

---

## Las “calenturas” o herpes labial

### ¿Qué son las “calenturas”?

Las “calenturas” o pupas son pequeñas ampollitas que aparecen en los labios o alrededor de la boca. Al poco tiempo se rompen para dejar una costra que puede durar varios días. Se deben al [virus Herpes Simplex](#). Se llama herpes labial.

Muchas personas están infectadas por el virus. Muchos niños contactan con él antes de los 6 años.

En muchos casos esta infección no causa ningún síntoma. Nuestro cuerpo produce anticuerpos que la curan. El virus se queda en el interior del cuerpo.

A veces, por una infección, estrés, mucho sol o traumatismos leves, el virus que esta “adormecido”, se activa y da lugar a las calenturas. En algunas personas esto pasa con frecuencia, por lo que se habla de herpes recurrente.

En otros casos, sí hay síntomas en el primer contacto con el virus. Es la **gingivoestomatitis herpética**. Puede durar de 5 a 14 días. Es más frecuente en niños de 6 meses a 5 años. Tienen [fiebre](#) alta, [babeo](#), inflamación de las encías (gingivitis) que pueden sangrar, mal aliento, [ganglios en cuello](#), y sobre todo, ampollas o úlceras como las del herpes labial. En este caso, salen en los labios pero también alrededor y dentro de la boca incluida la lengua. Duelen mucho y hacen que los niños no coman.

### ¿Cómo se contagia?

Es una infección por un virus que se elimina por saliva. Se contagia al beber del mismo vaso, con los besos, ... Se contagia más, cuando la persona tiene síntomas, porque elimina más virus.

### ¿Cómo se previene y se trata?

Para prevenir hay que evitar el contacto con la saliva, sobre todo en casos de gingivoestomatitis. Los niños que la tienen no deben ir a clase hasta que las ampollas son costras. No se deben compartir vasos, cubiertos etc. Deben [lavarse las manos](#) con frecuencia.

Los niños con herpes labial sí pueden ir al colegio pero no deben compartir utensilios.

El tratamiento del herpes labial consiste en alivio de los síntomas y evitar el sangrado con protectores labiales como la vaselina.

Si se repiten, el tratamiento es el mismo.

Si hay una causa hay que evitarla:

- Uso de protección labial si van a estar en el sol.
- Evitar pequeños traumatismos, como morderse los labios.
- Las cremas con antivirales (aciclovir al 5%) son poco efectivas y muy caras.
- Últimamente se ha puesto de moda la utilización de unos parches semitransparentes de hidrocoloides. Hay estudios que demuestran que son igual de eficaces que el Aciclovir tópico al 5%, pero pueden servir para evitar la transmisión y son cómodos de usar.

En caso de gingivoestomatitis lo más importante es aliviar los síntomas:

- *Paracetamol* e *ibuprofeno* [para la fiebre](#) y malestar
- Anestésicos sobre las lesiones (su pediatra puede darle alguno) para mejorar las molestias de las úlceras y la inflamación de las encías. Suelen aplicarse antes de las comidas
- Si al niño le cuesta comer hay que darle alimentos fáciles de tragar (flanes, purés...) y evitar lo ácido, lo salado o con muchas especias. Es mejor dar alimentos fríos y dulces. Hay que ofrecer muchos líquidos. Según la edad del niño se pueden tomar alimentos fríos tipo helados que alivian la inflamación de la mucosa oral.
- [Los antibióticos](#) no sirven para esto.
- A veces, pueden darse antivirales (*Aciclovir*<sup>®</sup>) en forma de jarabe o comprimidos para que dure menos la enfermedad.

### **¿Cuándo tengo que consultar?**

En caso de herpes labial solo hay que consultar si son muy frecuentes (más de 6 casos al año).

En la gingivoestomatitis:

- Al inicio del cuadro para confirmar el diagnóstico.
- Si el niño no es capaz de beber ni comer.
- Si hay riesgo de deshidratación (tiene mucha sed, piel muy seca, ojos hundidos o no orina, por ejemplo, en 8 horas).
- Porque está adormilado o le cuesta despertarlo.
- Porque no está mejor tras unos días.

#### **Autores del texto original:**

- [Manuel Merino Moína](#)
- [Juan Bravo Acuña](#)

---

**Fecha de publicación:** 14-09-2013

*Última fecha de actualización:* 26-05-2019

**Autor/es:**

- [Teresa Cenarro Guerrero](#). Pediatra.. Centro de Salud "Ruiseñores". Zaragoza.

