



El herpes genital

El herpes genital es una infección causada por un virus que puede propagarse por contacto sexual y afecta a uno de cada cinco adultos en los Estados Unidos, o aproximadamente 45 millones de personas. Es más común en las mujeres que en los hombres.

Este folleto explica

- los síntomas del herpes genital
- cómo reducir su riesgo de contraer el virus
- cómo vivir con el herpes y evitar infectar a otras personas

¿Qué es el herpes genital?

El herpes genital es una **enfermedad de transmisión sexual (STD, por sus siglas en inglés)** que se propaga por el contacto íntimo, mayormente durante las relaciones sexuales.

Más comúnmente, el herpes genital se conoce por las úlceras y ampollas que causa, las cuales pueden presentarse alrededor de los labios, los genitales o el ano. El lugar donde brotan las úlceras es el punto original de ingreso del virus en su cuerpo. El herpes genital puede propagarse por contacto directo con esas úlceras, pero también puede propagarse aunque las úlceras no se vean.

Cómo ocurre la infección

El virus del herpes puede propagarse por una grieta en la piel al tener relaciones sexuales por la vagina, la boca o el ano. Puede ingresar en las membranas húmedas del pene, la vagina, el conducto urinario, el cuello uterino o el ano.

Al ingresar en el cuerpo, el virus infecta las células sanas y el sistema de defensa natural de su cuerpo

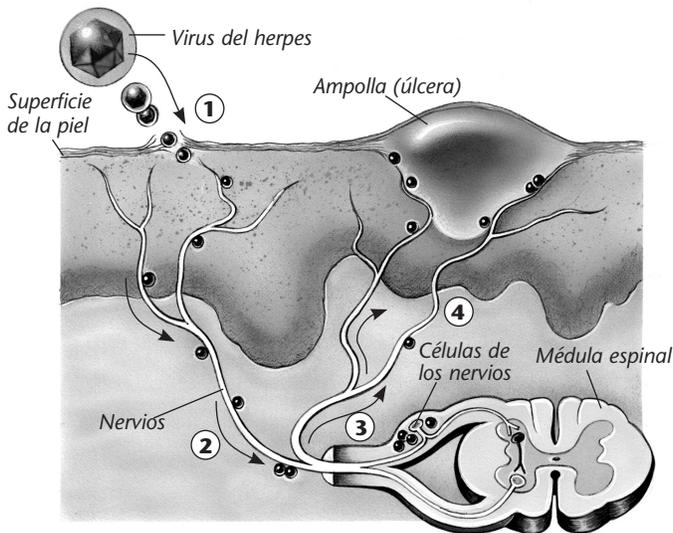
comienza a combatirlo, lo que ocasiona úlceras, ampollas e hinchazón.

Además de los órganos sexuales, el herpes genital puede afectar la lengua, la boca, los ojos, las encías, los labios, los dedos y otras partes del cuerpo. Al tener relaciones sexuales orales, el herpes puede propagarse de una úlcera alrededor de la boca de una persona a los genitales de la otra o viceversa. Es posible incluso propagar la infección a otras partes de su propio cuerpo si se toca una úlcera y luego se frota o se rasca en otra parte, especialmente los ojos.

El virus del herpes puede sobrevivir varias horas fuera del cuerpo. No obstante, no existe prueba de que pueda contagiarse de asientos de inodoro, baños termales u otros objetos.

Síntomas

Muchas personas infectadas por el herpes no presentan síntomas, aunque cuando se presentan, los síntomas varían según la persona. Algunas personas sufren ataques dolorosos con muchas úlceras. Otras sólo tienen síntomas leves. Cuando se presentan los



El virus del herpes traspasa la piel (1). Se traslada por el cuerpo (2) y se establece en las células de los nervios cerca de la espina dorsal (3). Cuando algo desencadena otro brote de herpes, el virus sale de su lugar de reposo y se traslada por el nervio de regreso a la superficie de la piel (4).

síntomas, por lo general sucede alrededor de 2–10 días después de que el virus ha ingresado en el cuerpo. En esa ocasión, es posible sentirse como si tuviera gripe. Es posible tener glándulas hinchadas, fiebre, escalofríos, dolores musculares, cansancio y náuseas. También es posible que broten úlceras, las cuales aparecen como pequeñas ampollas llenas de líquido en los genitales, las nalgas u otras áreas. A menudo, las úlceras brotan en grupos. Es también común tener una sensación de ardor o quemazón al orinar.

El primer brote de herpes genital puede durar de 2–4 semanas. Durante ese período, las lesiones se abren y “supuran”. Por varios días, las úlceras forman cáscara y luego sanan sin dejar cicatrices.

Si las lesiones vuelven a brotar, es posible sentir quemazón, picazón u hormigueo cerca del área donde el virus ingresó al cuerpo por primera vez. Es también posible sentir dolor en la parte baja de la espalda, las nalgas, los muslos o las rodillas. Estos síntomas se denominan un **pródromo**. Pocas horas después aparecerán las úlceras. En las infecciones subsiguientes, por lo general no habrá fiebre o hinchazón del área genital y, en la mayoría de los casos, las úlceras sanan más rápidamente, al cabo de 3–7 días. Además, por lo general, las infecciones recurrentes son menos dolorosas.

Consulte a su médico inmediatamente si tiene síntomas de herpes genital. Otras infecciones pueden causar síntomas parecidos, de manera que su médico debe confirmar el diagnóstico.

Diagnóstico

Su médico puede diagnosticar el herpes mediante una o varias pruebas para detectar la infección. La manera más precisa es tomar una muestra de una úlcera y ver

si el virus se desarrolla dentro de un líquido especial. Los resultados de la prueba pueden tomar aproximadamente 1 semana. Un resultado positivo confirmará el diagnóstico, pero un resultado negativo no significa que no está presente. En algunos casos, las pruebas sanguíneas también pueden ser útiles. Estas pruebas detectan los **anticuerpos** que produce el cuerpo de la mujer para combatir el virus. Así se puede ayudar a demostrar si se trata de una infección nueva o un brote recurrente.

Tratamiento

No hay cura para el herpes genital. No obstante, hay medicamentos orales que ayudan a controlar el progreso de la enfermedad. Los medicamentos pueden acortar la duración de un brote y ayudar a reducir el malestar.

Si sufre brotes repetidos, es posible que tomar un medicamento diariamente le ayude a reducir los síntomas en gran medida. En muchos casos, eso puede ayudar a evitar brotes durante períodos prolongados y también reducir la probabilidad de que usted le contagie el herpes a otra persona. Algunas mujeres eligen tomar el medicamento sólo durante los períodos de síntomas prodrómicos y cuando se presentan las úlceras. Pregúntele a su médico qué tipo de tratamiento es el indicado para usted.

La mayoría de las personas pueden detectar un brote. Si aprende qué hacer durante un brote, también podrá ayudar a reducir el malestar que a menudo lo acompaña (consulte el cuadro).

Algunas mujeres sufren casos graves de herpes. Es posible que necesiten recibir tratamiento en un hospital con medicamentos intravenosos (medicamentos que se inyectan directamente en una vena).

Cómo evitar que recurra

Aunque las úlceras del herpes sanan en varios días o semanas, el herpes nunca desaparece de su cuerpo. El virus se traslada a las células de los nervios cerca de la espina dorsal. Allí permanece hasta que algún evento

Si sufre un brote de herpes

Los siguientes consejos pueden ayudarla a aliviar algunos de los malestares del herpes:

- Mantenga las úlceras limpias y secas.
- Use un secador de mano a temperatura baja para secarse las úlceras que sean muy sensibles o difíciles de alcanzar.
- Use ropa interior de algodón y holgada, y evite las pantimedias. El nilón y otras telas sintéticas atrapan el calor y la humedad, lo que puede retardar el proceso de curación.
- Tome aspirina o acetaminofeno para aliviar el dolor.

desencadene otro brote. En ese caso, el virus sale de su lugar de reposo y se traslada por los nervios hasta el lugar donde ingresó originalmente al cuerpo. Eso puede ocasionar que broten ampollas nuevas. Algunas veces el virus está presente aunque no vea ninguna úlcera.

Nadie sabe por qué algunas personas sufren brotes recurrentes del herpes. Uno de los factores desencadenantes parece ser el estrés, tanto emocional como físico. Los brotes pueden recurrir cuando una mujer está bajo tensión. En otros casos, se pueden volver a presentar si la resistencia de la mujer se ve reducida por un resfriado o la influenza (gripe). Para evitar los brotes, mantenga su cuerpo sano, descanse lo suficiente, coma una dieta balanceada y aprenda a hacerle frente al estrés.

Aproximadamente un 90% de las personas con herpes sufren brotes repetidos, aunque su frecuencia varía en gran medida de una persona a persona. Algunas personas sufren sólo uno o dos brotes al año. Otras pueden sufrir tanto como cinco a ocho. No obstante, la mayoría de los brotes subsiguientes son más leves que el primero.

Prevención

Si usted o su pareja tienen herpes oral o genital, eviten tener relaciones sexuales desde que se presenten los síntomas prodrómicos hasta varios días después de desaparecer las cascarillas. No tener relaciones sexuales no significa que no puedan besarse, abrazarse o mimarse. Simplemente asegúrese de que las lesiones y sus secreciones no hagan contacto con la piel de la otra persona. Lávese las manos con agua y jabón después de cualquier posible contacto con las úlceras. Eso evitará que usted misma vuelva a infectarse, o que le transmita el virus a otra persona.

Es posible que usted le contagie el herpes a otra persona aunque no tenga úlceras. Eso sucede porque el virus puede estar presente sin causar síntomas. Usar un condón puede reducirle el riesgo de contagiar o contraer el herpes genital, pero no protege de todos los casos. Aunque el virus no traspasa el condón, las lesiones que no queden cubiertas podrían causar la infección. No obstante, usar un condón la protegerá de otras enfermedades de transmisión sexual.

El herpes genital y el embarazo

Si está embarazada y tiene herpes, dígaselo a su médico. Durante el embarazo aumentan los riesgos para el bebé, especialmente si es el primer brote de la madre. Aunque es raro, la infección de un recién nacido ocurre más a menudo mientras pasa por el canal de parto infectado de la madre. Una infección por herpes puede ocasionar graves problemas a un recién nacido, como daños cerebrales o problemas de los ojos.

Si se infecta por el virus del herpes por primera vez durante el embarazo, hay medicamentos que puede tomar para reducir la gravedad y la duración de los síntomas. Las mujeres que contraen la infección por primera vez durante las etapas finales del embarazo tienen un mayor riesgo (30–60%) de infectar a sus bebés. Eso sucede porque el sistema inmunitario de la mujer aún no ha desarrollado anticuerpos contra el virus. Las mujeres infectadas antes del embarazo tienen anticuerpos para combatir el virus, lo que también ayuda a proteger a sus bebés.

Si tiene la infección por herpes y está embarazada, es posible que su médico le dé un medicamento para que sea menos probable que sufra un brote de herpes cuando nazca o se acerque la fecha de nacimiento de su bebé.

En algunos casos, las mujeres que sufren brotes subsiguientes del herpes genital pueden tomar un medicamento durante las 4 semanas finales del embarazo para ayudar a reducir el riesgo de un brote durante el parto y evitar infectar al bebé.

Si tiene úlceras o síntomas prodrómicos durante el parto, tendrá que practicarse un **parto por cesárea**. La cesárea puede reducir las probabilidades de que el bebé entre en contacto con el virus. Eso es posible porque el parto por cesárea sucede a través de una incisión quirúrgica en el abdomen, donde el tejido no está infectado por el virus.

En raras ocasiones el bebé puede infectarse sin pasar por la vagina. Esto puede ocurrir si el **saco amniótico** se ruptura varias horas antes del parto. Si la mujer no presenta úlceras o síntomas prodrómicos al momento del parto, un parto vaginal podría ser posible.

En la mayoría de los casos, una mujer infectada por el herpes genital puede amamantar sin infectar al niño. El virus del herpes no se transmite al bebé por la leche materna. No obstante, el bebé podría infectarse si toca una ampolla o úlcera en el seno de la madre.

Si tiene úlceras en un pezón, no debe amamantar a su bebé de ese seno. Bombeo o sáquese manualmente la leche de ese seno hasta que desaparezca la úlcera. Asegúrese de que las partes de la bomba que entren en contacto con la leche no toquen la úlcera mientras usted bombea. Si sucede, debe desechar la leche.

Por último...

El herpes afecta a millones de personas en los Estados Unidos. Puede ser un motivo de preocupación y mal-estar. Tomar medidas sencillas puede aliviar los síntomas del herpes y los medicamentos pueden promover la curación de úlceras. Con el tiempo la mayoría de las personas encuentran maneras de sobrellevar la enfermedad.

Glosario

Anticuerpos: Proteínas en la sangre que se producen como reacción a sustancias extrañas.

Enfermedad de transmisión sexual (STD, por sus siglas en inglés): Enfermedad que se propaga mediante el contacto sexual, por ejemplo: clamidia, gonorrea, verrugas genitales, herpes, sífilis y la infección del virus de inmunodeficiencia humana (VIH, la causa del síndrome de inmunodeficiencia humana adquirida [SIDA]).

Parto por cesárea: Nacimiento de un bebé a través de una incisión hecha en el abdomen y el útero de la madre.

Pródromo: Síntomas que preceden el inicio de una enfermedad.

Saco amniótico: Bolsa llena de líquido dentro del útero de la madre en la que se desarrolla el feto.

Este Folleto Educativo para Pacientes fue elaborado por el Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (American College of Obstetricians and Gynecologists). Diseñado para ayudar a los pacientes, presenta información actualizada y opiniones sobre temas relacionados con la salud de las mujeres. El nivel de dificultad de lectura de la serie, basado en la fórmula Fry, corresponde al grado escolar 6to a 8vo. El instrumento de Evaluación de Idoneidad de Materiales (Suitability Assessment of Materials [SAM]) asigna a los folletos la calificación "superior". Para asegurar que la información es actualizada y correcta, los folletos se revisan cada 18 meses. La información descrita en este folleto no indica un curso exclusivo de tratamiento o procedimiento que deba seguirse, y no debe interpretarse como excluyente de otros métodos o prácticas aceptables. Puede ser apropiado considerar variaciones según las necesidades específicas del paciente, los recursos y las limitaciones particulares de la institución o tipo de práctica.

Derechos de autor enero de 2008 por el Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (American College of Obstetricians and Gynecologists). Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación podrá reproducirse, almacenarse en un sistema de extracción, publicarse en Internet, ni transmitirse de ninguna forma ni por ningún método, sea electrónico, mecánico, de fotocopiado, grabación o de cualquier otro modo, sin obtener previamente un permiso por escrito del editor.

ISSN 1074-8601

Las solicitudes de autorización para hacer fotocopias deben dirigirse a: Copyright Clearance Center, 222 Rosewood Drive, Danvers, MA 01923.

Para pedir Folletos de Educación de Pacientes en paquetes de 50, sírvase llamar al 800-762-2264 o hacer el pedido en línea en sales.acog.org.

The American College of Obstetricians and Gynecologists
409 12th Street, SW
PO Box 96920
Washington, DC 20090-6920