

Unimed
Blumenau



**MANUAL DE
ORIENTAÇÕES:**
PACIENTES EM
TRATAMENTO
ANTINEOPLÁSICO





CONHEÇA o Centro DE ONCOLOGIA

Integrado à estrutura do Hospital Unimed Unidade Centro, o Centro de Oncologia é um ambiente exclusivo com objetivo de proporcionar aos pacientes atendidos, conforto, segurança, humanização e excelência na assistência prestada aos nossos pacientes e familiares.

Nosso objetivo é individualizar a assistência, com um plano terapêutico que atenda às necessidades e particularidades de cada pessoa. A Equipe Multiprofissional do Centro de Oncologia é composta por Médicos, Enfermeiros, Farmacêuticos, Psicólogas, Nutricionistas, Assistentes de Farmácia e Recepcionistas, além da equipe de apoio que cuida de toda a nossa estrutura de atendimento.

Este manual foi elaborado pela equipe multiprofissional com o propósito de auxiliar você durante todo o seu tratamento antineoplásico, fornecendo diversos esclarecimentos sobre possíveis reações adversas e os cuidados necessários para amenizá-las.

Conte sempre conosco, estaremos sempre à disposição!





O QUE é O CÂNCER?

O Câncer também é conhecido como tumor maligno ou neoplasia.

As células do nosso corpo crescem e dividem-se de maneira organizada, passando por ciclos para crescimento e produção de novas células. No câncer, este processo escapa ao nosso controle, havendo multiplicação desordenada, formando um tumor.

Essas células podem se espalhar pelos tecidos saudáveis do corpo, invadindo outros órgãos através da corrente sanguínea, vasos linfáticos, formando novos tumores, chamados de metástases.



O QUE é a QUIMIOTERAPIA?

A Quimioterapia consiste em um tratamento sistêmico que utiliza medicamentos isolados ou combinados com o intuito de combater as células tumorais. Por ser um tratamento sistêmico os medicamentos atingem também as células normais, causando assim reações adversas.

A Quimioterapia, em sua maioria, são medicamentos endovenosos, podendo também ser administrados por via oral, intramuscular, subcutânea, intravesical e intratecal.



CUIDADOS no dia DA QUIMIOTERAPIA.

Alimente-se pelo menos 1 hora antes do tratamento – Não orientamos o jejum.

Ingira, no mínimo, 2 litros de líquidos durante o dia.

Venha até o Centro de Oncologia portando documento de Identidade, CPF, Carteira do Convênio e exames solicitados.

Venha até o Centro de Oncologia com roupas confortáveis e que facilitem o acesso ao local da administração do medicamento.

Venha com acompanhante – caso não seja possível a permanência do acompanhante durante todo o período, combine com alguém para buscá-lo, pois alguns medicamentos podem causar sonolência. É proibido crianças e gestantes como acompanhantes.

Evite agendar outros compromissos no dia da quimioterapia.

Utilize o celular com descrição, a fim de respeitar os demais pacientes e ambiente de saúde. Sugerimos uso de fones de ouvido.

Antes da quimioterapia, tome seus medicamentos e informe ao farmacêutico e a enfermagem sobre a ingestão, mesmo se forem de uso contínuo.

ATENÇÃO!

Caso o paciente tenha indicação de fazer tratamento com medicamentos oncológicos orais, estes serão fornecidos e a administração orientada pelo Consultório Farmacêutico.

Nesse caso, traga uma lista, ou as receitas médicas, dos medicamentos em uso para o farmacêutico realizar a avaliação e orientação, se necessário.



COMO SERÁ *seu dia* NA ONCOLOGIA

No Centro de Oncologia, após a abertura do atendimento o paciente será encaminhado para avaliação de enfermagem.

Nesse momento, o enfermeiro avalia os sinais vitais e relatos de reações adversas. Utilize desse momento para sanar suas dúvidas.

Com o compilado dessas informações o enfermeiro sinalizará o farmacêutico para seguir com a manipulação dos medicamentos.

O processo de manipulação demanda tempo, desta forma, será necessário que você aguarde.

Enquanto você aguarda a chegada do medicamento a enfermagem irá lhe preparar para administração dos medicamentos.

Com a chegada dos medicamentos já manipulados a enfermagem realizará a administração e após o término da infusão você será liberado para retorno ao domicílio



CUIDADOS DURANTE A ADMINISTRAÇÃO DA QUIMIOTERAPIA.

Evite movimentos bruscos para evitar que o cateter saia da veia. Caso seja necessário ir ao banheiro solicite auxílio do seu acompanhante ou da equipe de enfermagem.

Comunique a equipe de enfermagem caso sinta desconforto, ardência, coceira e/ou visualize inchaço ou vermelhidão no local da punção.

REAÇÕES ADVERSAS



Algumas reações adversas causadas pela quimioterapia poderão acontecer, desta forma elaboramos orientações que auxiliarão no manejo. Lembre-se que são reações passageiras.



DIMINUIÇÃO OU PERDA DO APETITE

Procure fazer várias refeições leves ao longo do dia, sugerimos uma refeição a cada 3 horas.

Varie o cardápio e as preparações e se for necessário flexibilize o horário das refeições.

Se for difícil comer alimentos sólidos, tente alimentos pastosos ou liquidificados.

Para melhor adaptação siga as orientações da nutricionista ou do seu médico quanto ao uso de suplementos alimentares.



DISFAGIA

Se apresentar dificuldade para engolir alimentos e bebidas, prefira alimentos pastosos, liquidificados, macios e mais úmidos.

Evite alimentos ou bebidas muito quentes, gaseificadas e alcoólicas.

Prefira fazer pequenas refeições mais vezes ao dia.



NÁUSEAS E/OU VÔMITOS

A náusea matinal pode ser amenizada ingerindo alimentos mais secos, como torradas ou biscoitos.

Alimente-se com torradas ou biscoitos de água e sal entre os intervalos das refeições.

Opte por alimentos e bebidas mornas, frias ou temperatura ambiente.

Ingira sucos ou coma picolés de frutas cítricas.

Use balas de hortelã ou água aromatizada com gotas de laranja lima.

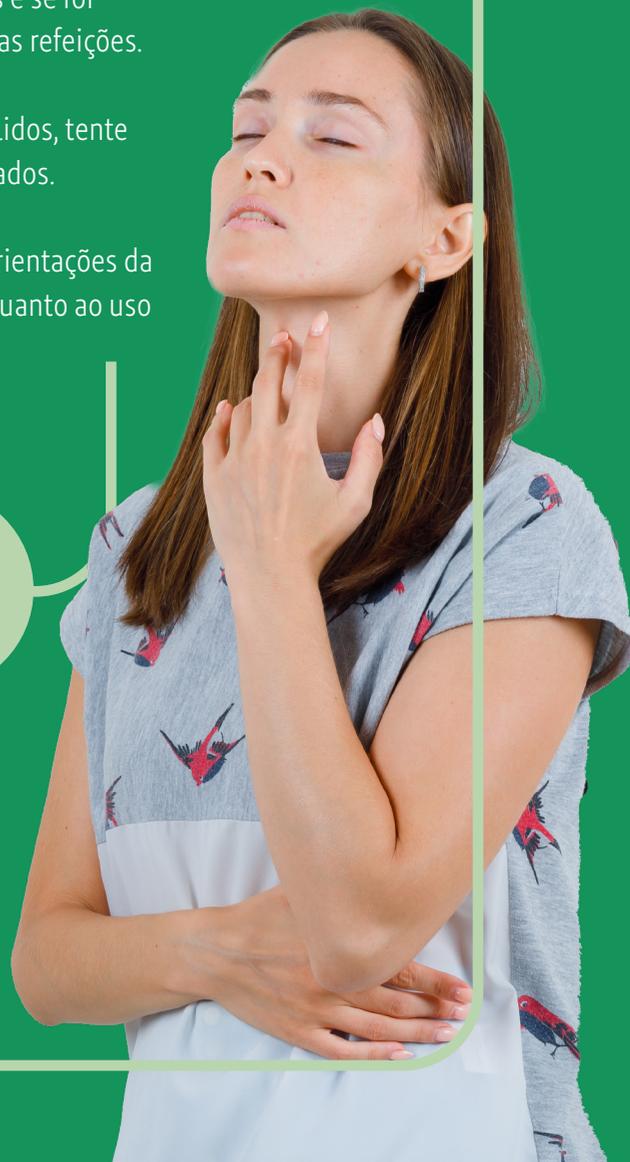
Evite frituras, alimentos muito gordurosos, condimentados, bebidas alcoólicas e cafeína.

Evite o consumo de líquidos durante as refeições.

Evite ficar exposto a cheiros fortes e no mesmo ambiente de preparo dos alimentos.

Faça a higiene oral após a ocorrência de vômitos para evitar lesões na mucosa e diminuir o desconforto.

Para melhor adaptação siga as orientações da equipe multidisciplinar quanto ao uso de medicamentos para evitar náusea e vômitos.





MUCOSITE

Prefira alimentos macios e em temperatura ambiente.

Realize a higiene bucal após cada refeição com escova dental macia. Lembre-se de higienizar a língua.

Faça bochechos com chá de camomila ou malva, em temperatura ambiente ou fria.

Evite alimentos secos, picantes e salgados, alimentos ricos em cafeína, suco de frutas cítricas, bebidas alcoólicas e gasosas.

Procure ingerir os líquidos ou alimentos usando um canudinho ou talheres pequenos para facilitar a deglutição.



ALTERAÇÕES NO PALADAR E OLFATO

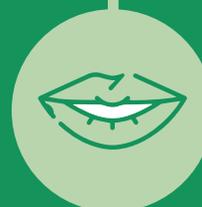
Antes das refeições enxague a boca com água e algumas gotas de laranja lima.

Utilize balas ou chicletes sem açúcar para estimular a salivação e realçar a sensação do paladar.

Utilize talher de plástico se os alimentos apresentarem gosto metálico.

Melhore o sabor dos alimentos utilizando mais temperos naturais no preparo da alimentação.

BOCA SECA (XEROSTOMIA)



Prefira preparações úmidas como caldos ou molhos, e alimentos macios.

Aumente o consumo de líquido, beba água sempre que sentir a boca seca.

Para estimular a salivação, utilize pequenos pedaços de gelo com limão ou água de coco), picolés de frutas, balas de limão ou chicletes sem açúcar.

Mantenha os lábios protegidos com umectantes sem cheiro e sem sabor.



DIARREIA

Beba muito líquido durante o dia para repor suas perdas.

Consuma somente frutas e vegetais cozidos.

Evite alimentos que aumentem a produção de gases: repolho, couve-flor, brócolis, cebola e nabo.

Evite alimentos embutidos (salame, presunto, salsicha, bacon) gordurosos, condimentados e açúcar.

Não consuma alimentos integrais e com lactose (leite, iogurte e queijos).

CONSTIPAÇÃO



Opte por alimentos ricos em fibras, como pães ou biscoitos integrais, aveia, suco de ameixa e frutas frescas bem higienizadas.

Beba no mínimo 2 litros de água por dia.

Caminhadas tranquilas ajudam a manter a movimentação do intestino.

Realize massagem na região abdominal no sentido horário.



QUEDA DE CABELO E PELOS

Evite exposição solar, utilizar tinturas, secador de cabelos, chapinhas e spray.

Após a queda do cabelo, utilize hidratantes sem perfume, óleo de amêndoa para evitar ressecamento.

Utilize acessórios de sua escolha, chapéus, bonés, lenços, perucas.

Se houver queda dos cílios, utilize óculos escuros para sua proteção.

PELE E UNHAS



Não retire as cutículas, pois são a única proteção das unhas.

Você poderá utilizar maquiagem durante o tratamento, desde que seja hipoalergênica.

Use cremes e hidratantes que não contenham álcool ou essências artificiais.

Fique atento ao aparecimento de reações alérgicas.

Evite banhos prolongados e com alta temperatura.

Evite exposição ao sol, especialmente, das 10h às 16h.

Utilize protetor solar fator 30 FPS.



ALTERAÇÕES SANGUÍNEAS

Manchas rochas e vermelhas na pele, sangramento, palidez, febre, falta de ar, são sinais de que as taxas sanguíneas diminuíram.

Se houver febre igual ou acima de 38°C procure o pronto atendimento, imediatamente.

Evite o contato com pessoas resfriadas, gripadas ou alguma enfermidade contagiosa.

Evite locais aglomerados ou pouco ventilados.

Lave as mãos frequentemente.

Sugerimos a utilização de máscara para evitar contaminações.



FRAQUEZA E CANSAÇO

Procure reforçar sua alimentação e tome bastante líquido.

Evite esforços além de sua capacidade.

Procure dormir bem e o suficiente.

Evite andar sozinho e fique atento as tonturas para que não apresente quedas.

PROTEÇÃO DAS VEIAS



Procure hidratar-se tomando líquido com frequência e hidratando sua pele com hidratante neutro.

Faça exercício com as mãos várias vezes ao dia, apertando e soltando durante 10min uma bolinha de borracha.

Aplique compressa morna com chá de camomila, até 3 vezes ao dia no local em que as veias estão mais escuras ou endurecidas – para a compressa: use 1 copo de água com 3 sachês de chá de camomila.

CICLO MENSTRUAL E GRAVIDEZ



Durante o tratamento, deve-se evitar a gravidez.

O ciclo menstrual pode sofrer algumas alterações, inclusive com ausência de menstruação, por isso, a necessidade de medidas preventivas contra a gravidez.

Informe atrasos ou interrupção menstrual ao médico.

A quimioterapia pode causar infertilidade em mulheres e homens. Converse com seu médico sobre as possibilidades de preservação de fertilidade antes do início do tratamento.



QUAIS OS cuidados devo **TOMAR DURANTE** **O TRATAMENTO?**



ALIMENTAÇÃO



A alimentação requer atenção especial para quem passa por um tratamento de quimioterapia. O planejamento alimentar é parte importante do seu tratamento e vai contribuir para o seu bem-estar e fortalecimento.



A IMPORTÂNCIA DA **HIGIENE DOS ALIMENTOS**

Durante o tratamento, sua imunidade pode diminuir, por este motivo é importante ter muito cuidado com a higiene dos alimentos:



Procure saber da procedência dos alimentos que consome e validade.

Higienize bem as mãos antes de manipular os alimentos.

Procure consumir os alimentos frescos, evite os alimentos que ficam muito tempo expostos a temperatura ambiente, sem o correto armazenamento, como os alimentos refrigerados.

Lave as frutas e verduras em água corrente, deixe de molho durante vinte minutos em água clorada (1 litro de água para 1 colher de sopa de água sanitária) e depois enxague novamente.

Consuma carnes e ovos sempre bem cozidos. Atenção as preparações que possam conter ovos crus (maionese caseira, por exemplo).

Utilize leite e derivados pasteurizados.

Utilize somente água potável filtrada, fervida ou mineral de boa procedência.

ATENÇÃO!

Proibido consumo de comida japonesa (que contenha peixe cru), frutos do mar, (ostra, camarão e lagosta), mel, melado e água de coco não pasteurizada.



ELIMINAÇÕES

Os quimioterápicos são eliminados principalmente pela urina e fezes, essas eliminações são tóxicas, por isso ao usar o vaso sanitário evite respingos.

Acione a descarga com a tampa fechada, de 2 a 3 vezes, isso deve ser realizado até 5 dias após o tratamento antineoplásico.

Roupas contaminadas com fezes, urina e vômito devem ser manuseadas com luvas e lavadas separadamente.

ATIVIDADE FÍSICA



Os tratamentos oncológicos, na maioria das vezes, podem trazer alguns efeitos adversos que interferem na qualidade de vida. Para minimizar esses efeitos, a atividade física mostra-se como uma importante ferramenta.

A atividade física promove o aumento da força muscular e a capacidade funcional, diminui a fadiga, equilibra os níveis hormonais, reduz o tempo do trânsito gastrointestinal, fortalece as defesas do corpo e ajuda a manter o peso corporal adequado. Por isso, na ausência de

contraindicações médicas, a prática de exercícios físicos pode ser benéfica em todas as fases do seu tratamento.

Existem recomendações que sugerem a realização de pelo menos 30 minutos de atividade física por dia, mas já se sabe que, mesmo quando realizada por menos tempo, existem benefícios. Atividades de baixa intensidade, como andar, subir escadas, pedalar e dançar podem trazer vantagens significativas para a sua saúde.

Lembre-se! A prática de exercícios físicos em pacientes em tratamento oncológico deve ser realizada a partir da liberação médica.



ATIVIDADE SEXUAL

A atividade sexual pode ser mantida durante o tratamento, porém, se houver alterações de exames, como imunidade ou plaquetas baixas, deve-se evitar.

Para as mulheres, pode haver ressecamento vaginal que cause desconforto, casos em que o gel lubrificante à base de água pode ser utilizado.



Caso ocorram alterações neste sentido, converse com seu médico para ele orientar e receitar medicamentos, se necessário.

Pode ocorrer alterações de libido em homens e mulheres, pelo fato de a quimioterapia afetar os níveis hormonais.

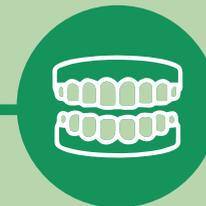
É necessário o uso de preservativo para proteção do paciente e de seu parceiro.

VACINAÇÃO



Antes de se vacinar em campanhas de imunização, questione o seu médico se você pode tomar a vacina a ser aplicada.

Evite o contato durante 3 semanas com pessoas que foram vacinadas contra Poliomelite e Varicela.



ACOMPANHAMENTO ODONTOLÓGICO

Manter uma boa saúde bucal é fundamental durante o tratamento oncológico, porém alguns tratamentos odontológicos não podem ser realizados neste período. Desta forma, antes de realizar qualquer procedimento no dentista, fale com seu médico.

MEDICAMENTOS



Não utilize nenhum medicamento sem receita médica e sem a ciência do seu médico. O medicamento poderá interagir com outros que você já utiliza, ocasionando anulação, diminuição ou aumento do efeito.

O medicamento precisa de tempo para agir. Não aumente a dose dos remédios sem prescrição. Se os sintomas persistirem, converse com seu médico.

Para o correto descarte e manuseio dos medicamentos siga a orientação dada pelo farmacêutico.

Caso tenha alguma dúvida em relação aos medicamentos e efeitos colaterais, entre em contato com o seu médico ou com o farmacêutico.

Guarde os medicamentos em locais arejados, frescos, protegidos da luz e da umidade (nunca em cima da geladeira, micro-ondas, armários de banheiro ou com alimentos).

Maiores informações sobre armazenamento estão disponíveis em nossa Cartilha



CONTATO COM ANIMAIS

Ter um animal de estimação é muito gratificante e pode ajudá-lo a se sentir mais feliz. Mas durante o seu tratamento, é importante alguns cuidados, como:

Ser mais rigoroso com as páticas de higiene do seu pet;

Leva-lo ao veterinário para check-up e manter as vacinas e vermifugação atualizadas.



DIREITOS DOS PACIENTES COM CÂNCER

Saque do Fundo de Garantia (FGTS)

Saque do PIS/PASEP;

Auxílio Doença;

Aposentadoria por Invalidez;

Imposto de Renda;

Compra de Veículos Adaptados;

Quitação de Financiamento



PROGRAMA ACOLHER

O Programa Acolher tem como objetivo conduzir e acolher os pacientes desde a alta suspeita e/ou diagnóstico oncológico até o tratamento. Os profissionais do Programa são especializados em oncologia e atuam como um elo entre o paciente e equipes, multiprofissionais e administrativas, desenvolvendo um trabalho fundamental para melhorar os resultados do tratamento contra o câncer.

O programa funciona por meio de contato remoto, telefone ou e-mail, com o paciente a fim de esclarecer dúvidas clínicas que possa ter ao longo do tratamento.

Aguarde o contato e aproveite para sanar suas dúvidas.

 **(47) 3037-8544**
Oncologia

 **(47) 99901-0459**
Oncologia

 **(47) 99790-3194**
Consultório Farmacêutico

Caso seja necessário reagendar seu procedimento ou se não puder comparecer, por favor, nos comunique para que possamos adequar o seu agendamento.

Unimed 
Blumenau



 **(47) 3037-8544**
Oncologia

 **(47) 99901-0459**
Oncologia

 **(47) 99790-3194**
Consultório Farmacêutico

Caso seja necessário reagendar seu procedimento ou se não puder comparecer, por favor, nos comunique para que possamos adequar o seu agendamento.

