tener varios brotes al año.

El virus puede propagarse a los ojos, produciendo una infección de la córnea o queratitis. La infección suele curarse sin dañar el ojo, pero las infecciones más graves pueden dejar cicatrices en la córnea.

¿Qué puede hacer?

PARA EVITAR EL CONTAGIO

- Las personas que tienen herpes labial pueden contagiar el virus a otras. Pero no se preocupe porque la mayor parte de las personas también lo tienen.
- Para evitar el contagio, no comparta vasos ni cubiertos con alguien que tiene un herpes labial y evite besos en los labios.
- Evitar también el rascado de las lesiones y el contacto con los ojos.
- Los niños con gingivostomatitis no deberían acudir al colegio hasta que las ampollas sean costras.
- Lávese las manos si ha tocado las lesiones.



SI TIENE UN HERPES LABIAL

- El herpes simple se cura igual con o sin tratamiento y desaparece por sí solo. Aplique hielo o un paño tibio para ayudar a aliviar el dolor.
- Las cremas antivirales para el herpes labial pueden acortar ligeramente los síntomas solo si se aplican de forma precoz.
- Lo más útil es evitar la sobreinfección; puede usar un antiséptico como clorhexidina.

SI TIENE GINGIVOESTOMATITIS HERPÉTICA

- Puede aliviar el dolor y la fiebre con medicamentos como paracetamol o ibuprofeno.
- Tome alimentos fríos y fáciles de tragar como purés y natillas. Evite los alimentos ácidos y con exceso de sal.
- Tome muchos líquidos.

PARA PREVENIR LA APARICIÓN DE NUEVOS BROTES DE HERPES LABIAL

- Entre las circunstancias que favorecen un nuevo brote, están las enfermedades crónicas, la fiebre, el cansancio o estrés, en algunas mujeres durante la regla, tomar el sol o morderse los labios repetidamente.
- Usted puede evitar algunas de estas situaciones:
 - Cuando vaya a tomar el sol, use un lápiz labial con protección solar.
 - Evite morderse los labios.
- Si tiene herpes labial más de 6 veces por año, se puede poner un tratamiento que le mejore.

PROTECTOR SOLAR



¿Cuándo consultar a su médico/a de familia?

- Si tiene fiebre y ampollas dentro de la boca.
- Si las lesiones duran más de 7-10 días, puede haber sobreinfección bacteriana.
- Si hubiera lesiones cerca de los ojos
- Si considera que tiene herpes labial con mucha frecuencia.

¿Dónde conseguir más información?

- <https://medlineplus.gov/spanish/coldsores.html>
- <https://www.healthychildren.org/spanish/health-issues/conditions/skin/paginas/herpes-simplex-virus-cold-sores.aspx>