

# SEQUEDAD DE BOCA (XEROSTOMÍA)

Los tratamientos del cáncer de cabeza y cuello, especialmente la radioterapia, pueden dañar las glándulas de la boca que producen saliva, lo que provoca sequedad de boca (xerostomía). La sequedad de boca puede ser un efecto secundario importante del tratamiento, que afecta la salud bucal y la capacidad para masticar, tragar, degustar y hablar.

## CONSECUENCIAS DE LA SEQUEDAD DE BOCA

Los pacientes que presentan sequedad de boca pueden experimentar lo siguiente:

- Necesidad de beber más agua, especialmente mientras comen.
- Dificultades para masticar o tragar los alimentos.
- Alteración del gusto de los alimentos y bebidas.
- Saliva espesa o de otro color (marrón o amarilla).
- Cambios en el tono de la voz.
- Dificultad para usar prótesis dentales.
- Infecciones bucales por levaduras (candidiasis bucal).
- Problemas de salud bucal, como caries, hemorragias o infecciones, así como un mayor riesgo de sufrir daños progresivos en los dientes, abscesos dentales, inflamación y enfermedades de las encías.

# ESTRATEGIAS PARA REDUCIR LAS MOLESTIAS

- Pregunte a su médico sobre los medicamentos que ayudan a proteger las glándulas salivales durante el tratamiento y/o ayudan a mantener o estimular la producción de saliva, y así prevenir o reducir la sequedad bucal.
- Mantenga una buena higiene bucal diaria, que incluya flúor de alta concentración, productos remineralizantes y productos antibacterianos.
- Visite a su dentista regularmente (cada 3 o 4 meses).
- Manténgase hidratado. Lleve una botella con agua siempre que sea posible, e intente beber al menos 64 onzas (1,8 litros) de líquido al día.
- Chupe caramelos duros sin azúcar, especialmente los ácidos, o mastique chicles sin azúcar. Busque productos que contengan xilitol.
- Humedezca los alimentos con salsas, jugo de carnes o aderezos. Limite los alimentos secos o difíciles de tragar, como la mantequilla de maní, carnes duras y panes.
- Evite el consumo de alcohol y reduzca la cafeína.
- Use enjuagues bucales sin alcohol, especialmente diseñados para la sequedad de boca (p. ej. Biotene u Oasis), y sustitutos de la saliva.
- Aplique bálsamos labiales a base de cera o lanolina con protección solar.
- Duerma con un humidificador en su habitación para aliviar las molestias nocturnas.

**PARA MAYOR INFORMACIÓN O HACER  
UNA DONACIÓN, VISITE  
[WWW.HEADANDNECK.ORG](http://WWW.HEADANDNECK.ORG)**



PO Box 21688  
Charleston, South Carolina 29413  
[www.headandneck.org](http://www.headandneck.org) | [info@headandneck.org](mailto:info@headandneck.org)  
+1 (866) 792-4622