



MANUAL DE

ORIENTAÇÕES AOS PACIENTES ONCOLÓGICOS



Unimed 
Cascavel

Este manual foi elaborado com carinho para estar ao seu lado em cada passo dessa sua jornada terapêutica. Além de informar e esclarecer dúvidas, foi criado para lembrar:



VOCÊ NÃO ESTÁ SOZINHO(A)!

Nosso objetivo é **proporcionar mais clareza** sobre o que esperar do tratamento e contribuir para que você se sinta seguro(a) e amparado(a) ao longo do processo.

Sabemos que as terapias não são apenas medicamentosas, mas requerem suporte físico, emocional e social em uma etapa tão importante. Por isso, estamos aqui para caminhar com você, oferecendo empatia, apoio e presença em todos os momentos, com o jeito Unimed de prover um cuidado integral e humanizado!

Aqui trazemos **esclarecimentos** sobre os tratamentos oncológicos existentes e possíveis efeitos colaterais, reunindo dicas para prevenção e correto manejo.

Nada como **informações** seguras, científicas e atualizadas expostas de maneira fácil para compreendermos o que há por vir, não é mesmo? Assim é possível evitar reações indesejadas ou torná-las mais amenas!

Neste material também serão feitos os **registros** de seus atendimentos, planejamentos e agendamentos de suas aplicações, para que você entenda e anteveja as fases ("ciclos") do seu tratamento oncológico Assim, com o fluxo organizado e sempre à mão, tudo estará disposto de forma clara e detalhada. Cheque também nossos horários de atendimento, localização e telefones para contato. Conte com nossa **equipe multiprofissional** sempre que precisar. Estamos comprometidos em trazer-lhe os tratamentos mais modernos, com responsabilidade e com o melhor acolhimento.

ESTAMOS COM VOCÊ!
de verdade e de coração.



SUMÁRIO

CUIDADOS NO DIA DA QUIMIOTERAPIA	7
ALGUMAS CONSIDERAÇÕES SOBRE O CâNCER	8
QUAIS OS TIPOS DE TRATAMENTOS?	9
QUIMIOTERAPIA	12
EFEITOS COLATERAIS MAIS COMUNS DA QUIMIOTERAPIA	15
EFEITOS COLATERAIS MAIS COMUNS DA IMUNOTERAPIA	26
EFEITOS COLATERAIS MAIS COMUNS DA RADIOTERAPIA	26
REAÇÕES INFUSIONAIS DURANTE O TRATAMENTO QUIMIOTERÁPICO	27
DOR ONCOLÓGICA	27
ANSIEDADE, MEDO E DEPRESSÃO	29
INSÔNIA	29
DÚVIDAS FREQUENTES SOBRE A QUIMIOTERAPIA	30
CUIDADOS DURANTE O TRATAMENTO QUIMIOTERÁPICO	33
CUIDADOS COM PACIENTES COM CATETER PORT-A-CATH	36

CUIDADOS COM PACIENTES EM USO DE TRAQUEOSTOMIA	36
TIPOS DE OSTOMIA	37
CUIDADOS COM A SONDA DE URINA (SONDA VESICAL)	39
RESPONSABILIDADES DO PACIENTE	41
DIREITOS DO PACIENTE ONCOLÓGICO	44
ATENDIMENTO HUMANIZADO E MULTIDISCIPLINAR	45
RCC • REDE DE CUIDADOS CONTINUADOS	45
TRATAMENTO PSICOLÓGICO	45
CUIDAR DE QUEM CUIDA!	47
CONTATOS	47



CUIDADOS NO DIA DA QUIMIOTERAPIA

No dia da aplicação da quimioterapia, alguns cuidados simples podem ajudar a tornar o tratamento mais seguro e confortável.

- Durma bem na noite anterior, para estar descansado.
- Faça uma alimentação leve, evitando frituras, doces e comidas gordurosas.
- Não é necessário e não é indicado jejum no dia da aplicação da quimioterapia.
- Tome os medicamentos prescritos, como antienjôos ou protetores gástricos, se indicado pela equipe.
- Use roupas confortáveis e de fácil acesso, para que a punção para obter acesso venoso possa ser feita facilmente no braço ou cateter.
- Leve seus documentos, carteirinha do plano de saúde e exames recentes (se solicitados).
- Avise a equipe de saúde se estiver com febre, tosse, diarreia, sangramento ou qualquer outro sintoma diferente.

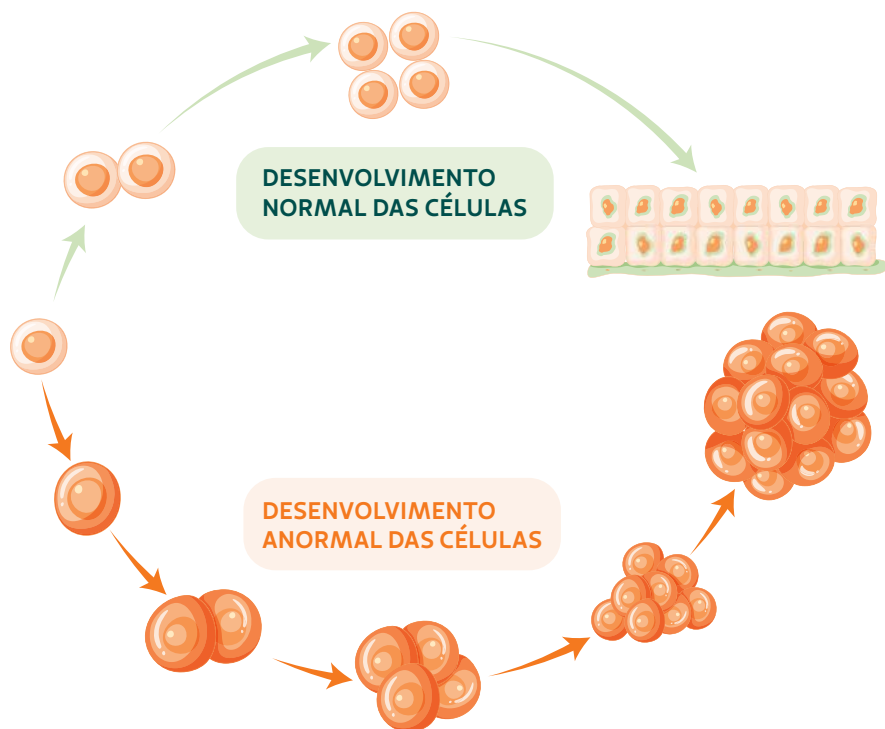
AO CHEGAR NA UNIDADE:

- Venha com um acompanhante com mais de 18 anos.
- Evite trazer crianças ou gestantes, por segurança.
- Respeite o horário agendado para seu atendimento.
- Ao chegar ao centro oncológico, higienizar as mãos com álcool gel.
- Se estiver com tosse, use máscara para proteger a equipe de saúde e outros pacientes (se necessário, solicite uma máscara à nossa equipe).

Fique tranquilo(a): seguimos protocolos rigorosos de segurança, e nossos profissionais são treinados e qualificados para cuidar de você.

ALGUMAS CONSIDERAÇÕES SOBRE O CÂNCER

O câncer é uma doença causada pelo crescimento descontrolado e anormal de células no corpo. Normalmente, as células crescem, dividem-se e morrem de forma organizada. No câncer, esse processo falha: as células continuam se multiplicando sem controle, formando tumores (aglomerados de células) ou espalhando-se pelo corpo por meio do sangue ou do sistema linfático — o que chamamos de metástase.



Existem muitos tipos de câncer, dependendo de onde ele começa: pulmão, mama, próstata, intestino, pele, entre outros.

Cada tipo tem características próprias, sintomas e formas de tratamento diferentes. Apesar de ser uma doença séria, muitos cânceres têm tratamento e podem ser curados ou controlados, especialmente quando são descobertos no início.



QUAIS OS TIPOS DE TRATAMENTOS?

Na consulta médica, você e seu médico irão decidir juntos qual é o melhor tratamento para o seu caso. Você receberá todas as orientações necessárias, mas é muito importante prestar **bastante atenção** e **seguir com cuidado**.

VEJA ALGUMAS RECOMENDAÇÕES ESSENCIAIS:

- Não falte às consultas;
- Faça corretamente todos os exames solicitados pelo seu médico;
- Sempre tire suas dúvidas com o médico, enfermeiro ou farmacêutico.
- Seu médico é a principal fonte de informação. Ele poderá indicar, além da quimioterapia, outros tipos de tratamento, como: radioterapia, braquiterapia, cirurgia, hormonioterapia, imunoterapia, entre outros — sempre com a sua concordância.

CIRURGIAS ONCOLÓGICAS

As cirurgias oncológicas têm o objetivo de remover o tumor ou realizar uma análise laboratorial de fragmentos.

EXISTEM QUATRO TIPOS PRINCIPAIS DE CIRURGIA:

- **Cirurgia de biópsia:** realizada para obter amostras teciduais dos tumores, é o procedimento para retirada de um pedacinho do tumor para estudo laboratorial, para verificar do que se trata. Laboratórios especializados realizam o estudo histopatológico.
- **Cirurgia com intuito curativo:** realizada com a expectativa de remover todo o tumor e, geralmente, retirar parte dos tecidos vizinhos para garantir uma margem de segurança.
- **Cirurgia adjuvante:** utilizada como tratamento complementar à quimioterapia ou radioterapia, visa remover os resíduos do tumor que podem ter permanecido após o tratamento inicial.
- **Cirurgia paliativa:** adotada para aliviar sintomas como dor ou compressão de outras estruturas circunvizinhas, ou para remover órgãos que estejam contribuindo para a progressão da doença. Foca em melhorar a qualidade de vida do paciente.

RADIOTERAPIA

A radioterapia é um tratamento local que utiliza radiações ionizantes eletromagnéticas para combater o câncer. A radiação pode destruir as células cancerígenas ou impedir o crescimento delas, dependendo do tipo e da localização do tumor.

EXISTEM DOIS TIPOS PRINCIPAIS DE RADIOTERAPIA:

- **Teleterapia ou radioterapia externa:** a radiação é emitida por um aparelho afastado do paciente e direcionada ao local do tumor. As aplicações são, geralmente, diárias, com folgas aos finais de semana e feriados.
- **Braquiterapia:** aplicadores de radioterapia são colocados diretamente no local do tumor, e a radiação é emitida diretamente do aparelho para o tecido tumoral. Exemplos desse método são o tratamento braquiterápico para cânceres do olho, próstata e do colo de útero. Esse método pode ser combinado com quimioterapia em alguns casos.



HORMONIOTERAPIA

A hormonioterapia bloqueia o crescimento de tumores que dependem de hormônios.

Ela utiliza medicamentos que podem inibir a produção de hormônios e atuar como antagonistas, bloqueando os efeitos dos hormônios no crescimento do câncer.

Pode ser administrada oralmente, subcutaneamente ou intramuscularmente, dependendo das necessidades do paciente.



IMUNOTERAPIA

A imunoterapia é um tratamento avançado que estimula o sistema imunológico do paciente a identificar e atacar as células cancerosas. Ela funciona alterando a resposta imunológica do corpo e é uma abordagem distinta das outras terapias oncológicas. A indicação da imunoterapia depende do tipo de câncer e do estágio do tratamento em que o paciente se encontra.



DROGAS-ALVO

A terapia-alvo é um tratamento oncológico que emprega medicamentos projetados para interferir em moléculas específicas envolvidas no crescimento, progressão e disseminação do câncer.

Diferentemente da quimioterapia tradicional, que afeta todas as células de rápida divisão, a terapia-alvo foca em alterações moleculares presentes apenas nas membranas das células cancerígenas ou no microambiente tumoral.





QUIMIOTERAPIA

A quimioterapia é um tipo de tratamento que utiliza medicamentos para combater o câncer. Na maioria das vezes os medicamentos são aplicados na veia, mas também podem ser administrados por outras vias. Na grande maioria das formas de aplicação, misturam-se ao sangue e são levados a todas as partes do corpo, ajudando a destruir as células doentes que formam o tumor, com intuito de impedir que elas se espalhem.

FORMAS DE ADMINISTRAÇÃO DA QUIMIOTERAPIA:

- **Via oral (pela boca):** medicamentos em forma de comprimidos, cápsulas ou líquidos, que podem ser tomados em casa.
- **Via intravenosa (pela veia):** medicação aplicada na veia ou por meio de um cateter (um tubo fino colocado na veia), seja em forma de injeção ou diluída em soro.
- **Via intramuscular (pelo músculo):** medicação aplicada por injeção no músculo.
- **Via subcutânea (abaixo da pele):** medicação aplicada por injeção no tecido gorduroso sobre a pele.
- **Via intratecal (pela espinha dorsal, dentro da coluna vertebral):** usada em casos específicos, a medicação é aplicada no líquido (líquido que envolve a medula espinhal), por meio de punção lombar ou um reservatório implantado ("Ommaya"), geralmente em ambiente hospitalar ou centro cirúrgico.
- **Via tópica (na pele ou mucosa):** medicamento em forma de líquido creme ou pomada aplicado sobre a pele ou mucosa.
- **Perfusional:** utilizada para tratar tumores malignos nos braços ou pernas, permite administrar altas doses de quimioterapia no membro afetado sem expor o resto do corpo aos efeitos tóxicos dos medicamentos. O "isolamento" do membro é realizado através da instalação de um dispositivo de circulação extracorpórea que oxigena o sangue e proporciona a passagem de sangue no membro sem permitir que o mesmo alcance outros órgãos. Neste sistema "fechado" é administrada a medicação quimioterápica.
- **Perfusional hepática (ou pulmonar) isolada:** aplicada para casos específicos de tumores no fígado ou no pulmão. A circulação do fígado (ou pulmonar) é temporariamente isolada, permitindo a entrega de altas doses de quimioterapia *in loco*.
- **Quimioterapia Hipertérmica Intraperitoneal (Hipec):** utilizada para tumores abdominais, como câncer colorretal ou ovariano avançado. Após a remoção do tumor, uma solução aquecida de quimioterapia é aplicada na cavidade abdominal para eliminar células residuais.

- **Quimioterapia em aplicada em forma de implante encefálico:** trata-se de um “wafer” que contém um agente quimioterápico que é liberado no local do tumor cerebral após a cirurgia. Esse método permite que o medicamento atue de forma localizada, reduzindo os efeitos colaterais e propiciando maior efeito local da droga.

TIPOS DE QUIMIOTERAPIA

QUIMIOTERAPIA PRÉVIA, NEOADJUVANTE, CITORREDUTORA, OU DE CONVERSÃO

Envolve a administração de medicamentos antineoplásicos antes de realizar a cirurgia curativa ou radioterapia. Tem o objetivo de reduzir o tamanho do tumor, tornando-o ressecável ou melhorando o prognóstico do paciente.

QUIMIOTERAPIA ADJUVANTE OU PROFILÁTICA

Tem a finalidade de destruir os focos microscópicos de células tumorais que restaram após a realização do procedimento cirúrgico. A eliminação desses focos por meio de medicamentos previne a formação de novos tecidos tumorais.

Em outras palavras, elimina focos tumorais que não podem ser vistos em exames de imagem ou não são detectáveis no exame físico. O termo profilático refere-se à prevenção de recidiva do tumor e do surgimento de metástase (espalhamento da doença pelo corpo).

QUIMIOTERAPIA DE CONTROLE DE DOENÇA

Tratamento oncológico com fármacos quimioterápicos com objetivo de diminuir ou eliminar os sintomas causados pela doença neoplásica, controlar o volume tumoral, aumentar o tempo de sobrevida e otimizar a qualidade de vida do paciente.

QUIMIOTERAPIA RADIOSSENSIBILIZANTE

Envolve a associação da quimioterapia com a radioterapia, visando aumentar os efeitos terapêuticos contra o câncer.

DURAÇÃO DO TRATAMENTO

A duração do tratamento com quimioterapia varia dependendo de vários fatores, como o tipo de câncer, estágio da doença, protocolo de tratamento e a resposta do paciente à medicação. De forma geral, a quimioterapia é administrada em ciclos.

EFITOS COLATERAIS MAIS COMUNS DA QUIMIOTERAPIA

Os efeitos colaterais podem variar dependendo do tipo de medicação utilizada, dosagem, saúde geral do paciente e resposta individual. Alguns efeitos podem ocorrer durante o tratamento, mas a intensidade e a natureza variam de uma pessoa para outra.

Apesar de medicamentos quimioterápicos distintos apresentarem cores diferentes, a cor não determina o tipo ou a intensidade do efeito colateral. Cada paciente pode reagir de maneira distinta e os efeitos podem ser diversos, mesmo com o uso do mesmo medicamento.

NÁUSEAS E VÔMITOS

São efeitos colaterais comuns durante a quimioterapia. Muitos medicamentos utilizados no tratamento podem causar esses sintomas, que podem ser controlados com medicamentos antieméticos prescritos pelo médico. Se não controlados adequadamente, podem resultar em desidratação, perda de peso e até mesmo transtornos emocionais.

SUGESTÕES PARA AMENIZAR OS SINTOMAS:

- Alimente-se nos momentos em que sentir menos náusea, isso vai ajudar a manter o equilíbrio no corpo.
- Coma pequenas porções em intervalos frequentes e prefira alimentos de fácil digestão.
- Não deixe o estômago vazio e não coma em excesso de uma vez, evite sobrecarregar o sistema digestivo.
- Inicie o dia com alimentos secos, como bolachas salgadas, biscoitos de polvilho ou torradas.
- Evite alimentos gordurosos, condimentados e com odores fortes, pois agravam a náusea.
- Fique afastado do local de preparo das refeições para evitar o cheiro dos alimentos.
- Prefira alimentos frescos e gelados, se permitidos. Algumas quimioterapias proíbem o consumo de alimentos e sucos gelados, consulte sua equipe sobre essa restrição.
- Não deite logo após as refeições, pois isso pode dificultar a digestão.
- Use gengibre para amenizar a náusea. Ele pode ser adicionado à água, suco ou ser preparado como chá.
- Em caso de vômitos persistentes, não se alimente e procure nosso serviço de apoio ao paciente para orientação imediata.

ALTERAÇÃO DO PALADAR, OLFATO E FALTA DE APETITE

Alterações no sabor, no cheiro ou na sensação dos alimentos são efeitos colaterais comuns antes, durante e depois do tratamento do câncer. Essas mudanças podem tornar a alimentação desconfortável, mas há formas de amenizar os sintomas.

SUGESTÕES PARA AMENIZAR OS SINTOMAS:

- Antes das refeições, providencie o alívio da dor para facilitar a ingestão.
- Faça pequenas refeições ao longo do dia para evitar sobrecarregar o sistema digestivo e melhorar a ingestão de alimentos.
- Escolha alimentos atrativos, com boa aparência e odor. Apresentar os alimentos de forma agradável pode ajudar a estimular o apetite.
- Procure ficar afastado da cozinha durante o preparo das refeições e evite comer em locais quentes ou com odores fortes, pois agravam o problema.
- Mastigue bem os alimentos para facilitar a digestão e melhorar a percepção do sabor.
- Faça bochechos antes das refeições com uma solução de bicarbonato de sódio, enxaguatórios bucais sem álcool ou com água fresca para melhorar a sensação na boca.
- Chupe pastilhas para mascarar o gosto metálico.
- Se houver gosto metálico na boca, troque talheres de inox por plástico para reduzir o impacto no sabor.
- Prefira alimentos gelados, pois são mais agradáveis quando há alterações no paladar.
- Experimente novos temperos e especiarias, como alho, cebola, manjeriço, alecrim e orégano, para adicionar mais sabor aos alimentos.
- Consuma carnes, aves, peixes, ovos e massas com cremes, molhos e caldos bem temperados para melhorar o sabor.



- Evite alimentos suaves, pouco temperados, excesso de café, chá e alimentos excessivamente quentes. Escolha temperos que goste e tragam prazer de ingerir (isso é muito individual). Outra ideia é utilizar ervas aromáticas que lhe agradem para substituir o excesso de sal nos temperos.
- Alimente-se com calma e crie um ambiente agradável para as refeições, ouvindo música ou compartilhando a refeição com alguém.
- Aproveite o intervalo entre as sessões de quimioterapia para melhorar sua alimentação. Passados alguns dias da aplicação, o apetite tende a melhorar, tornando mais fácil consumir os alimentos.

ODINOFAGIA (DOR PARA ENGOLIR) E DISFAGIA (DIFICULDADE PARA ENGOLIR)

Esses sintomas podem ser comuns durante o tratamento do câncer, especialmente quando há lesões na mucosa da boca ou garganta causadas pela quimioterapia ou radioterapia.

SUGESTÕES PARA AMENIZAR OS SINTOMAS:

- Prefira alimentos fáceis de mastigar e deglutir, como: milkshakes, purês, cremes, pudins, melancia, mingau, carne moída, entre outros.
- Use um canudo ao consumir líquidos para facilitar a ingestão sem forçar a garganta.

MUCOSITE (AFTAS NA BOCA)

As células da mucosa oral são sensíveis ao tratamento quimioterápico por se multiplicarem muito rápido. Algumas medicações podem causar “aftas” na boca ou a diminuição da produção de saliva (conhecido como xerostomia) ou aumentar a sensibilidade neste local.

SUGESTÕES PARA AMENIZAR OS SINTOMAS:

- Faça uma higiene oral adequada.
- Use uma escova de dentes bem macia e escove os dentes pela manhã, após cada refeição e antes de dormir.
- Prefira cremes dentais infantis.
- Existem escovas, pastas de dentes e produtos específicos disponíveis no mercado.

CUIDADO NA ESCOVAÇÃO DENTÁRIA

Escove os dentes com suavidade para evitar sangramentos. Se usar dentadura ou prótese, retire-a após as refeições e lave a boca e a prótese adequadamente.

DIFICULDADE PARA MASTIGAR

Se tiver dificuldades para mastigar, prefira alimentos líquidos e pastosos, como sucos (evite frutas muito ácidas), vitaminas, sopas, purês, sorvetes e gelatinas.

EVITE ALIMENTOS:

- Muito quentes, muito frios ou excessivamente temperados.
- Excessivamente ácidos (como limão, abacaxi, tangerina e laranja).
- Alimentos em conserva.
- Muito salgados ou muito doces.
- Apimentados.
- Alimentos crus e fibrosos.
- Carnes e alimentos enlatados.

BOCHECHOS CALMANTE

- Faça bochechos com chá de camomila (temperatura ambiente) 3 vezes ao dia.
- **Bicarbonato de sódio (em pó):** dissolva 1 colher de chá do pó em 1 copo de água e faça bochechos 3 a 4 vezes ao dia, durante 7 dias. **Algumas farmácias manipulam gomas de bicarbonato (contendo 1 grama de bicarbonato de sódio).*
- **Nistatina solução oral:** bocheche e degluta 5ml da solução 3 a 4 vezes ao dia, durante 7 dias.
- **Benzidamina:** enxague com cerca de 15ml da solução, misturadas a 5ml de água, 3 vezes ao dia (não engolir, fazer bochechos e cuspir).

DICA DE ALÍVIO

Mascar lascas de gelo pode ajudar a reduzir a intensidade da mucosite durante a quimioterapia. O médico pode também sugerir laserterapia, se necessário, com apoio de um profissional odontólogo.



XEROSTOMIA (BOCA SECA)

Um sintoma comum durante o tratamento oncológico, pode causar desconforto e dificuldade na alimentação.

SUGESTÕES PARA AMENIZAR OS SINTOMAS:

- Antes das refeições, providencie o alívio da dor para facilitar a ingestão.
- Evite lamber os lábios, pois pode ressecá-los ainda mais. Utilize manteiga de cacau, balms de vaselina sólida e faça higiene bucal frequentemente.
- Evite alimentos irritantes, como especiarias picantes, alimentos ácidos (laranja, abacaxi, limão, maracujá, mexerica, kiwi), secos (torradas, biscoitos), crocantes (granolas) e duros.
- Evite excesso de sal e açúcar, pois podem agravar a dor.
- Evite bebidas e alimentos muito quentes ou frios, pois irritam a mucosa da boca.
- Prefira alimentos pastosos ou liquidificados, como sopas, caldos, purês, cremes, vitaminas de frutas, leite batido, iogurtes, sorvetes, pudins, gemadas e mousses.
- Evite bebidas alcoólicas, cafeína e fumo, pois eles podem agravar a boca seca.
- **Beba devagar:** Use um canudo, se necessário, e ingira líquidos em pequenos goles.
- **Fracione as refeições:** Coma de três em três horas para garantir uma alimentação adequada, sem sobrecarregar a boca.

CUIDADOS COM A HIGIENE BUCAL:

- Higienize a boca após cada refeição. Mantenha gengivas e boca sempre limpas.
- Evite o uso de fio dental durante a fase aguda da xerostomia, preferindo escova de dentes com cerdas macias e cremes dentais não abrasivos e não irritantes (cremes dentais infantis são uma alternativa).
- Use saliva artificial, se necessário, para ajudar a manter a boca hidratada.

SENSAÇÃO DE ESTÔMAGO MUITO “CHEIO”

Este efeito colateral pode ser causado pela irritação do estômago e dos intestinos.

SUGESTÕES PARA AMENIZAR OS SINTOMAS:

- **Faça refeições frequentes:** Consuma porções menores, mas mais vezes ao dia, para facilitar a digestão.

- **Alimentação lenta e mastigação adequada:** Comer devagar e mastigar bem os alimentos melhora a digestão e reduz desconfortos.
- **Prefira alimentos de fácil digestão:** Como sopas, purês e carnes magras desfiadas.
- **Chás digestivos:** Considere o uso de chás como erva-cidreira e erva-doce, que podem ajudar na digestão.
- **Evite alimentos que dificultam a digestão:** Frituras, alimentos gordurosos, enlatados, condimentados, molhos picantes, sopas, temperos prontos e caldos concentrados.
- **Evite ingerir líquidos durante as refeições:** Isso pode ajudar a evitar a sensação de estufamento e melhorar a digestão.
- **Evite alimentos com excesso de sal:** Ele pode causar retenção de líquidos e desconforto.
- **Evite o excesso de ingestão de líquidos com gás.**

DIARRÉIA

A quimioterapia pode causar alterações no hábito intestinal, como aumento da frequência das evacuações ou mudanças na consistência das fezes. Esses efeitos podem variar de pessoa para pessoa e estão frequentemente relacionados à ação dos medicamentos no sistema digestivo.

SUGESTÕES PARA AMENIZAR OS SINTOMAS:

- **Hidratação é prioridade:** Aumente a ingestão de líquidos (água, chás, sucos naturais coados, água de coco e bebidas isotônicas). Ingestão em pequenas quantidades e com frequência é mais eficaz para manter a hidratação.

Se a diarreia for persistente, utilize solução de hidratação oral (soro caseiro ou reidratantes de reconstituição prontos de farmácia) ou bebidas isotônicas prontas e comercialmente disponíveis (Gatorade®, Powerade®, I9®, entres outros).

- **Soro caseiro:** 1 litro de água (filtrada, mineral ou fervida), 1 colher de sopa bem cheia de açúcar (20g) e 1 colher de café de sal (3,5g). Misturar bem até que fique transparente, e beber 2 a 3 litros por dia, em pequenos goles (caso o seu médico tenha informado que no seu caso deve-se fazer restrição de líquidos, avisar a nossa equipe de retaguarda).

- Em caso de diarreia com vômitos, **redobre a atenção com a hidratação.**



ALIMENTOS RECOMENDADOS

- **Frutas permitidas:** Maçã, pêra, banana prata ou banana maçã, melão, melancia e goiaba.
- **Legumes cozidos, sem casca e sem sementes:** Batata, mandioca, mandioquinha, chuchu, cenoura, cará, aipim, abobrinha e berinjela.
- **Fontes de carboidrato leves:** Arroz branco, macarrão comum, fécula de arroz ou sêmola, amido de milho (maizena), pão branco, tapioca, torradas e biscoito de maisena.



EVITE

- Alimentos integrais e ricos em fibras, como verduras (cruas ou cozidas), leguminosas (feijão, lentilha, grão-de-bico, ervilha), frutas como laranja, mamão, ameixa, frutas secas e oleaginosas (castanha, nozes etc), alimentos gordurosos e derivados do leite.
- Uso de medicamentos sem orientação médica.

ATENÇÃO AOS SINAIS DE ALERTA:

Procure imediatamente um médico ou vá ao hospital se:

- A diarreia durar mais de 2 dias ou houver mais de 8 episódios ao dia.
- Houver vômitos de repetição ou indisposição gástrica que não permitam reidratação por via oral.
- Houver dor abdominal intensa, febre, ou sinais de desidratação como boca seca, tontura e urina escassa ou muito escura (concentrada).

Não espere! Agir rápido é essencial para evitar complicações!



OBSTIPAÇÃO INTESTINAL (INTESTINO PRESO OU “PRISÃO DE VENTRE”)

A doença, medicações ou diminuição do ritmo das atividades diárias podem causar alterações no hábito intestinal, como diminuição na frequência das evacuações ou alteração na consistência das fezes (constipação ou obstipação). A obstipação também pode ser causada pela ação de alguns antineoplásicos ou uso associado de opioides (morfina, codeína etc.), provocando desconforto, dor e distensão abdominal.

ALIMENTOS RECOMENDADOS

- **Consuma mais fibras**, em especial frutas, legumes e verduras cruas ou cozidas com casca.
- **Inclua cereais integrais nas refeições.** Aveia, farelo de trigo, gérmen de trigo e linhaça podem ser adicionados a sucos, leite, iogurte ou sopas.
- **Frutas com efeito laxativo:** Laranja com bagaço, mamão, banana nanica, ameixa, frutas secas, coco e abacate.

HÁBITOS E ESTÍMULOS INTESTINAIS

- Faça massagem abdominal com movimentos circulares para estimular o intestino.
- Crie o hábito de ir ao banheiro no mesmo horário, tranquilamente, sem esforço excessivo.
- Quando sentar-se no vaso sanitário para evacuar, você pode utilizar uma elevação para os pés (obtida, por exemplo, com uma pequena banqueta), para propiciar uma posição anatomicamente mais adequada para que as fezes sejam eliminadas.
- O uso de óleo de oliva nos alimentos, poderá ajudar a estimular a defecação.

Quando buscar ajuda: se a prisão de ventre persistir, avise seu médico. Ele poderá orientar o uso seguro de laxativos ou outras medidas para prevenir complicações.

QUEDA DE CABELO (ALOPÉCIA)

A quimioterapia pode afetar os folículos pilosos, resultando em queda de cabelo. A perda pode ser parcial ou total, e muitas vezes ocorre 2 a 3 semanas após o início do tratamento. Quando acontece, se deve ao fato de que a raiz do cabelo possui grande número de células que estão naturalmente se multiplicando e são destruídas ou enfraquecidas com o uso dos medicamentos. A boa notícia é que o cabelo geralmente cresce de volta após o término do tratamento quimioterápico.

Também ocorre alopecia quando é realizada radioterapia em campo que inclua o couro cabeludo (radioterapia de crânio, por exemplo). Esse tipo costuma ser duradouro/permanente, de modo que a região do couro cabeludo irradiada dificilmente volta a produzir cabelos.

CUIDADOS COM OS CABELOS DURANTE O TRATAMENTO

Mesmo que o paciente não apresente perda significativa do cabelo durante o processo de quimioterapia, o couro cabeludo e os fios podem ficar mais frágeis e sensíveis. Mesmo sem a queda, é natural ocorrerem modificações na textura, cor ou volume do cabelo durante a quimioterapia. Seguem algumas dicas para manejo do cabelo ao longo do tratamento:

- Corte o cabelo mais curto que o habitual logo que ele comece a cair, para reduzir o desconforto e para facilitar as práticas de higiene.
- Prefira usar xampus neutros e livres de parabenos, sulfatos, petrolatos e silicones pesados para evitar irritações no couro cabeludo. Obtenha sugestões de linhas de produtos ideais junto à nossa equipe multiprofissional.
- As lavagens devem ser feitas com água morna (evite temperatura muito quente da água nos banhos).
- Deixe o couro cabeludo “respirar”, permitindo que ele fique ao ar livre o maior tempo possível, evitando calor, oleosidade e umidade, que dificultam o crescimento dos fios.
- Evite escovar os cabelos vigorosamente, prefira pentear com delicadeza para evitar mais queda. Utilize escovas macias e pentes de dentes largos.
- Evite prendê-los com força.
- Não exponha o couro cabeludo ao sol diretamente. Proteja-se sempre.
- Preferentemente, não faça experimentações com produtos (tinturas e shampoos) não previamente utilizados, para evitar alergias. Os procedimentos com formol estão contraindicados.
- Cílios têm a função de proteger os olhos. Se eles caírem durante o tratamento, use óculos escuros para proteger os olhos da luz intensa e da poeira.

ALTERAÇÕES NA PELE E UNHAS

Durante o tratamento contra o câncer, é comum que a pele e as unhas fiquem mais sensíveis, ressecadas ou propensas a infecções. Por isso, alguns cuidados simples e diários podem fazer toda a diferença para o seu bem-estar e proteção.

CUIDADOS COM A PELE

- Use hidratantes suaves e sem perfume, várias vezes ao dia.
- Prefira sabonetes neutros ou infantis, que são menos irritantes.
- Evite banhos quentes e demorados, pois ressecam a pele.



- Aplique protetor solar com fator de proteção solar (FPS) no 30 ou superior, mesmo em dias nublados.
- Evite a exposição ao sol entre 10h e 16h.
- Use roupas leves e confortáveis, de preferência com tecidos naturais (como algodão).

CUIDADOS COM AS UNHAS

Durante o tratamento, as unhas podem se tornar frágeis ou propensas a infecções.

- Mantenha as unhas limpas, curtas e lixadas (entretanto, cuidado para não se machucar cortando-as demasiadamente).
- Evite retirar cutículas, pois isso aumenta o risco de infecções.
- Hidrate unhas e cutículas com cremes específicos.
- Evite unhas postiças e esmaltes escuros ou com substâncias agressivas.
- Se houver descolamento ou mau cheiro nas unhas, comunique o seu médico, pois eventualmente será necessário uso de antibiótico ou antifúngico.

EFEITOS NO SISTEMA NEUROLÓGICO

Alguns medicamentos utilizados na quimioterapia podem afetar os nervos periféricos, causando uma condição chamada neuropatia periférica. Isso pode levar a formigamento, dormência, dor e fraqueza nas mãos e/ou nos pés. Esses sintomas podem surgir durante ou após o tratamento.

É muito importante informar imediatamente a equipe de saúde caso esses sinais apareçam, pois pode ser necessário ajustar o tratamento ou iniciar medidas de controle para evitar o agravamento.

EFEITOS DA QUIMIOTERAPIA NA PRODUÇÃO DE CÉLULAS DO SANGUE

A medula óssea é o local onde o corpo produz as células sanguíneas, como glóbulos vermelhos, que transportam oxigênio e ajudam a evitar o cansaço, glóbulos brancos, que combatem infecções e plaquetas, e ajudam na coagulação do sangue e evitam sangramentos.

Durante a quimioterapia, essa produção pode ser reduzida temporariamente, levando a cansaço intenso por causa da queda dos glóbulos vermelhos (anemia), maior risco de infecções pela baixa dos glóbulos brancos (leucopenia) e facilidade para sangrar ou ter hematomas devido à diminuição das plaquetas (plaquetopenia).

É fundamental comunicar à equipe de saúde qualquer sintoma incomum, como febre, sangramentos, manchas roxas ou cansaço extremo.

FEBRE É UM SINAL DE ALERTA!

A febre (temperatura axilar igual ou acima de 37,8°C) pode indicar a presença de uma infecção. Durante a quimioterapia, o sistema imunológico fica mais fraco, deixando o corpo mais vulnerável a infecções graves. **Em pacientes em tratamento quimioterápico, a febre deve ser tratada como uma emergência médica.**

O que fazer:

- Meça a temperatura se estiver se sentindo mal.
- Comunique imediatamente a equipe de saúde ao identificar febre ou calafrios.

Não espere os sintomas piorarem. A ação rápida é fundamental para garantir sua segurança.

CUIDADOS COM AS VEIAS DURANTE O TRATAMENTO ONCOLÓGICO

Durante o tratamento do câncer, especialmente com o uso da quimioterapia, é comum que as veias fiquem mais sensíveis, podendo apresentar:

- Dor ao longo do trajeto da veia.
- Escurecimento da pele.
- Endurecimento ou inchaço na região.
- Dificuldade para novas punções.

Esses sinais podem indicar flebite, uma inflamação da veia. **Informe imediatamente à equipe de saúde** se perceber dor, vermelhidão, inchaço ou qualquer alteração na aparência das veias.

SUGESTÕES PARA AMENIZAR OS SINTOMAS:

- **Compressas com chá de camomila:** As compressas ajudam a aliviar a dor e a inflamação.

Ferva 300 ml de água, acrescente três saquinhos de chá de camomila e deixe em infusão por alguns minutos. Espere esfriar até ficar morno (nunca quente demais), umedeça gazes limpas com o chá e aplique sobre a região afetada. Deixe agir por 15 a 20 minutos, 2 a 3 vezes por dia.



- **Exercícios com bolinha:** Aperte e solte uma bolinha de borracha macia por cerca de 10 minutos, até 6 vezes ao dia. Esse exercício melhora a circulação e fortalece as veias.

- **Mantenha-se hidratado:** Beba mais líquidos ao longo do dia. A boa hidratação facilita o acesso venoso e ajuda na recuperação.

- **Cuide da pele:** Aplique cremes hidratantes nas mãos e braços diariamente. Isso evita o ressecamento da pele, tornando as punções menos dolorosas e mais eficazes.



EFEITOS COLATERAIS MAIS COMUNS DA IMUNOTERAPIA

Os efeitos colaterais mais comuns da imunoterapia são diarreia e desordens endocrinológicas. O surgimento de tais eventos adversos é mais tardio do que ocorre com a quimioterapia. Converse sobre seu médico sobre o advento de possíveis efeitos colaterais. O médico oncologista assistente monitorizará o funcionamento das glândulas de seu corpo, para adequada vigilância de possíveis desordens de funcionamento das mesmas.

O surgimento de vitiligo (áreas esbranquiçadas na pele) pode ocorrer com alguns meses de uso de imunoterapia. Trata-se de um bom sinal de resposta à imunoterapia. Comunique tal alteração ao seu médico.

EFEITOS COLATERAIS MAIS COMUNS DA RADIOTERAPIA

Por ser um tratamento dirigido para determinado local do corpo, através de feixes de radiação ionizante orientados para um local específico, os sintomas adversos são regionais. Além de um certo cansaço, não é comum surgirem outros sintomas no corpo como um todo e não são comuns desconfortos em órgãos “longe” do local de aplicação. A pele do sítio de aplicação pode sofrer irritação, com surgimento de dermatite (“radiodermite”).

REAÇÕES INFUSIONAIS DURANTE O TRATAMENTO QUIMIOTERÁPICO

As reações infusionais podem ocorrer durante a administração de medicamentos antineoplásicos e são classificadas em anafiláticas ou não anafiláticas.

Essas reações podem variar em intensidade e geralmente são observadas nas primeiras sessões de tratamento ou após várias infusões, dependendo do medicamento utilizado.

Caso o paciente apresente sintomas durante a infusão, é fundamental que informe imediatamente a equipe, para que o tratamento seja ajustado e as reações tratadas de forma adequada. Comunique a equipe principalmente se houver coceira ou sensação de inchaço na garganta, falta de ar ou coceira na pele.

DOR ONCOLÓGICA

Quando você chegar em nossa unidade, todos os profissionais estarão focados no seu cuidado e atentos às informações que você fornecer, especialmente sobre a dor. O manejo da dor oncológica envolve um esforço conjunto de diversos profissionais, incluindo enfermeiros, médicos, psicólogos, nutricionistas e farmacêuticos, entre outros.

COMO AVALIAMOS A DOR

A dor é um sintoma subjetivo, ou seja, varia de pessoa para pessoa. Para avaliá-la com precisão, utilizamos escalas validadas, adaptadas conforme o perfil de cada paciente. Essas escalas ajudam a mensurar a intensidade da dor e a definir o melhor tratamento para o seu alívio.

Nos importamos com o cuidado da dor. É fundamental que você nos informe sempre que sentir dor, independentemente de sua intensidade. O tratamento da dor é uma prioridade para nossa equipe, e trabalhamos para proporcionar o máximo de conforto e qualidade de vida durante o seu tratamento.





ANSIEDADE, MEDO E DEPRESSÃO

São sintomas comuns quando se recebe o diagnóstico de câncer ou, ainda, quando se está em tratamento oncológico. Alguns efeitos colaterais e alterações no corpo (queda de cabelo, cicatrizes cirúrgicas, etc.) podem causar impactos psicológicos significativos. Afinal, são muitas informações e desafios novos.

Fique atento(a): mudanças bruscas de humor, desânimo, choro persistente, insônia e angústia, persistentes por mais de duas semanas, requerem que você procure ajuda!

IMPORTANTE:

- Converse com seus familiares sobre os seus sentimentos.
- Busque conforto por meio de oração, religião ou práticas semelhantes.
- Pratique exercícios físicos e adote técnicas de relaxamento, sempre que for possível (musicoterapia, yoga, etc).
- Solicite uma avaliação psicológica (a equipe multiprofissional da Unimed está pronta para lhe atender, sempre que necessário).

INSÔNIA

É comum que preocupações e ansiedades causem dificuldades para dormir. Com isso, podem ser acentuados sintomas como fadiga, dor e nervosismo. Quando não descansamos adequadamente, nossa imunidade tende a diminuir. É muito importante conversar com seu médico sobre insônia, para que sejam adotadas condutas medicamentosas ou outras estratégias para melhorar a qualidade de seu sono.

DICAS PARA MELHORAR O SONO:

- Faça refeições leves à noite
- Evite o consumo de álcool, cigarro e bebidas contendo cafeína, especialmente à noite.
- Estabeleça uma rotina e mantenha horários regulares para dormir e acordar.
- Tome um banho morno, leia e ouça músicas relaxantes antes de deitar-se.



DÚVIDAS FREQUENTES SOBRE A QUIMIOTERAPIA

A QUIMIOTERAPIA CAUSA DOR NO MOMENTO DA APLICAÇÃO?

A única dor que o paciente pode sentir é a “picada” da agulha ao realizar a punção da veia para infusão da quimioterapia. Alguns medicamentos podem ocasionar, em determinadas situações, desconforto, ardência e queimação no local da aplicação, placas avermelhadas na pele e coceira.

Se perceber qualquer um desses sintomas, informe imediatamente o profissional de saúde que o acompanha.

MESMO SEM SINTOMAS, POR QUE CONTINUAR A QUIMIOTERAPIA?

A ausência de sintomas não significa que o tratamento deva ser interrompido.

O médico responsável determinará o momento adequado para a suspensão das sessões, levando em consideração as características específicas da doença.



É PERMITIDO TOMAR OUTROS REMÉDIOS DURANTE O TRATAMENTO QUIMIOTERÁPICO?

Se o paciente possui outras condições de saúde, deve informar o médico os medicamentos que utiliza. Não se deve suspender nenhum medicamento por conta própria, especialmente usados para controle de hipertensão, diabetes, doenças da tireóide e outras condições crônicas.

De outro lado, há medicamentos que podem interagir importantemente com o tratamento oncológico, e que devem ser evitados ou descontinuados.

Não tome nada sem que seu médico saiba.

COMO OS QUIMIOTERÁPICOS SÃO ELIMINADOS PELO CORPO?

A eliminação dos medicamentos ocorre, principalmente, através da urina. No entanto, também pode ocorrer por meio de fezes, vômito, suor, lágrimas, sêmen e leite materno.

É PERMITIDO O CONSUMO DE BEBIDAS ALCOÓLICAS DURANTE O TRATAMENTO?

Embora o consumo de bebidas alcoólicas não seja proibido, recomenda-se evitar ou suspender seu uso durante o tratamento quimioterápico. Atenção, pois se você estiver tomando anti-inflamatórios, antibióticos, anticonvulsivantes ou tranquilizantes, nesses casos, o consumo de álcool está formalmente contraindicado. Ainda, o uso concomitante de PARACETAMOL e ingestão de água pode causar sérios efeitos colaterais e deve ser severamente contra-indicado.

POSSO USAR “CHÁS DE ERVAS MEDICINAIS”, “GARRAFADAS”, TRATAMENTOS “NATURAIS” E ALTERNATIVOS?

Fitoterápicos e outras substâncias podem interagir com o tratamento oncológico prescrito pelo seu médico (exemplos clássicos são uma planta chamada “Erva de São João” (*Hypericum perforatum*) e uma fruta chamada “toranja” (*grapefruit*), que são substâncias “naturais” que podem interagir importantemente com o tratamento antitumoral (atrapalhando a eficácia da terapia oncológica). As “garrafadas” estão formalmente contra-indicadas, por apresentarem misturas imprecisas de substâncias habitualmente desconhecidas. Não tome nada sem que seu médico saiba.

POSSO USAR POLIVITAMÍNICOS, INDISCRIMINADAMENTE?

Polivitamínicos podem diminuir a eficácia ou potencializar demasiadamente (de maneira tóxica) o efeito de tratamentos quimioterápicos. Não tome nada sem que seu médico saiba.





CUIDADOS DURANTE O TRATAMENTO QUIMIOTERÁPICO

ALTERAÇÕES NO CICLO MENSTRUAL

Durante o tratamento com quimioterapia, algumas mulheres podem observar alterações no ciclo menstrual, como aumento no fluxo ou até a ausência da menstruação. No entanto, essas alterações não são permanentes. É essencial discutir qualquer mudança com o médico responsável. A gravidez deve ser evitada, pois os medicamentos utilizados podem ser tóxicos para o feto. Mesmo que a menstruação pare, continue os cuidados contraceptivos, sendo recomendada a utilização de preservativos (camisinha) com lubrificante durante as relações sexuais. O uso de pílulas anticoncepcionais só deve ocorrer se forem prescritas pelo médico.

ATIVIDADE SEXUAL

Algumas mulheres podem experimentar ressecamento vaginal durante o tratamento. Se isso acontecer, é importante discutir com o médico para que ele prescreva lubrificantes adequados ou outros tratamentos. Além disso, a ansiedade, preocupação, cansaço e alterações físicas podem afetar o desejo sexual (libido). É fundamental manter um diálogo aberto com o parceiro nesse período. A utilização de preservativos é recomendada tanto para mulheres quanto para homens em tratamento quimioterápico, a fim de prevenir infecções, especialmente quando o sistema imunológico pode estar comprometido.

ELIMINAÇÕES

Os quimioterápicos são eliminados principalmente pela urina e fezes, e essas eliminações podem ser tóxicas. Para evitar o contato com resíduos, ao usar o vaso sanitário, é recomendável acionar a descarga com a tampa fechada, de 2 a 3 vezes, por até 5 dias após o tratamento. Roupas contaminadas com fezes, urina ou vômito devem ser manuseadas com luvas e lavadas separadamente.

ATIVIDADE FÍSICA DURANTE O TRATAMENTO QUIMIOTERÁPICO

Durante o tratamento de quimioterapia, é importante manter-se ativo, mas sempre com a orientação e liberação do médico. A prática de atividade física pode trazer muitos benefícios, como melhorar a disposição, reduzir o cansaço e a ansiedade, melhorar o sono e até mesmo aumentar a autoestima e a resposta contra o tumor.

VACINAÇÃO

Antes de tomar qualquer vacina, é importante consultar o médico responsável pelo tratamento para confirmar se a vacina é adequada para o momento. Em especial, há contraindicação de uso de vacinas com vírus ou bactérias vivas, em paciente em quimioterapia.



CONTATO COM ANIMAIS

Ter um animal de estimação é uma experiência positiva, mas durante o tratamento quimioterápico é necessário cuidados adicionais com a higiene do pet. Leve-o regularmente ao veterinário para check-ups e certifique-se de que as vacinas e vermifugações estão atualizadas. Isso ajuda a minimizar os riscos de infecções. O animal não precisa ser afastado do paciente, mas devem ser evitados contatos íntimos, como beijar e cheirar o pet.

ACOMPANHAMENTO ODONTOLÓGICO DURANTE O TRATAMENTO QUIMIOTERÁPICO

O tratamento quimioterápico pode afetar a saúde bucal de diversas formas, por isso é fundamental manter um acompanhamento odontológico regular para minimizar complicações e promover uma boa saúde oral durante o tratamento.

CUIDADOS COM PACIENTES COM CATETER PORT-A-CATH

O cateter *port-a-cath* é um dispositivo implantável, conectado a veia de grande calibre (geralmente a veia cava superior). Quando o paciente apresentar fragilidade em sua rede venosa, com difícil obtenção de acessos venosos periféricos ou fácil rompimento dos vasos sanguíneos, será submetido a avaliação pela equipe enfermagem e médica para eventualmente solicitar o implante de um catéter desta natureza.

PODE SER UTILIZADO PARA DIVERSAS FUNÇÕES, DENTRE ELAS:

- Infusão de quimioterapia.
- Administração de antibióticos e fluidos.
- Coleta de exames laboratoriais.
- Hemotransfusões (quando não houver possibilidade de acesso venoso periférico).

Como os catéteres *port-a-cath* são fixados por dentro da pele em determinado local do corpo, a administração desses protocolos mantém-se segura. É essencial que se faça a limpeza (permeabilização) do cateter *port-a-cath*. Atualmente, sabe-se que a manutenção dos catéteres *port-a-cath* após o término da quimioterapia pode ocorrer a cada 30 dias.

CUIDADOS COM PACIENTES EM USO DE TRAQUEOSTOMIA

A traqueostomia é uma abertura feita no pescoço para ajudar a pessoa a respirar melhor. Ela exige cuidados especiais no dia a dia. Veja abaixo como cuidar com segurança:

LIMPEZA E HIGIENE

- Limpe o local da traqueostomia todos os dias com soro fisiológico e gaze limpa.
- Troque o curativo ao redor do tubo sempre que estiver molhado ou sujo.
- Evite tocar no tubo com as mãos sujas – sempre lave bem as mãos antes dos cuidados.
- Nunca coloque objetos ou cotonetes dentro do tubo.

RESPIRAÇÃO E SECREÇÕES

- É normal sair secreção (muco) pelo tubo. Ela deve ser aspirada com um aparelho adequado.

- Se a secreção estiver grossa, use soro fisiológico ou nebulização, conforme orientação médica.
- O ar muito seco pode dificultar a respiração. Use umidificadores se necessário.

FIQUE ATENTO A SINAIS DE PROBLEMA

Procure ajuda médica (ligar para o serviço médico de emergência) se a pessoa apresentar:

- Dificuldade para respirar.
- Febre ou secreção com mau cheiro, ou aumento importante da quantidade de secreção.
- Sangramento pelo tubo.
- O tubo do sair local de inserção.
- Se o tubo entupir e se não conseguir resolver tal obstrução com devida umidificação, nebulização e aspiração.

DICAS IMPORTANTES

- Sempre deixe o material de limpeza e aspiração por perto.
- Tenha um tubo de traqueostomia extra em casa, caso o serviço de emergência precise trocar.
- Mantenha o pescoço limpo e seco.
- Em caso de dúvidas, procure a equipe de saúde.

TIPOS DE OSTOMIA

Ostomias são aberturas feitas cirurgicamente no corpo para eliminar fezes, urina ou permitir alimentação. Essas aberturas são chamadas de estomas, e cada tipo tem uma função diferente.

- **Colostomia:** Quando a abertura é feita no intestino grosso. Serve para eliminar as fezes por uma bolsa na barriga.
- **Ileostomia:** Quando a abertura é feita no intestino delgado. As fezes são mais líquidas e eliminadas pela bolsa.
- **Urostomia:** Quando a urina é desviada para sair por um estoma na barriga, normalmente porque a bexiga foi retirada ou não funciona. (cistostomia, quando o “desvio” se localiza na bexiga; ureterostomia quando se localiza no ureter; nefrostomia quando se localiza diretamente no rim). Nestes casos, a urina sai continuamente e é coletada em uma bolsa própria.

- **Gastrostomia:** Quando é colocado um tubo diretamente no estômago para alimentar a pessoa. É usada quando não é possível se alimentar pela boca.
- **Jejunostomia:** Parecida com a gastrostomia, mas o tubo é colocado no jejuno, uma parte do intestino delgado. Também serve para alimentação quando o estômago não pode ser usado.

Independentemente do tipo de ostomia, alguns cuidados são fundamentais para garantir conforto, higiene e evitar complicações.

HIGIENE E TROCA

- Lave as mãos antes e depois de qualquer cuidado com o estoma.
- Limpe a pele ao redor do estoma com água morna e sabão neutro (sem álcool ou perfume).
- Seque bem antes de colocar a bolsa ou curativo.
- Troque a bolsa ou curativo sempre que necessário (quando estiver sujo, úmido ou descolando). Importante: O recorte da placa adesiva da bolsa não deve apresentar muita folga, para que os fluidos e secreções coletados não estabeleçam contato com uma grande área de pele, irritando-a e causando dermatite.



CONTROLE DE ODORES E VAZAMENTOS

- Esvazie a bolsa quando estiver 1/3 cheia (para evitar peso e vazamentos).
- Use produtos indicados por profissionais de saúde para ajudar com odores ou aderência.

CONFORTO E SEGURANÇA

- Use roupas confortáveis e que não apertem o estoma.
- Evite traumas na região do estoma, como batidas ou puxões acidentais.

OBSERVAÇÃO DIÁRIA

- Verifique se o estoma está com aparência saudável: cor rosada/vermelha, sem sangramentos intensos.
- Observe sinais de alerta como vermelhidão, feridas ao redor do estoma, dor, desconforto, inchaço, sangramento ou mudança de cor no estoma.

Em caso de dúvida, procure a equipe de saúde. Não tente resolver problemas sozinho e se notar algo anormal procure o enfermeiro ou médico para orientações seguras.

CUIDADOS COM A SONDA DE URINA (SONDA VESICAL)

A sonda de urina é um tubo fininho que sai pela uretra, localizada na parte íntima e leva a urina até uma bolsa. Ela ajuda quem não consegue urinar sozinho.

COMO CUIDAR NO DIA A DIA

- Lave bem as mãos antes e depois de tocar na sonda ou na bolsa.
- Lave a parte íntima da pessoa com água e sabão suave todos os dias.
- Deixe a sonda bem posicionada, sem dobras ou puxões.

SOBRE A BOLSA DE URINA

- A bolsa deve ser posicionada sempre abaixo da barriga, presa na perna ou na lateral da cama (nunca no chão).
- Esvazie a bolsa quando estiver quase cheia, usando a torneirinha presente na porção inferior da mesma.
- Não deixe a bolsa ficar muito pesada.

FIQUE ATENTO A SINAIS DE PROBLEMA

Procure ajuda médica se perceber:

- Febre ou dor na barriga.
- Urina com sangue, pus, cheiro muito forte ou cor estranha.
- A sonda saiu sozinha ou parou de sair urina.
- Vermelhidão, dor ou inchaço na parte íntima.

O QUE NÃO FAZER

- Não puxar ou dobrar a sonda.
- Não prender a bolsa acima da cintura.
- Não usar cremes ou pomadas sem orientação.





RESPONSABILIDADES DO PACIENTE

Para garantir o bom andamento do seu tratamento e contribuir para o ambiente de cuidado e respeito, o paciente tem as seguintes responsabilidades:

INFORMAÇÕES E COMUNICAÇÃO

- Tomar ciência das condições para admissão de pacientes na instituição.
- Designar o médico responsável pelo seu tratamento durante o período de cuidados.
- Prestar informações precisas sobre seu histórico de saúde, doenças prévias, internações, procedimentos anteriores e outros problemas relacionados à saúde.
- Informar alterações inesperadas no seu estado de saúde aos profissionais responsáveis.
- Buscar esclarecimentos sobre os procedimentos e tratamentos realizados e propostos, garantindo a compreensão total dos mesmos.

CUMPRIMENTO DE NORMAS E PROCEDIMENTOS

- Conhecer e seguir as normas de funcionamento da instituição.
- Seguir as instruções recomendadas pela equipe multiprofissional, sendo responsável pelas consequências de recusar o tratamento.
- Respeitar os horários para consultas, sessões de quimioterapia, retiradas de dispositivos e obtenção medicamentos.
- Avisar com antecedência caso não possa comparecer, ou em caso de atraso superior a 15 minutos.
- Lavar as mãos e braços ao adentrar na sala de aplicação de quimioterapia.
- Cooperar com os profissionais de saúde durante os procedimentos de tratamento.



CONDUTA E COMPORTAMENTO

- Respeitar os direitos dos outros pacientes, funcionários e prestadores de serviço, tratando todos com cortesia.
- Contribuir para o ambiente de tranquilidade, controlando ruídos, uso de celulares com volume alto e comportamento dos visitantes.
- Preferencialmente utilize máscara no caso de estar apresentando tosse, para proteger a equipe de saúde e outros pacientes.
- Utilizar os canais de comunicação disponíveis para realizar reclamações ou solicitações.

ZELO PELA INSTITUIÇÃO

- Zelar pelas propriedades e ambientes da instituição, garantindo que os recursos disponibilizados para seu bem-estar sejam preservados.
- Seguir as normas e instruções relativas à prevenção e controle de infecções.

PARTICIPAÇÃO ATIVA NO TRATAMENTO

- Participar ativamente do seu plano de tratamento e acompanhamento, ou indicar quem possa fazê-lo por você.





DIREITOS DO PACIENTE ONCOLÓGICO

Os direitos do paciente oncológico são uma parte essencial do cuidado, garantindo que ele tenha acesso à informação, dignidade, tratamento adequado e apoio em todas as fases do processo de diagnóstico e tratamento. Esses direitos estão fundamentados na legislação brasileira e nas diretrizes de instituições de saúde. Aqui estão alguns dos principais direitos do paciente oncológico:

DIREITO AO DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO ADEQUADOS

- O paciente tem o direito de receber diagnóstico preciso e imediato, além de ter acesso aos melhores tratamentos disponíveis. Isso inclui a possibilidade de tratamento dentro de um tempo adequado, conforme as características do câncer, visando sua eficácia.

DIREITO À INFORMAÇÃO CLARA E COMPREENSÍVEL

- O paciente tem direito a ser informado de forma clara, completa e adequada sobre seu diagnóstico, prognóstico e as opções de tratamento. O consentimento informado é essencial, ou seja, o paciente deve compreender as implicações de cada tratamento, incluindo benefícios e riscos.

DIREITO À PRIVACIDADE E CONFIDENCIALIDADE

- O paciente tem direito à confidencialidade de todas as informações relacionadas à sua saúde e tratamentos, de acordo com as normas éticas e legais. O sigilo médico é uma obrigação ética do profissional de saúde.

DIREITO À DIGNIDADE E RESPEITO

- Todo paciente, incluindo o oncológico, tem direito a ser tratado com respeito e dignidade, sem discriminação ou preconceito. Isso envolve desde a interação com a equipe de saúde até a garantia de um ambiente adequado e confortável.

DIREITO À ACOMPANHAMENTO FAMILIAR

- O paciente tem direito a ser acompanhado por um familiar ou pessoa de sua confiança durante o tratamento, em momentos como consultas e exames, sempre que possível e conforme a situação.

DIREITO AO TRATAMENTO PALIATIVO

- Caso o tratamento curativo não seja mais possível, o paciente tem direito a cuidados paliativos, que visam melhorar a qualidade de vida, aliviar dores e outros sintomas relacionados ao câncer.

ATENDIMENTO HUMANIZADO E MULTIDISCIPLINAR NO TRATAMENTO ONCOLÓGICO

Em nossa rede, respeitamos e valorizamos cada paciente, oferecendo um atendimento personalizado e centrado nas suas necessidades. Acreditamos que cada pessoa é única, e por isso, o cuidado deve ser individualizado. Com isso em mente, disponibilizamos uma equipe multidisciplinar qualificada para acompanhar o paciente ao longo de todo o tratamento oncológico. Nosso objetivo é colocar o paciente no centro das decisões, respeitando suas escolhas e oferecendo apoio em todas as etapas do tratamento.

Além disso, em nosso centro atendimento oncológico há **reuniões médicas-científicas semanais**, afim da discussão de casos clínicos e da adoção das **melhores práticas médicas** para o correto tratamento dos pacientes.

RCC • REDE DE CUIDADOS CONTINUADOS

A Rede de Cuidados Continuados da Unimed Cascavel é um programa voltado para pessoas que enfrentam condições clínicas que exigem cuidados contínuos. Seu objetivo é promover qualidade de vida por meio do alívio da dor e controle de sintomas físicos, psicológicos, sociais e espirituais, beneficiando os pacientes e seus familiares. O atendimento é feito por uma equipe interdisciplinar formada por médicos, enfermeiros e psicólogos, que oferece um cuidado integral e humanizado. A assistência é prestada em diferentes contextos (hospitalar, ambulatorial e domiciliar) garantindo acompanhamento contínuo e suporte qualificado.

O foco principal do programa é a centralidade na pessoa, ou seja, a atenção não se limita à doença, mas considera os valores, desejos e necessidades de cada indivíduo e sua família, promovendo um cuidado mais sensível e personalizado.

TRATAMENTO PSICOLÓGICO

Na oncologia, o cuidado ultrapassa os protocolos e técnicas. Ele exige escuta sensível, presença constante e olhar constante diante da dor, da esperança e dos desafios que o câncer impõe. Neste contexto, o paciente e sua família precisam ser cercados de atenção e atendimento psicológico.

Nosso compromisso é oferecer esse suporte, promovendo ambientes saudáveis, espaços de escuta, ações de acolhimento e incentivo ao autocuidado.



CUIDAR DE QUEM CUIDA!

O cuidador também precisa de cuidados, ele também está passando por momentos difíceis e, muitas vezes, deixa-se de lado a própria saúde. Na oncologia, cada gesto importa, e isso começa por quem está ao lado do paciente em todos os momentos da jornada.

IMPORTANTE:

- Descansar sempre que for possível
- Ter uma boa noite de sono
- Praticar exercícios físicos
- Procurar se alimentar da maneira mais saudável possível
- Não deixar de tomar os seus medicamentos
- Procurar apoio psicológico profissional e também de grupos de apoio e/ou de comunidades em redes sociais que compartilhem a mesma situação.

Centro de Oncologia

U N I M E D C A S C A V E L



Endereço

Av. Tancredo Neves, 1189 – Centro



Horários de funcionamento

De segunda a sexta-feira, das 7h às 18h



Telefone e WhatsApp

(45) 3038.8989

Em caso de urgência e emergência, acione o SOS Unimed:

0800 955 0000

Unimed 
Cascavel

ANS - nº 370070

www2.unimedcascavel.coop.br



@unimedcascavel

Não jogue este material em vias públicas. Preserve a natureza. 