



Se houver lesão oral, ingerir alimentos de consistência macia e pastosa e com pouco sal ou açúcar. Evitar alimentos e bebidas ácidas e dar preferência a alimentos frios ou gelados;

Observar sangramentos. Evitar uso de objetos perfuro cortantes, que podem provocar lesão na pele contribuindo para infecções;

Realizar exercícios leves diariamente, como caminhada e alongamento;

Utilizar protetor solar e protetores como chapéu, turbante, lenço, gorro etc;

Tomar remédios para minimizar efeitos colaterais conforme a prescrição médica;

**É IMPORTANTE QUE OS SINTOMAS SEJAM CONTROLADOS PARA NÃO LEVAR O PACIENTE A DESIDRATAÇÃO, PERDA DE PESO E OUTRAS COMPLICAÇÕES**

Se os sintomas persistirem de forma intensa mesmo com o uso de medicações, buscar atendimento médico!

Responsável Técnico:  
PIETRO SHETTINI IENNACO  
CRM: 127459  
Especialidade: Oncologia



**CRUZ AZUL**  
Saúde e Educação

Av. Lins de Vasconcelos, 356 - Cambuci  
CEP 01538-900 - São Paulo - SP  
Tel. 11 3348-4000  
[www.cruzazulsp.com.br](http://www.cruzazulsp.com.br)  
f Cruzazuldesaopaulo



## Orientações para paciente quimioterápico



Cruz Azul de São Paulo





## QUIMIOTERAPIA

É um dos tratamentos mais utilizados para combater todos os tipos de câncer, usa-se medicamentos injetáveis, por via oral, via intramuscular, subcutânea e intratecal, destruindo ou bloqueando células doentes, cada uma tem ação específica, toxicidade e efeitos colaterais específicos.



## QUAL A INDICAÇÃO DE QUIMIOTERAPIA?

- Exclusiva: Quando a quimioterapia é o principal tratamento.
- Neoadjuvante: Quando a quimioterapia é administrada antes de um tratamento local, como cirurgia ou radioterapia.
- Adjuvante: Quando a quimioterapia é administrada após um tratamento com intenção curativa, como cirurgia ou radioterapia.
- Combinada: quando a quimioterapia é associada com mais drogas e/ou radioterapia

Todos os protocolos serão realizados em ciclos, com um período de tratamento, seguido por um período de descanso, para permitir ao organismo um momento de recuperação.

São vários os protocolos de quimioterapias existentes, e a indicação dependerá do tipo e estadiamento da doença.



## QUAIS OS EFEITOS COLATERAIS MAIS COMUNS? E POR QUE ELES OCORREM?

Os efeitos colaterais ocorrem porque a quimioterapia tem ação sistêmica e atinge células sadias e doentes de todo nosso corpo, assim ocasionando sintomas que vão sendo melhorados com o passar dos dias. Os mais comuns são:

- Náuseas e vômitos: muito comum, ocorre porque as medicações afetam o estômago e o regulador do vômito localizado no cérebro. Podem ser de intensidade leve a intensa, irá depender de cada pessoa, da dosagem da medicação usada podendo acontecer durante a infusão da quimioterapia e após.
- Diarreia: ocorre quando há alteração na periodicidade e consistência das fezes, ficando líquida e acima de 3 episódios.
- Constipação: intestino preso, ocorre devido alterações digestivas, fazendo com que fique vários dias sem evacuar, as fezes ficam endurecidas e ressecadas, causando esforço, dor abdominal, inchaço, perda de apetite e náusea.
- Mucosite: inflamação da mucosa da boca, estômago e intestino, podendo ocasionar feridas pequenas ou grandes, irá depender do quimioterápico utilizada.
- Alteração no paladar e perda de apetite: é muito comum a alteração das papilas gustativas, devido efeito colateral do medicamento, não sentindo o sabor do alimento e nem vontade de comer.
- Alopecia: efeito comum, que significa queda de cabelo e pelos, porém não são todos os medicamentos que causam, podendo ser reversível.
- Hiperpigmentação: alguns quimioterápicos podem causar escurecimento da pele e unhas, e se tiver exposição ao sol a pele pode ficar com marcas.

## Toxicidade Hematológica

- Anemia: anemia é a redução de células vermelhas do sangue (células que transportam oxigênio no corpo). Pode causar cansaço, desconforto respiratório, fraqueza e palidez.
- Plaquetopenia: é a redução de plaquetas no sangue (células responsáveis pela coagulação). Pode ocorrer manchas avermelhadas e ou arroxeadas na pele e sangramentos.
- Leucopenia: diminuição de células brancas, elas defendem nosso corpo contra bactérias, vírus, fungo, e se ela abaixa ficamos com a imunidade baixa, facilitando contrair infecções.

## Toxicidade para órgãos alvos

Os quimioterápicos tem ação sistêmica, podendo causar danos nas células de órgãos como coração, rins, bexiga, pulmões e sistema nervoso, porém pode ser administrado medicações junto com a quimioterapia para proteger as células normais desses órgãos.



## CUIDADOS DURANTE O TRATAMENTO

- Manter alimentação balanceada.
- Evitar alimentos gordurosos, condimentados, ácidos, apimentados e bebida alcoólica;
- Comer devagar e mastigar bem os alimentos para favorecer a digestão;
- Não ficar muito tempo sem se alimentar, se possível comer de 3 em 3 horas;
- Descansar após as refeições, de preferência sentado, evitando esforço físico;
- Aumentar ingestão de líquidos;