

## **HERPES ZOSTER (CULEBRILLA) EN EL CUERO CABELLUDO**

El herpes en la cabeza es particularmente delicado. El cuidado delicado del cabello y el tratamiento del cuero cabelludo puede prevenir un daño permanente.

El herpes puede formar una erupción de ampollas dolorosas en cualquier parte del cuerpo, pero puede ser particularmente insoportable y difícil si se extiende hacia la cabeza. Las ampollas de la culebrilla pueden dejar un cuero cabelludo sensible y por ende dificultar mucho su aseo. Lo que es peor, la infección puede resultar en parches de calvicie si no se es lo suficientemente cuidadoso sobre cómo tratar la erupción de herpes en la cabeza.

La culebrilla es causado por la reactivación del virus que causa la varicela, el virus varicela zóster. Tras la recuperación de la varicela, el virus puede viajar a través de los tejidos nerviosos del cuerpo y mantenerse inactivo por décadas. La culebrilla ocurre cuando el virus se reactiva y viaja de nuevo por los caminos nerviosos hacia la piel. Cualquiera que haya tenido varicela está en riesgo de contraer la culebrilla en algún momento de su vida.

### **El herpes en la cabeza y un cuero cabelludo sensible**

La picazón y el dolor del herpes pueden dejar un cuero cabelludo increíblemente sensible incluso a la menor presión posible. Eso puede hacer que pasar un cepillo o peine por el cabello sea una experiencia terrible, con las cerdas raspando la erupción que a la vez pueden hacer que las ampollas revienten.

Sin embargo, se debe evitar rascarse y pasar el cepillo fuertemente por el cabello. La infección viral que causa la culebrilla puede resultar en la pérdida de cabello a través de una condición conocida como alopecia cicatricial. La cicatrización causada por una erupción de herpes en la cabeza destruye células madre en los folículos de cabello que crean nuevo crecimiento del cabello. La destrucción de estas células previene la regeneración del cabello, conduciendo a una pérdida permanente del cabello. Rascar la erupción puede aumentar las posibilidades de sufrir de alopecia cicatricial.

Por otro lado, es importante saber que la culebrilla sólo afecta un lado del cuerpo. Eso significa que una erupción en el cuero cabelludo también estará limitada a un solo lado de la cabeza.

### **Tratamientos para el herpes en la cabeza**

Existen algunos tratamientos específicos para la cabeza y técnicas de cuidado del cabello que puedes usar para aliviar el dolor y la picazón de un cuero cabelludo sensible y ayudar a evitar el daño permanente:

- Aplicar agua y compresas frías a la parte de la cabeza afectada por la erupción de culebrilla puede calmar el picor y provocar sensación de alivio y bienestar.
- Evita usar jabones fuertes o champús perfumados.

### **INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD**

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

- Lavarse el cabello con agua tibia o a temperatura ambiente. Nunca utilizar agua caliente. Realizar movimientos ligeros con la yema de los dedos, nunca con las uñas.
- Secar muy bien la cabeza dando palmadas suaves con una toalla; no frotar.
- Peinar el cabello cuidadosamente, tratando de no raspar la erupción.
- Evitar las lacas, pomadas, mousse y otros productos.

#### **Tratamiento farmacológico habitual**

- Medicamentos antivirales que atacan el virus de la culebrilla.
- Antidepresivos tricíclicos, los cuales han demostrado su capacidad para interrumpir las señales de dolor.
- Parches tópicos de lidocaína, los cuales pueden aliviar la picazón y el dolor cuando se aplican directamente a la erupción.
- Bloqueadores nerviosos, los cuales son anestésicos tópicos inyectados directamente en la erupción.
- Analgésicos AINES.

#### **Complementos alimenticios**

**L-Lisina 500 mg (HealthAid):** Inhibe la replicación del virus del herpes. Además, hace que las lesiones se resuelvan antes.

**Vitaminas B99 (Nutrinat Evolution):** Las vitaminas del grupo B pueden ayudar a fortalecer el nervio afectado.

**Zinc 15 mg Complex (Terranova):** El zinc favorece la cicatrización de las heridas.

**Vitamina C+D+Saúco (HealthAid):** Ayudan a combatir el virus del herpes y a estimular el sistema inmunológico. La fórmula contiene también escaramujo o rosa canina la cual es rica en vitamina C y ayuda a prevenir las infecciones.

**Vitamina E natural 200 UI (HealthAid):** Antioxidante que protege las membranas celulares de la oxidación.

**Regaliz desglucirrizado:** Se puede utilizar en el tratamiento del herpes ya que parece interferir con el desarrollo del virus.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

### Plantas medicinales

La **alfalfa** (*Medicago sativa*) **700 mg (HealthAid)**, **manzanilla y diente de león** promueven la curación al restaurar el equilibrio ácido/base normal del organismo. Además, el diente de león elimina las molestias que producen las ampollas y, además, posee propiedades antiinflamatorias que ayudan a reducir la gravedad del cuadro.

La raíz de **astrágalo** (*Astragalus membranaceus*) **545 mg (HealthAid)** y la **equinácea** (*Echinacea purpurea*) **500 mg (HealthAid)** fortalecen el funcionamiento del sistema inmunológico.

La **cayena** contiene una sustancia llamada capsaicina, que mitiga el dolor y contribuye a la curación. También actúa como desintoxicante.

El **té verde** tiene propiedades antivirales, antiinflamatorias y antioxidantes. Se ha comprobado que los polifenoles que contiene combaten los virus del herpes.

La raíz de **valeriana** calma el sistema nervioso.