



Manual de Orientações para pacientes em Tratamento Quimioterápico

ONCOLOGIA

Unimed 
Araraquara

O tratamento do câncer deve ser realizado com manutenção e melhora da qualidade de vida. As consequências do diagnóstico precisam ser minimizadas e suavizadas, para que o conceito de sofrimento que acompanha a doença seja reduzido.

Com esta ideia nasceu a Oncologia Unimed Araraquara . Em um ambiente agradável, contando com equipe multidisciplinar e especializada, nos preocupamos com o paciente de forma integral, no tratamento e acompanhamento.

A Oncologia possui uma recepção ampla e acolhedora, sala de aplicação de quimioterapia (com leitos reservados), farmácia oncológica, posto de enfermagem, sala de curativos e consultórios médicos.

Dentro do conceito de humanização e atendimento individualizado, a Oncologia Unimed quer ser sua referência na luta contra o câncer.

*Dra. Liane Rapatoni
Cancerologista / CRM 107.893*

*Enfa. Elizabet Venturini
Enfermeira Oncológica / Coren 70124*

Índice

Objetivo	06
Equipe	06
O que é o Câncer?	06
O Câncer tem Cura?	07
Quais os tipos de Tratamento	07
O que é Quimioterapia	08
Vias de Administração	08
Duração do Tratamento	08
Efeitos Colaterais	09
Cuidados Gerais	17
Direitos dos Pacientes Oncológicos	20
Anotações	21

Objetivo



Este manual tem como objetivo ajudar a conhecer os principais efeitos e cuidados que você deve ter durante o tratamento quimioterápico e os benefícios que ele poderá proporcionar.

A quimioterapia pode causar alguns efeitos colaterais indesejáveis, mas ao saber mais sobre eles, você poderá lidar melhor com a situação e participar ativamente de seu tratamento. Abordamos somente alguns pontos importantes do tratamento. Procure não fazer generalizações, pois o tratamento que está recebendo é totalmente programado para você.

Leia as dicas e discuta sempre com o seu médico e a equipe que estará sempre disposta a esclarecer suas dúvidas.



Equipe

Nosso setor possui equipe multidisciplinar com as seguintes especialidades: Hematologistas, Oncologistas, Farmacêuticas e Enfermeiros.

O que é o Câncer?



O câncer é um grupo de doenças caracterizado pela divisão desordenada de determinadas células do corpo, que sofreram uma alteração no seu código genético. Com o crescimento dessas células, ocorre a formação de tumores, e as outras células normais começam a ser destruídas.

A partir do momento em que as células malignas passam para a corrente sanguínea ou vasos linfáticos e atingem outros órgãos, ocorre a metástase.

O Câncer tem Cura?



Muitos tipos de câncer podem atualmente serem curados. A possibilidade de cura depende do tipo e do estágio em que o diagnóstico foi feito.

O câncer tratado precocemente tem bom prognóstico.

Em casos de câncer avançado, ou em alguns tipos mais agressivos, podemos fazer tratamentos que ofereçam aos pacientes o controle de sua doença, mantendo a qualidade de vida e aumentando a sobrevida.

Quais os tipos de tratamento?

A proposta de tratamento para cada paciente depende das características específicas que o tumor apresenta, sua localização, tamanho, presença ou não de metástases, podendo precisar de um ou mais tipos de tratamento associados.



Tratamento cirúrgico: é o mais antigo dos tratamentos, onde ocorre a remoção do tumor, que pode ser curativa, paliativa ou reconstrutiva.

Tratamento radioterápico: é o tratamento feito por meio de radiações ionizantes, aplicada diretamente na área do corpo afetada, com a finalidade de destruir as células tumorais.

Tratamento imunoterapia: é o tratamento feito com uso de medicamentos para ajudar o próprio organismo a combater a doença, com o aumento de suas defesas.

Tratamento hormonioterapia: é o tratamento realizado com hormônios, para os casos em que o tumor é influenciado por essa substância.

O que é Quimioterapia



Quimioterapia é uma modalidade de tratamento que utiliza medicamentos com a finalidade de inibir, controlar o crescimento das células ou destruir as células responsáveis pela doença.

A quimioterapia pode ser usada isolada ou associada a outros tipos de tratamento, como a cirurgia ou radioterapia.

Vias de Administração



Via oral: o paciente recebe o medicamento pela boca.

Intravenoso ou endovenoso: o medicamento é administrado pela veia.

Intramuscular: o medicamento é injetado no músculo.

Subcutâneo: o medicamento é administrado sob a pele.

Intratecal: o medicamento é administrado na coluna vertebral, pelo médico.

Intracavitária: o medicamento é administrado dentro do espaço pleural ou intraperitoneal.

Duração do tratamento

O tempo de tratamento varia de um indivíduo para outro. É o médico quem determina e estipula o melhor ciclo.



As aplicações podem ser diárias, semanais ou mensais, dependendo de cada caso específico.

O paciente é avaliado periodicamente, sendo que em alguns casos o esquema pode ser alterado para que se tenha uma resposta mais eficaz.

Efeitos Colaterais

Como a quimioterapia circula por todo o corpo a fim de atacar as células malignas, ela também pode atingir as células normais, causando alguns efeitos colaterais indesejáveis, mas essas reações são passageiras. Durante o tratamento são feitos medicamentos que diminuem os efeitos colaterais.

Náuseas e Vômitos



Ao receber a quimioterapia o paciente pode apresentar náuseas e vômitos, os quais podem ser intensos, ou não, dependendo do tipo de medicação usada e do paciente. Esse efeito colateral é decorrente da irritação das paredes do estômago e intestino, ou da ação direta do quimioterápico no sistema nervoso central.

Os sintomas podem ocorrer após horas ou dias do término da quimioterapia. Atualmente, existem vários medicamentos modernos que ajudam na prevenção e redução dos sintomas. Os medicamentos podem ser administrados no dia da quimioterapia, ou após a quimioterapia em casa e sua eficiência varia de pessoa a pessoa.



Dicas:

- Não comparecer à aplicação em jejum;
- Beber líquidos, lentamente, durante todo o dia;
- Comer alimentos frios ou em temperatura ambiente; (exceto se você for orientado a não ingeri-los nessa temperatura)
- Comer alimentos de fácil digestão, evitando comidas gordurosas, muito temperadas, ácidas, frituras e café;
- Ao acordar, se estiver com náuseas, ingerir alimentos secos;
- Descansar, mantendo o ombro e a cabeça numa posição mais elevada, mas não deitar logo após as refeições;
- Algumas vezes o sintoma pode estar relacionado com o emocional;
- Nos dias que antecedem a aplicação, priorizar atividades relaxantes, para evitar a ansiedade;

- Comer devagar, mastigando bem os alimentos, em pequenas porções, várias vezes ao dia, de 3 em 3h ou de 2 em 2h;
- Comunicar o médico em casos de vômitos intensos para evitar a desidratação;
- Tome medicamento somente com consentimento médico e caso não melhore o sintoma, comunicar o seu médico ou a equipe.



Perda do Apetite

Pode ocorrer durante o tratamento perda do apetite, a qual tem diversas causas, tais como: alterações no paladar, mucosite, náuseas, mal estar geral, problemas emocionais (medo, ansiedade, depressão). É importante que o paciente esteja em um bom estado nutricional.



Dicas:

- Fazer intervalos frequentes e comer em pequenas porções;
- Não ficar em áreas de preparo de alimentos;
- Evitar alimentos apimentados, quentes e gordurosos;
- Consumir alimentos mais leves como: frutas, verduras, iogurte, carboidratos, carnes brancas;
- Comer em ambiente calmo, longe de cheiros fortes.

Alterações no Paladar

O paladar pode ficar alterado. Seus alimentos preferidos podem adquirir gosto diferentes.



Dicas:

- Fazer bochechos antes da refeição;
- Experimentar alimentos ácidos como: laranja ou limão. (evitar se ocorrer mucosite).



Mucosites

Alguns medicamentos podem afetar a mucosa do corpo, sejam elas na boca, esôfago, vagina e até chegar no intestino. Isto pode ocorrer como desconforto na mucosa, sensibilidade a alimentos ácidos, temperados ou quentes, surgimento de dor, descamação, ulceração e alteração na produção de saliva (aumento de salivação ou diminuição).

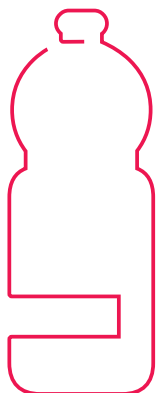
É importante comunicar o médico, lembrando que a prevenção é o melhor remédio.



Dicas:

- É importante manter a boca sempre limpa, usar escova de dentes macia e em caso de prótese mantê-las sempre limpas;
- O uso do fio dental deve ser suspenso durante a mucosite;
- Manter hidratação dos lábios com uso de manteiga de cacau ou outro produto similar;
- Comer pequenas porções de alimentos;
- Dar preferência a líquidos leves e de fácil digestão;
- Evitar procedimentos invasivos, sem prévio conhecimento médico;
- Evitar alimentos com condimentos fortes, picantes;
- Evitar alimentos muito quente ou frio;
- Evitar alimentos ácidos, crus, duros ou secos.

Fazer bochecho com uma das soluções , de acordo com a recomendação médica e/ou da enfermagem:



**Solução de
Bicarbonato de Sódio**

**Pode ser realizada de 3 a 4 vezes ao dia
01 copo de água fervida ou filtrada;
01 colher (café) de bicarbonato de sódio;
Preparar na hora de usar e não engolir.**

Nistatina Solução

**Pode ser realizada de 3 a 4 vezes ao dia:
Colocar ½ conta-gotas em cada lado da
boca, bochechar e engolir;
Não ingerir nada por 30 minutos.**

**Gluconato de
Clorexidina 0,12%**

**Produto manipulado;
Bochechar de 3 a 4 vezes por dia.**

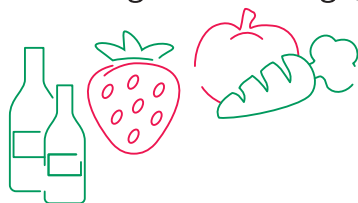


DICA: Dar preferência para líquidos gelados como chá de camomila, sorvetes, porém não utilizar se estiver recebendo oxaliplatina.

Obstipação Intestinal

Se durante o tratamento ocorrer obstipação, a qual pode ser decorrente do tratamento quimioterápico, de medicamentos em uso, de alterações dos hábitos alimentares ou inatividade física, tente:

- Ingerir alimentos ricos em fibras, tais como: farelo ou gérmen de trigo, aveia, pão integral, grão de bico e verduras;
- Comer frutas frescas;
- Ingerir bastante líquido 8 a 10 copos ao dia;
- Fazer caminhadas e exercícios leves;
- Evitar alimentos com fubá, maisena;
- Não utilizar laxantes ou reeducadores intestinais sem consultar o médico.



Diarreia

A diarreia pode ocorrer durante o tratamento e pode ou não ser acompanhada de cólicas. É importante que a equipe de oncologia seja sempre informada caso esse sintoma persista por mais de vinte e quatro horas.



Dicas:

- Beber muito líquido;
- Comer frutas como: maçã, banana maçã ou prata, goiaba sem pele e sem sementes, melão, limão, caju;
- Consumir arroz branco, batata cozida, chuchu, mandioca, carnes magras;
- Evitar alimentos gordurosos;
- Alimentos derivados do leite devem ser controlados;
- Evitar frutas como: mamão, abacate, ameixa, ou tamarindo;
- Evitar coco, frutas secas e uvas passas;
- Evitar vegetais fermentativos (feijão, brócolis, repolho).

Alopécia

A quimioterapia pode proporcionar queda do cabelo (total ou parcial), decorrente da ação na raiz dos cabelos, onde estão as células responsáveis pelo seu crescimento. Assim, o cabelo e pêlos podem se tornar mais finos, quebradiços e até cair. Esta perda é variável dependendo das medicações usadas e do paciente. O cabelo pode cair e nascer várias vezes durante o tratamento.



Dicas em caso de queda do cabelo:

- Deixar o couro cabeludo o maior tempo possível ao ar livre;
 - Ter alguns acessórios de que goste, tais como : perucas, lenços, chapéus, turbantes;
 - Evitar o uso de tinturas e permanentes;
 - Evitar o uso de secador, bobs, sprays;
 - Evitar exposição solar, devendo proteger o couro cabeludo com filtro solar;
 - Pentear os cabelos com escova de cerdas macias;
 - Se possui cabelos compridos, deve cortá-los, para diminuir o seu peso e adiar a queda.
- Após o término do tratamento seu cabelo nascerá normalmente.

Flebite

Devido à quimioterapia, as veias podem apresentar flebite (inflamação) e dor, dificultando a punção.



Dica : O uso de compressas de chá de camomila ajuda na melhora da inflamação.

Alterações na Pele e Unhas

Alguns quimioterápicos podem causar modificações na pele, podendo escurecer algumas áreas, principalmente próximo as veias onde foram realizadas aplicações.

A pele pode ficar mais seca, sensível ao sol, ocorrer prurido, descamação e aparecer espinhas.

As unhas podem escurecer, ficar com crescimento mais lento e em alguns casos até cair.



Dicas:

- Evitar exposição excessiva ao sol;
- Utilizar filtro solar;
- Evitar fazer as unhas tirando a cutícula;
- Usar hidratantes sem cheiros e sem álcool.

Alterações da medula óssea

A medula óssea é responsável pela produção das células sanguíneas, que com a quimioterapia podem ser afetadas, causando uma redução na quantidade de glóbulos vermelhos, glóbulos brancos e plaquetas.

Durante o seu tratamento são pedidos exames regularmente, para que o médico possa avaliar se ocorreu alguma alteração das células sanguíneas, e dependendo do resultado inicia-se ou não um novo ciclo do tratamento.

Anemia

A anemia ocorre pela diminuição dos glóbulos vermelhos, causando cansaço, fraqueza, palidez, vertigem ou falta de ar. Em alguns casos necessita de intervenções, como a transfusão de sangue.

Leucopenia

É a redução dos glóbulos brancos no sangue. Isto deixa a pessoa mais propensa a infecções. Caso apresente febre durante o tratamento, avise o médico, pois pode ser um sintoma de infecção, necessitando de tratamento. Em caso de temperatura maior que 38°, comunicar o seu médico ou a equipe.

Plaquetopenia

A redução das plaquetas pode levar a pequenos sangramentos espontâneos e a hemorragias em casos de acidentes. Nos casos em que a contagem de plaquetas estiver muito baixa, é necessária a transfusão de concentrado de plaquetas.

Pode ocorrer, devido ao número baixo de plaquetas, pontos arroxeados na pele, sangramento pela gengiva, nariz, urina, fezes. **Comunicar sempre o seu médico.**



Dicas para as alterações das células do sangue:

- Evitar locais de grande aglomerações de pessoas, durante o tratamento;
- No período de leucopenia restringir visitas;
- Ficar atento ao aparecimento de pontos vermelhos pelo corpo ou a presença de sangramentos sem causa, como ao escovar os dentes ou na higiene íntima.



Lembre-se de sempre comunicar o seu médico ou a equipe.

Comunicar a equipe em caso de fraqueza, palidez, palpitações ou cansaço excessivo.

***OBS .: Existem alguns quimioterápicos que são vermelhas e deixam a urina vermelha.**

Efeitos tóxicos sobre o sistema nervoso central

A quimioterapia pode causar alterações neurológicas; como: formigamento ou adormecimento das extremidades, zumbido nos ouvidos, entre outros. Em geral é transitória, devido aos efeitos sobre a célula nervosa.

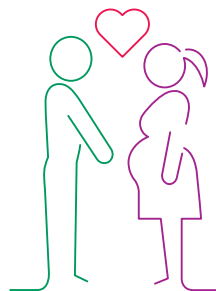
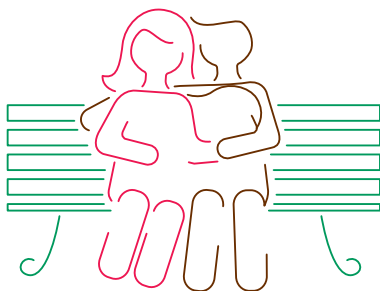


Dicas:

- Evitar dirigir no dia da quimioterapia, devido ao risco de tontura;
- Evitar ficar desacompanhado nos dias que sentir tontura ou mal estar.

Atividades sexuais

A vida sexual pode ser mantida normalmente. A quimioterapia pode causar alterações hormonais, modificando temporariamente o desempenho sexual de ambos os sexos. As mulheres que menstruam podem sofrer alterações no ciclo menstrual, podendo ocorrer diminuição do fluxo e até suspensão da menstruação. Pode ocorrer ressecamento da vagina, lembrando-se de avisar sempre o seu médico. Evitar a gravidez durante o seu tratamento, devido aos efeitos colaterais sobre o feto. Converse com seu médico sobre a utilização de método contraceptivo. No homem as alterações hormonais trazem menos sintomas.



Devo continuar a trabalhar?



As pessoas submetidas à quimioterapia podem manter suas rotinas, mas se a administração da quimioterapia causar desconforto, fale com seu médico, pois ele poderá orientá-lo sobre os seus direitos.

Cuidados Gerais

- Coma legumes bem lavados ou cozidos, frutas e legumes frescos;
- Lavar bem as frutas, verduras e legumes (deixe 30 minutos em solução de hipoclorito de sódio);
- Mantenha uma boa higiene pessoal;
- Evitar cigarros e bebidas alcoólicas;
- Não tomar vacinas, somente com indicação de seu médico;
- Fazer sempre uma boa higiene bucal;
- Proteger-se do sol;
- Fazer repouso;
- Evitar ir sozinho às sessões de quimioterapia. Pelo menos alguém deverá vir buscá-lo;
- Evitar compromissos importantes durante alguns dias após a quimioterapia;
- Não fazer uso de medicamentos sem avisar o médico ou a equipe do setor de quimioterapia;
- Ter cuidados especiais ao cortar as unhas ou as cutículas;
- Não há contra-indicação para atividades física ou sexual;
- Manter uma boa hidratação;
- Evitar o uso de lâminas de barbear e alicate de cutícula, para evitar machucados na pele;
- Não faltar às sessões de quimioterapia.



Hidratação



No dia em que for feita a quimioterapia e nos dois dias seguintes ingerir grande quantidade de líquidos em pequenas quantidades várias vezes ao dia. Utilizar água fervida ou filtrada, soluções isotônicas, gelatinas, sorvetes.

Controle Emocional

Durante o tratamento, podem surgir algumas reações emocionais, decorrentes da dificuldade de adaptação a essa nova situação. O paciente pode ficar mais irritado, impaciente, deprimido. Essas alterações emocionais em geral são passageiras, mas podem persistir por um tempo mais prolongado e muitas vezes dificultar o seu cotidiano. O estresse prolongado pode prejudicar o sistema de defesa do corpo, como consequência a pessoa fica propícia a infecções.



Dicas:



- Necessário que converse com alguém sobre os seus problemas. Pode ser um amigo ou alguém da família, que possa ajudar a ver o seu problema de uma forma diferente;
- Caso prefira a ajuda de um psicólogo, a UNIMED oferece assistência na UNIVIDA, onde os profissionais vão ajudar a minimizar o seu sofrimento;
- A melhor estratégia para aliviar o estresse é aprender a relaxar;
- Não esconda seus sentimentos e não tenha vergonha, pois você está enfrentando uma situação nova e é comum que surjam diferentes sentimentos;
- Não se isole;
- Ficar sentado sozinho, sem fazer nada, pode deixá-lo frustrado;
- Programe tempo para trabalhar e tempo para recreação;
- Atividades físicas e criativas quando feitas com prazer, podem ajudá-lo a enfrentar os problemas adequadamente.

Quais sintomas devo comunicar ao médico fora das consultas programadas?

Comunique ao seu médico os sintomas que o incomode, mas procure-o principalmente nas seguintes situações:



- Febre (temperatura igual ou maior que 37,8°C);
- Aparecimento de manchas (hematomas), discretos pontos vermelhos ou a qualquer sinal de sangramento;
- Dor de localização, intensidade ou característica fora do normal;
- Dificuldade respiratória;
- Vômitos que persistem por mais de três episódios em 24 horas;
- Aparecimento de lesões nos lábios e boca, com dificuldade para deglutir.

Em caso de necessidade como devo entrar em contato com o médico?

Durante a semana, deve comunicar a equipe do setor de oncologia, no horário das 8h às 17h.

Telefone: (16)33033918.

Fora de horário de funcionamento do setor, finais de semana e feriados você deve procurar o setor Pronto Atendimento 24horas, onde a recepção irá tentar agilizar o seu atendimento e você será avaliado pelo médico plantonista.



Quando realizar o tratamento serei internado?

A grande maioria dos tratamentos não requer hospitalização mas, em alguns casos o tratamento requer esquemas terapêuticos que podem se prolongar por alguns dias, e ocorre a necessidade de internação temporária.



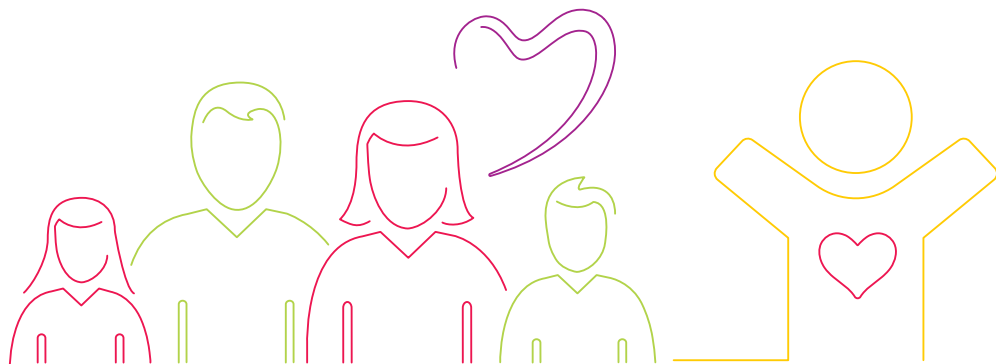
Direitos dos pacientes oncológicos

Acesse o link www.unimerada.com.br/oncologia e consulte, faça download ou imprima uma cartilha detalhada sobre os direitos sociais estabelecidos para os pacientes oncológicos.

Conclusão

Esperamos que este manual de orientações facilite o seu entendimento e com isso você enfrente este momento com mais segurança e tranquilidade, porém não tenha receio de falar sobre qualquer dúvida que surgir. Toda a equipe está disposta a esclarecer suas perguntas.

O tratamento mesmo sendo difícil foi escolhido para garantir a sua melhora e estaremos sempre preocupados com seu bem estar.



Oncologia

ANOTAÇÕES:

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

ONCOLOGIA



Rua Serventuário Antônio Di Nardo, 68 – Jd. Primavera
Araraquara – SP – CEP: 14.802-390
Tel.: (16) 3303-3918

Dra. Liane Rapatoni
Responsável Técnica
CRM-SP 107.893

ANS - nº 364312