

una serie de hojas informativas
escritas por expertos en el campo
de la enfermedad hepática

Tratamiento de los Efectos Secundarios: Úlceras bucales

Lucinda Porter, Enfermera titulada

Durante el tratamiento anti-VHC, algunos pacientes se quejan de dolor en la boca. Estas molestias pueden manifestarse en forma de rojez, llagas o úlceras en las encías, en la parte interior de las mejillas y en la lengua. Esta hoja informativa aborda los problemas bucales y ofrece consejos para tratarlos.

Consulte con su médico

Las úlceras bucales en ocasiones se llaman aftas. El término médico es úlceras aftosas. Antes de tratar las úlceras aftosas, se recomienda consultar al médico para obtener un diagnóstico correcto. Existen muchos factores que desencadenan las úlceras, y es importante comprender de dónde proceden antes de poder resolver el problema.

¿Cómo se curan estas llagas? La respuesta es que probablemente no se puede. Existen remedios que pueden hacerlas menos dolorosas o acelerar la curación, pero, al igual que con el resfriado común, no existe una cura fiable para las úlceras bucales comunes. La excepción a esta norma es que su variedad concreta de úlceras esté causada por una enfermedad subyacente que pueda curarse. Las aftas que están producidas por intolerancia a ciertos alimentos o fármacos, por deficiencias nutricionales o por el uso de laurilsulfato sódico (SLS) pueden tratarse si se eliminan los problemas que las causan.

Algunas sugerencias

Se puede probar con remedios caseros. Hable con su médico

sobre estas sugerencias, en particular antes de usar remedios herbales. He aquí algunas sugerencias:

- Mantenga una higiene oral adecuada. Tenga cuidado al cepillarse los dientes, pero no omita ese paso.
- Evite los productos dentales que contengan laurilsulfato sódico.
- Beba abundante agua. Es importante mantener un grado de hidratación adecuado para conservar la salud, en especial durante el tratamiento anti-VHC.
- No beba líquidos excesivamente calientes. El hielo o las paletas heladas de jugo pueden aliviar el dolor.
- Pruebe con productos sin receta que calman el dolor de las úlceras. Los que contienen benzocaína, tintura de benzoína, lidocaína, alcanfor o fenol pueden aliviar temporalmente el dolor de las úlceras labiales. Orabase® y Zilactac-B® son dos ejemplos de estos medicamentos empleados para las aftas bucales.
- Aplique una capa protectora sobre la lesión. Puede adquirir otros productos sin receta que forman una película para cubrir las lesiones bucales, haciéndolas así menos vulnerables a las irritaciones.
- Mantenga la nutrición adecuada comiendo bien. Consulte con su médico para ver si debe tomar multivitaminas u otros complementos dietéticos. Algunas personas chupan caramelos de zinc, pero no existen datos que avalen su eficacia.
- Evite los alimentos duros, crujientes, picantes, salados o ácidos.
- Reduzca el nivel de estrés
- Mantenga un diario de alimentación para comprobar si la causa de las úlceras es algún alimento concreto. Trate de eliminar los que le parezcan sospechosos.
- Haga gárgaras y trague o escupa una cucharadita de algún antiácido como leche de magnesio (hidróxido de magnesio) o Mylanta® (hidróxido de aluminio y magnesio) con una cucharadita de Benedryl® líquido (difenhidramina) de cuatro a seis veces al día.
- Tome té. El té negro y algunas infusiones de hierbas son ricas en tanino. Una bolsa de té usada sobre una úlcera bucal puede calmar el dolor.
- Pruebe con antiinflamatorios como el ibuprofeno. Tenga cuidado, porque este fármaco puede causar úlceras aftosas, y no todo el mundo puede tomarlo.
- El paracetamol (Tylenol®) puede ayudar a mitigar el dolor. NO sobrepase las dosis recomendadas.
- La lisina puede ser beneficiosa para las herpes causadas por virus. La dosis recomendada suele ser 500 mg tres veces al día.
- Prepare infusiones de salvia y camomila (manzanilla). Enjuáguese la boca con ellas de cuatro a seis veces diarias.
- Las frambuesas, la menta y el regaliz pueden ser beneficiosos.
- La equinácea puede acelerar la curación, pero no debe emplearse

durante el tratamiento anti-VHC, o en caso de ser VIH positivos o de tener una enfermedad autoinmunitaria.

- Pruebe a tomar lactobacillus. Esta bacteria inocua forma parte de la flora intestinal del organismo y en ocasiones se denomina probiótico. Existen muchas marcas de lactobacillus, como Lactinex®. Aunque es algo relativamente seguro, no se recomienda si lleva una válvula cardíaca o si padece cardiopatía valvular, asma, alergia a los lácteos o si es una mujer embarazada, que piensa estarlo o está en período de lactancia.

Medicación

Si los productos sin receta no son bastante eficaces, consulte con su médico para tomar medicamentos con receta. Según el trastorno que tenga, existen distintos fármacos disponibles. Aphthasol® es un medicamento relativamente nuevo que forma una película protectora sobre las úlceras bucales. También se usa en ocasiones Orabase®, que contiene corticosteroides. Su médico puede recetarle un enjuague bucal líquido con antibiótico. A veces se receta talidomida a los pacientes VIH positivos aquejados de úlceras aftosas, pero es un fármaco peligroso que no deben tomar los pacientes VIH ni las mujeres embarazadas.

El médico puede recetarle un enjuague bucal de lidocaína viscosa, antiácido a base de hidróxido de magnesio y difenhidramina para hacer gárgaras y tragarlo o escupirlo, según se le indique. La lidocaína viscosa puede recetarse sola y aplicarla sobre las úlceras para aliviar temporalmente el dolor. Si su médico le receta un medicamento que debe aplicarse directamente sobre las aftas, haga lo siguiente: Seque la úlcera aplicando un pañuelo de papel con suaves golpecitos. Vierta el medicamento sobre un bastoncillo de algodón e impregne la úlcera con él. No coma ni beba nada hasta que la crema se haya secado y haya formado una barrera. Use todos los medicamentos durante el tiempo que le indique el médico.

Las úlceras bucales pueden ser dolorosas hasta el punto de interferir en la alimentación y la calidad de vida. No deje de lado las llagas que sean demasiado molestas, grandes, recurrentes, que no se curen o que aparezcan en racimos. Para quienes no las sufren, las aftas pueden parecer poca cosa, pero las personas que las tienen que soportar saben muy bien lo incómodas que pueden resultar. Las úlceras que aparecen durante el tratamiento anti-VHC pueden ser especialmente dolorosas. El alivio del dolor y el control de las recurrencias puede ayudar inmensamente a mejorar la calidad de vida.

Visite el sitio Web de HCV Advocate
www.hcvadvocate.org

A continuación presentamos algunas publicaciones y servicios que puede encontrar en www.hcvadvocate.org:

- Revista mensual de HCV Advocate (en inglés)
- Revista trimestral de HCV Advocate (en español)
- Materiales educativos en inglés, español, francés, vietnamita, ruso, tagalo y chino
- Medical Writers' Circle (Círculo de Médicos Escritores, en inglés)
- Hepatitis Journal Review (Revista con reseñas sobre hepatitis)
- Weekly News Review (Reseña semanal de las últimas noticias)
- Columna sobre subsidios por discapacidad
- Información centrada en la hepatitis B
- Información sobre la coinfección con el VIH/VHC
- Listas de grupos de apoyo en los EE.UU., Canadá y otros países
- Enlaces a ensayos clínicos
- Enlaces a otras organizaciones útiles
- Listas de eventos
- Series de hojas informativas: (inglés, francés y español)
 - *Datos Sencillos sobre la C
 - *Aspectos básicos
 - *Hojas informativas del HCSP

Para obtener más información acerca de la hepatitis C, la hepatitis B y las coinfecciones con el VHC, visite www.hcvadvocate.org.

• hoja INFORMATIVA hcsp •
Una publicación del Hepatitis C Support Project

Director ejecutivo
Redactor jefe de las publicaciones del HCSP

Alan Franciscus

Diseño
Paula Fener

Producción
C.D. Mazoff, PhD

Traducción
Clara Maltrás

Dirección de contacto
Hepatitis C Support Project
PO Box 427037
San Francisco, CA 94142-7037

alanfranciscus@hcvadvocate.org

La información presentada en este folleto tiene como fin ayudarle a comprender y tratar el VHC y no pretende servir de asesoramiento médico. Todas las personas con el VHC deben consultar con un profesional médico para obtener diagnóstico y tratamiento contra el VHC. Esta información la ofrece el *Hepatitis C Support Project* • una organización sin ánimo de lucro para la educación, el apoyo y la defensa de intereses de las personas afectadas por el VHC • © 2008 *The Hepatitis C Support Project* • Se autoriza y se alienta a la reproducción de este documento siempre que se reconozca la autoría del *Hepatitis C Support Project*.