

Cuidados bucales durante el tratamiento de quimioterapia



TRATAMIENTO ACTIVO

¿Qué es la quimioterapia?

La quimioterapia que recibirá está diseñada para usted. El tratamiento puede durar varios meses con pausas intermedias. A pesar de que no acuda cada día a recibir tratamiento la medicación continúa trabajando en su organismo. Es importante que siga los consejos de sus oncólogos durante todo el tratamiento.

Esta información puede utilizarse como referencia para orientarlo respecto al cuidado bucal durante el tratamiento.

COMER Y BEBER

Su nutricionista le ayudará con su forma de comer y beber.

- Elija alimentos con alto contenido calórico, protéico y abundancia de líquidos
 - Consuma queso, leche, carne, huevos, vainitas, yogurt, flanes y helados
- Elija alimentos blandos o de consistencia media si tiene dolor o problemas para masticar
 - Cocine en forma de cremas, potajes, guisos, pastas, huevos revueltos y puré de papas
 - Utilice salsas, aceites o mantequilla para lubricar los alimentos
- Evite los alimentos ácidos y jugos como el de tomate, naranja o toronja
- Evite alimentos duros, crujientes y secos como tostadas, frutos secos, papas fritas, frutas y verduras crudas
- Coma en pequeñas cantidades y frecuentemente cuando la deglución se haga difícil
- Tome suplementos nutritivos en forma de batidos
- Trate de beber 8 vasos de líquido sin gas (sin alcohol o cafeína)
- Coma pequeñas raciones de comida y sorbos de líquido con frecuencia para mantener su deglución activa.
- El cambio de gusto en la comida es normal. Pida consejos a su nutricionista para ayudar a que la comida sepa mejor

Si tiene problemas para comer o mantener su peso, dígaselo a su equipo médico de inmediato

DEGLUCIÓN

Cambios en la deglución durante el tratamiento.

En cualquier momento durante el tratamiento usted puede encontrar que su deglución se altera debido a los efectos secundarios del tratamiento.

- Puede tener sensación de sequedad bucal. Lleve una botella de agua y beba con frecuencia
- Puede notar cambios en el gusto y en los olores
- Si nota sensación de ardor en la boca o la garganta al tragar, consulte con su equipo de soporte

CUIDADO BUCAL

Su equipo de odontología oncológica le ayudará con el cuidado de su boca durante el tratamiento.

Utilización de hilo dental

- Utilice el hilo dental al menos una vez al día

Cepillado

- Use un cepillo de cerdas suaves con una pasta dental rica en flúor dos veces al día para evitar la caries dental
 - Cepílese suavemente después de las comidas y antes de ir a dormir
 - Para limpiar la boca, utilice una gasa húmeda o un hisopo limpio empapado en enjuague bucal

Si no tolera la pasta dental, use enjuagues bucales alcalinos

- A pesar que hayan molestias en la boca, insista en lo posible en su higiene
- Puede utilizar enjuagues de lidocaína, según la prescripción de su médico u oncólogo*

Enjuague (véase “Enjuague Bucal alcalino” en la última hoja)

- Enjuáguese, haga buches y escupa el enjuague, realícelo varias veces después del cepillado, el uso de hilo dental o de haber comido
- Enjuáguese cada 1-2 horas durante el día
- Si tiene mucosidad espesa, use el enjuague bucal con más frecuencia y beba frecuentemente agua a pequeños sorbos

Hidratación oral

- Hidrate y humedezca las fosas nasales durante la noche con un vaporizador de agua en su habitación
- Hidrátase con enjuagues bucales y lubricantes más a menudo
 - Evite vaselina y productos a base de glicerina

Cuidado labial

- Use ceras o lubricantes a base de aceites solubles en agua
- No aplique vaselina (jalea de petróleo)

Si tiene programada una visita al dentista, debe informarle que se encuentra en tratamiento quimioterápico.

Su dentista debe ponerse en contacto con el Departamento de Oncología antes de proceder al tratamiento programado.

Comuníquese con su equipo de atención médica de inmediato si presenta cualquiera de los siguientes síntomas:

- Presencia de llagas en la boca
- Dolor al deglutir
- Sensación de tener la boca hinchada
- Dolor que afecta a su forma de comer y beber

Cuidados bucales

ENJUAGUE BUCAL ALCALINO



1 cucharadita de sal (5ml)



1 cucharadita de bicarbonato de sodio (5 ml)



4 vasos de agua (1L)

CÓMO HACER UN ADECUADO ENJUAGUE BUCAL

1. Mezclar 1 cucharadita de bicarbonato de sodio y 1 cucharadita de sal con 4 vasos de agua
2. Conservar el enjuague bucal en un recipiente tapado
3. Mantenerlo a temperatura ambiente
4. La mezcla es válida sólo para un día

CÓMO UTILIZAR EL ENJUAGUE BUCAL

- Agitar bien antes de usar
- Enjuáguese y haga buches con una cantidad aproximada de 15ml (3 cucharas de soperas) y luego escúpalo
- Repita el enjuague 2 o 3 veces por cada uso.
- Utilice el enjuague bucal cada 2 horas durante el día

CUIDADO DE LA PRÓTESIS DENTAL

- Utilice sus prótesis dentales removibles el menor tiempo posible
- Retire sus prótesis dentales removibles antes del cepillado
- Cepille y enjuague sus prótesis después de cada comida y antes de dormir
- Sumerja sus prótesis en una solución antiséptica (mínimo 8 horas)
- Si está recibiendo tratamiento contra los hongos, sumerja las prótesis en una solución anti-hongos

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE SU CUIDADO:
