

Herpes genital

Genital Herpes

¿Qué es el herpes genital?

El herpes genital es una infección de transmisión sexual causada por uno de los dos tipos de virus del herpes simple (VHS): herpes simple del tipo 1 (VHS-1) y herpes simple del tipo 2 (VHS-2). La mayoría de los canadienses tendrán al menos un tipo de VHS a lo largo de su vida. Si bien el herpes es una afección muy común, también conlleva una fuerte estigmatización que puede resultar en ansiedad, miedo y desinformación.

Para muchas personas, el herpes es una afección cutánea leve que aparece y desaparece sin causar ningún problema. Por esto, es posible que muchas personas no sepan que tienen el virus.

¿Cómo se transmite?

El herpes se transmite de una persona a otra a través del contacto directo con la piel de la persona infectada con el virus (p. ej. al besarse o a través de la actividad sexual, incluyendo el sexo oral), incluso si no tiene úlceras o llagas por herpes visibles.

El herpes también se puede transmitir si una persona se toca la parte del cuerpo infectada con el herpes y después toca inmediatamente la boca o los genitales de otra persona. El virus también se puede transmitir si se comparten juguetes sexuales sin cambiar el condón o sin lavar el juguete. Durante un brote primario inicial, la persona infectada puede pasar el virus a otra zona de su propio cuerpo si se toca las llagas y después otra parte del cuerpo (p. ej. si frota una ampolla de herpes labial y después se toca los genitales).

La posibilidad de transmitir el herpes es mayor cuando la persona tiene un brote activo (si presenta llagas, ampollas, o síntomas de alerta). Sin embargo, el VHS se puede transmitir aun si no se presentan síntomas (esto se denomina infección asintomática). Las mujeres que tienen un brote activo durante la etapa final del embarazo pueden transmitir la infección a su bebé durante el parto por vía vaginal.

¿Cuáles son los síntomas?

La mayoría de las personas nunca presentan síntomas, o los síntomas son tan leves que no saben que tienen el virus. A veces los síntomas podrían no ser aparentes durante meses o años. Los síntomas varían entre una persona y otra, y es posible que muchas personas con síntomas no se den cuenta de que estos están causados por el VHS.

Entre los síntomas se pueden incluir una o más llagas con aspecto de ampollas de agua, cortes o laceraciones en los genitales (exterior de los órganos sexuales), recto, ano o la

boca, manos y ojos. El herpes también puede causar ampollas alrededor de la boca (herpes labial u oral), lo que a menudo se denomina “fuego labial”, “calentura” o “ampolla febril”.

En las infecciones por herpes se distinguen tres diferentes tipos de brote:

- Brote primario (inicial o primero)
- Brote no primario (inicial o primero)
- Brote repetido

Un brote primario ocurre cuando alguien presenta los primeros síntomas de herpes; esto sucede generalmente entre 2 y 21 días (de promedio 6 días) tras el contacto con el virus.

Algunas personas pueden experimentar señales de alerta, lo que se denomina “pródromo”, que son síntomas como comezón, ardor y hormigueo en la piel, en la zona donde las ampollas o llagas pueden aparecer, seguidos de llagas de herpes dolorosas o pequeñas ampollas. Entre otros síntomas se pueden incluir dolor que baja por alguna de las dos piernas o en los glúteos, ganglios inflamados o sensibles en la zona de las ingles, fiebre, dolor al orinar, dolores corporales, sentimiento de cansancio o malestar. Estos síntomas son más comunes en un brote primario. Cuando las ampollas se rompen, aparecen úlceras poco profundas y dolorosas. Estas úlceras se cubren con costras y se curan generalmente entre 7 y 14 días. Un brote primario es generalmente peor que cualquier brote posterior o futuro.

Se denomina un brote no primario inicial cuando alguien que ya tiene un tipo de herpes contrae el segundo tipo de herpes. Generalmente es más leve y es poco probable que cause síntomas corporales completos.

Después del brote inicial, el VHS permanece en el cuerpo y se vuelve inactivo. No existe una manera de saber si, o con qué frecuencia, una persona tendrá brotes futuros (denominados “brotes repetidos”). Cuando los brotes repetidos se presentan, los síntomas normalmente aparecen en el mismo lugar donde aparecieron la primera vez.

Con el paso del tiempo, los brotes repetidos tienden a volverse menos frecuentes, los síntomas son más leves y, por tanto, comúnmente pasan desapercibidos. El herpes genital, causado por el VHS-1, generalmente no reaparece de manera frecuente.

¿Cuáles son las complicaciones?

Las complicaciones son poco frecuentes, pero algunas personas, especialmente aquellas con el sistema inmunitario debilitado, como las personas con el VIH, pueden tener dificultades para combatir el virus, y también pueden contraer

una infección secundaria en el ojo, en los dedos, articulaciones, garganta, colon, hígado, pulmones o cerebro.

Si está embarazada, y si usted o su pareja tienen antecedentes de herpes, es importante que informe de ello a su proveedor de asistencia sanitaria. Existen medidas que se pueden tomar para ayudar a prevenir la transmisión del virus al bebé. Las probabilidades de que esto pase son mayores si la madre tiene un brote primario inicial en el tercer trimestre. El herpes puede causar complicaciones serias en el bebé, incluyendo la muerte. Las mujeres que tienen el herpes genital antes de quedarse embarazadas corren un riesgo muy bajo de pasárselo a su bebé.

¿Cómo puedo saber si tengo herpes?

Generalmente, las pruebas de diagnóstico de herpes solo se hacen cuando hay llagas presentes. Visite a su proveedor de asistencia sanitaria lo antes posible, después de que aparezcan las llagas. El proveedor de asistencia sanitaria examinará la zona y es posible que tome una muestra de las llagas (alrededor de los genitales, el ano o la boca) o puede enviarle a que le hagan un análisis de sangre.

Si las llagas ya han empezado a curarse, es posible que el virus ya no se pueda detectar tomando una muestra. En este caso, el análisis puede dar negativo, aunque usted tenga herpes.

¿Cuál es el tratamiento?

Se pueden recetar medicamentos antivíricos cuando el herpes se presenta por primera vez o si las ampollas son muy dolorosas o recurrentes. Los tratamientos antivíricos no curan el herpes, pero pueden ayudar a disminuir las molestias y el tiempo de curación de una llaga. Los medicamentos funcionan mejor si se empiezan a tomar lo antes posible. Esto también puede disminuir la probabilidad de transmisión del herpes a otros al impedir que el virus se multiplique.

Para aliviar las molestias cuanto tiene síntomas, intente hacer lo siguiente:

- Tome acetaminofén (Tylenol) o ibuprofeno (Advil) para aliviar el dolor
- Use prendas de vestir holgadas y ropa interior de algodón
- Tome baños de agua tibia
- Mantenga el área infectada seca, p. ej. use el ajuste de aire frío de un secador después de bañarse, en vez de frotar la zona con una toalla
- Aplique una bolsa de hielo, envuelta en un trapo limpio, sobre las llagas
- Beba muchos líquidos para mantener la orina diluida (para disminuir el dolor al orinar). Si siente dolor al orinar, vierta agua tibia sobre los genitales mientras orina u orine mientras esté tomando una ducha o baño con agua tibia
- No use ungüentos o cremas medicinales, a menos que su proveedor de asistencia sanitaria se lo prescriba
- Evite romper las ampollas y el contacto sexual hasta que los síntomas hayan desaparecido

¿Puedo hacer algo para evitar los brotes repetidos?

Todavía no se conoce bien qué reactiva (desencadena) la reaparición de los síntomas del virus del herpes. Entre las posibles razones se incluyen:

- Fricción o un traumatismo en la zona genital
- Estrés
- Cambios hormonales (p. ej. periodo menstrual)
- Exposición a la luz ultravioleta (p. ej. camas de bronceado)
- Tomar cantidades excesivas de alcohol
- Sistema inmunitario debilitado (p. ej. quimioterapia, VIH)

Un estilo de vida saludable, como una dieta sana, dormir y descansar lo suficiente, ejercicio y reducir el estrés puede ayudar a disminuir el número de brotes. Utilizar un lubricante a base de agua durante las relaciones sexuales puede ayudar a disminuir la fricción y la irritación cutánea, que pueden desencadenar un brote en algunas personas.

¿Cómo puedo reducir el riesgo de transmitir o contraer el herpes?

El uso de condones ofrece una buena protección, pero no previene la transmisión del herpes por completo, porque no cubren toda la zona genital. Los condones también se pueden usar sobre los juguetes sexuales. Absténgase de tener sexo o evite el contacto piel con piel en la zona donde tenga llagas si se mantiene sexualmente activo durante un brote. Las barreras bucales también se pueden usar como protección durante el sexo oral. Hable con su proveedor de asistencia sanitaria sobre la terapia supresora (tomar un medicamento antivírico a diario) para ayudar a prevenir la transmisión del virus a su pareja. Lávese las manos si ha tocado una ampolla para prevenir la transmisión del virus a otra persona (o a otra zona de su cuerpo durante un brote primario). Hable con su(s) pareja(s) sobre el herpes antes de tener contacto sexual.

Para más información

Línea telefónica de Sex Sense

Un servicio informativo gratuito y confidencial de remisión para la salud sexual llamando al 1 800 739-7367 en cualquier parte de B.C. o al 604 731-7803 en Lower Mainland

Para obtener consejos sobre cómo hablar con su(s) pareja(s), consulte el material informativo Smart Sex Resource del BC Centre for Disease Control (BCCDC, Centro de BC para el control de enfermedades)

https://smartsexresource.com/sites/default/files/handouts/Herpes_Patient_Guide_web.pdf

Para obtener más información sobre la actividad sexual más segura y sobre cómo reducir el riesgo de contraer una ITS, consulte [HealthLinkBC File #08o Cómo prevenir las infecciones de transmisión sexual \(ITS\)](#).



BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea www.healthlinkbc.ca/health-library/healthlinkbc-files o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan una emergencia), vea www.HealthLinkBC.ca o llame al número gratuito 8-1-1. El número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el 7-1-1. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.