



El cáncer y sus tratamientos (quimioterapia, radioterapia en cabeza y cuello, trasplante de médula) pueden afectar seriamente la salud bucal.

Anticiparte a estos cambios para mantener una rutina adecuada reduce complicaciones y mejora tu calidad de vida durante todo el proceso.

ANTES DE COMENZAR EL TRATAMIENTO

Visita al dentista antes de iniciar

Idealmente 2 a 4 semanas antes. Permite tratar infecciones, caries o problemas periodontales que pueden complicarse durante la terapia oncológica.

Realiza los procedimientos necesarios con tiempo

Extracciones, endodoncias o limpiezas profundas deben hacerse antes de comenzar, cuando tu sistema inmune aún es mas estable.

Informa a tu dentista de tu diagnostico

Necesita saber que tratamiento recibirás para coordinar tu atención de forma segura con tu equipo oncológico.

Establece una rutina de higiene rigurosa

Cepillado suave 2 a 3 veces al día, hilo dental y enjuague sin alcohol desde el inicio.



Durante la quimioterapia, los procedimientos dentales invasivos pueden ser de alto riesgo. Siempre consulta a tu oncologo ANTES de acudir al dentista.

DURANTE LA QUIMIOTERAPIA

Cambios frecuentes y como manejarlos

Mucositis- Inflamación y llagas en boca y encías. Avisa a tu médico.

Resequedad bucal - La saliva disminuye; usa hidratación frecuente y sustitutos de saliva.

Sabores alterados - Los alimentos pueden saber diferente; es temporal durante el tratamiento.

Sensibilidad aumentada - Evita alimentos muy calientes, fríos, ácidos o muy condimentados.

Mayor riesgo de infecciones - La baja de defensas facilita infecciones fúngicas como la candidiasis.

¿QUÉ PUEDES HACER?

Cepillo ultrasuave - Cambia a cerdas muy suaves o usa esponja dental si hay llagas.

Enjuague con bicarbonato - Mezcla agua tibia con sal y bicarbonato; evita enjuagues con alcohol.

Hidratación constante - Bebe agua frecuentemente; los caramelos sin azúcar pueden estimular la saliva.

No automedicarte - Consulta antes de usar cualquier gel o enjuague; algunos pueden interferir con el tratamiento.

Registra los cambios - Anota lo que cambia en tu boca y coméntalo en cada consulta oncológica.

Cuidado dental

RADIOTERAPIA EN CABEZA Y CUELLO

Requiere atención dental especializada y continúa

Xerostomia severa (boca seca)

La radiación puede dañar las glándulas salivales de forma permanente. El flujo de saliva disminuye drásticamente, aumentando el riesgo de caries.

Trismus (limitación al abrir la boca)

Los músculos pueden fibrosarse por la radiación. Los ejercicios de apertura mandibular indicados por el especialista ayudan a prevenirlo.

Osteoradionecrosis

Condición grave donde el hueso mandibular pierde capacidad de recuperarse. Por eso las extracciones deben hacerse ANTES de la radioterapia, nunca después sin evaluación.

Caries por radiación

Aparecen rápidamente incluso en dientes sanos. El uso de fluoruro tópico diario es indispensable en estos pacientes.

DESPUÉS DEL TRATAMIENTO

La boca también necesita recuperarse

Retoma las visitas al dentista - Informa al dentista sobre los tratamientos recibidos.

La frecuencia de revisión puede ser cada 3 o 4 meses al inicio.

Trata la resequedad bucal - Si persiste, existen geles, sprays y sustitutos de saliva.

Evita respirar por la boca durante la noche; considera usar un humidificador.

Atención a signos de alerta - Llagas que no sanan en 2 semanas, manchas blancas o rojas persistentes, o dolor sin causa aparente deben evaluarse de inmediato.

Continúa con higiene reforzada - Cepillo suave, pasta con flúor, hilo dental y enjuague sin alcohol.

La rutina preventiva sigue siendo clave.

Cuida tu alimentación - Evita azúcares en exceso, alimentos muy ácidos o pegajosos.

Una dieta variada favorece la recuperación del tejido bucal.

Revisa tus medicamentos - Algunos fármacos después del tratamiento pueden causar resequedad o cambios en encías. Comenta con tu médico y dentista cualquier cambio que notes.

RUTINA DIARIA RECOMENDADA

1. Mañana

Cepilla dientes con pasta fluorada (cerdas suaves).
Limpia la lengua.

3. Noche

Cepilla y usa hilo dental. Aplica gel de flúor si tu dentista lo indica.

2. Después de comer

Enjuague con agua o solución de sal y bicarbonato.

4. Todo el día

Mantente hidratado. Evita tabaco, alcohol y azúcares en exceso.



Esta infografía es de carácter educativo y no sustituye la consulta médica

