→ Recomendaciones de Autocuidado

Herpes labial



El herpes labial se manifiesta como pequeñas ampollas dolorosas con líquido, generalmente en los labios, causadas por un virus que se reactiva periódicamente.

Medidas de autocuidado (no farmacológicas):

- **No manipular las lesiones:** evitar tocar, apretar o rascar las vesículas para no propagar el virus ni causar infecciones bacterianas.
- **Higiene de manos:** lavarse las manos frecuentemente, especialmente antes y después de aplicar cualquier cuidado en la zona.
- **Protección solar:** utilizar protectores labiales con filtro solar para evitar que la radiación UV reactive el virus.
- **No compartir objetos:** evitar compartir toallas, cubiertos, labiales o afeitadoras con otras personas.
- **Control del estrés:** practicar hábitos que reduzcan el estrés físico y emocional, que son desencadenantes comunes.

Signos de alarma y consulta oportuna

¿Cuándo consultar de urgencia al médico?. Debe consultar si las ampollas se extienden a otras partes de la cara o cerca de los ojos, si tiene el sistema inmunológico debilitado o si el herpes no se cura en 10 días. Las recurrencias muy frecuentes también requieren evaluación médica.

FEFARA
FEDERACIÓN FARMACÉUTICA

*Recomendaciones basadas en protocolos publicados con evidencia científica.