



【 HERPES ZÓSTER 】

Quiénes corren más riesgos de padecerlo

Este virus, que es el mismo de la varicela, puede permanecer dormido durante décadas antes de reactivarse. ¿Por qué a algunas personas se les manifiesta? ¿Qué factores aumentan las posibilidades de sufrirla? Un infectólogo explica sus causas.

Por: Cristóbal Bley

No es una enfermedad de la que se hable mucho y suena extraña para la mayoría de la gente. Pocos saben pronunciarla y menos cómo se escribe —¿con zeta o con ese?— pero todos deberíamos conocerla: se estima que un 20% de la población podría padecer alguna vez el herpes zóster.

También conocido como "culebrilla", el herpes zóster se produce por la reactivación del virus de la varicela, que después de afectar a una persona, se mantiene en reposo en el tejido nervioso durante años, incluso toda la vida. En algunos casos, el virus puede volver a manifestarse en forma de sarpullido o ampollas en la piel, casi siempre en un solo lado del cuerpo, con bastante dolor y larga duración.

Si una de cada cinco personas puede padecerla, y sus síntomas son tan desagradables, ¿cómo es que se conoce tan poco de esta enfermedad? Una de las razones es que afecta principalmente a las personas mayores de 50 años. De hecho, entre más edad se tenga, más probabilidades hay de sufrir el herpes zóster.

"El factor de riesgo más importante es el estado inmunitario del paciente", explica Diego Saa, infectólogo de Clínica INDISA. "Y a medida que vamos avanzando en la edad, nuestros linfocitos empiezan a envejecer con nosotros y pueden perder la capacidad de contener a un virus como el herpes zóster. Es lo que se llama inmunosenescencia".

Edad, sistema inmune y complicaciones

Otro motivo por el que el herpes zóster no figura entre los males más conocidos es que no pone en riesgo la vida. Pero como si la puede deteriorar mucho, a causa de los



dolores que causan las ampollas y el sarpullido, convendría que se supiera más de su existencia.

En especial porque las personas con más riesgo de sufrirlo son los adultos mayores, y considerando que la esperanza de vida en Chile se ubica en los 81 años, la probabilidad de tener herpes zóster se vuelve cada vez más alta. Se estima que el 95% de las personas mayores de 50 años son portadores del virus de la varicela zóster (VVZ), el causante de la enfermedad.

Esto se debe a que el sistema inmune disminuye normal y paulatinamente con el envejecimiento, lo que propicia la reactivación del VVZ. Un estilo de vida saludable, que incluya actividad física periódica y una alimentación equilibrada, puede ayudar a mejorar y hacer más leves los síntomas, pero no garantiza que el herpes zóster no aparezca.

"No hay mucho que hacer con el paso del tiempo", dice Saa. "De todas formas, mantener una alimentación sana y el ejercicio físico sin duda que mantiene al sistema inmunitario más alerta. A pesar de eso, igual va a ir envejeciendo".

10-18%

de las personas que padecen herpes zóster desarrollan su complicación más frecuente: la neuralgia posherpética (NPH), un dolor persistente que puede extenderse por meses e incluso años después de que desaparece la erupción.

Otros factores de riesgo que pueden favorecer o agravar la acción del virus, son la preexistencia de enfermedades que debilitan el sistema de defensas. Patologías como el cáncer o el VIH, así como tratamientos médicos como la radiación o la quimioterapia.

"Lo más frecuente es el uso de esteroides", añade el infectólogo, "pero también otras terapias, como pacientes que estén usando inmunosupresores muy potentes por enfermedades inmunológicas, o que se han transplantado algún órgano".

Cuando aparezcan los síntomas, corresponde consultar precozmente, "porque el uso de terapias antivirales dirigidas para este virus permite dos cosas", agrega Saa: primero, acortar la duración de la fase clínica sintomática. Y probablemente más importante, disminuir la probabilidad de que queden secuelas".

La complicación más frecuente relacionada con el herpes zóster es la neuralgia posherpética (NPH), que la sufren entre un 10 y un 18% de las personas que padecen del virus. Se define como un dolor persistente y agudo en el sitio donde se reactivó el virus y que puede durar meses o incluso años.

Otras derivaciones, aunque mucho menos frecuentes, incluyen lesiones en los ojos (que en el peor de los casos podrían producir pérdida de la visión), problemas auditivos o inflamación del cerebro.

Pero si el tratamiento es oportuno y acertado, la infección podría ser de menor duración y el riesgo de complicaciones también se reduciría. "El herpes zóster, en general, lo puede ver cualquiera", concluye Saa. "Desde médicos generales, dermatólogos, infectólogos, incluso hasta neurólogos. Pero lo importante, más allá de cualquier cosa, es la consulta precoz".

"A medida que vamos avanzando en la edad, nuestros linfocitos empiezan a envejecer con nosotros y pueden perder la capacidad de contener a un virus como el herpes zóster. Es lo que se llama inmunosenescencia".

DIEGO SAA, INFECTÓLOGO DE CLÍNICA INDISA.