

Eritema multiforme

Versión para pacientes

¿Qué es?

El eritema multiforme es una reacción de la piel (y a veces de la boca, ojos o genitales) que suele aparecer después de una infección, especialmente **herpes labial** (virus del herpes simple) o de una infección respiratoria. Las manchas típicas tienen forma de **"diana"** (centro más oscuro y anillos alrededor). La mayoría de los brotes se resuelven en **1-2 semanas**, aunque pueden **repetirse**.

Síntomas comunes

- Manchas rojas que evolucionan a **dianas**.
- Ardor, picazón o dolor en las lesiones.
- **Llagas en la boca** (labios o mucosa); en ocasiones en ojos o genitales.
- Malestar general leve o febrícula.

Causas más frecuentes

- **Infecciones:** herpes labial (virus del herpes simple) y **infecciones respiratorias** (por ejemplo, *Mycoplasma pneumoniae*).
- Con menor frecuencia, **medicamentos** o **vacunas**. Su equipo médico valorará si están implicados.

¿Qué hacer si aparece un brote?

- Tome **fotografías** de las lesiones con **fecha**.
- **Anote** infecciones recientes y medicamentos tomados en las últimas 1-3 semanas (incluya gotas, cremas, té o suplementos).
- Medidas de **alivio**: compresas frías; cremas con corticoide si ya se lo indicaron; analgésicos habituales.
- **Boca**: enjuagues anestésicos/antisépticos si fueron indicados; prefiera alimentos blandos, fríos o tibios.
- **No reviente** ampollas. Si se rompen, cubra con **gasa limpia**.
- Mantenga **buena hidratación**.

Señales de alarma (acuda a Urgencias)

- **Ojos**: dolor, enrojecimiento, visión borrosa o sensibilidad a la luz.
- **Dificultad para comer o beber** por dolor en la boca.
- **Fiebre alta** o empeoramiento rápido del estado general.
- **Piel que se desprende** en zonas extensas.
- **Llagas extensas** en boca o genitales, o dolor intenso al orinar.

Tratamiento habitual

- **Piel:** corticoides tópicos por pocos días para disminuir inflamación y molestia; emolientes.
- **Boca:** enjuagues anestésicos/antisépticos; analgesia; hidratación.
- **Ojos:** manejo por **oftalmología**.
- Si hay **herpes activo**, el médico puede indicar **antivirales** (por ejemplo, aciclovir o valaciclovir).
- Si se sospecha **infección respiratoria bacteriana**, se tratará según criterio médico.
- En casos con **dolor intenso o dificultad para hidratarse**, puede requerirse observación y **líquidos intravenosos**.

Prevención y seguridad a futuro

- Si tiene **herpes labial recurrente**, su especialista podría indicar **antivirales diarios** para prevenir brotes.
- Si presenta **infecciones respiratorias frecuentes**, consulte si requiere estudio o tratamiento.
- **Evite automedicarse**; comente con su médico antes de iniciar fármacos nuevos.
- Informe a todos sus profesionales de salud que ha tenido **eritema multiforme**.
- Si hubo **compromiso ocular**, programe control con **oftalmología**.

¿Cómo confirmamos la causa?

- La **historia clínica** (infecciones, herpes, medicamentos) es la clave.
- A veces se realizan **pruebas**: hisopados para virus del herpes, estudios respiratorios o radiografía; en algunos casos se hace **biopsia de piel**.
- No siempre se identifica una causa única.

Plan personal

- **Desencadenante probable:** _____
- **Fecha del último brote:** _____
- **Medicamentos que me alivian:** _____
- **Señales de alarma que debo vigilar:** _____
- **Contacto de mi especialista:** _____

Recomendaciones generales - Mantenga la piel **hidratada** a diario. - Evite **rascarse**; mantenga uñas cortas. - Use **protector solar** si las lesiones quedan sensibles.

Esta hoja es informativa y no sustituye la consulta médica.