

Mucositis



Consiste en una **inflamación** en el interior de la boca y la garganta que puede generar úlceras y aftas (*llagas*) dolorosas. También puede afectar a otras mucosas como la anal, vulvar o vaginal.

El síntoma puede empezar con **enrojecimiento en la mucosa**, luego progresar a ulceraciones y otras complicaciones asociadas, que podrían influir en la capacidad para deglutir los alimentos, causar síntomas respiratorios, sangrados, dolor o afectar las rutinas de tu vida diaria; es por esto que es importante que sepas identificarlas a tiempo y cómo manejarlas o prevenirlas.

Recomendaciones:

- Es necesario que sepas que algunas condiciones pueden aumentar el riesgo, como la **edad**, algunos medicamentos de quimioterapia y de inmunoterapia, el hábito de fumar y consumir alcohol y las malas prácticas de higiene bucal. Por ejemplo, los pacientes que combinen quimioterapia con radioterapia en la zona de la boca y el cuello tienen más riesgo.
- Mantener en todo momento una buena **higiene bucal**, sobre todo al levantarte, después de las comidas principales y antes de ir a dormir.
- Medidas no farmacológicas como la **crioterapia** (*chupar hielo*) pueden ayudar, evitar boca seca y fomentar la salivación (*goma de mascar y caramelos sin azúcar*). Sin embargo, no todos los pacientes podrán aplicar la técnica de la crioterapia, ya que pueden tener en su tratamiento algún medicamento que lo impida, el personal de enfermería te lo hará saber el día que inicie el tratamiento.



- Utilizar crema dental **no irritante**, cepillo suave y seda dental encerada. Se recomienda ablandar las cerdas con agua caliente antes del cepillado.
- Ante signos de sangrado utiliza una torunda de **gasa** para el cuidado de la boca.
- Enjuagues bucales con **agua bicarbonatada** antes y después de las comidas con la siguiente mezcla: 1 cucharadita de bicarbonato en medio vaso de agua. Evitar los enjuagues que contienen **alcohol**.
- Labios hidratados.



- En caso de dolor, se recomienda consumir **alimentos blandos** o triturados, no tomar alimentos ni muy calientes ni muy fríos, ni ácidos ni muy condimentados y beber **2 litros** diarios de líquido.
- Inspeccionar la boca a diario para detectar presencia de lesiones o inflamación de encías y mucosas. Si aparece **mucositis** y el paciente utiliza **dentadura postiza**, se recomienda utilizarla solo para comer.
- Consumir los alimentos a una temperatura fría o ambiente. Cortar en **trozos pequeños** antes de tragarlos. Puede preferir el consumo en forma de licuados o purés. Utilice **pitillos** para consumir las bebidas.
- Si a pesar de las medidas no farmacológicas, la mucositis persiste, se podrá recomendar el uso de **cremas y/o fórmulas magistrales** que favorezcan y estimulen la reconstrucción del tejido ya avaladas por el parte médico de la **Clínica Portoazul Auna**. El personal de enfermería de quimioterapia, te informará los signos y síntomas por los cuales deberás consultar por el servicio de **Urgencias**.