ORIENTAÇÃO AO PACIENTE · EFEITOS COLATERAIS

Mucosite: Cuidados com a Boca

Como prevenir e aliviar feridas e ardência na boca durante a quimioterapia e as terapias-alvo

O QUE É?

Mucosite é a inflamação do revestimento interno da boca e da garganta, causada por alguns tratamentos contra o câncer, inclusive remédios em comprimido como o **everolimo** e alguns **inibidores de tirosina quinase**. Começa com **vermelhidão, ardência e sensibilidade** e pode evoluir para feridas parecidas com aftas. Na quimioterapia, costuma aparecer na 1ª ou 2ª semana após a aplicação e melhora à medida que a mucosa se recupera. Remédios para dor, bochechos com medicamento e ajustes de dose são **definidos pela sua equipe**: não inicie nem suspenda nenhum remédio por conta própria.

FAÇA HIGIENE DA BOCA

Dentista	Se houver tempo, avaliação odontológica antes de começar. Tratamentos durante a quimioterapia (extração, canal) só combinados com a equipe.
Escovação	**Após as refeições e antes de dormir**, com escova de cerdas macias e movimentos suaves. Creme dental de sabor leve, sem clareador. Deixe a escova secar ao ar e troque quando estiver gasta.
Fio dental	Se já usava, continue com delicadeza. Com plaquetas baixas, siga a orientação da equipe.
Lábios	Hidratante labial várias vezes ao dia.
Próteses	Limpe todos os dias, **retire à noite** e sempre que machucarem. Ferida embaixo da prótese: deixe-a fora o máximo possível e avise a equipe.

FAÇA BOCHECHOS

Solução simples	**½ colher de chá de sal + ½ colher de chá de bicarbonato** em 1 copo de água filtrada. Prepare no dia e descarte a sobra. Bocheche cerca de 30 segundos, cuspa, não engula. Várias vezes ao dia, principalmente após comer e escovar. Se a equipe orientou outra receita, siga a dela.
Só com receita	Bochechos com anestésico, corticoide ou outro medicamento. Para alguns remédios em comprimido, o médico pode prescrever um bochecho específico desde o início.
Gelo na boca	Chupar gelo durante a infusão só quando a equipe indicar para o seu esquema. **Com oxaliplatina, o frio é contraindicado.**

PREFIRA ALIMENTAÇÃO

Textura	Macios e úmidos: purês, sopas, mingaus, ovos mexidos, iogurte natural, frutas cozidas, preparações batidas.
Temperatura	Mornos ou frios. Quem recebe oxaliplatina deve evitar alimentos e bebidas gelados no dia da aplicação e nos dias seguintes.
Líquidos	**Beba bastante ao longo do dia**: água, sucos não ácidos, caldos mornos. Canudo pode ajudar.

EVITE O QUE IRRITA A BOCA

Enxaguantes	Enxaguante bucal com álcool; bochechos caseiros com ervas, vinagre ou limão; água oxigenada sem orientação.
Alimentos	Ácidos (limão, laranja, abacaxi, tomate, vinagre), picantes, muito salgados, crocantes ou duros (torradas, biscoitos, castanhas) e comida muito quente.
Álcool e cigarro	Evite completamente: irritam a mucosa e atrasam a cicatrização.
Por conta própria	Não pare nem ajuste o remédio do câncer por causa das aftas: avise a equipe, que decide se é preciso pausar ou ajustar a dose.

AVISE A EQUIPE se tiver dor que impede comer ou beber, placas brancas na língua, bochechas ou céu da boca (possível fungo), feridas que sangram, dificuldade ou dor para engolir, ou sinais de desidratação (urina escura e escassa, boca muito seca, tontura ao levantar). **Se não conseguir beber líquidos ou engolir a própria saliva, procure atendimento no mesmo dia.**
PRONTO-SOCORRO IMEDIATAMENTE se tiver febre de 37,8°C ou mais durante a quimioterapia: com a imunidade baixa, uma infecção pode se agravar rapidamente. Avise também a equipe.

Aviso: este material tem finalidade exclusivamente educativa e não substitui a consulta, o diagnóstico ou a orientação individualizada do seu médico. As recomendações podem ser ajustadas conforme o seu tratamento, os seus exames e os medicamentos em uso.

Dr. Vinicius Carrera Souza
Oncologista Clínico · CRM-BA 17.258 · RQE 8334

Versão online e atualizada:
drviniciuscarrera.com.br/mucosite