

Virus del herpes simple (VHS) (Herpes Simplex Virus [HSV])

El herpes es una infección de transmisión sexual (ITS) causada por el virus del herpes simple (VHS). Puede producirse en la piel de alrededor, o a veces dentro, del pene o los genitales externos, la vagina o los genitales internos, el ano y la boca. Para muchas personas, el herpes es una afección cutánea que aparece y desaparece sin causar problemas.

El herpes puede controlarse. Es una ITS muy común en la Colombia Británica.

Existen dos tipos de virus del herpes simple: el herpes simple 1 (VHS-1) y el herpes simple 2 (VHS-2).

El VHS-1 generalmente se encuentra alrededor de la boca y con frecuencia se le llama “fuegos labiales”. Puede transmitirse oralmente al besarse y puede transmitirse a los genitales por medio de las relaciones sexuales orales. El VHS-2 generalmente se encuentra en el área genital y se transmite por medio de las relaciones sexuales vaginales y anales, pero también puede transmitirse a la boca por medio de las relaciones sexuales orales. Es poco común que el VHS-2 se encuentre en los labios, pero se está volviendo más común el encontrar el VHS-1 en el área genital. Ambos tipos a veces se transmiten a otras áreas del cuerpo por medio del contacto de piel con piel.

Después del primer brote, el herpes permanece en el organismo y se vuelve inactivo. El virus puede activarse de vez en cuando. Cuando esto sucede, los síntomas generalmente se presentan en la misma área general que la primera vez. No existe ninguna forma de saber si una persona tendrá brotes en el futuro o con qué frecuencia los tendrá. Para la mayoría de las personas, los brotes se producen con menos frecuencia con el paso del tiempo.

Causas (Causes)

El herpes se transmite por medio del contacto sexual vaginal, oral y anal. Esto incluye tanto las relaciones sexuales con penetración como las actividades sexuales en las que hay contacto de piel con piel. El contacto debe ser directo con la parte del cuerpo donde la persona tenga el virus.

Se puede transmitirles el herpes a los demás aunque uno no tenga síntomas. El virus puede encontrarse en la piel aunque no hayan síntomas. A esto se le llama la “eliminación viral asintomática “. Sin embargo, es más probable que se transmita cuando hayan síntomas presentes. Una vez que uno tenga un tipo de VHS, es raro que contraiga el mismo tipo en otra área del organismo. La excepción es dentro de los primeros meses después de exponerse al VHS, mientras su organismo está creando anticuerpos contra el virus. El VHS puede transmitirse a otras partes del organismo durante este periodo de tiempo. Trate de no tocar las llagas y de lavarse las manos con frecuencia, para disminuir el riesgo de transmitirlo a otras partes de su organismo.

Si tiene un tipo de herpes, no es posible volver a contraer ese mismo tipo.

Síntomas (Symptoms)

Si tiene herpes, es común que no note ningún síntoma. Si presenta síntomas, lo más probable es que estos aparezcan entre 2 y 21 días después del contacto sexual.

Se le llama brote primario a la primera vez que entra en contacto con el virus y presenta síntomas. El primer brote podría durar más tiempo y ser más fuerte que los brotes posteriores. Los primeros síntomas incluyen picazón, ardor u hormigueo en el sitio donde podrían aparecer las ampollas o las llagas, seguidos de ampollas diminutivas o llagas rojas y dolorosas y, en ocasiones, ganglios hinchados, fiebre y dolores corporales. Podría presentar síntomas similares a los de la gripe, como fiebre, dolor de cabeza y dolores musculares. Con el paso del tiempo, los brotes generalmente se producen con menos frecuencia y los síntomas son más leves.

Hay distintas cosas que pueden provocar un brote de herpes. Estas pueden incluir la exposición solar, la falta de sueño, el consumo de alcohol, la irritación de la piel y los acontecimientos estresantes. Puede reducir los síntomas usando un filtro de protección solar, durmiendo lo suficiente, bebiendo agua, usando lubricante, comiendo bien y usando estrategias para manejar el estrés.

Pruebas y diagnóstico (Tests and Diagnosis)

La mayoría de las pruebas para el herpes se realizan con un examen y un frotis tomado de una ampolla. Los resultados son más acertados si usted consulta a un proveedor de atención médica tan pronto como se le produzca la llaga. Revisarán la llaga para determinar lo que es. De ser posible, realizarán un frotis.

Existe una prueba de sangre para el herpes, pero no se realiza de manera rutinaria. La guía para el paciente que se encuentra al final de esta página tiene más información sobre la prueba de sangre para el herpes.

Es mejor hacerse la prueba del herpes cuando tenga síntomas.

Periodo de espera (cuánto tiempo debe esperar antes de hacerse la prueba)

La mayoría de las pruebas de frotis son acertadas una vez que usted tenga síntomas. La mayoría de los resultados de las pruebas de sangre son acertados de 12 a 16 semanas después de que la persona haya entrado en contacto con el herpes. En la Colombia Británica, la mayoría de los resultados de las pruebas deberían estar listos en 10 días.

Tratamiento (Treatment)

Usted puede decidir si quiere recibir tratamiento para el herpes. Los síntomas desaparecen sin tratamiento, aunque podrían desaparecer más rápidamente con tratamiento. El herpes se trata con medicamentos antivirales recetados. Estos medicamentos pueden disminuir la intensidad de un brote y reducir el riesgo de transmitírselo a sus parejas sexuales. El medicamento funciona mejor si se empieza a tomarlo cuanto antes posible tras el inicio del brote.

Para ayudar con los síntomas de un brote genital, puede intentar lo siguiente:

- use prendas holgadas y ropa interior de algodón
- báñese en agua tibia para aliviar las llagas
- mantenga el área seca
- aplique sobre las llagas una bolsa de hielo envuelta en una funda limpia
- tome acetaminofén o ibuprofeno (analgésicos de venta libre), en caso de ser necesario
- tome muchos líquidos para mantener la orina diluida (para disminuir el dolor al orinar)
- si siente dolor al orinar, intente orinar en una ducha o un baño tibio, o intente verter agua tibia sobre sus genitales al orinar
- solamente use medicamentos, ungüentos o cremas según las indicaciones de su proveedor de atención médica

Parejas sexuales (Sexual Partners)

Depende de usted si habla con sus parejas sexuales actuales sobre el herpes. El decírselo a sus parejas les permite tomar decisiones informadas, pero es posible que no usted quiera o que no le dé confianza decírselo a sus parejas. Debe tomar la decisión que sea mejor para usted.

Sus parejas actuales pueden revisarse solas para detectar si tienen herpes. Si notan algún síntoma, pueden consultar a su proveedor de atención médica para hacerse una prueba. Una vez que se le termine el brote, es menos probable que les transmita el herpes a sus parejas sexuales.

Complicaciones (Complications)

El herpes generalmente no causa ningún otro problema de salud. Las complicaciones graves, aunque son extremadamente raras, pueden incluir:

- mayor riesgo de contraer y transmitir el VIH
- brotes constantes, frecuentes y dolorosos
- herpes ocular
- infección e inflamación cerebral (encefalitis o meningitis)

Embarazo: Informe a su proveedor de atención médica si está embarazada y tiene herpes. Puede transmitirle el herpes a su bebé durante el parto.

Prevención (Prevention)

Para disminuir el riesgo de transmitir o contraer el herpes:

- puede seguir teniendo relaciones sexuales durante un brote, pero tenga cuidado de evitar el contacto de piel con piel en el área donde tenga las llagas (por ejemplo, no dé sexo oral cuando tenga una llaga en la boca)
- considere la posibilidad de tomar medicamentos antivirales si tiene brotes frecuentes

Es una buena idea hacerse pruebas de detección de ITS regularmente, especialmente si tiene nuevas parejas sexuales o relaciones abiertas. El hablar con las parejas sobre el sexo más seguro garantiza que todos sepan qué es lo que hay que esperar. Los condones son excelentes si funcionan para usted: el uso correcto de los condones puede reducir su probabilidad de contraer y transmitir el herpes (dependiendo de dónde se localicen las llagas).

Recursos (Resources)

HealthLink BC: Información sobre el herpes en varios idiomas

<https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/genital-herpes>

The Herpes Handbook: Información sobre el herpes (de los EE. UU.)

<http://www.westoverheights.com/wp-content/uploads/2014/08/Updated-Herpes-Book.pdf>

SmartSexResource: Si le preocupa el herpes o si tiene ansiedad al respecto

<https://smartsexresource.com/topics/worry-and-anxiety>

TransCareBC: Información de salud sexual y reproductiva afirmadora de género

<http://www.phsa.ca/transcarebc/care-support/access-care/sexual-hlth>