



# HERPES LABIAL

## CONTÁGIO FÁCIL

Irrompem, nos lábios ou na face, pequenas bolhinhas, dolorosas. Mesmo quando ainda não se vêem, são um episódio de herpes labial a começar. De contágio fácil importa prevenir e tratar.

### UMA INFECÇÃO LATENTE

O herpes labial é uma infecção crónica causada pelo vírus herpes simplex. Um vírus altamente contagioso, com a infecção a ser contraída, muitas vezes, na infância e no final da adolescência.

Os sintomas da primeira infecção surgem uma a três semanas após o contágio, e desaparecem ao fim de sete a dez dias. Contudo, o vírus permanece no organismo, adormecido (latente), instalando-se nas células nervosas, à espera de ser reactivado.

Factores como stresse, febre, menstruação e exposição ao sol podem ser responsáveis pela reactivação, mas nem sempre se consegue identificar o que o faz voltar à superfície.

### LESÕES INESTÉTICAS

É nos lábios, ou em volta deles que, geralmente, se localizam, as lesões típicas do herpes labial. Mas podem estender-se a outras zonas da face, como o nariz, o queixo ou as bochechas.

Estas lesões identificam-se facilmente: isoladas ou em grupo, são pequenas bolhinhas (vesículas), cheias de líquido e emergem numa zona de pele vermelha e em relevo. A sua presença pode ser anunciada por comichão ou uma ligeira dor, um ou dois dias antes. Quando irrompem, vão evoluindo até cicatrizarem: a bolsa acaba por se romper, libertando o líquido, após o que se forma uma crosta amarela.

### CONTÁGIO SEMPRE PRESENTE

É quando as lesões estão à vista que o risco de contágio é maior. Mas, quando elas desaparecem, esse risco por vezes mantém-se: é que o vírus, mesmo latente, pode continuar a poder ser transmitido. Além de que há infecções sem sintomas: o vírus pode estar activo sem que haja comichão, dor ou lesões.

Beijos, partilha de objectos de uso pessoal como lâminas de barbear, toalhas, pratos, copos e talheres, batons e

outros cosméticos constituem uma porta de entrada do vírus no organismo.

### AJUDA PARA CICATRIZAR

É o que fazem os medicamentos utilizados no tratamento do herpes labial: de aplicação tópica (local), sob a forma de creme ou pomada, aliviam os sintomas e aceleram a cicatrização das lesões. São medicamentos não sujeitos a receita médica, mas que não dispensam o aconselhamento farmacêutico.

A sua acção pode ser complementada com a utilização de outros produtos, nomeadamente pensos que se aplicam sobre as lesões: não combatem o vírus, mas aliviam o desconforto e ajudam a disfarçar as marcas do herpes.

Quando o herpes é grave, os sintomas muito evidentes e de longa duração, pode ser necessário consultar o médico, que pode prescrever outros medicamentos antivíricos (por exemplo, em comprimidos).

### APOSTAR NA PREVENÇÃO

O herpes labial é crónico mas é possível prevenir. O que passa por ter alguns cuidados consigo e com os outros:

- Evite o contacto directo (beijos, por exemplo) sempre que as lesões estejam presentes, sobretudo com crianças e pessoas com o sistema imunitário deprimido;
- Não partilhe objectos de uso pessoal (como por exemplo utensílios usados nas refeições e higiene);
- Lave sempre bem as mãos e evite levá-las a outras partes do corpo (sobretudo aos olhos e genitais) pelo risco de alastramento a outras zonas do corpo;
- Evite praticar sexo oral, mesmo com preservativo, caso apresente lesões activas;
- Evite os potenciais factores de reactivação do vírus - use sempre protector solar.

### COM A AJUDA DESTA FARMACIA

Esta farmácia é um espaço de aconselhamento e terapêutica: aqui encontra profissionais habilitados a esclarecer qualquer questão sobre o herpes labial, sintomas e consequências e - muito importante - a informar sobre os cuidados que deve ter para evitar o contágio. Encontra também orientação sobre as alternativas de tratamento disponíveis e sobre o modo mais correcto e seguro de as utilizar.