

¿Qué es el herpes genital?

El herpes genital es una infección de transmisión sexual (ITS) muy común. Lo provocan dos virus denominados “herpes simplex tipo 1” (VHS 1) y “herpes simplex tipo 2” (VHS 2).

¿Cuáles son los síntomas?

Generalmente no producen síntomas. Dado que no producen síntomas, es posible que muchas personas no sepan que tienen herpes.

El herpes puede provocar una o más llagas o ampollas en la vagina, los muslos, el pene, el escroto, las nalgas o el ano. Las llagas pueden provocar picazón o dolor. En ocasiones, pueden provocar ardor al orinar. Es posible que las tengas solamente una vez y que nunca vuelvas a tenerlas, pero dado que el virus nunca se va del organismo, las ampollas pueden volver en semanas, meses o años, en el mismo lugar o en otros. Cuando las llagas vuelven a aparecer, se denomina “brote”.

La primera vez que tienes llagas, por lo general, es la peor. Es posible que también tengas glándulas inflamadas, fiebre y dolor corporal, como si tuvieras gripe. El primer brote, por lo general, tarda de 2 a 4 semanas en cicatrizar. Muchas personas tienen “señales de advertencia” antes de un brote. Las señales de advertencia incluyen picazón, ardor u hormigueo en los genitales. Después de la primera vez, los brotes suelen aparecer con menor frecuencia, se vuelven menos dolorosos y cicatrizan en 10 a 14 días.

¿Cómo se contagia el herpes genital?

El herpes genital se contagia por el contacto de la piel con la de alguien que tiene la infección, por lo general, a través del sexo oral, vaginal o anal.

El virus vive en el fluido de una llaga de herpes. También puede expulsarse de la piel de personas que no tienen llagas. Esto se conoce como “descamación asintomática”, y es frecuente. Este también es el motivo por el que no siempre es posible determinar con exactitud cuándo contrajiste el herpes o quién te lo contagió.

¿Cómo puedo averiguar si tengo herpes genital?

Únicamente un médico o un enfermero pueden diagnosticar el herpes mirándolo o tomando una muestra de la llaga y haciéndola analizar. Esto se llama “cultivo”. Los cultivos son más efectivos 1 a 2 días después del momento en que se observan los síntomas. Otras infecciones de transmisión sexual pueden provocar llagas con el aspecto del herpes, por lo que es importante hacerse análisis para obtener el tratamiento adecuado.

Si no presentas síntomas, puedes hablar con tu médico o enfermero acerca de un análisis de sangre. No se recomiendan la realización de estos análisis como rutina en personas sin síntomas ni una exposición conocida al herpes. No obstante, existen determinadas circunstancias en que esto puede ser útil.

¿Cómo se trata el herpes genital?

Si bien el virus permanece en el organismo de por vida y no puede curarse, hay medicamentos para ayudar con los brotes. Tu médico o enfermero puede recetártelos y tú puedes tomarlos:

- Cuando tengas un brote. Esto reduce los síntomas y acorta el brote, y es más efectivo si comienzas a tomar el medicamento no bien observas los síntomas.
- Todos los días para prevenir futuros brotes. Esto también puede disminuir el riesgo de contagiarle el herpes a tu pareja.

También puedes optar por no tomar ningún medicamento. Si los síntomas o brotes no te molestan o si actualmente no tienes relaciones sexuales, esta podría ser una opción adecuada para ti.

(continúa en la página 2)

Para un **Primer Episodio** (Brote epidémico primario), se le ha dado:

- Acyclovir 400 mg oralmente 3 veces al día por 7-10 días
- Acyclovir 200 mg oralmente 5 veces al día por 7-10 días
- Valacyclovir 1 gm oralmente 2 veces al día por 7-10 días

Para un **Episodio Recurrente**, se le ha dado:

- Acyclovir 400 mg oralmente 3 veces al día por 5 días
- Acyclovir 800 mg oralmente 2 veces al día por 5 días
- Acyclovir 800 mg oralmente 3 veces al día por 2 días
- Valacyclovir 500 mg oralmente por 3 días
- Valacyclovir 1 gm oralmente una vez al día por 5 días

Para **Terapia supresora**, se le ha dado:

- Acyclovir 400 mg oralmente 2 veces al día
- Valacyclovir 500 mg oralmente diario
- Valacyclovir 1 gm oralmente diario

Para prevenir los brotes, también puede ayudar el hecho de mantener una dieta saludable, descansar y dormir bien y mantener niveles bajos de estrés.

Para reducir el dolor durante un brote, prueba lo siguiente:

- Siéntate en agua tibia durante alrededor de 20 minutos con un baño portátil (un baño de Sitz) o en tu tina.
- Mantén la zona genital limpia y seca, y evita la ropa ajustada.
- Tomar acetaminofeno (Tylenol) o ibuprofeno (Advil, Motrin).

¿Cómo le digo a mi pareja que tengo herpes?

Es posible que te preocupe cómo el herpes genital afectará tu salud, tu vida sexual y tus relaciones. Para algunas personas, decirle a la pareja que tienen herpes genital puede hacerlas sentir inseguridad. Habla con tu médico o enfermero acerca de cómo tratar tu infección, cómo hablar con tus parejas sexuales y como mantenerte seguro. También puede ser útil recibir orientación y participar en grupos de apoyo.

¿Qué puedo hacer para no contagiarme el herpes?

La mejor forma de protegerte es no tener relaciones sexuales. Si tienes relaciones sexuales:

- Habla con tu pareja sobre cualquier antecedente de infecciones de transmisión sexual antes de que tengan relaciones sexuales.
- Usa condón cada vez que tengas relaciones sexuales.
- Evita tener relaciones sexuales si tu pareja tiene un brote de herpes.

¿Qué puedo hacer para no contagiarle el herpes a mi pareja?

- Dile a tu pareja que tienes herpes.
- Usa condón cada vez que tengas relaciones sexuales.
- Cuando presentes síntomas:
 - No mantengas relaciones sexuales vaginales, anales ni orales —ni siquiera con protección— no bien sientas las señales de advertencia de un brote.
 - Espera, por lo menos, 7 días después de que cicatricen las llagas para comenzar a tener relaciones sexuales nuevamente.
 - No toques las llagas. En caso de hacerlo, lávese las manos con agua y jabón; de esta manera se mata el virus.
 - Si tienes una llaga en la boca, no beses a nadie ni tengas sexo oral.
- Consulta con tu médico o enfermero acerca de comenzar a tomar medicamentos.

Herpes y VIH

Si tienes herpes, es muy importante tener un sexo más seguro. Las personas con herpes genital tienen al menos el doble de riesgo de contraer el VIH si se exponen a esta enfermedad que aquellas personas sin herpes. Además, las personas con VIH y herpes genital son más propensas a transmitir el VIH a sus parejas.

¿Puede el herpes genital perjudicar mi embarazo?

Si estás embarazada y te diagnosticaron herpes genital, informa a tu médico o enfermero de inmediato.

En ocasiones, el herpes genital puede provocar abortos espontáneos o partos prematuros. Rara vez se le puede contagiar a un recién nacido durante el parto. Esto puede provocarle al bebé daño cerebral y problemas en la visión. Es posible que te administren medicamentos al final del embarazo para disminuir el riesgo de contagiar la infección.

Si nunca te diagnosticaron herpes genital, lo más importante que puedes hacer es evitar infectarte con dicho herpes durante el embarazo, dado que una nueva infección es más peligrosa durante el embarazo.

Para obtener más información:

División de Prevención de Enfermedades de Transmisión Sexual (DSTDP) **Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades**
<http://www.cdc.gov/std/>

Centro de información de los CDC
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)
Correo electrónico: cdcinfo@cdc.gov

American Social Health Association (ASHA)
1-800-783-9877 www.ashastd.org

National Herpes Hotline (919) 361-8488
National Herpes Resource
Center <http://www.ashastd.org/hrc>