

Dificultad para masticar [1]

Esta sección ha sido revisada y aprobada por la [Junta editorial de Cancer.Net](#) [2], 07/2014

La dificultad para masticar ocurre cuando hay dolor en la boca, rigidez o dolor en los músculos maxilares o problemas con los dientes, lo que dificulta la ingesta de determinados alimentos, en especial alimentos duros. Es importante trabajar con su equipo de atención médica para buscar las maneras de tratar la dificultad para masticar ya que esto puede producir que evite determinados alimentos o que coma cantidades más pequeñas de alimentos, privándolo de obtener las calorías y los nutrientes que el cuerpo necesita.

Causas

La dificultad para masticar a menudo es la consecuencia de los cambios físicos en la boca, la mandíbula o la lengua a causa del cáncer, en especial, [el cáncer bucal y el cáncer orofaríngeo](#) [3]. También puede ser un efecto secundario del tratamiento para el cáncer, como quimioterapia, radioterapia o cirugía. Entre los efectos secundarios del tratamiento para el cáncer que pueden producir problemas para masticar se encuentran:

- [Mucositis](#) [4], que es molestia, dolor o inflamación en la boca
- [Xerostomía](#) [5], comúnmente denominada sequedad en la boca, a causa de la radioterapia, la quimioterapia o algunos antidepresivos y analgésicos
- Enfermedad gingival, caries o pérdida dental, que son posibles efectos secundarios a largo plazo de la sequedad en la boca, radioterapia o quimioterapia de dosis alta
- Infecciones en la boca tras recibir radioterapia o quimioterapia
- Dolor y rigidez en los músculos maxilares, como un posible efecto secundario a largo plazo de la radioterapia en la cabeza y el cuello o a causa del bruxismo o de apretar la mandíbula
- Dolor en la boca que se produce por el daño nervioso a causa de algunos tipos de quimioterapia
- Pérdida ósea y de tejido en la mandíbula, un posible efecto secundario a largo plazo de la radioterapia en la cabeza y el cuello
- Cambios físicos en la boca, la mandíbula o la lengua derivados de la cirugía
- Imposibilidad de usar dentaduras debido a dolor o hinchazón en la boca o las encías

Control

Un aspecto importante del tratamiento y la atención del cáncer es aliviar los efectos secundarios,

lo que también se denomina control de los síntomas, cuidados paliativos [6] o atención médica de apoyo. Hable con su equipo de atención médica sobre cualquier síntoma que experimente, incluido cualquier síntoma nuevo o un cambio en los síntomas, en especial porque los problemas para masticar interfieren con la ingesta de alimentos. Antes de comenzar el tratamiento para el cáncer, es importante que visite a su dentista para detectar y solucionar cualquier problema dental o bucal que pudiera afectar su capacidad de comer. Si su plan de tratamiento para el cáncer incluye una cirugía en la mandíbula, usted querrá hablar con su médico acerca de las opciones que están disponibles para ayudarlo a mantener su capacidad de comer.

Para aprender cómo masticar más fácilmente, en especial si la cirugía le ha cambiado la estructura de la boca o la lengua, es posible que necesite consultar a un terapeuta del habla. Un terapeuta del habla es un profesional que se especializa en ayudar a las personas a usar los músculos de la boca y la garganta. También es posible que quiera continuar visitando al dentista, para poder tratar el dolor de dientes o encías, o los problemas con la dentadura, y evitar problemas dentales más complejos. Si la radiación es parte de su plan de tratamiento, en general se recomienda un gel o un enjuague bucal especial con flúor para ayudar a evitar caries o la enfermedad gingival. Además, el cuidado adecuado de los dientes y la boca mediante la limpieza con hilo dental y el cepillado correctos ayudará a prevenir los problemas dentales.

Además, para reducir el dolor y la inflamación, el médico o el dentista pueden recetar medicamentos. Algunos analgésicos son enjuagues bucales que se utilizan directamente antes de comer. Es posible que a las personas que tienen una infección en la boca, por ejemplo, una infección producida por hongos, como la candidiasis bucal, se les receten medicamentos para tratar la infección.

Los problemas para masticar producidos por dolor y rigidez en la mandíbula generalmente se tratan con miorrelajantes y fisioterapia que puede incluir masajes, ejercicios para la mandíbula y calor húmedo. En raras ocasiones, es posible que se recomiende una cirugía.

Dietas y consejos para comer

Es posible que determinados métodos funcionen mejor para algunos pacientes que para otros, según la gravedad y la causa de los problemas para masticar. Trate de ingerir tipos diferentes de alimentos con el objetivo de tener una alimentación nutritiva que incluya suficientes calorías, proteínas, vitaminas y minerales. A continuación se incluyen algunos consejos adicionales.

- Ingiera alimentos blandos y suaves como yogur, budín o helado.
- Haga un puré con los alimentos o procéselos o agregue verduras procesadas o carnes molidas a las sopas o cazuelas.
- Hidrate los alimentos secos con caldo, salsa, mantequilla o leche.
- Tome sorbos de agua u otros líquidos al comer, a fin de mantener la boca y los alimentos húmedos.
- Trate de ingerir sus frutas o verduras preferidas en variantes más blandas, como compotas de manzana o puré de zanahorias; cambie las frutas y verduras por otras más blandas, como las bananas o los guisantes, o bien, tenga en cuenta los alimentos para bebés.
- Corte los alimentos en pequeños trozos y mastique lenta y cuidadosamente.

- Si pierde peso [7], ingiera comidas más pequeñas con mayor frecuencia que tengan alto contenido de proteínas y calorías, como huevos, batidos de leche, cazuelas y batidos nutricionales.
- Evite los alimentos secos, ásperos o duros, y los alimentos que deban masticarse mucho.

También puede preguntar a su médico acerca de consultar con un dietista matriculado para obtener ayuda adicional sobre cómo tener una dieta equilibrada [8].

Más información

Salud dental y bucal [9]

Efectos secundarios [10]

Hoja Informativa de la American Society of Clinical Oncology: Salud dental y bucal (PDF; en inglés) [11]

Links:

[1] <http://www.cancer.net/node/18319>

[2] <http://www.cancer.net/about-us>

[3] <http://www.cancer.net/es/node/31355>

[4] <http://www.cancer.net/es/node/18335>

[5] <http://www.cancer.net/es/node/18351>

[6] <http://www.cancer.net/es/node/18376>

[7] <http://www.cancer.net/es/node/18339>

[8] <http://www.cancer.net/es/node/32046>

[9] <http://www.cancer.net/node/24499>

[10] <http://www.cancer.net/es/node/25911>

[11] http://www.cancer.net/sites/cancer.net/files/asco_answers_dental_oral_health.pdf