

¿Sufre de labios partidos o "fuegos"?

Si le ocurre, puede deberse a que el sistema inmune está afectado por la temporada y la piel que cubre los labios es extremadamente sensible al sol, al frío y al viento.

El "fuego" corresponde a una lesión provocada por un herpes simple tipo 1 que se presenta a nivel labial.

El virus se adquiere habitualmente en la infancia, produciendo un cuadro conocido como Estomatitis Herpética. La recurrencia de esta enfermedad es el Herpes Labial que la mayoría de las personas conoce con el nombre de "fuegos".

Esta lesión es muy dolorosa, afecta especialmente a la zona labial y se asocia a una alteración del sistema inmune que favorece su reaparición, afirma la doctora. Paula Duarte, Inmunóloga de la Clínica Santa María.

En invierno nuestro sistema inmune está siendo atacado en forma permanente. A ello se unen los factores ambientales que afectan las partes expuestas del cuerpo. La piel luce menos atractiva y los labios se parten, siendo más propensos a las lesiones que son comúnmente conocidas como "fuegos".

Factores comúnmente asociados a la reaparición de los herpes labiales

- La alimentación
- La exposición al sol y
- El stress

En lo que a la alimentación se refiere, efectivamente hay que evitar los alimentos picantes o los muy calóricos, como chocolates ya que tienen un efecto irritativo e inflamatorio a nivel de tejidos del cuerpo, lo cual afecta el buen funcionamiento del sistema inmunológico.

Por otra parte, es habitual que en invierno olvidemos la acción de los agentes como el sol, frío y viento sobre nuestro rostro. Los labios no se broncean, se queman con el sol, perdiendo fácilmente su humectación y protección natural, pudiendo ser dramáticamente afectados por los rayos UV y con ello, desencadenar la aparición de herpes.

“Parece que me va a salir un fuego”

La doctora Duarte reconoce que es muy difícil prevenir la aparición de estas conocidas lesiones, sin embargo, recomienda reconocer los síntomas prodrómicos, que son aquellos que se presentan antes de la aparición de las lesiones.

Por ejemplo, días previos a que éstas aparezcan, en los labios se produce un cosquilleo con ardor y la sensación de labios dormidos. En ese momento es recomendable poder iniciar tratamiento antiviral, pudiéndose adicionar medidas caseras como aplicar hielo en la zona comprometida. El tratamiento oportuno disminuye el número de lesiones y acorta el periodo en la que éstas están presentes.

¿Y si los labios ya están afectados por un herpes?

Si las lesiones ya aparecieron, el tratamiento antiviral es efectivo si se inicia dentro de las primeras 24 horas. Si se dejan evolucionar en forma espontánea, éstas durarán entre 5 a 7 días.

Es importante no tocar la zona afectada ya que estos virus son muy contagiosos y podría, sin querer, traspasarlos a otra zona de la cara. Si la lesión ya es evidente, simplemente no la toque y no aplique nada sobre ellas.

¿Cómo cuidarse los labios?

Mantener los labios sanos es lo más importante.

La prevención debe entenderse como el simple acto de aplicarse en forma diaria y repetida un protector labial. Es una rutina sencilla, fácil de adoptar y que además, ayuda a mantener en el tiempo unos labios más atractivos.

Si los labios están partidos, hay que ayudar a que vuelvan a su estado saludable aplicando cremas labiales de alivio.

En este sentido, cuidar es parte de prevenir ya que el sólo hecho de aplicar un protector labial, que cuide e hidrate la piel de los labios, es una importante acción para no facilitar la aparición de lesiones labiales.

Una forma de prevenir las molestias en los labios, la marca BLISTEX tiene una completa línea de productos para el cuidado, prevención y alivio de los labios afectados por los factores ambientales