

L'**herpes labiale** appartiene alla ben più numerosa famiglia degli Herpes viridae. Allo stato di conoscenza attuale si ritiene che, degli oltre 70 virus di questa famiglia, solo otto siano causa di patologie per l'uomo. Tra questi troviamo la sotto famiglia degli alfa herpes viridae, di cui fanno parte i virus herpes simplex 1 e 2 (HSV-1 HSV-2). È noto che è l'herpes simplex tipo 1 il virus responsabile delle lesioni labiali, mentre il secondo, l'herpes simplex tipo 2, è causa delle lesioni genitali. Anche l'herpes simplex tipo 1 può creare affezioni genitali, ma solo nel 10% dei casi. Stime correnti indicano che circa il 40-45% della popolazione occidentale soffre di infezioni ricorrenti da HSV e che la quasi totalità degli adulti ha avuto, magari in forma silente, almeno un "incontro" col virus. La comparsa della lesione erpetica non segue necessariamente o immediatamente il contagio, il virus infatti può rimanere anni senza farsi vedere. La lesione erpetica è la manifestazione fisica di una recidiva dell'infezione. L'agente eziologico dell'herpes labiale (HSV-1) viene trasmesso tramite contatto diretto interumano da lesioni erpetiche o tramite la saliva, o oggetti che ne sono venuti in contatto, dei portatori sani. Il suo manifestarsi è caratterizzato dalla comparsa di gruppi singoli o multipli di piccole vescicole su un'area eritematosa a livello delle labbra e del loro contorno. Il virus Herpes simplex tipo 1 è un parassita perfetto che, dopo essersi manifestato con la lesione, si rifugia nei gangli nervosi e diviene così inaccessibile a farmaci e ad anticorpi specifici. Rimane praticamente sempre presente nell'organismo ed è pronto a scatenarsi approfittando degli stati di debolezza psico-fisica di chi lo ospita. Possiamo quindi riassumere il meccanismo del HSV-1 in una sequenza temporale caratterizzata da: infezione primaria, fase di latenza, ricorrenti recidive

CAUSE E FATTORI PREDISPONENTI

I principali fattori predisponenti il "risveglio" dell'herpes virus dalla sua forma di latenza e quindi l'insorgenza della manifestazione erpetica cutanea sono stress, sovraccarico, errato stile di vita, soprattutto alimentare (basato sul consumo di cibi ricchi in arginina, aminoacido essenziale e favorente la replicazione virale), esposizione solare intensa, ciclo mestruale femminile, eventuali allergie e/o intolleranze alimentari, infezioni generali, uso/abuso di farmaci e di alcuni alimenti. Tutti questi fattori concorrono nell'abbassare le difese immunitarie, sfavorendo i linfociti Th1 specializzati nel combattere le infezioni virali, rispetto ai Th2, e nel portare il "terreno" intestinale in disequilibrio (disbiosi) favorendo così il "risveglio" dell'herpes virus latente e/o la sua replicazione. Posto che nulla si può fare per debellare il virus una volta che ha fatto il suo ingresso nell'organismo, l'azione sarà mirata a fornire al sistema immunitario quegli elementi utili per mantenerlo in equilibrio e per renderlo in grado di contrastare l'insorgere delle recidive, rendendole sempre meno frequenti e meno dolorose, agendo al tempo stesso sullo stile di vita e sull'alimentazione. Sicuramente tra i tanti approcci, sia preventivi delle recidive che curativi, quello alimentare è forse il meno conosciuto, ma è stato ampiamente dimostrato: una dieta ricca dell'aminoacido lisina e povera dell'aminoacido arginina è di importanza fondamentale nel trattamento e nella prevenzione delle infezioni da HSV-1.

L'APPROCCIO PER L'HERPES LABIALE NEI CASI SEGUENTI SINGOLO EPISODIO ACUTO E CICLI DI PREVENZIONE si basa su 3 aspetti fondamentali:

- 1. Combattere il virus responsabile dell'herpes nel suo manifestarsi**, sia in caso di infezioni primarie che di recidive, attraverso un'azione sistemica volta al contenimento della proliferazione del virus stesso, al rafforzamento delle potenzialità e dell'efficienza del sistema immunitario e all'integrazione dell'aminoacido Lisina (da fonti naturali)
- 2. Prevenire efficacemente le recidive dell'herpes labiale attraverso l'applicazione quotidiana di un prodotto specifico per labbra e parti adiacenti**, con una mirata azione antivirale e protettiva naturale, ed evitando l'esposizione non protetta al sole o alle lampade solari

3. Nel caso in cui si manifesti, **trattare l'herpes labiale a livello locale con un'azione antivirale, emolliente e protettiva**, per contrastare sin dai primi sintomi l'evoluzione delle lesioni erpetiche e favorirne la rapida risoluzione
4. **Seguire un dieta adeguata** tenendo conto soprattutto di evitare gli alimenti colpevoli di indebolire il sistema immunitario o responsabili di intolleranze o allergie alimentari. **Un'attenzione particolare va posta al bilanciamento tra gli aminoacidi lisina e arginina, scegliendo cibi ricchi del primo e poveri del secondo**
5. **Adottare uno stile di vita "sano" e volto ad alleviare ansie e stress** per consentire al sistema immunitario di mantenersi in equilibrio.