

Controlando los fuegos en la boca

La siguiente información está basada en las experiencias generales de muchos pacientes con cáncer de próstata. Su experiencia podría ser diferente. Si tiene alguna pregunta sobre los servicios de tratamiento para el cáncer de próstata que cubre su seguro médico, por favor póngase en contacto con su proveedor médico o proveedor de seguro médico.

Este material educativo ha sido posible por una beca del Departamento de Justicia de California (California Department of Justice, Antitrust Law Section), por un litigio de fondos para beneficiar a californianos que han sido diagnosticados con cáncer de próstata y sus familias.

Por favor, tómese la libertad de leer solamente las secciones de este folleto que necesite por el momento. No necesita leer todo ahora. Puede leer el resto después.

Índice

¿Qué aprenderé al leer este folleto?	4
¿Qué son los fuegos en la boca?	5
¿Por qué la quimioterapia causa fuegos en la boca?.....	6
¿Cómo se pueden tratar los fuegos en la boca?	7
¿Qué puedo hacer para controlar los fuegos en la boca?.....	8
¿Cuándo debo llamar a mi doctor?	14
¿Qué he aprendido al leer este folleto?	15
Palabras claves	16

¿Qué aprenderé al leer este folleto?

Cuando tiene **quimioterapia** para controlar el cáncer de próstata, es posible que tenga **efectos secundarios** o cambios no deseados en su cuerpo. Los efectos secundarios varían de persona a persona, y pueden ser diferentes de un tratamiento al siguiente. Algunas personas no experimentan efectos secundarios o los tienen muy leves. La buena noticia es que existen formas de controlar la mayoría de los efectos secundarios. En este folleto usted aprenderá sobre:

Es importante aprender a manejar los efectos secundarios que podría tener por la quimioterapia para que pueda seguir haciendo el mayor número de sus actividades normales que sea posible.

Las palabras que aparecen en **negrita** (letras más oscuras) se encuentran en la sección de “Palabras clave” al final del folleto.

¿Qué son los fuegos en la boca?

Los **fuegos en la boca** son pequeñas cortadas o llagas en su boca. Los fuegos pueden ser muy rojos o pueden también tener pequeños espacios blancos en el centro. Los fuegos pueden ser dolorosos. Los fuegos pueden dificultarle el comer, hablar, tragar y respirar. Los fuegos pueden aparecer en cualquiera de los tejidos suaves de sus labios o en su boca, incluyendo las encías, la lengua o la parte superior e inferior de la boca.

¿Por qué la quimioterapia causa fuegos en la boca?

Las poderosas medicinas **anticancer** que toma pueden afectar las células sanas en su cuerpo, incluyendo las células que bordean el interior de la boca (**membranas mucosas**.) El daño a las células sanas en su boca dificulta que sanen por sí solas y que combatan la bacteria, haciendo que salgan los fuegos en la boca. Cuando esto sucede, se le conoce como **mucositis** o **estomatitis**.

Los fuegos en la boca generalmente aparecen unos cuantos días después de su tratamiento y desaparecen de 10 a 14 días después de que termine su tratamiento. Los fuegos podrían comenzar como un dolor leve o ardor en su boca. Alrededor del séptimo día después de su tratamiento de quimioterapia, es cuando los fuegos estarán peor.

Tener fuegos en la boca o no depende de:

- El tipo de medicina de quimioterapia que tome
- La cantidad de medicina de quimioterapia que tome
- Cómo se le administra la medicina de quimioterapia

¿Cómo se pueden tratar los fuegos en la boca?

Por el momento, no hay una medicina que pueda prevenir los fuegos en la boca que pudiera tener durante su tratamiento de quimioterapia. Cuando se tienen fuegos en la boca, la meta es:

- Disminuir el tiempo que le duren los fuegos en la boca
- Evitar que los fuegos en la boca se pongan tan mal que no le permitan comer, hablar o tomar líquidos.
- Aliviar el dolor que los fuegos en la boca causen
- Evitar que tenga una **infección** (cuando los **gérmenes** entran a su cuerpo, causándole fiebre o dolor, enrojecimiento e inflamación en alguna parte del cuerpo.)

Si su boca es sensible o si nota que se están formando fuegos, hable con su doctor. Su doctor podría darle medicina para proteger el interior de su boca y reducir el dolor que los fuegos le causen.



Imagen de una persona revisando para ver si tiene fuegos en la boca por su tratamiento de quimioterapia.

Aunque los fuegos en la boca pueden ser molestos, recuerde que son temporales y que cualquier dolor puede ser tratado. No se preocupe sobre contagiar a otras

personas. No puede contagiar los fuegos en la boca a nadie si los besa o comparte un vaso, tenedor, cuchara, cuchillo o toalla.

¿Qué puedo hacer para controlar los fuegos en la boca?

Así como el tratamiento de cada paciente con cáncer es diferente, la forma en la que cada persona responde al tratamiento, también es diferente. Mientras que una persona podría tener fuegos en la boca, puede ser que otra no los tenga. Sin embargo, hay cosas que usted puede hacer para ayudarle a lidiar con este efecto secundario del tratamiento.

Mantenga su boca húmeda.

- Tome 8 vasos de ocho onzas de agua todos los días.
- Coma cubos de hielo.
- Mastique chicle sin azúcar o coma dulces sin azúcar.

Limpie su boca, lengua y encías.

- Cepille sus dientes, encías y lengua con un cepillo dental extra suave después de cada comida y antes de dormir. Si cepillarse le duele, humedezca las cerdas del cepillo en agua tibia.
- Use pasta dental con fluoruro.
- No use enjuagues bucales que contengan alcohol. Los enjuagues bucales con alcohol pueden quemarle la boca.

- Utilice el hilo dental con cuidado todos los días. Si sus encías le duelen y sangran, no toque las áreas que le duelan o sangren, pero siga usando el hilo dental en el resto de sus dientes.
- Enjuague su boca varias veces al día con una solución de 1/4 cucharada de carbonato y 1/8 de cucharada de sal en una taza de agua tibia. También puede usar una mezcla de 1/2 taza de hidrógeno de peróxido con 1/2 taza de agua. Después, enjuáguese con agua solamente.

Si le duele la boca, ponga cuidado en lo que come y toma.

- Elija comidas que son buenas para usted y fáciles de masticar y tragar.
- Evite la cafeína y las bebidas alcohólicas.
- Coma pequeños bocados de comida, mastique despacio y tome líquidos con sus alimentos.
- Consuma comidas suaves y húmedas como cereales, malteadas, puré de papas y huevos revueltos.
- Evite comidas ácidas como naranjas, limones, limas y tomates. También comidas saladas como pepinillos y comidas con vinagre, así como comidas picantes como el chile.

- Evite las comidas duras y secas como las galletas saladas, papas fritas y crema de cacahuete. Consuma comidas suaves y húmedas como natillas, caldos y frijoles cocinados.
- Si le cuesta trabajo tragar la comida, suavícela con salsas, caldo, yogurt u otros líquidos.
- Si su boca es sensible, consuma comidas que estén frías o a una temperatura ambiente debido a que las comidas calientes o tibias, pueden lastimarle la boca.

Si sus labios están secos y adoloridos.

- Use un bálsamo como la vaselina si sus labios están secos. Si le molesta la resequedad en su boca, pregúntele a su doctor sobre alguna medicina que le pueda ayudar.

Ir al dentista.

- Hable con su doctor sobre las visitas al dentista antes de empezar su quimioterapia.
- Hable con su doctor antes de que le hagan una limpieza dental o cualquier trabajo dental que tenga que hacerle su dentista.

Si tiene fuegos en la boca.

- Pregúntele a su doctor o equipo de cuidado médico acerca de medicinas para los fuegos en la boca.
- No use **medicamentos de venta libre** (medicinas que puede comprar sin receta médica) sin consultar con su doctor.
- Si el dolor le molesta para comer y tomar líquidos, asegúrese de hablar con su doctor o equipo de cuidado médico.
- Si le es difícil tragar la comida, hable con su doctor o equipo de cuidado médico.

Plan para controlar los fuegos en la boca

- ¿Qué comidas puede consumir para aliviar los fuegos en la boca?

- ¿Qué comidas evitará si tiene fuegos en la boca?

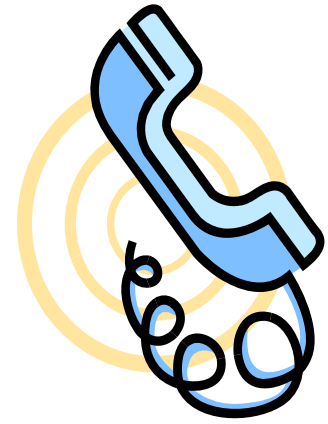
- ¿Qué puede hacer para mantener su boca limpia y sana durante su tratamiento de quimioterapia?

- ¿Cómo puede comunicarse con su doctor o equipo de cuidado medico si necesita ayuda?

¿Cuándo debo llamar a mi doctor?

Debe de llamar a su doctor si tiene:

- Fiebre de más de 100° F o 38° C
- Fuegos en su boca o en sus labios que le impidan comer, tomar líquidos o dormir
- Dolor o cualquier señal de infección
- Fuegos en su boca o en sus labios que empeoren aún haciendo todo lo que su doctor o equipo de cuidado médico le indiquen



Si tiene cualquiera de estos síntomas, hable con su doctor o equipo de cuidado médico. Existen medicinas y tratamientos que pueden ayudarle a sentirse mejor. Es importante que hable con su doctor o equipo de cuidado médico sobre cualquier efecto secundario que tenga durante o después de su tratamiento. Su equipo de cuidado médico puede ayudarle a tratar estos problemas.

Nombre del doctor	
Numero del consultorio del doctor	
Numero de localizador del doctor	

¿Qué he aprendido al leer este folleto?

En este folleto usted aprendió sobre:

- Lo que es un fuego en la boca
- Por qué la quimioterapia causa fuegos en la boca
- Como tratar los fuegos en la boca
- Las cosas que puede hacer para controlar los fuegos en la boca
- Cuando debe llamar a su doctor

Si tiene alguna pregunta, por favor hable con su doctor o equipo de cuidado médico. Es importante que entienda lo que está pasando con su tratamiento para cáncer de próstata. Este conocimiento le ayudará a cuidarse mejor y a sentirse con más control para que pueda aprovechar al máximo su tratamiento.

Palabras claves

Anticancer: medicinas que se utilizan en su tratamiento contra el cáncer.

Efectos secundarios: cambios no deseados en su cuerpo causados por el tratamiento para el cáncer de próstata.

Estomatitis: fuegos en la boca causados por el tratamiento de quimioterapia.

Fuegos en la boca: pequeñas cortadas o llagas en su boca que aparecen en sus labios o boca durante su tratamiento de quimioterapia.

Gérmenes: pequeños organismos que no se pueden ver con el ojo humano y que pueden hacer que se enferme.

Infeción: cuando los gérmenes entran a su cuerpo, causándole fiebre o dolor, enrojecimiento e inflamación en alguna parte del cuerpo.

Medicamentos de venta libre: medicinas que puede comprar sin receta medica.

Membranas mucosas: las células que bordean el interior de su boca.

Mucositis: fuegos en la boca causados por el tratamiento de quimioterapia.

Quimioterapia: un tratamiento para el cáncer de próstata, con el cual, se trata todo el cuerpo con medicinas anticancer potentes para matar muchas de las células del cáncer de próstata.