

La Higiene de la Boca



Imagen de Tima Miroshnichenko en pexels

Información para pacientes y sobrevivientes de cáncer

Maricarmen Ramírez-Solá, MPHE, CN-BM

Agosto 2024



EDUCADORA
EN SALUD

HOSPITAL ONCOLÓGICO
DR. ISAAC GONZÁLEZ MARTÍNEZ

Objetivos

1. Discutir la importancia de la higiene oral durante el cuidado de la salud.
2. Repasar recomendaciones específicas para la higiene de la boca.



EDUCADORA
EN SALUD

HOSPITAL ONCOLÓGICO
DR. ISAAC GONZÁLEZ MARTÍNEZ

¿Por qué educar?

El cáncer y sus tratamientos aumentan el riesgo de desarrollar infecciones en boca y encías.



Imagen de University of Utah Huntsman
Cancer Institute

Los tratamientos pueden producir

- *Candidiasis* u hongo en la boca
- *Mucositis* o inflamación de la mucosa oral
- *Xerostomía* o reducción en la producción de saliva
- Cambio en sabor y gusto
- Dolor y dificultad para hablar, comer, beber y tragar

¿Por qué cuidar la higiene oral?

Porque puede ayudar a aliviar efectos secundarios del cuidado médico y tratamiento.



Imagen de PNW Productions
en pexels



EDUCADORA
EN SALUD

HOSPITAL ONCOLÓGICO
DR. ISAAC GONZÁLEZ MARTÍNEZ

Cuidado dental

El médico puede recomendarle visitar al dentista antes de comenzar tratamiento. **Cumpla con dicha recomendación.**



Cepillado de dientes

- Cepille los dientes y la lengua suavemente luego de cada comida.
- Use cepillo de dientes con cerdas suaves.
- Use pasta de dientes con flúor, o bicarbonato de sodio con flúor.



Imagen de pexels

- Cambie el cepillo cada 3 meses.
- Si tiene dentadura postiza, puente o prótesis dental, sáquela y límpiela cada vez que lave la boca. Quítesela para dormir. Si le irrita la boca, úsela lo menos posible.

Enjuague para la boca

- Prepare un enjuague mezclando 4 tazas de agua con 1 cucharadita de sal y 1 de bicarbonato de sodio.
- Enjuague la boca 2 o 3 veces al día por 15 o 30 segundos.
- Haga gárgaras y luego escupa el enjuague.
- Aunque no coma por boca asegúrese de limpiar y mantener la boca húmeda.





Imagen de unplash.com

Hilo dental

Use hilo dental sin cera 1 vez al día y antes de dormir. No use el hilo dental si no acostumbraba a usarlo antes.



EDUCADORA
EN SALUD

HOSPITAL ONCOLÓGICO
DR. ISAAC GONZÁLEZ MARTÍNEZ

Cuidado de los labios

De 4 a 6 veces al día, aplíquese humectante de labio como Aquaphor®, Vaseline®, Eucerin Original® o pomade A&D®.



Imagen de Amazon.ca

Ante **resequedad** en la boca

- ✓ Tome sorbos de agua durante todo el día
- ✓ Use humectantes orales como Biotene Oral Balance[®], Salivart Oral Moisturizer[®], y Mouth Kote Dry Mouth Spray[®]
- ✓ Use goma de mascar Biotene[®]
- ✓ Use humidificador de aire en la habitación

Ante **molestias** al tragar

- ✓ Humedezca la boca antes de comer
- ✓ Humedezca los alimentos con yogur, leche o agua
- ✓ Licúe los alimentos y prepare purés
- ✓ Coma alimentos blandos en bocados pequeños y mastíquelos bien

Otros consejos

- No fume
- No tome bebidas alcohólicas
- No use enjuagues para la boca con alcohol
- Evite los alimentos salados, con pique, afilados y ásperos
- Evite bebidas ácidas como jugo de china, de toronja o limón
- Consuma alimentos y bebidas a temperatura de ambiente



Imagen de Adobe Stock
Inc.



EDUCADORA
EN SALUD

HOSPITAL ONCOLÓGICO
DR. ISAAC GONZÁLEZ MARTÍNEZ

Dentadura postiza



Imagen de
centerfordentalrestorations.com

Algunos datos sobre la dentadura

- ✓ Está hecha de acrílico
- ✓ Se debe lavar todos los días
- ✓ Se debe revisar para identificar si está desgastada

Cómo limpiarla

- ✓ Colocar toalla sobre el lavamanos para protegerla de golpes si se cae
 - ✓ Enjuagarla con agua
 - ✓ Cepillarla por 90 segundos con jabón líquido o producto de limpiar dentaduras
 - ✓ Sumergirla por 30 minutos en taza de agua o solución de limpiar dentaduras
 - ✓ Removerla para dormir
 - ✓ Lavar la boca con cepillo suave antes de volverla a colocar
 - ✓ Humedecerla antes de colocarla en la boca
-



Imagen de pinterest.ca

Cuídese porque le queremos bien.



EDUCADORA
EN SALUD

HOSPITAL ONCOLÓGICO
DR. ISAAC GONZÁLEZ MARTÍNEZ



Hospital Oncológico Dr. Isaac González Martínez

Liga Puertorriqueña Contra el Cáncer
Centro Médico de Puerto Rico
Tel: (787) 763-4149

**Ofrece servicios especializados en Oncología
para diagnóstico y tratamiento de cáncer en adultos.**

Otros Servicios

- Dermatología
 - Gastroenterología
 - Ginecología
 - Hematología
 - Ortopedia
 - Urología
 - Nutrición
-

Centro de Quimioterapia

Tratamiento de Radioterapia

Centro de Imágenes

Medicina Nuclear

Cirugía general y especializada

Cirugía Plástica

Clínica para Pacientes con Ostomía

Cuidado Intensivo

Centro de Rehabilitación

con fisioterapia, terapia física, ocupacional y del habla y tragado

Mamografías sobre Ruedas

Clínicas para Sobrevivientes de Cáncer

Proximamente: Trasplante de Médula Ósea

-
- Trabajo Social
 - Navegación de Pacientes
 - Educación en Salud
 - Capellanía
-

Referencias

American Cancer Society (2024). Mouth Soreness and Pain. [Mouth Sores & Pain | Mouth Ulcers from Cancer Treatment | American Cancer Society](#)

British Journal of Nursing (2023). Mouth care: why its matters. <https://www.britishjournalofnursing.com/content/oral-care>

Dalhous University (2012). Brushing Techniques and Oral Health Products: Brushing Up on Mouth Care Series (Module 2). <https://www.youtube.com/watch?v=bPyHIQN8gMc&list=PLFD335FEDF8AE4BE4&index=2>

Memorial Sloan Kettering Cancer Center (2021). Cuidado bucal durante su tratamiento contra el cáncer. [Cuidado bucal durante su tratamiento contra el cáncer | Memorial Sloan Kettering Cancer Center \(mskcc.org\)](#)

National Institutes of Health (2013). Chemotherapy and Your Mouth. NIH Publication No. 13-4361. August.

NHS Health Education England (2019). Mouth Care Matters: Toolkit for Improving Mouth Care in Hospitals. <http://mouthcarematters.hee.nhs.uk/wp-content/uploads/sites/6/2019/12/MCM-toolkit-2019-V9.pdf>



EDUCADORA
EN SALUD

HOSPITAL ONCOLÓGICO
DR. ISAAC GONZÁLEZ MARTÍNEZ