

## Mucositis o llagas en la boca

---

### Descargar Educación para pacientes

## Mucositis o llagas en la boca

La quimioterapia y la radioterapia pueden provocar llagas en la boca (mucositis). Estos tratamientos contra el cáncer se centran en las células cancerosas que se dividen rápidamente. Los tratamientos pueden afectar a otras células que se dividen con rapidez, como las de las membranas mucosas que recubren la boca, la garganta, el esófago, el estómago, los intestinos y el ano. Puede sentir molestias en cualquier zona del tracto gastrointestinal.

La mucositis leve se percibe como una quemadura solar o un ardor de estómago, y causar dolor abdominal o rectal al defecar. Las personas con mucositis grave tienen llagas abiertas en la boca y a lo largo del tubo digestivo, lo que les dificulta comer, hablar, masticar y tragar. Las llagas pueden provocar deshidratación y pérdida de peso. Las bacterias pueden invadir las llagas abiertas y provocar una infección. Los movimientos intestinales dolorosos pueden provocar estreñimiento y disminución del apetito.

Actualmente no se dispone de un tratamiento para prevenir la mucositis. El objetivo de los cuidados es disminuir la gravedad de los síntomas y su duración, y prevenir la infección hasta que la mucosa sane.

Si se cansa demasiado o tiene dificultades persistentes con úlceras bucales, puede que se retrase el tratamiento contra el cáncer o que se reduzca la dosis de medicación. La mucositis mejora después de 2 o 4 semanas con un buen cuidado bucal.

---

## ¿Qué hacer si tiene llagas en la boca?

- Mantener los dientes y la boca limpios.
- Enjuagar la boca con agua cada 2 horas mientras esté despierto.
- Enjuáguese la boca o haga gárgaras 3 o 4 veces al día con ½ cucharadita de sal y ½ cucharadita de bicarbonato de sodio mezclados en agua tibia. Inicie el tratamiento la noche anterior a la quimioterapia.
- Cepílese los dientes con un cepillo suave y una pasta dental suave. Enjuague el cepillo de dientes con agua caliente para mantenerlo limpio. Reemplácelo con frecuencia. Retire y limpie las dentaduras postizas con regularidad. Si hay llagas debajo de la dentadura postiza, debe removerlas después de las comidas y por la noche para facilitar la cicatrización.
- Tome:
  - 8 vasos diarios de agua de 8 onzas cada uno. El agua purificada o desionizada puede reducir la irritación.
  - Bebidas deportivas (por ejemplo, Gatorade) con electrolitos para mantenerse hidratado.
  - Bebidas proteicas (por ejemplo, Ensure, Boost) para ayudar a su nutrición.
  - Batidos de fruta hechos con yogur y fruta fresca.
- Utilice una pajita para beber líquidos que puedan irritar las llagas.
- Consuma alimentos blandos para su comodidad: helados, polos, batidos, flan, yogur, mantequilla de cacahuete u otros frutos secos, gelatina, puré de papas, bananas, compota de manzana, huevos revueltos y avena.
- Consuma alimentos ricos en proteínas para favorecer la cicatrización.

- Pregunte a su equipo médico sobre el uso de un sustituto de la saliva. Utilice un bálsamo labial (hidratante, sin mentol) para los labios secos.
- Utilice el hilo dental con suavidad para no irritar las encías.

- Considere el uso de un Water-Pik®. • Chupe caramelos duros.
  - Póngase en contacto con su médico si la mucositis no responde a estos consejos de autocuidado. Es posible que le receten un enjuague bucal u otro medicamento para aliviar las molestias.
- 

## No debe:

- Evite:
    - Comidas y bebidas muy calientes y muy frías.
    - Alimentos y bebidas que pueden irritar los tejidos: cítricos y zumos, tomates y alimentos picantes o salados.
    - Todas las variedades de alcohol, cafeína y nicotina, ya que irritan y resecan los tejidos.
    - Alimentos ricos en azúcar, que pueden facilitar la proliferación de bacterias.
    - Respirar por la boca.
    - Enjuagues bucales con alcohol.
    - Usar hisopos bucales de glicerina de limón.
- 

## Llame al médico si tiene:

- Llagas en la boca o en los labios que dificultan comer, beber o dormir.
- Dolor o cualquier signo de infección.
- Capa espesa en la lengua o en la boca.
- Empeoramiento de los síntomas.

Visite nuestro sitio web para obtener más información sobre grupos de apoyo, ensayos clínicos y

estilo de vida. PTE.241 © Copyright 2015