

Herpes genital

Genital herpes

¿Qué es el herpes genital?

El herpes genital es una infección de transmisión sexual (ITS) 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, para algunas personas puede conllevar un estigma que puede provocar ansiedad, miedo y desinformación sobre la enfermedad.

En 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 por contacto directo piel con piel con alguien que tiene el virus. Por ejemplo, al besarse o durante las relaciones sexuales, incluido el sexo oral. Puede transmitirse incluso cuando las llagas del herpes no son 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 preservativo o sin lavar el juguete.

Durante un brote primario inicial, la persona infectada puede pasar el virus a otra zona de su propio cuerpo. Esto puede ocurrir al tocarse las llagas y luego tocarse otra parte del cuerpo (p. ej. si se 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). Se puede contagiar el herpes aunque no haya síntomas (infección asintomática), pero es menos probable.

Las personas embarazadas con un brote activo en las últimas etapas del embarazo pueden transmitir el virus a su bebé durante el parto 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 pueden variar de una persona a otra. Muchas personas que presentan síntomas pueden no darse cuenta de que estos son causados por el VHS.

Entre los síntomas se pueden incluir una o más llagas con aspecto de ampollas, 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 recurrente

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 experimentan señales de advertencia, denominadas "síntomas prodrómicos". Esto incluye comezón, ardor y hormigueo en la piel, en la zona donde pueden aparecer las ampollas o las llagas, seguidos de dolorosas llagas de herpes o pequeñas ampollas. Durante un brote primario, los síntomas del herpes pueden incluir:

- Dolor en cualquiera de las piernas o en las nalgas
- Ganglios inflamados o sensibles en la ingle
- Fiebre
- Dolor al orinar
- Dolores corporales
- Sensación de cansancio y malestar

Cuando las ampollas se rompen, aparecen úlceras superficiales 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 organismo y pasa a un estado inactivo. No existe una manera de saber si, o con qué frecuencia, una persona tendrá brotes futuros (denominados brotes recurrentes). Cuando se producen brotes recurrentes, los síntomas suelen aparecer en el mismo lugar donde se manifestaron por primera vez.

Los brotes son más frecuentes durante el primer año y, por lo general, se van reduciendo con el tiempo. 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 posibles complicaciones?

Las complicaciones son poco frecuentes, pero algunas personas, especialmente aquellas con el sistema inmunitario debilitado, como las personas con el VIH no controlado, pueden tener dificultades para combatir el virus, y también pueden contraer una infección secundaria en los ojos, los dedos, las

articulaciones, la garganta, el colon, el hígado, los pulmones o el cerebro. También pueden tener una mayor probabilidad de transmitir el VIH.

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. Hay medidas que se pueden tomar para ayudar a evitar que el virus se transmita al bebé, como realizar una cesárea. 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 personas que tienen el herpes genital antes de quedarse embarazadas corren un riesgo muy bajo de pasárselo a su bebé.

¿Cómo saber si se tiene el 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 examina 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, lo cual no es habitual.

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 el herpes esté presente.

¿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. El medicamento es más eficaz si se empieza 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 la zona infectada seca. Después del baño, séquese usando el ajuste de aire frío de un secador de pelo 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 utilice pomadas ni cremas, ya sean medicinales o no, a menos que su proveedor de asistencia sanitaria se lo prescriba
- Evite rascarse o romper las ampollas y el contacto sexual hasta que los síntomas hayan desaparecido

¿Se puede hacer algo para evitar los brotes recurrentes?

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 (por ejemplo, la menstruación)
- Exposición a la luz ultravioleta (p. ej. camas de bronceado)
- Tomar cantidades excesivas de alcohol
- El sistema inmunitario debilitado (por ejemplo, debido a la quimioterapia o a VIH no controlado)
-

Un estilo de vida saludable, como una dieta sana, dormir y descansar lo suficiente, hacer 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 se puede reducir el riesgo de transmitir o contraer el herpes?

Los preservativos ofrecen una buena protección, pero no previenen por completo la transmisión del herpes, ya que no cubren toda la zona genital. Utilice preservativos también con los juguetes sexuales. Evite la actividad sexual o el contacto piel con piel con las llagas del herpes durante un brote. Use una barrera bucal como protección durante el sexo oral. Consulte a su proveedor de asistencia sanitaria sobre la terapia supresora para reducir el riesgo de transmisión. Lávese las manos después de tocar las ampollas. Hable con su(s) pareja(s) sobre el herpes antes de mantener relaciones sexuales.

Para más información

Llame a Sex Sense, un servicio gratuito y confidencial de información y orientación sobre salud sexual, al 1-800-739-7367 en B.C. o al 604-731-7803 en Lower Mainland.

Para obtener consejos sobre cómo hablar con su pareja o parejas, consulte el material informativo Smart Sex Resource (Recursos sobre sexo responsable) del BC Centre for Disease Control (BCCDC): <https://smartsexresource.com/resources/herpes-a-patients-guide>.

Para obtener más información sobre cómo reducir el riesgo de contraer una ITS, visite [HealthLinkBC File #08o Prevención de infecciones de transmisión sexual \(ITS\)](#).



BC Centre for Disease Control
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 BC (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.