

### Herpes - Hoja informativa

#### ¿Qué es el herpes zóster?

El herpes zóster, también conocido como culebrilla, es una enfermedad infecciosa causada por el virus varicela-zóster (VVZ). Se trata del mismo virus que causa la varicela. Una vez que la persona se recupera de la varicela, el virus permanece inactivo en su organismo. El virus puede reactivarse más adelante, causando herpes zóster.

#### ¿Cuáles son los síntomas del herpes zóster?

El herpes zóster causa una erupción dolorosa con ampollas que suele aparecer en una sola franja alrededor del lado izquierdo o derecho de la cara o el cuerpo. Antes de que aparezca la erupción, las personas suelen sentir dolor, picazón u hormigueo en la zona donde se producirá la erupción. Otros síntomas pueden incluir fiebre, dolor de cabeza, escalofríos y malestar estomacal.

#### ¿Cómo se transmite el herpes zóster?

El herpes zóster no se transmite de una persona a otra. Sin embargo, una persona con herpes zóster puede transmitir el virus que causa la varicela a otra persona que nunca haya tenido varicela ni haya recibido la vacuna contra la varicela. Esto puede ocurrir si una persona que no es inmune a la varicela entra en contacto directo con el líquido de las ampollas de la erupción del herpes zóster. Las personas con herpes zóster no pueden transmitir el virus antes de que aparezcan las ampollas, ni después de que la erupción se haya secado y formado costras por completo.

#### ¿Durante cuánto tiempo son contagiosas las personas?

Si una persona no ha tenido varicela ni ha sido vacunada contra la varicela, puede contraer el virus por contacto directo con alguien que tenga ampollas de herpes zóster. El virus no se transmite después de que las ampollas se hayan secado y formado costras. Las ampollas del herpes zóster suelen formar costras en 7-10 días y desaparecen por completo en 2 a 4 semanas.

#### ¿Quiénes contraen el herpes zóster?

Cualquier persona que se haya recuperado de la varicela puede desarrollar herpes zóster. Incluso los niños pueden contraer herpes zóster, especialmente si tuvieron varicela a una edad muy temprana; sin embargo, el riesgo de herpes zóster aumenta con la edad. Las personas con sistemas inmunitarios debilitados tienen un mayor riesgo de contraer herpes zóster. La mayoría de las personas solo tienen un episodio de herpes zóster en su vida; sin embargo, es posible tener un segundo o incluso un tercer episodio.

#### ¿Qué tratamiento hay disponible para las personas con herpes zóster?

Existen varios medicamentos antivirales para tratar el herpes zóster y acortar la duración y la gravedad de la enfermedad. Las personas con herpes zóster deben comenzar a tomar esos medicamentos lo antes posible. También hay analgésicos, lociones y otros productos de venta libre que ayudan a aliviar las molestias causadas por la erupción.

## ¿Las personas con herpes zóster deben quedarse en casa y no ir al colegio, al trabajo o a la guardería?

El herpes zóster es menos contagioso que la varicela, y el riesgo de que una persona con herpes zóster transmita el virus suele ser menor. Si puede mantener la erupción completamente cubierta, puede asistir al trabajo o a la escuela. Si tiene herpes zóster, debe lavarse las manos con frecuencia para evitar la propagación del virus. Evite el contacto directo con mujeres embarazadas que nunca hayan tenido varicela o no se hayan vacunado contra la varicela, bebés prematuros o con bajo peso al nacer y personas con sistemas inmunitarios debilitados, hasta que la erupción haya formado costras por completo.

## ¿Cómo puedo protegerme a mí mismo y a mi familia contra el herpes zóster?

Si alguna vez ha tenido varicela, la mejor manera de prevenir el herpes zóster es vacunarse contra esta enfermedad. Los adultos de 50 años o más, y las personas de 19 años o más que tengan o vayan a tener pronto un sistema inmunitario debilitado, deben recibir dos dosis de la vacuna contra el herpes zóster (llamada Shingrix®). Esta vacuna, que se administra en dos dosis con un intervalo de 2 a 6 meses, es muy eficaz para prevenir el herpes zóster y las dolorosas complicaciones que puede acarrear. Si anteriormente recibió un tipo más antiguo de vacuna contra el herpes zóster llamada Zostavax®, que se dejó de fabricar en 2020, debe volver a vacunarse con Shingrix®.