



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Cuidado bucal durante su tratamiento para el cáncer

Esta información explica cómo cuidar de la boca durante el tratamiento para el cáncer.

■ **¿Cuáles cambios presentaré en la boca y garganta durante el tratamiento?**

Es posible que algunos medicamentos para tratar el cáncer y la radioterapia a la cabeza y cuello puedan afectar las células de la boca y tracto digestivo. Esto se conoce como mucositis. La mucositis puede producir enrojecimiento, hinchazón, dolor al tacto y úlceras en el revestimiento de la boca, lengua y labios. Usted puede experimentar algo de malestar en la boca y garganta que puede hacer que sea difícil comer o tragar. Estos síntomas pueden comenzar 3 a 10 días después del inicio del tratamiento. La rapidez con que desaparezcan dependerá de su sistema inmunológico y del tratamiento que esté recibiendo.

■ **¿Necesito cuidados dentales especiales?**

Su médico puede pedirle que vea a un dentista antes de iniciar su tratamiento para el cáncer. Si necesita ver a su dentista durante el tratamiento, pídale a él o ella que primero llame a su médico en el Memorial Sloan Kettering Cancer Center (MSK).

■ **¿Cómo debo cuidarme la boca durante el tratamiento?**

Cepillado

- Cepílese los dientes y la lengua suavemente después de cada comida y a la hora de acostarse. Utilice un cepillo de dientes de cerdas suaves y pequeñas. Si la boca está demasiado adolorida para utilizar un cepillo de dientes suave y común, puede conseguir uno súper suave. Algunos ejemplos de estos son:
 - Cepillo de dientes Biotene[®] Supersoft
 - Cepillo de dientes suave Sensodyne[®] Extra Soft
 - Cepillo de dientes de cabezal compacto y extra suave Colgate[®] 360 Sensitive Pro-Alivio
 - Cepillo de dientes de cabezal compacto y suave Oral-B[®] Indicator 35
- Cambie su cepillo de dientes cada 3 a 4 meses o con mayor frecuencia si es necesario.
- Utilice una pasta de dientes que contenga flúor o bicarbonato de sodio con flúor.
- Si tiene un juego de dentadura postiza, un puente o una prótesis dental, quíteselo y límpielo cada vez que se lave la boca. Puede seguir usándolo si se ajusta bien y no le irrita la boca. Sáqueselo de la boca mientras duerme. Si presenta irritación, manténgalo fuera de la boca lo más posible.

Uso del hilo dental

Pásese el hilo dental sin cera una vez al día a la hora de acostarse. Si no ha hecho esto de forma habitual antes del tratamiento, no comience ahora.

Enjuague

Enjuáguese la boca cada 4 a 6 horas o con mayor frecuencia si es necesario con uno de los enjuagues que se indican a continuación:

- Una pinta (4 tazas) de agua mezclada con 1 cucharadita de sal y 1 cucharadita de bicarbonato de sodio. Esto es lo mismo que 1 pinta (0,47 litros) de solución salina normal mezclada con 1 cucharadita de bicarbonato de sodio.
- Una pinta (0,47 litros) de agua mezclado con 1 cucharadita de sal
- Una pinta (0,47 litros) de agua mezclado con 1 cucharadita de bicarbonato de sodio
- Agua
- Enjuague bucal sin alcohol o azúcar, tal como el enjuague bucal Biotene[®] PBF o el enjuague bucal BetaCell[™].

Enjuáguese y haga gárgaras bien por 15 a 30 segundos y luego escupa el enjuague. Ajuste la temperatura de la solución para su comodidad, pero evite temperaturas calientes o frías extremas.

Si la enfermera le indicó irrigarse la boca, se le darán otras instrucciones acerca de cómo enjuagarse.

Humectación de los labios

Utilice un humectante labial (p. ej., Aquaphor[®], Vaseline[®], Eucerin Original[®] o ungüento A&D[®]) después del cuidado de la boca. No lo aplique 4 horas antes de la radioterapia a la cabeza y cuello.

¿Debo evitar algo?

Sí. Debe evitar:

- El tabaco
- El alcohol
- Enjuagues bucales comerciales que contengan alcohol (p. ej., Scope[®], Listerine[®])
- Alimentos salados o alimentos que contengan condimentos fuertes (p. ej., pimienta, chile en polvo, rábano picante, curry en polvo, salsa Tabasco[®])
- Frutas y jugos cítricos (p. ej., naranja, limón, lima, toronja, piña)
- Tomates
- Alimentos duros, secos o ásperos (p. ej., pan tostado, galletas de soda, vegetales crudos, papitas fritas, pretzels)
- Alimentos o líquidos muy calientes o fríos

■ ¿Qué debo hacer si tengo dolor en la boca?

Informe a su médico o enfermera. Si tiene pocas áreas pequeñas dolorosas, es posible que su médico le recete un anestésico que usted pueda aplicar al área. Un ejemplo de esto es la lidocaína viscosa al 2%.

Puede aplicarla al área dolorosa usando un hisopo o Q-tip[®]. Aplíquela cada hora, según sea necesario.

Si siente dolor en la mayor parte de la boca y garganta, su médico puede recetarle algún medicamento que recubra toda la boca (tal como GelClair[®] o lidocaína viscosa al 2%). Cada 3 a 4 horas, hasta 8 veces al día, use 1 cucharada del medicamento para enjuagarse, hacer gárgaras y luego escupirlo. No se trague el medicamento. No coma por 60 minutos después de usar el medicamento.

Si todavía tiene dolor en la boca, informe a su médico o enfermera. Él o ella pueden recetarle otros analgésicos.

■ **¿Qué debo hacer si tengo dificultad para tragar?**

Aquí se presentan algunas sugerencias para ayudarle a que tragar sea más fácil y para ayudarle a ingerir suficientes proteínas y calorías durante su tratamiento:

- Si su boca está seca, enjuáguela inmediatamente antes de comer para humedecerla y estimular las papilas gustativas.
- Coma alimentos tibios o frescos.
- Coma alimentos suaves, húmedos, no irritantes en pequeños bocados y mástíquelos bien.
- Use salsas y jugos de carne.
- Humedezca los alimentos con yogur, leche de soya o agua.
- Fría los alimentos en abundantes líquidos.
- Mezcle sus alimentos o hágalos puré.
- Evite los irritantes, tales como las bebidas alcohólicas, jugos y frutas agrios o ácidos, alimentos picantes, alimentos encurtidos y tabaco.
- Beba a sorbos mucha agua durante todo el día para asegurar que ingiera suficientes líquidos. Tenga presente que las bebidas con azúcar (jugo, té helado, gaseosa) pueden producir caries dental. Puede tomarlas durante las comidas, pero límitelas entre comidas.

■ **¿Qué debo hacer si no estoy comiendo lo suficiente?**

- Beba suplementos nutricionales tales como Carnation[®] Instant Breakfast y Ensure[®].
- Añada polvos proteicos a los caldos, sopas, cereales y bebidas. Dilúyalos según sea necesario.
- Coma muchas comidas pequeñas durante todo el día en vez de menos comidas grandes. Trate de ingerir una comida pequeña cada 2 o 3 horas.
- Informe a su médico o enfermera si no está comiendo bien. Ellos pueden hacer los arreglos para que usted vea a un nutricionista.

■ **¿Qué debo hacer si mi boca se encuentra seca?**

Beba sorbos de agua a menudo durante todo el día o use:

- Un frasco atomizador para rociarse agua en la boca
- Humectantes bucales que se obtienen sin receta médica (p. ej., Biotene[®] Oral Balance, Salivart[®] Oral Moisturizer, Mouth Kote[®] Dry Mouth Spray)
- Saliva artificial
- Biotene[®] Gum
- Un humidificador en la habitación en la que se encuentre

■ **¿Cuándo debo contactar a mi médico o enfermera?**

Comuníquese con su médico o enfermera si tiene:

- Nuevos enrojecimientos, úlceras o parches blancos en la boca
- Sangrado en las encías o boca

- Dificultad o dolor al tragar
- El dolor no mejora con analgésicos
- Fiebre de 100,4 °F (38 °C) o mayor
- Alguna pregunta o inquietud

Si tiene algunas preguntas o inquietudes, hable con su médico, enfermera u otro miembro del equipo de atención de su salud. Puede comunicarse con ellos de lunes a viernes de 9:00 am a 5:00 pm al _____. Después de las 5:00 pm, durante los fines de semana y días festivos, llame al _____. Si no se indica un número o no está seguro, llame al (212) 639-2000.

©2014 Memorial Sloan Kettering Cancer Center [CF-461]