



Cold Sores/Fever Blisters **(Oral Herpes)**

What is it?

- A viral contagious infection of the skin that may occur as a single blister or group of blisters. Oral herpes is very common and occurs around the mouth with blisters or sores that eventually form a crust. Complete healing may take 1-2 weeks.
- Symptoms include burning and itching at the site of the blisters/sores and sometimes fever; generally feeling unwell.
- Once a person is infected (often before age 5), the virus remains in the body, potentially lifelong. After the first infection, the virus may reactivate (flare up) from time to time with cold sores recurring at the same location. Triggers for flare ups include fatigue, stress, illness, injuries to the skin, and fluctuating hormones.

How is it spread?

- It is spread through saliva, skin-to-skin contact, or by touching an object handled by someone infected with the virus.

What should I do?

- Consult health care provider if this is child's first cold sore infection. Wash hands frequently to help prevent spread of the infection to others or to another part of the body.
- Instruct children not to touch sores and not to share food, drinks, utensils, or towels with others. Wash towels and linens in hot water after use.
- Children can attend school but should avoid sports with skin-to-skin contact, like wrestling, during active cold sore infection.
- Avoid kissing or nuzzling children when sores are present.
- There is no cure for herpes, but there are medications that may help symptoms.

References: Cold Sores in Children: About the Herpes Simplex Virus (American Academy of Pediatrics, 2017).

Herpes labial o herpes febril **(Herpes simple)**

¿Qué es?

- Es una infección viral contagiosa de la piel que puede presentarse como una sola ampolla o un grupo de ampollas. El herpes oral es muy común y ocurre alrededor de la boca, presentando ampollas o llagas que eventualmente forman una costra. El proceso de sanación puede tomar de 1 a 2 semanas.
- Los síntomas incluyen ardor y picazón en el lugar de las ampollas/llagas y, en ocasiones, fiebre; sensación de malestar general.
- Una vez que una persona se infecta (a menudo antes de los 5 años), el virus permanece en el organismo, potencialmente de por vida. Después de la primera infección, el virus puede reactivarse de vez en cuando y reaparecer como herpes labial en el mismo lugar. Los factores desencadenantes de estas recurrencias son la fatiga, el estrés, las enfermedades, las lesiones cutáneas y las fluctuaciones hormonales.

¿Cómo se propaga?

- Se transmite por contacto directo con el herpes labial o la saliva de una persona infectada. También se puede transmitir por los dedos, paños, toallas, ropa mojada, sábanas y fundas de almohada de la persona infectada que hayan resultado contaminados.

¿Qué debo hacer?

- Si es la primera vez que el niño tiene herpes labial, consulte a su médico. Lávese las manos frecuentemente para ayudar a prevenir el contagio de la infección a otras personas o a otra parte del cuerpo.
- Enséñele al niño a no tocarse las llagas y a no compartir alimentos, bebidas, utensilios o toallas con otras personas. Lave las toallas y la ropa de cama con agua caliente después de cada uso.
- Los niños pueden ir a la escuela, pero deben evitar los deportes que impliquen contacto piel con piel, como la lucha libre, durante una infección activa de herpes labial.
- Evite besar o acariciar con la nariz a los niños cuando las llagas estén presentes.
- No existe cura para el herpes, pero hay medicamentos que pueden ayudar con los síntomas.

Referencias: Herpes labial en niños: Acerca del virus del herpes simple (Academia Americana de Pediatría, 2017).