



Educação
em Saúde

VOL. 64

PUBLICAÇÃO
AUTORIZADA

Quimioterapia

Orientações para pacientes
com câncer e familiares

HOSPITAL DE
CLÍNICAS
PORTO ALEGRE RS



Quimioterapia

Orientações para
pacientes e familiares

Serviço de Enfermagem Onco-hematológica

Este manual contou com a colaboração das Enfermeiras da Unidade de Quimioterapia Ambulatorial: Ana Paula Wunder, Angélica Pires Ghinato, Adelita Noro, Aline Tigre, Beatriz Fátima Pereira Guaragna, Carmen Maria Dornelles Prolla, Carmen Silvia Cunha Birriel, Daniela Cristina Ceratti Filippon, Helena Pellini Souza, Tamara Viera Cavedini, Vanessa Belo Reyes.

Sumário

APRESENTAÇÃO	5
Quimioterapia	7
Possíveis efeitos colaterais da quimioterapia	8
Nutrição e hidratação	11
Orientações práticas durante o tratamento quimioterápico	12
Contatos	16

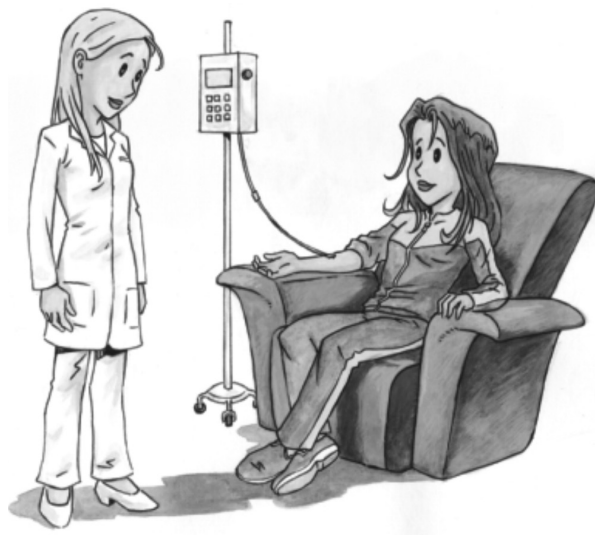
Apresentação

Este guia foi elaborado para ajudar você e seus familiares a conhecer mais sobre o tratamento quimioterápico.

Quimioterapia

Como funciona?

É o tratamento que utiliza medicamentos para destruir as células tumorais e impedir o seu crescimento. No entanto, células normais também são atingidas, podendo provocar alguns sintomas, que são chamados de efeitos colaterais.



Qual a duração do tratamento?

As aplicações podem ser diárias, semanais, mensais, obedecendo os intervalos programados pelo médico, de acordo com o tipo de tumor.

Quais as formas de administração?

- Via oral - pela boca ou sondas, comprimidos.
- Via endovenosa - através de uma veia ou cateter.
- Via intratecal - através do líquido espinhal.
- Via intramuscular ou subcutânea.

Possíveis efeitos colaterais da quimioterapia

Os efeitos colaterais acontecem porque os medicamentos usados no tratamento quimioterápico podem alterar células normais do organismo. A prevenção e o manejo adequado podem amenizar os efeitos colaterais. Estas reações variam de uma pessoa para outra, dependendo do tipo de medicamento que está recebendo, da dose e de como o organismo reage.

Queda do cabelo (alopecia)

Alguns medicamentos podem causar a queda do cabelo, mudança em sua textura e na cor durante a quimioterapia. Esses efeitos são temporários e todo o cabelo voltará a crescer no término do tratamento.

Náuseas (enjôos) e vômitos

Os medicamentos quimioterápicos podem causar irritação nas paredes do estômago e intestino, tornar a digestão mais lenta e provocar também náuseas/vômitos e falta de apetite. Estes sintomas podem ocorrer em qualquer momento do tratamento.

É de extrema importância o uso correto da medicação preventiva (antieméticos) para náuseas e vômitos. Se, mesmo assim, isto ocorrer, algumas mudanças nos hábitos alimentares auxiliam o paciente a aliviar esses sintomas, tais como: procurar fazer várias refeições ao dia, em pequenas quantidades, comer devagar, mastigar bem os alimentos e evitar odores fortes.

Mucosite oral

A quimioterapia pode provocar aparecimento de feridas na boca, irritação nas gengivas e garganta.

Durante o período do tratamento:

- manter a boca e gengivas sempre limpas e utilizar escova de dentes com cerdas macias;
- fazer a escovação dos dentes ou próteses após mastigar alimentos;
- evitar usar cremes dentais clareadores e soluções comerciais para bochechos, pois eles contêm álcool que é irritante.



Quando estiver com a boca sensível, evite comer alimentos muito temperados, de difícil mastigação e sucos ou frutas ácidas (laranja, abacaxi, limão, tangerina, etc.).

Alterações da pele e unhas

Determinados medicamentos quimioterápicos podem causar reações na pele, tais como: vermelhidão, prurido (coceira), descamação, manchas, ressecamento e acne. As unhas também podem apresentar escurecimento e rachaduras.

Diarreia

É a ocorrência de três ou mais evacuações líquidas em 24 horas. É importante controlar o número de evacuações. Se a diarreia persistir por mais de 24 horas, o paciente deverá procurar orientação médica.

Em caso de diarreia:

- procurar ingerir alimentos com pouca quantidade de fibras e de fácil digestão: frutas (pêra, maçã, banana), batata, caldos, carnes magras, arroz, bolachas água e sal. Beber bastante água;
- evitar o uso de leite e derivados, alimentos gordurosos e frituras;
- voltar a alimentar-se normalmente após o término da diarreia;
- ficar atento para o uso da medicação prescrita, se necessário.

Constipação (prisão de ventre)

Alguns medicamentos podem causar retenção de fezes.

Em caso de constipação:

- beber líquido e comer alimentos ricos em fibras (cereais, frutas e verduras);
- se você já usa laxante, ele pode continuar sendo utilizado caso necessário, mas fale ao seu médico na consulta de revisão.

Alteração no ciclo menstrual

Certos medicamentos utilizados na quimioterapia podem provocar em algumas mulheres alteração do ciclo menstrual.

Fadiga (cansaço ou fraqueza)

É um sintoma comum entre os pacientes com câncer. A fadiga pode ser uma reação desagradável da quimioterapia e da própria doença.

Emoções

Certas pessoas têm dificuldades em aceitar o diagnóstico. Podem ficar chorosas, nervosas ou revoltadas durante a terapia. Esses sentimentos são normais no decorrer da adaptação frente ao diagnóstico de câncer.

Nutrição e hidratação

Durante o tratamento é essencial que o paciente esteja sempre bem alimentado para ter melhores condições de reagir aos efeitos colaterais, ficando também menos propenso às infecções. É importante ter uma dieta balanceada, incluindo frutas, verduras, cereais e carnes, para obter todos os nutrientes de que o organismo precisa. A quimioterapia poderá diminuir o apetite. Mesmo assim, é importante que o corpo receba os alimentos apropriados.

No dia da quimioterapia devem ser ingeridos alimentos leves e de fácil digestão, **inclusive durante sua aplicação. Não necessita de jejum.**

Hidratação

Tomar líquidos antes, durante e após a quimioterapia é muito importante, especialmente nos dias em que ocorrem as aplicações. Uma boa hidratação previne complicações no trato urinário (rins e bexiga) e repõe também os fluidos perdidos com vômitos e diarreia.



Orientações práticas durante o tratamento

Relação sexual / Gravidez

Durante o período de tratamento a gravidez deve ser evitada, já que os medicamentos usados podem causar riscos na formação do bebê. Aconselha-se a utilização de um método anticoncepcional eficaz indicado pelo médico, mesmo que o ciclo menstrual fique irregular ou interrompido.



É importante saber que o tratamento quimioterápico não impede o paciente de manter relações sexuais normalmente. Porém, é indicado o uso do preservativo.

Prevenção contra infecção

Durante a quimioterapia:

- evitar contato com pessoas com doenças infectocontagiosas (sarampo, gripe, caxumba, etc);
- evitar lugares que concentrem um número elevado de pessoas e que sejam pouco ventilados;
- evitar cortes com lâmina de barbear;
- não tirar a cutícula das unhas;
- seguir orientações de higiene oral e corporal;
- usar máscara e álcool gel quando necessário.

Uso de outros medicamentos

Evite tomar medicamentos sem prescrição médica. A automedicação pode interferir no tratamento. Manter o uso dos medicamentos conforme prescrição médica (ex. para hipertensão, diabetes melitus, medicamentos controlados, etc).

Atividades e lazer

A quimioterapia não contraindica a prática de exercícios físicos moderados (ex. caminhadas). Respeite os seus limites.

A maioria dos pacientes sente-se capaz de continuar suas atividades habituais com moderação.

Procure ocupações que lhe tragam satisfação, aprenda coisas novas. Continue às atividades que você já vem desenvolvendo, conforme sua tolerância.

Evitar exposição ao sol

Evitar se expor ao sol durante a fase de tratamento quimioterápico. Alguns medicamentos podem aumentar a sensibilidade ao sol (fotossensibilidade). Recomenda-se a aplicação de protetores/bloqueadores solares nas áreas expostas ao sol ou o uso de roupas que possam cobrir as mesmas sempre que sair ao ar livre.



Tabagismo

O uso de cigarros deve ser evitado, a fim de melhorar a qualidade de vida.

Bebidas alcoólicas

Devem ser evitadas, tendo em vista que o álcool pode agravar os efeitos colaterais do tratamento.

Adesão ao tratamento

- Ficar atento aos dias e horários marcados para a quimioterapia;
- Não faltar às consultas e exames.

Lembre-se: você é responsável pelo seu tratamento!

ATENÇÃO: Procurar atendimento médico na ocorrência de:

- febre (igual ou acima de 37,8°);
- petéquias (manchas vermelhas na pele);
- falta de ar ou dificuldade respiratória;
- sangramentos;
- diarreia intensa;
- náuseas e vômitos intensos;
- dificuldade visual (visão dupla ou borrada).

A quimioterapia é um tratamento que pode trazer efeitos colaterais, porém, com o manejo adequado, podem-se desenvolver as atividades diárias com tranquilidade e segurança.



Contatos

EQUIPE DE ENFERMAGEM

Hospital de Clínicas de Porto Alegre

Unidade de Quimioterapia Ambulatorial

Fone: (51) 3359.8551

Horário de funcionamento: de segunda a sexta-feira das 8h às 23h

GRUPO DE APOIO PSICOLÓGICO E SOCIAL

Todas as terças-feiras, às 11h30 às 12h30

Agendamento pode ser realizado nas recepções: Radioterapia, Zona 11 ou Quimioterapia

GRUPO DE ORIENTAÇÃO A PACIENTES E FAMILIARES EM QUIMIOTERAPIA

Segundas-feiras, às 14h. Quintas-feiras, às 11h.

Agendamento pode ser realizado na recepção da Quimioterapia.

OUTROS TELEFONES

Recepção Zona 11: (51) 3359.8335

Recepção Quimioterapia: (51) 3359.8218



SERVIÇO DE ENFERMAGEM ONCO-HEMATOLÓGICA

Rua Ramiro Barcelos, 2350
Largo Eduardo Z. Faraco
Porto Alegre/RS 90035-903
Fones 51 3359 8000
Fax 51 3359 8001
www.hcpa.edu.br