

Usted está recibiendo radiación como parte de su tratamiento de cáncer de cabeza o cuello. Este folleto detalla las maneras en que la radiación puede afectar su boca y su capacidad para tragar, así como consejos para controlar los efectos secundarios.

Antes y durante el transcurso de sus tratamientos de radiación, es importante que se reúna con un patólogo del habla y del lenguaje (en inglés, SLP) que se especializa en cánceres de cabeza y cuello. Su SLP puede ayudarle a reducir los efectos secundarios y a mejorar la función.

## Boca Reseca

El tratamiento de radiación puede causar que las glándulas en su boca produzcan menos saliva. Esto puede causar problemas para tragar, llamada disfagia. También puede hacer que su boca se vuelva sensible, causar mal aliento y ocasionar caries dentales. Aquí tiene algunos consejos:

- Use sustitutos salivales para mantener su boca húmeda. Obtenga productos sin receta médica, tales como Salivart, Oasis, Biotene y Stopper 4 en una farmacia o en línea.
- Agregue 2-3 gotas de glicerina a 8 onzas de agua.
- Haga gárgaras con una mezcla de bicarbonato de sodio y agua después de las comidas y antes de acostarse.
  - Mezcle 1 taza de agua, 1/4 de cucharada de bicarbonato de sodio y 1/8 de cucharada de sal.
  - Enjuague la boca por 30 segundos.
  - Escupa y enjuague la boca con agua corriente.

## Para pacientes con dentaduras postizas

- Prepare un humectante bucal casero:
  - Mezcle 3/4 de taza de agua, 1/2 cucharada de sal, 1/2 cucharada de bicarbonato de sodio y 1/2 cucharada de jarabe blanco Karo.
  - Sorba o rocíe la solución en la boca según sea necesario. Mantenga la mezcla en refrigeración.
- Haga gárgaras con ginger ale sin gas o dietética, agua mineral, agua con gas, jugo de papaya o jugo de piña.  
*NOTA: Las bebidas carbonatadas o ácidas pueden aumentar el dolor o el malestar en la boca.*
- Si tiene secreciones bucales abundantes y espesas, hable con su médico acerca de la posibilidad de tomar medicamentos expectorantes sin receta médica, tales como Mucinex.
- Use un inhalador de vapor por 5 a 7 minutos hasta 5 veces diarias.
- Use un humidificador de vapor frío en su casa y manténgalo cerca de su cama por las noches.
- Tome sus pastillas una por una en una cucharada de alimentos hechos puré, tal como puré de manzana, pudín o yogurt.

- Use un aerosol para tragar, como Pill Glide para lubricar su garganta y evitar que las pastillas se peguen a ella.
- Cepílese los dientes unas cuantas veces al día con una pasta dental con alto contenido de flúor, tal como Prevident, disponible bajo receta médica.
- Utilice hilo dental encerado. Es menos probable que dañe sus encías.
- Utilice un enjuague bucal antiséptico con acción antibacteriana, tal como Clorhexidina, disponible bajo receta médica.
- Evite los enjuagues bucales que contienen alcohol, los cuales pueden irritar o causar ardor a su boca.
- Visite a un dentista cada 3 meses en lugar de cada 6 meses.
- Hable con su dentista acerca de tratamientos con flúor adicional.

## Dolor al Tragar

Con el tiempo, los tratamientos de radiación pueden irritar los tejidos de su garganta. Esto puede causar dolor al tragar o al toser. Aquí tiene algunas sugerencias que pueden ayudar:

- Haga gárgaras y trague concentrado de aloe vera sin diluir. Este se encuentra disponible en la mayoría de las tiendas de alimentos naturales.
- Para adormecer la boca y la garganta durante un corto tiempo y aliviar el dolor, utilice un enjuague bucal medicado con lidocaína, tal como Magic Mouthwash, disponible bajo receta médica.
- Ingiera alimentos en forma de licuados y batidos los cuales puede comer a través de un popote.
- Aplique arcilla natural de bentonita como la Redmond's Clay a sus llagas bucales.

## Fibrosis

La radiación puede causar fibrosis, o endurecimiento de los tejidos, en su cabeza y cuello. Esto puede afectar su movimiento, su capacidad para tragar y su voz.

- Reúname con su terapeuta de lenguaje con regularidad. Esto ocurre típicamente en las semanas 1, 3, 5 y 7 de la radiación.
- Haga los ejercicios recomendados por su terapeuta de lenguaje por lo menos 4 veces al día.
- Ingiera alimentos por la boca, incluso cuando tenga una sonda de alimentación.

**Obtenga más información en el folleto de *Consejos Alimenticios para la Disfagia*.**

¿Preguntas? Por favor llame a su terapeuta de lenguaje