

## ¿CÓMO CONTROLAR LA MUCOSITIS ORAL?

Muchos de los pacientes están recibiendo tratamiento oncológico que puede incluir quimioterapia y/o radioterapia. Los pacientes con este tipo de tratamiento a menudo sufren efectos adversos que pueden ser prevenidos o al menos controlados si se toman las medidas adecuadas.

Uno de estos efectos adversos es la mucositis. La mucositis es una inflamación de la mucosa del tubo digestivo que provoca la aparición de **lesiones, principalmente en la boca y/o en la garganta, que incluyen desde un simple enrojecimiento, sequedad de boca u hormigueo labial hasta la aparición de llagas o úlceras dolorosas**. En esta fase se caracteriza también por un **dolor intenso que suele dificultar la deglución**. Además, estas úlceras hacen que el paciente sea más propenso a padecer infecciones bacterianas, víricas o fúngicas en la boca.



### ¿Por qué ocurre la mucositis?

Las células de un tumor crecen sin control y de una forma más rápida que las normales. La quimioterapia y la radioterapia tienen como objetivo acabar con estas células, pero hay células sanas en nuestro cuerpo que crecen también rápidamente (como las células del tubo digestivo) y por lo tanto se ven afectadas por este tipo de tratamientos. Por eso, uno de los efectos adversos de estos tratamientos es la mucositis.

### ¿Qué pacientes lo sufren?

No todos los pacientes la sufren y además puede variar mucho dependiendo de cada persona, del tipo y localización del tumor, de la duración del tratamiento, del fármaco utilizado, etc.

Aunque la mayoría de los **medicamentos que se utilizan en oncología** pueden producir mucositis oral, ésta ocurre con más frecuencia con: 5-fluorouracilo (5-FU), doxorubicina, daunorrubicina, mitomicina, busulfan y melfalán a altas dosis, pemetrexed, etopósido, irinotecan, docetaxel, capecitabina y metotrexato entre otros.

Además, hay algunos factores del tratamiento oncológico que pueden hacer que la gravedad de la mucositis oral sea mayor como son: **radioterapia de cabeza y cuello, combinación de radioterapia con quimioterapia, trasplante de progenitores hematopoyéticos, pautas de administración frecuentes** (por ejemplo semanales), etc.

### Prevención de la mucositis oral:

A continuación se dan unas recomendaciones:

- Si necesita acudir al dentista, hágalo antes de iniciar la quimioterapia.
- Hidrátese adecuadamente bebiendo en torno a **2 litros de líquido al día**.
- Mantenga una buena **higiene bucal** (cepillado después de las comidas).
- Utilice un **cepillo de dientes suave** y ablande las cerdas con agua caliente antes del cepillado.



- Haga **enjuagues bucales** pero con soluciones que no contengan alcohol. Una opción es hacer enjuagues añadiendo media cucharadita de sal y dos de bicarbonato sódico a un vaso de agua tibia.
- **Proteja los labios** con crema protectora, cacao o vaselina.
- Tome **alimentos** blandos o triturados. Evite comidas picantes, saladas, ácidas, muy calientes o muy frías.
- Favorezca la salivación con **chicles o caramelos sin azúcar**.
- Si utiliza dentadura postiza y tiene mucositis, utilícela únicamente para comer.

Otras medidas que puede que le proponga su médico para prevenir la mucositis oral son la **crioterapia** (aplicar frío local en la boca durante el tiempo de la perfusión, por ejemplo comiendo helado) cuando se recibe 5-fluorouracilo en una perfusión de aproximadamente 30 minutos o el **láser de baja intensidad** si recibe quimiorradioterapia antes del trasplante de progenitores hematopoyéticos.

De todas formas, recomendamos que consulte a su médico o farmacéutico sobre el riesgo de padecer mucositis para cada caso en concreto y las medidas a tomar para prevenir su aparición.