

HERPES ZOSTER (CULEBRILLA)

Herpes zóster o culebrilla es una erupción vesicante y dolorosa 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.

Síntomas

El primer síntoma generalmente es un dolor en un solo lado, hormigueo o ardor. El dolor y el ardor pueden ser intensos y generalmente se presentan antes de que aparezca cualquier erupción.

En la mayoría de las personas, se forman parches en la piel, seguidos de pequeñas ampollas.

- Las ampollas se rompen, formando pequeñas úlceras que comienzan a secarse y formar costras, las cuales se caen en dos a tres semanas. La cicatrización es rara.
- La erupción generalmente involucra un área estrecha de la columna alrededor de la parte frontal de la región ventral o el pecho.
- La erupción puede comprometer la cara, los ojos, la boca y los oídos.

Los síntomas adicionales pueden abarcar:

- Dolor abdominal
- Escalofríos
- Dificultad para mover algunos de los músculos en la cara
- Caída del párpado (ptosis)
- Fiebre y escalofríos
- Sensación de malestar general
- Lesiones genitales
- Dolor de cabeza
- Hipoacusia
- Dolor articular
- Pérdida del movimiento del ojo
- Inflamación de los ganglios linfáticos
- Problemas en el sentido del gusto
- Problemas de visión

También se puede presentar dolor, debilidad muscular y una erupción que involucra diferentes partes de la cara si el zóster afecta a un nervio en el rostro.

Causas

Después de que uno contrae varicela, el virus permanece inactivo (latente) en ciertos nervios del cuerpo. La culebrilla o zóster ocurre después de que el virus se reactiva en estos nervios después de muchos años.

La razón por la cual el virus se vuelve activo de nuevo no es clara. Con frecuencia, sólo se presenta un ataque.

El zóster se puede desarrollar en cualquier grupo de edad, pero uno tiene mayor probabilidad de desarrollar la afección si:

- Tiene más de 60 años
- Le dio varicela antes de cumplir un año
- Su sistema inmunitario está debilitado por medicamentos o enfermedad

Si un adulto o un niño tienen contacto directo con la erupción por herpes zóster y no ha tenido varicela de niño o no ha recibido la vacuna contra esta enfermedad, puede desarrollar varicela en lugar de zóster.

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.

Asimismo, se recomienda el reposo en cama hasta que baje la fiebre.

Se debe mantener la piel limpia y no reutilizar artículos contaminados. Igualmente, los artículos no desechables deben lavarse en agua hirviendo o deben desinfectarse

antes de reutilizarse. La persona puede requerir aislamiento mientras las lesiones estén supurando para evitar infectar a otras personas que nunca hayan tenido varicela, especialmente las mujeres embarazadas.

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): La vitamina B12 es la vitamina antiinflamatoria del sistema nervioso; es antineurálgica. También son importantes las vitaminas B1 y B6, indispensables para la protección del sistema nervioso y la reparación adecuada de mielina, así como también ayudan a prevenir que se dañe. La vitamina B6 se requiere para la conversión del triptófano de la dieta en serotonina, un neurotransmisor que modula la percepción del dolor, convirtiéndose así en un agente estimulante de la serotonina. Debido a que los pacientes con dolor crónico tienen niveles de serotonina disminuidos.

La vitamina C, por sus efectos antioxidantes, se recomienda sin duda para mantener al sistema inmune en buenas condiciones, el cuerpo libre de toxinas y para ayudar a desinflamar. Todo esto es necesario para que el sistema nervioso esté funcionando correctamente y la mielina este bien protegida.

DL-fenilalanina (DLPA) 500 mg (HealthAid): Efectiva en el tratamiento de los trastornos del dolor crónico debido a que eleva las endorfinas de tipo morfina en el cerebro. Inhibe varias de las enzimas responsables de la destrucción de las endorfinas (hormonas supresoras del dolor), por lo tanto estas (p.e. encefálica) disfrutan de una vida más larga ejerciendo sus acciones analgésicas durante periodos de tiempo más prolongados.

SAMe (Designs for Health): Ayuda a reducir el dolor y la inflamación.

Gluconato de zinc 70 mg (HealthAid)/Zinc 15 mg Complex (Terranova): Favorece la cicatrización de las heridas.

Vitamina C 1.000 mg + bioflavonoides (HealthAid)/ Esterified Vitamin C 1.000 mg (HealthAid): Ayudan a combatir el virus del herpes y a estimular el sistema inmunológico.

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

BetaGlucan Complex (HealthAid): Fortalece el sistema inmunitario.

Plantas medicinales

- La alfalfa, (**Alfalfa (*Medicago sativa*) 700 mg (HealthAid)**) y diente de león (**Diente de León, Alcachofera y Cisteína Complex**) (**Terranova**), 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 **Astragalo (*Astragalus membranaceus*) 545 mg (HealthAid)** y la equinácea 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.
- El **escaramujo** o **rosa canina** es rica en vitamina C y ayuda a prevenir las infecciones.
- La raíz de **valeriana** calma el sistema nervioso.