



¿Qué es el herpes labial?

- ✎ El herpes labial es una infección vírica que pasa por diferentes fases:
 - ✎ 1a fase: Picor, quemazón u hormigueo en la piel de los labios o cerca de la boca, seguida de un enrojecimiento.
 - ✎ 2a fase: Aparición de unas vesículas pequeñas y llenas de líquido claro.
 - ✎ 3a fase: Las vesículas se secan y aparece una costra amarillenta que, en última instancia, cae.

¿Cuál es la causa?

- ✎ El causante es un virus que se transmite por contacto directo de persona a persona o a través de objetos contaminados como los que se utilizan para comer y beber.

¿Cómo y cuándo desaparece y se reactiva?

- ✎ En general, desaparece espontáneamente después de una o dos semanas, pero puede reproducirse varias veces a lo largo de la vida de forma más o menos crónica.
Hay personas con una predisposición especial a presentarlo, y determinadas circunstancias pueden reactivar con mayor facilidad el virus (el herpes labial está provocado por un virus que se encuentra en estado latente en el propio organismo).
Los motivos más frecuentes de reactivación del virus son:
 - ✎ Las situaciones de estrés
 - ✎ La fiebre causada por una enfermedad infecciosa
 - ✎ La menstruación
 - ✎ La exposición prolongada al sol, no sólo en verano, sino también durante el invierno

Consejos para aliviarlo

- ✎ Pueden adoptarse algunas medidas para minimizar los brotes y la duración de la erupción:
 - ✎ Es importante evitar las situaciones de estrés.
 - ✎ Hay que lavarse a menudo las manos durante una exacerbación de la infección (no es frecuente el autocontagio a otras zonas, pero hay que extremar las precauciones para evitarlo).
 - ✎ Los esquiadores deben aplicarse una pantalla solar en los labios y en los alrededores.
 - ✎ Las molestias tienden a disminuir con aplicaciones locales de antisépticos y astringentes o pomadas antivíricas, sobre todo si se inician antes de que se formen las vesículas.
 - ✎ En caso de padecer recurrencias muy a menudo, consulte el problema con su farmacéutico.

