



**CARTILHA DE ORIENTAÇÃO AO  
PACIENTE EM QUIMIOTÉRAPIA**



Referências:

ACS - American Cancer Society: [www.cancer.org](http://www.cancer.org)

INCA - Instituto Nacional do Câncer: [www.inca.gov.br](http://www.inca.gov.br)

NAPACAN - Núcleo de Apoio ao Paciente com Câncer: [www.napacan.org.br](http://www.napacan.org.br)

# APRESENTAÇÃO

O tratamento oncológico vem, ao longo do tempo, evoluindo e desenvolvendo melhorias que oferecem ao paciente maior segurança, conforto e melhor resposta tumoral com aumento das taxas de cura e sobrevida. Sem o acompanhamento individual, completo e humanizado, os avanços terapêuticos não trariam bons resultados no tratamento.

Esta cartilha tem como objetivo orientar você e seus familiares sobre o tratamento oncológico e suas consequências.

## O QUE É QUIMIOTERAPIA?

É um tipo de tratamento em que são utilizados medicamentos para combater o câncer que, em sua maioria, são aplicados na veia, podendo também ser administrados por via oral, intramuscular, subcutânea, tópica e intratecal. Estes medicamentos se misturam com o sangue e são levados a todas as partes do corpo, destruindo as células doentes que formam o tumor e impedindo que se espalhem pelo corpo.

## COMO É FEITO O TRATAMENTO?

Após a consulta médica e a liberação dos exames laboratoriais, a quimioterapia será marcada e o paciente receberá, do enfermeiro do setor de quimioterapia, orientações sobre o tratamento de acordo com a prescrição médica. O tratamento, que será administrado por profissionais capacitados da equipe de Enfermagem pode ser feito das seguintes maneiras:

- **Ambulatorial:** o paciente recebe o tratamento no Setor de Quimioterapia.
- **Internado:** o paciente é hospitalizado durante o período do tratamento.

## COMO É ADMINISTRADA A QUIMIOTERAPIA?

O tratamento pode ser realizado das seguintes formas:

- **Via oral (pela boca):** remédios em forma de comprimidos, cápsulas ou líquidos, que podem ser tomados em casa.
- **Intravenosa (pela veia):** a medicação é aplicada na veia ou por meio de cateter (tubo fino colocado na veia), na forma de injeções, ou dentro do soro.
- **Intramuscular (pelo músculo):** a medicação é aplicada por meio de injeções no músculo.
- **Subcutânea (abaixo da pele):** a medicação é aplicada por meio de injeção no tecido gorduroso acima do músculo.
- **Intratecal (pela espinha dorsal):** pouco comum, sendo aplicada no liquor (líquido da espinha) pelo médico em uma sala própria ou no centro cirúrgico.
- **Tópica (sobre a pele):** o medicamento, que pode ser líquido ou pomada, é aplicado na pele.



## DÚVIDAS FREQUENTES

### **A QUIMIOTERAPIA CAUSA DOR?**

A única dor que o paciente deverá sentir é a da “picada” da agulha na pele, no momento de puncionar a veia para a realização da quimioterapia. Certos remédios podem causar, em algumas situações, uma sensação de desconforto, ardência, queimação, placas avermelhadas na pele e coceira. O paciente deve avisar imediatamente ao profissional que estiver lhe atendendo se sentir qualquer um desses sintomas.

### **MESMO SEM TER SINTOMAS, POR QUE CONTINUAR FAZENDO QUIMIOTERAPIA?**

O fato do paciente não sentir mais nada não significa que as aplicações devam ser suspensas. Isso comprova que ele está respondendo bem ao tratamento e o seu médico indicará o momento em que as aplicações deverão terminar em função das características da sua doença.

### **É PERMITIDO TOMAR OUTROS REMÉDIOS?**

Caso o paciente tenha outros problemas de saúde, deve informar ao médico. Não suspender o uso de medicamentos previamente utilizados sem orientação médica. Ex.: medicamentos para hipertensão e diabetes.

## COMO OS QUIMIOTERÁPICOS SÃO ELIMINADOS PELO CORPO?

A medicação é eliminada do corpo principalmente através da urina, mas também pode ocorrer por meio das fezes, vômito, suor, lágrimas, sêmen e leite materno.

## É PERMITIDO O CONSUMO DE BEBIDAS ALCOÓLICAS?

Não é proibido o consumo de bebidas alcoólicas, a não ser que esteja tomando antibióticos e tranquilizantes. Porém, é aconselhável parar ou evitar o consumo durante o tratamento quimioterápico.

## SOBRE AS ATIVIDADES SEXUAIS

A quimioterapia não interfere nas atividades sexuais: elas podem ser mantidas normalmente. Porém, alguns assuntos devem ser lembrados:

- **Uso de preservativos:** A camisinha sempre deve ser utilizada durante as relações sexuais com o intuito de proteger o casal caso ocorra eliminação de medicamentos da quimioterapia. Além disso, ela pode prevenir infecções caso o paciente esteja no período de baixa imunidade.
- **Reprodução e sexualidade:** A quimioterapia pode causar efeitos como a suspensão temporária da menstruação, a menopausa precoce nas mulheres e andropausa nos homens, levando a disfunções sexuais, ondas de calor, ressecamento vaginal e perda da libido. Caso o paciente esteja em idade reprodutiva e queira ter filhos, deve pedir orientações ao seu médico.
- **Gravidez durante a quimioterapia:** A gravidez deve ser evitada, uma vez que os remédios podem causar má-formação fetal. Consulte o médico quanto ao melhor método contraceptivo a ser usado durante o tratamento.



## EFEITOS COLATERAIS

### QUEDA DO CABELO

A queda do cabelo pode ser total ou parcial e leva, geralmente, de 14 a 21 dias para acontecer. Alguns pacientes, durante esta fase, preferem cortar o cabelo antes de vê-lo cair. Outros já preferem esperar que ele caia para, então, tomar a decisão de cortar o restante e/ou usar bonés, lenços e perucas.

Este efeito é temporário e reversível: o cabelo voltará a crescer após o término da quimioterapia.

### PRISÃO DE VENTRE

Ocorre quando há dificuldade de evacuar e/ou quando há retenção de fezes por vários dias.

#### Recomenda-se:

- Optar por alimentos ricos em fibras como: laranja, mamão, ameixa, uva, vegetais e cereais integrais. – Beber mais líquidos (água, sucos e refrescos).
- Realizar exercícios físicos leves, como caminhada.
- Caso a prisão de ventre persista, procure o médico.



### DIARREIA

Ocorre quando há alterações no volume, frequência e consistência das fezes. Alguns remédios podem causar diarreia em maior ou menor intensidade.

#### Recomenda-se:

- Dar preferência aos alimentos gelados, líquidos e pastosos.
- Dar preferência a alimentos sem gorduras e condimentos como: arroz, batata, cenoura, banana, maçã, caju, goiaba e frango.
- Beber diariamente pelo menos dois litros de líquidos (água, sucos, chás e refrescos). Caso persista a diarreia por mais de dois dias, procure seu médico.

## FERIDAS NA BOCA

A quimioterapia pode provocar o aparecimento de feridas parecidas com aftas na boca, estômago e intestino.

### Recomenda-se:

- Inspeccionar a boca diariamente.
- Manter a boca sempre limpa, principalmente após as refeições, utilizando escova de dentes com cerdas macias.
- Evitar alimentos ácidos, condimentados, de consistência dura e quentes.

## HIPERPIGMENTAÇÃO (ESCURECIMENTO DA PELE)

Alguns remédios utilizados no tratamento quimioterápico podem causar escurecimento da pele quando exposta aos raios solares, principalmente nas dobras das articulações, nas unhas e no trajeto das veias.

### Recomenda-se:

- Aplicar protetor solar fator 30 nas áreas expostas ao sol.
- Evitar exposição ao sol das 10 às 16 horas.
- Usar chapéu ou boné para proteger o rosto e a cabeça.

- Manter a pele sempre hidratada usando cremes sem álcool e sem hormônio.

## ENJOO E VÔMITO

Alguns remédios utilizados produzem irritação nas paredes do estômago e do intestino, causando enjoo e/ou vômitos.

### Nesses casos, recomenda-se:

- Tomar os remédios contra enjoos e vômitos conforme orientação médica e não somente quando apresentar os sintomas.
- Evitar carnes e alimentos gordurosos e condimentados (pimenta e cominho).
- Alimentos frios ou em temperatura ambiente e bebidas gasosas são bem tolerados (sorvetes e gelatinas).
- Alimentar mais vezes por dia e em pequenas quantidades.
- Fazer refeições em ambiente calmo e tranquilo e livre de odores.
- Mastigar bem os alimentos.
- Não realizar esforços físicos após as refeições.



## ANEMIA, LEUCOPENIA E TROMBOCITOPENIA

Os remédios usados para combater as células doentes também destroem algumas células saudáveis do organismo.

As células mais afetadas são as do sangue:

- Como os glóbulos brancos que defendem nosso organismo de infecções
- Os glóbulos vermelhos, que transportam oxigênio para todas as partes do corpo, e as plaquetas, que atuam na coagulação do sangue. Quando as taxas sanguíneas diminuem, podem aparecer sintomas, como cansaço aos pequenos esforços, falta de ar, palidez, febre, pintas avermelhadas na pele, manchas roxas e vermelhas e sangramentos.

### **Recomenda-se:**

- Evitar lugares fechados, sem ventilação e com aglomeração de pessoas.
- Evitar o contato direto com animais domésticos e suas excreções.
- Manter boa higiene corporal e bucal.
- Inspeccionar regularmente a pele, a boca, o ouvido e o nariz à procura de alguma lesão e/ou manchas.
- Proteger a pele de ferimentos ao se depilar, barbear, cortar as unhas e não espremer cravos e espinhas.
- Procurar ter um bom sono e fazer repouso.
- Manter uma dieta saudável, rica em legumes, verduras, frutas, cereais e pobre em gorduras. – Medir a temperatura sempre que perceber qualquer alteração.
- Não faça uso de vacinas (de campanhas ou regulares) sem a autorização do seu médico.

## DICAS E CUIDADOS NUTRICIONAIS

Dicas para uma alimentação adequada que amenizará complicações durante o tratamento.

### ✓ **Falta de apetite (anorexia/inapetência):**

Se for difícil comer alimentos sólidos, prefira alimentos líquidos ou pastosos como vitaminas batidas com leite e frutas, sucos, sopas, iogurte e sorvete.

### ✓ **Boca seca (xerostomia):**

Beba líquidos em pequenas quantidades e várias vezes ao dia. Molhos, caldos e sopas nas refeições facilitam a mastigação e o ato de engolir. Pergunte ao seu médico ou enfermeira sobre a saliva artificial.

✓ Náuseas e vômitos

✓ Não faça jejum

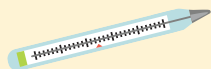
✓ Alimente-se em pequenas quantidades e em intervalos frequentes

✓ Evite líquidos durante as refeições, frituras, alimentos muito doces, bebidas alcoólicas e cafeína

✓ Evite movimentos bruscos e excessivos

✓ Saboreie picolé de uva ou limão, torradas e frutas secas

## PROCURE O HOSPITAL EM CASO DE:



✓ Febre igual ou superior a 37,8 °C



✓ Dor persistente



✓ Sangramentos



✓ Pintas ou manchas avermelhadas na pele



✓ Dispneia (falta de ar ao fazer pequenos esforços)



✓ Aparecimento de nódulos pelo corpo



✓ Crise convulsiva



✓ Reações alérgicas



✓ Vômito persistente

ANS - nº 30.676-2

## QUIMIOTERAPIA UNIMED REGIONAL JAÚ

Av. Antônio Prado Lyra, 564 - Jardim Alvorada - Jaú/SP

T. (14) 2104-8930

e-mail: [quimioterapia@unimedjau.com.br](mailto:quimioterapia@unimedjau.com.br)

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

**Unimed**   
Regional Jaú