



ORIENTAÇÕES AO
PACIENTE



“Paciência e perseverança tem o efeito mágico de fazer as dificuldades desaparecerem e os obstáculos sumirem.”

John Quincy Adams

Introdução

O câncer é atualmente a Segunda causa de morte no mundo. Apesar de ser uma doença grave, pode ser curável e, mesmo em casos avançados, é possível haver melhora dos sintomas e consequente ganho de qualidade de vida com tratamento adequado.

A doença desenvolve-se por diversos fatores, como fumo, má alimentação, história familiar, exposição à radiação ou à substâncias nocivas. Não é contagiosa e poucos são os casos relacionados à hereditariedade, isto é, em que a doença passa de pai para filho. Não se sabe ainda quando ela se inicia. As células malignas se multiplicam desordenadamente causando efeitos diversos. Durante o desenvolvimento dessas células, pode ocorrer a invasão de vasos sanguíneos, linfáticos e de outras estruturas; chegando à corrente sanguínea, podem se infiltrar em qualquer órgão; é o que se chama metástase.



Os tratamentos utilizados nas células doentes são a cirurgia, a radioterapia e a quimioterapia. A radioterapia combate as células no local do tumor, ou seja, no local irradiado. O médico radioterapeuta é o responsável por esse tratamento. A quimioterapia poderá ser administrada por via oral, na veia, no músculo e, até mesmo, na pele. Os tratamentos por via oral e na veia são os mais comuns e atuam em todo o corpo, isso é, de forma sistêmica.

Os medicamentos quimioterápicos, em sua maioria, derivam de plantas e micro-organismos, como fungos e bactérias. Alguns desses remédios ainda estão em estudo e não estão disponíveis para todos.



No início dessas terapias, é importante saber como se encontram a defesa e a imunidade do paciente, por isso exames de sangue são solicitados regularmente durante o tratamento. Através dos exames laboratoriais e outros, acompanha-se as reações do organismo do paciente e a sua resposta ao tratamento.

Quando o número das células de defesa (leucócitos) reduz muito em virtude do tratamento, este pode ser adiado ou modificado. Às vezes, há necessidade de transfusão de sangue e de outras medidas definida a partir dos resultados dos exames laboratoriais.



No entanto, observam-se vários efeitos colaterais causados pela quimioterapia e pela radioterapia nas células e tecidos normais, como danos à pele e às mucosas, escurecimento da superfície irradiada, queda de pelos, feridas na boca semelhantes a aftas, entre outros.

Vale lembrar que todo tratamento visa sempre o melhor para o paciente, por isso, mesmo sendo esse período uma fase difícil, esta deve ser enfrentada com esperança, coragem e perseverança.

Febre

Durante o tratamento, as defesas naturais ficam prejudicadas e as infecções podem se tornar problemas sérios. A febre é um dos primeiros sinais de infecção. Quando a temperatura do corpo for igual ou superior a 38 graus, o médico deverá ser comunicado imediatamente. As infecções em pacientes que se submeteram à quimioterapia podem apresentar uma evolução muito rápida, sendo necessária a avaliação médica urgente.



Extravasamento

Quando se utilizam medicamentos na veia, poderá ocorrer o extravasamento, que corresponde à infiltração do quimioterápico na região, onde foi aplicado, o que causa dor, inchaço local (edema) e, por vezes, destruição de pele, gordura, músculo, tendões etc. As primeiras atitudes a serem tomadas são a suspensão da aplicação, a tentativa de recuperar o máximo possível da droga injetada e a aplicação de antídoto. O extravasamento pode acontecer porque, à medida que são aplicados os quimioterápicos, as veias tornam-se frágeis e suscetíveis a lesões.

Náuseas e Vômitos

Esses são os efeitos colaterais mais comuns. Existem hoje drogas que os controlam quase que completamente. Ainda assim há cuidados que auxiliam ainda na prevenção desses efeitos

- Evitar Líquidos durante as refeições;
- Dividir a ingestão de alimentos em seis tomadas diárias;
- Comer devagar e mastigar bem;
- Dar preferência à água de coco, a sucos naturais e à água gelada;
- Evitar alimentos quentes;
- Preferir refeições geladas (iogurte, sorvete, gelatina, pudim, frutas) e alimentos secos (biscoitos, torrada, pipoca sem sal);
- Não deitar após as refeições.
- Confrimar com seu médico



Pele e Mucosa

É fundamental manter boa higiene. Tomar banho diariamente; escovar os dentes após cada refeição (preferir pasta de dente com flúor, escova de cerdas macias e solução antiplaca bacteriana); cortar e manter limpas as unhas; não retirar as cutículas para não ocorrerem infecções; conservar a pele sempre hidratada para evitar fissuras; evitar cortes, traumatismos e queimaduras para prevenir focos de infecção.

Devido à sensibilidade de pele e mucosas, evitar ainda alimentos quentes, ácidos e condimentados. Dar preferência a alimentos frios, peneirados ou batidos no liquidificador.

Caso ocorram aftas do tipo “sapinho”, avisar seu médico.



Queda de Cabelo

A quimioterapia pode causar a perda parcial ou total dos cabelos ou ainda uma mudança na sua textura/cor. A radioterapia só causa queda de cabelos e/ou pelos na área irradiada. Nesses dois tratamentos, a queda não é definitiva e os cabelos voltam a nascer com término da terapia. Recomenda-se portanto:

- Usar xampu suave;
- Usar escova de cabelo macia;
- Secar os cabelos com delicadeza;
- Não usar secador de cabelos ou bobes;
- Não esfregar exageradamente o couro cabeludo.



Trato Gastrointestinal

Alterações relacionadas ao aparelho digestivo são freqüentes. Diarréia grave ou prisão de ventre podem acontecer. A boca e as demais mucosas podem apresentar feridas de gravidade variável (mucosite). As recomendações básicas são:

- Diarréia – preferir maçã sem casca, caju, goiaba, banana prata, pêra, maracujá, cenoura, batata e beterraba cozidas, arroz, macarrão, biscoito água e sal, água de coco, chá preto.
- Prisão de ventre – preferir laranja, mamão, abacaxi, mangas, abacate, frutas secas, vegetais folhosos, repolho, abóbora, quiabo, cenoura crua, alimentos integrais.
- Mucosite e gastrite – evitar café, álcool, alimentos ácidos e gordurosos.



Sexualidade

Durante o tratamento, o paciente costuma isolar-se e ficar apático. Podem acontecer alterações diversas no ciclo menstrual e na libido (desejo sexual). Deve-se evitar a gestação porque as drogas / a radiação podem causar problemas para o bebê. Existe a possibilidade do paciente tornar-se estéril (incapaz de gerar filhos), por isso é aconselhável conversar com seu médico. Recomenda-se usar preservativos ou outros métodos anticoncepcionais permitidos durante a terapia. Não há necessidade de evitar a relação sexual, exceto se parceiro estiver doente.



Considerações Finais

É fundamental seguir as orientações médicas. Tenha os remédios sempre à mão. Siga os horários determinados para a tomada dos medicamentos.

Atualmente é possível haver sucesso no tratamento com efeitos colaterais aceitáveis e qualidade de vida satisfatória.

Estaremos sempre à disposição para tirar as suas dúvidas e trazer-lhe todo o conforto necessário na terapia.

