



QUIMIO TERAPIA

GUIA COMPLETO PARA PACIENTES EM TRATAMENTO ONCOLÓGICO



SECRETARIA
DA SAÚDE - SESAPI



GOVERNO DO
PIAUI
AQUI TEM TRABALHO
AQUI TEM FUTURO.





GOVERNO DO ESTADO DO PIAUÍ
UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PIAUÍ - UESPI



Rafael Tajra Fonteles **Governador do Estado**
Themístocles de Sampaio Pereira Filho **Vice-Governador do Estado**
Evandro Alberto de Sousa **Reitor**
Jesus Antônio de Carvalho Abreu **Vice-Reitor**

Comissão de Residência Uni e Multiprofissional em Saúde- COREMU/UESPI

Sônia Maria de Araújo Campelo

Comissão Descentralizada Multiprofissional de Residência- CODEMU

Vinicius Alexandre da Silva Oliveira

Hospital Escola Getúlio Vargas- HGV

Diretora Geral

Nirvânia do Vale Carvalho

Diretor Técnico

Thiago Melo Dintz

Coordenadora da UNACON

Beatriz Evelim Carvalho

Programa de Residência Multiprofissional em Atenção à Oncologia - PRMAO

Coordenação:

Dr^a. Veruska Cronemberger Nogueira Rebêlo

Preceptoras:

Dr^a. Aline Martins Diolindo Meneses

Dr^a. Francisca Aline Amaral da Silva

Dr^a. Iara Sayuri Shimizu

EQUIPE DE ELABORAÇÃO

Veruska Cronemberger Nogueira Rebêlo, Francisca Aline Amaral da Silva, Iara Sayuri Shimizu, Aline Martins Diolindo Meneses

COLABORADORES

Residentes: Angel Dayane da Silva Assunção, Fabiola Coelho Costa, Maria de Lourdes Oliveira Silva, Sarah Vitória Floriano de Sousa, Thamires Vieira da Silva Santos, Willyane dos Santos Ibiapina

Profissionais da Unidade de Alta Complexidade em Oncologia- UNACON:

Beatriz Evelim Carvalho, Iara Carvalho de Queiroz, Lygia Kelle Soares, Perla Maria Antão Alencar de Carvalho, Tayná Layse França de Santana, Paulo Leal Pereira

Diagramação:

MsC. Leonardo Sales Lima
Edição: Marcelo de Sousa Neto

Endereço eletrônico da publicação: <https://editora.uespi.br/index.php/editora/catalog/book/279>

Q6 **Quimioterapia: guia completo para pacientes em tratamento oncológico /** Organizado por Veruska Cronemberger Nogueira Rebêlo, Francisca Aline Amaral da Silva, Iara Sayuri Shimizu, Aline Martins Diolindo Meneses et al. - Teresina: FUESPI, 2025.
25f.: il.
ISBN Digital: 978-85-8320-282-0.
ISBN Impresso 978-85-8320-283-7.
1. Quimioterapia. 2. Oncologia. 3. Educação em Saúde. 4. Equipe de Assistência ao Paciente. 5. Humanização da Assistência.
I. Rebêlo, Veruska Cronemberger Nogueira (Org.) [et al.]. II. Título.
CDD 615.1

Ficha elaborada pelo Serviço de Catalogação da Biblioteca da UESPI
GRASIELLY MUNIZ OLIVEIRA (Bibliotecário) CRB-3ª/1067

Editora da Universidade Estadual do Piauí - EdUESPI
Rua João Cabral • n. 2231 • Bairro Pirajá • Teresina-PI
Todos os Direitos Reservados

Sumário

• Orientações Gerais para Pacientes	4
• Quimioterapia: o que é?	5
• Orientações para a Sessão de Quimioterapia	7
• Efeitos Colaterais da Quimioterapia	8
• Cuidados com o Cateter	15
• Orientações para uso de Medicamentos em Casa	19
• Alimentação Adequada	20
• Fisioterapia na Unidade de Infusão de Quimioterapia	21
• Cuidando das Emoções	22
• Benefícios Sociais e Direitos do Paciente	23
• Dúvidas Frequentes	25
• Glossário	26
• Referências	27

ORIENTAÇÕES GERAIS PARA PACIENTES

Este guia foi desenvolvido para auxiliar você durante todo o processo de tratamento quimioterápico, fornecendo informações essenciais sobre cuidados, efeitos colaterais e orientações práticas.

Nossa equipe multidisciplinar está sempre disponível para esclarecer dúvidas e oferecer o suporte necessário em cada etapa do seu tratamento.

Lembre-se: Você não está sozinho nesta jornada. Conte conosco para tornar seu tratamento mais seguro e eficaz.

QUIMIOTERAPIA, O QUE É?

É um tratamento médico que utiliza substâncias químicas (medicamentos) para destruir as células cancerígenas ou impedir que elas se multipliquem.

Os medicamentos, em sua maioria, são aplicados na veia, podendo também ser administrados por via oral, intramuscular, subcutânea, tópica e intratecal.

Estes medicamentos se misturam com o sangue e são levados a todas as partes do corpo, destruindo as células doentes que estão formando o tumor e impedindo, também, que se espalhem pelo corpo.

Quanto tempo demora o tratamento?

- A duração do tratamento varia de acordo com cada paciente e pode ser ajustada no decorrer do tratamento, conforme avaliação dependendo de exames e evolução clínica.
- O tempo de aplicação da medicação depende do tipo de terapia definido pelo médico, que também decide sobre sua suspensão ou término.
- Durante todo o processo, uma equipe multidisciplinar (médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, psicólogos, farmacêuticos e nutricionistas) estará ao seu lado para reduzir os efeitos colaterais e esclarecer dúvidas. Compreender cada etapa é essencial para o sucesso do tratamento.

Vias de Administração Quimioterapia



Intravenosa

Aplicação direta na veia, forma mais comum de administração dos medicamentos quimioterápicos.



Via Oral

Comprimidos ou cápsulas tomados por via oral, conforme prescrição médica específica.



Outras Vias

Intramuscular, subcutânea, tópica e intratecal, dependendo do protocolo de tratamento.

Orientações para a sua sessão

Antes da Sessão

- Procure chegar 30 minutos antes do horário marcado
- Vista-se com roupas e sapatos confortáveis; leve uma manta ou agasalho o ambiente da clínica pode ser frio
- Não agende outros compromissos no dia da sessão de quimioterapia. Este dia é exclusivo para o seu tratamento
- Faça alimentação leve, de fácil digestão, ingira no mínimo dois litros de líquidos, por dia, evite o jejum

No dia da sua sessão de quimioterapia

- O atendimento é realizado de acordo com o horário agendado, leve documentos e exames laboratoriais recentes
- No momento da triagem, informar qualquer alteração (febre, resfriado, diarreia, perda de peso, ardência ao urinar, etc) e os medicamentos de uso contínuo em domicílio
- Você poderá ingerir alimentos durante a infusão das medicações, bem como, ingerir líquidos como água, sucos, chás, conforme o seu gosto
- Tome os medicamentos habituais em casa e, se necessário, traga consigo as medicações de uso oral que deverá usar durante a sua permanência no setor

Durante o Tratamento

- Procure vir acompanhado, especialmente nas primeiras sessões, para ajudar no transporte e no apoio emocional. Caso não seja possível a permanência do acompanhante durante toda a sessão, combine com alguém para buscar você, pois alguns medicamentos podem dar sono
- Leve um livro, fones de ouvido, músicas, palavras cruzadas ou algo que ajude a passar o tempo
- Avise imediatamente a enfermeira em caso de dor, ardência, queimação, "sensação de agulhada", inchaço ou vermelhidão no local da punção. Esses sintomas podem indicar que o medicamento saiu da veia e, neste caso, outra veia deverá ser puncionada para continuar a aplicação
- Evite tracionar o circuito (cateter, conexões, equipo). Caso seja necessário locomover-se para ir ao banheiro, chame o profissional que está lhe assistindo durante a sessão
- O exercício durante a quimioterapia melhora o funcionamento do corpo, sensação de cansaço e ansiedade
- Caso não possa comparecer, avise a equipe com antecedência para remarcar a sessão.

Efeitos colaterais

A quimioterapia pode provocar diferentes efeitos colaterais, mas a manifestação deles varia de acordo com alguns fatores, como o tipo de medicamento utilizado, a doença em tratamento, o histórico e as condições de saúde do paciente, dentre outros. Dessa forma, nem todos os pacientes apresentarão os mesmos sintomas ou reações.

Queda de cabelos, cílios e pelos do corpo

Ocorre porque a quimioterapia atinge as células dos folículos capilares. A queda de cabelos e dos demais pelos do corpo pode ocorrer de forma total ou parcial. A queda depende dos medicamentos utilizados no tratamento e varia de pessoa para pessoa.

Se o seu tratamento de quimioterapia utiliza medicamentos que fazem cair o cabelo, isso acontecerá cerca de 2 a 3 semanas após a primeira sessão.

Para mulheres, reduzir o peso dos cabelos, deixando-os mais curtos, pode retardar a velocidade da queda. É comum sentir o couro cabeludo um pouco dolorido ou sensação de cabelos "arrepiaados" antes da queda.

O que fazer?

- Se preferir usar peruca, compre-a quando ainda tiver cabelos. Escolha uma que tenha um tom de cor parecido com o seu, que seja confortável e não machuque o seu couro cabeludo
- Use filtro solar, lenços ou chapéus para proteger o couro cabeludo

Não recomendado

- A exposição do couro cabeludo ao sol (usando chapéus e lenços). De maneira geral, tonalizantes sem amônia são bem tolerados, não use tinturas permanentes durante até 6 meses após o tratamento)
- A depilação pode ser feita com cremes depilatórios, se você já estiver acostumada a utilizá-los, ou aparadores de pelos
- Lembre-se que isso é temporário. Após o término do tratamento, seu cabelo, pelos e cílios vão crescer de novo

Aftas ou feridas na boca (mucosite)

É a alteração da mucosa oral, desde uma sensação de alteração da espessura, ardência ou aftas orais e úlceras na mucosa da boca e garganta.

O que fazer?

- Faça consulta com dentista do ambulatório antes de iniciar o tratamento de quimioterapia, para fazer uma limpeza e tratar alguma cárie ou inflamação
- É importante manter uma boa higiene da boca, com escova macia e pasta não abrasiva, seguida de bochechos com enxaguante sem álcool ou uma mistura de água (1 copo) e bicarbonato de sódio (1 colher rasa de sobremesa)
- Hidrate os lábios com manteiga de cacau ou similar
- Caso hajam áreas esbranquiçadas (sapinho ou monília), converse com seu médico para que ele receite uma medicação. Algumas quimioterapias podem provocar escurecimento da língua, gengiva e dos lábios
- Prefira alimentos líquidos ou pastosos (batidos no liquidificador), nutritivos, leves e de fácil digestão
- Em caso de náuseas, dar preferência a alimentos frios e gelados, exceto se recebeu Oxaliplatina, devido ao aumento da sensibilidade
- Prefira alimentos temperados com ervas (hortelã, manjerição, coentro, orégano, etc)

Importante: se as aftas orais estiverem interferindo em sua alimentação, procure orientação médica.

Não recomendado

- O uso de alimentos salgados, ácidos, cítricos, crus, gordurosos, granulados, muito condimentados, ou com temperos picantes e muito quentes
- O uso de fio dental deve ser suspenso durante esse período, para evitar traumatismos na mucosa oral
- Os procedimentos dentários devem ser evitados, durante o tratamento com quimioterapia, incluindo limpezas. Caso haja alguma emergência odontológica, o médico deverá ser comunicado

Pele e unhas

A pele apresenta maior sensibilidade ao sol durante a quimioterapia e precisa de cuidados para evitar manchas. Pode haver hiperpigmentação e ressecamento: escurecimento passageiro da pele quando exposta ao sol (articulações, unhas e trajeto das veias).

Além da pigmentação, podem ocorrer alterações na estrutura da unha, tais como alteração da cor, forma e crescimento das unhas, tornando-as frágeis e quebradiças. algumas vezes dolorosa, com aparecimento de linhas ou ranhuras, deformidades e até descolamento.

O que fazer?

- Utilize diariamente filtro solar com alto fator de proteção, já que a pele pode ficar mais sensível à luz solar
- Use sabonetes neutros e tome banhos mornos
- Para lavar louça ou para realizar outras atividades domésticas, utilize luvas e evite o calor excessivo
- Hidrate a pele com um creme dermatológico, sem perfume excessivo e use cremes hidratantes para as cutículas
- Pode ser necessário ajuste na quimioterapia e medicação se houver micose na unha

Não recomendado

- Contato com produtos químicos, exposição excessiva ao sol e o uso de perfumes
- Retirar a única proteção das unhas, que são as cutículas. e empurre-as delicadamente para dentro, cortando somente o que levantar, sem aprofundar a retirada da cutícula. Não há restrição para o uso de esmaltes durante o tratamento quimioterápico

Náuseas, vômitos, perda de apetite e paladar

As náuseas e os vômitos, a perda de apetite e do paladar são efeitos colaterais comuns do tratamento, mas podem ser prevenidas e tratados com o uso de medicações específicas e pelas orientações dadas pela equipe multidisciplinar.

O que fazer?

- Utilize as medicações prescritas, conforme orientação dada
- Conheça o seu corpo. Tente identificar fatores que desencadeiem náuseas e vômitos (ansiedade, medo, cheiros, gostos, etc.) gosto metálico, perda de apetite ou sensibilidade a certos alimentos. e procure evitá-los
- Recomenda-se que a dieta seja fracionada, alimentando-se várias vezes ao dia (de 3 em 3 horas, mesmo antes de sentir fome) e em quantidades menores
- Prefira alimentos de fácil digestão: Comidas frias ou geladas como iogurtes, queijos frescos, frutas cruas ou cozidas e gelatinas
- Beba bastante líquido, vagarosamente, evitando-o durante as refeições
- Use roupas leves e folgadas, evitando comprimir o abdômen

Não recomendado

- Alimentar-se de 1 a 2 horas antes da aplicação do medicamento
- O uso de alimentos gordurosos, muito temperados, quentes, ácidos, doces, além de frituras e café
- Aspirar cheiros fortes (fumaça, perfume, etc)
- Cozinhar quando estiver nauseado
- Fazer atividades que exijam esforço nos dias próximos à aplicação do medicamento (antes e depois)
- Recomenda-se conversar com os nutricionistas do HGV para que elas possam auxiliar você na escolha dos melhores alimentos e líquidos

Diarreia e Intestino Preso (Constipação)

Intestino desregulado é algo comum durante o tratamento e pode trazer desconforto como diarreia e prisão de ventre. Porque o organismo pode perder nutrientes importantes, tais como vitaminas, sais minerais e água.

O que fazer?

No caso de diarreia:

Procure ingerir líquidos em pequenas quantidades, durante todo o dia, principalmente água, beba também chás, sucos (caju, limão, goiaba), isotônicos, água de coco.

Reduza as fibras, ou seja, frutas, como mamão, laranja, mexerica, ameixa, os vegetais folhosos e alimentos na forma integral. Eles estimulam o intestino, prolongando o sintoma.

No caso de Intestino Preso:

- Procure ingerir alimentos ricos em fibras (verduras, legumes e frutas com casca ou bagaço), além de cereal integral (aveia, linhaça, farelo de trigo), que ajudarão seu intestino a funcionar
- Beba bastante líquido (8 a 10 copos/dia), como: água, chás, sucos e água de coco
- Faça atividade física regularmente

Não recomendado

- No caso de diarreia evite alimentos gordurosos, hortaliças e controle o uso de leite e derivados. Use leite desnatado e queijo tipo ricota, evite os amarelos
- No caso de intestino preso, o uso de alimentos com farinhas refinadas (pão francês, bolos, bolachas, macarrão) e preparações com batata
- A utilização de laxantes sem consultar seu médico

Alterações Hormonais e Sexuais durante o Tratamento

Pode haver suspensão temporária da menstruação, menopausa precoce nas mulheres e andropausa nos homens, levando a disfunções sexuais.

O que fazer?

- A quimioterapia, de modo geral, **não impede a vida sexual**, que pode ser mantida normalmente. No entanto, alguns cuidados são necessários:
- Algumas vezes, pode haver ressecamento vaginal que cause desconforto nas mulheres, alteração no ciclo menstrual e redução da libido em ambos os gêneros
- Devido à possibilidade de esterilidade, em mulheres e homens converse com seu médico sobre as possibilidades de preservação de fertilidade antes do início do tratamento
- Caso ocorram disfunções sexuais, converse com seu médico para que ele possa orientar você e receitar alguns medicamentos

É importante lembrar que a quimioterapia pode provocar alterações hormonais. Nas mulheres, pode ocorrer **suspensão temporária da menstruação ou menopausa precoce**, com sintomas como ondas de calor, ressecamento vaginal e diminuição do desejo sexual. Nos homens, pode acontecer a **andropausa**, levando a alterações na libido e na função sexual.

Não recomendado

- O **uso do preservativo** é fundamental durante as relações sexuais, tanto para proteger o casal de uma possível eliminação de resíduos da medicação pelo sêmen ou secreção vaginal, quanto para reduzir o risco de infecções, principalmente em períodos de baixa imunidade
- Além de evitar exposição ao medicamento, o preservativo também previne gravidez indesejada durante o tratamento

POSSO TER RELAÇÕES SEXUAIS?

Sempre converse com seu médico sobre esses efeitos e sobre as opções de **preservação da fertilidade** antes do início do tratamento.

Queda na Imunidade

As células de defesa do organismo (glóbulos brancos) quando estão em quantidade menor ou funcionando de forma enfraquecida. Isso deixa a pessoa **mais vulnerável a infecções** por vírus, bactérias e fungos.

O que fazer?

Em caso de suspeita de febre, verifique a temperatura se for maior ou igual a 37.8°C.

Não recomendado

- O contato com pessoas doentes
- Estar em aglomerações
- Consumir alimentos sem serem lavados
- Beber água sem estar filtrada
- Ovos e carnes sem estarem bem cozidos
- Usar as mãos sem estarem bem lavadas

Fadiga, Falta de Ar (dispneia) e Palidez

O cansaço, falta de ar e palidez tem diversas causas e podem estar relacionadas ao tratamento ou à própria doença.

O que fazer?

- Programe suas atividades diárias, estabeleça prioridades e realize intervalos de descanso
- O exercício físico poderá ser realizado, desde que dentro da sua capacidade física
- Equilibre sua dieta com as nutricionistas do HGV, que poderão orientar você quanto a alimentação adequada ao tratamento

Não recomendado

Descansar em excesso, pois isto pode te deixar mais cansado e sem ânimo.

☐ **IMPORTANTE:** A FEBRE E/OU OUTROS SINTOMAS SEMPRE DEVERÃO SER COMUNICADOS AO SEU MÉDICO OU ENFERMEIRA



Cuidados com cateter

Cateteres Centrais

São dispositivos que poderão ser indicados pelo médico ou enfermeiro para infusão de quimioterapia durante o tratamento. O cateter é um tubo especial inserido em uma veia e conectado a um reservatório embaixo da pele, deixando uma veia sempre acessível.

Existem vários tipos de cateteres disponíveis, os mais comuns são: Cateter Port a cath e PICC. A indicação dependerá das condições de acesso venoso do paciente e do protocolo prescrito.

PICC: Cateter Central de Inserção Periférica

É um cateter colocado em uma veia periférica e introduzido até uma veia mais calibrosa próxima ao coração, é realizado por um enfermeiro habilitado para inserção de cateter PICC.

Pode ter duas ou mais vias, o que permite a administração de diferentes tipos de medicamentos ao mesmo tempo.

Cuidados Importantes

- Não pode ser realizada punção das veias acima do local de inserção do Cateter PICC nem ser verificada a pressão arterial neste membro
- Se ocorrer o deslocamento ou saída do cateter, pressione bem o local com gaze ou com uma pequena toalha limpa e compareça à Emergência imediatamente
- A parte exterior do cateter deve permanecer sempre fechada com os conectores "tampinhas". Nunca retire os conectores das pontas do cateter e, para os cateteres com pinças, nunca abra as pinças que fecham o cateter

Atividades do Dia a Dia

- Evite dormir sobre o cateter
- Não é permitido banho de banheira, mar e piscina
- Converse com seu médico sobre a realização de atividades físicas
- Cuide para que seu animal de estimação não tenha contato com o cateter
- O curativo de PICC deve ser trocado a cada 7 dias

Cateter Venoso Central Totalmente Implantado Port-a-cath®

O Cateter Venoso Central Totalmente Implantado (Port) é composto de um tubo fino flexível estéril conectado a um pequeno reservatório. Esse tubo é introduzido até um grande vaso sanguíneo próximo ao coração.

O cateter fica totalmente instalado abaixo da pele, geralmente, na região do tórax.

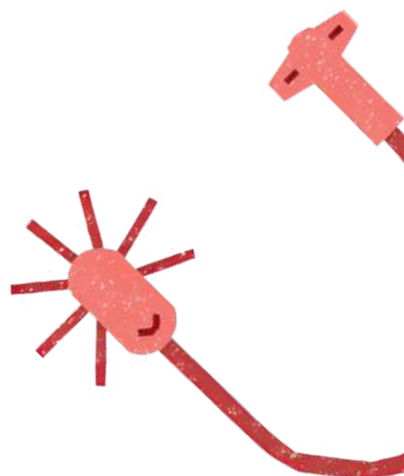
O procedimento é realizado pelo médico vascular, sob anestesia ou sedação, no Centro Cirúrgico.

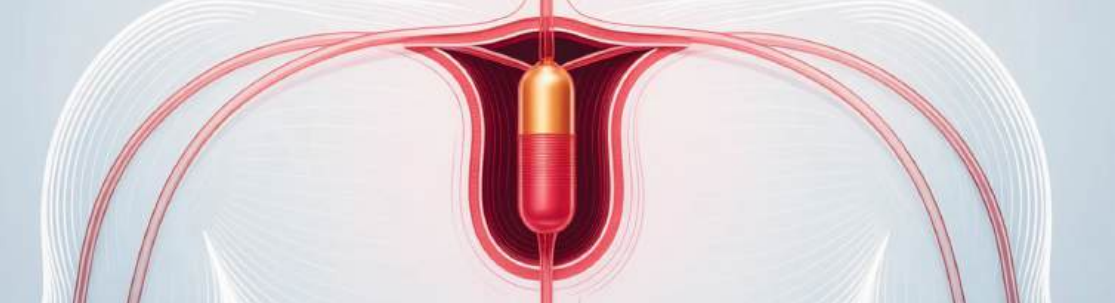
É utilizado para administração de medicamentos, soros e quimioterapia.

É necessária a punção do reservatório através da pele com uma agulha especial para a utilização do cateter.

Complicações a longo prazo:

- Infecção e/ou obstrução do cateter
- Migração ou exteriorização do cateter
- Dor no local
- Rejeição do cateter
- Extravasamento de líquidos





QUANDO É INDICADO?

É recomendado quando o tratamento requer a administração frequente de medicamentos e também quando o acesso às veias apresenta alguma restrição.

COMO É UTILIZADO?

O reservatório fica abaixo da pele na região do peito. A punção é feita por uma enfermeira, após a higienização do local. Durante a punção, os pacientes sentem uma leve sensação de picada, que diminui gradativamente.

É NECESSÁRIO USO DE CURATIVOS PARA PROTEGER MEU CATETER?

Apenas após o procedimento de colocação, durante a infusão e até cicatrização do corte, normalmente de 7 a 10 dias.

DEVO EVITAR ATIVIDADES FÍSICAS?

Depende da atividade, evite aquelas que possam causar traumas no local onde está inserido o cateter.

O QUE NECESSITO FAZER QUANDO O MEU CATETER NÃO ESTIVER EM USO?

Deverá realizar a salinização do cateter a cada 3 meses no Centro de Infusão da UNACON no HGV, após o término do tratamento para manter a permeabilidade do cateter.

Orientações para uso de medicamentos em casa

A equipe da farmácia da UNACON HGV ajudará você durante todo o seu tratamento para que os medicamentos sejam utilizados corretamente, seja no hospital ou na sua casa.

Importante: não interrompa o uso deles por conta própria, pois isso pode comprometer os próximos passos do seu tratamento.

Confira alguns cuidados com os medicamentos em casa

Armazenagem

- Mantenha sempre os medicamentos em sua embalagem original, protegidos da luz, calor e umidade
- Não é recomendado armazenar no banheiro e lugares com variações de temperatura, porque prejudicam a qualidade
- Alguns medicamentos necessitam ser guardados na geladeira, para isso, não use a porta da geladeira ou o congelador

Uso Consciente

- Engula cada comprimido ou cápsula inteiros, não quebre, esmague ou mastigue. Tome as cápsulas ou comprimidos com água e evite outros líquidos, como leite, refrigerante, ou bebidas quentes, como chás
- Se você esquecer de tomar uma dose, tome-a o mais rápido possível. No entanto, se estiver quase na hora da próxima dose, pule a dose esquecida e volte ao seu esquema posológico regular
- Não duplique a dose
- Caso tenha que tomar medicamentos via sonda ou tenha dificuldades para engolir, peça orientação da equipe da Farmácia
- Os medicamentos fazem o efeito esperado quando são tomados no horário e nas doses corretas e pelo período de uso determinado pelo médico
- Lave as mãos após tomar o medicamento

Efeitos colaterais

Apesar dos benefícios que o medicamento pode trazer, é possível que apareçam reações desagradáveis, como alergia, insônia, náusea, suor excessivo, sonolência, dentre outros. Neste caso, informe seu médico ou a equipe da Farmácia, mas não interrompa o tratamento.

Importante: Não tome medicamentos por conta própria, sem orientação ou prescrição de um profissional de saúde. Se tiver qualquer dúvida, converse com a nossa equipe da Farmácia.

Descarte de medicamentos

Todo medicamento de uso oral oferecido pela Instituição e utilizado parcialmente pelo paciente, deverá ser devolvido para a equipe de Enfermagem, na Farmácia da UNACON no HGV, em embalagem transparente.

Alimentação Adequada

A nutrição representa um importante papel no manuseio e na qualidade de vida do paciente, tendo um impacto direto na resposta ao tratamento e na tolerância às terapias.

Ela é fundamental em todos os estágios do tratamento do câncer, influenciando na resposta ao tratamento, na recuperação e na qualidade de vida dos pacientes.

Além disso, a nutrição adequada garante a melhor condição possível pré-tratamento, com recomendações para inclusão de uma dieta equilibrada com ingestão satisfatória de proteínas e de calorias para garantia de uma reserva nutricional, que certamente será utilizada nos dias seguintes. Já durante a terapia ativa (quimioterapia, radioterapia ou cirurgia) as necessidades nutricionais podem ser afetadas por efeitos colaterais, sendo necessários cuidados que envolvam a adaptação da dieta, o fracionamento da ingesta alimentar em porções menores, mas em maior frequência e a suplementação quando necessária.

Portanto, essas orientações nutricionais precoces sobre o manejo dos sintomas, podem evitar a perda de peso, da massa muscular e a desnutrição, diminuindo a toxicidade do tratamento proposto, contribuindo para a continuidade desse tratamento e para a melhoria da qualidade de vida do paciente.

Fisioterapia na Unidade de Infusão de Quimioterapia

A fisioterapia é uma grande aliada no cuidado de quem está em tratamento contra o câncer. Durante a quimioterapia, o corpo pode sentir cansaço, fraqueza muscular, alterações na respiração e até dificuldades para realizar atividades do dia a dia. A presença do fisioterapeuta nesse momento ajuda a tornar o tratamento mais seguro e a trazer mais qualidade de vida.

Pesquisas recentes mostram que exercícios leves, realizados durante a infusão da quimioterapia, podem ajudar o corpo a absorver melhor a medicação, melhorar a circulação e reduzir alguns efeitos indesejados do tratamento.

A Fisioterapia na Quimioterapia



Ajuda o corpo a aproveitar melhor a medicação



Melhora a circulação e a respiração



Mantém a força muscular e diminui o cansaço



Previne complicações respiratórias



Aumenta a disposição e a qualidade de vida

Esses exercícios são sempre adaptados às condições de cada paciente, respeitando os limites de cada organismo e garantindo a segurança durante a aplicação.

A Fisioterapia faz parte do trabalho em equipe junto com médicos, enfermeiros, farmacêuticos, nutricionistas, psicólogos e assistentes sociais, garantindo um cuidado completo e humanizado.

Cuidando das Emoções

Receber um diagnóstico de câncer é um momento desafiador, capaz de despertar sentimentos como medo, tristeza, raiva, culpa, ansiedade ou até revolta. Essas emoções, além de mudanças na forma de pensar e agir, são vivenciadas tanto pelo paciente quanto por seus familiares.

Nessa hora, o apoio psicológico é fundamental. O papel do psicólogo é auxiliar o paciente a **compreender sua doença**, oferecendo suporte emocional para lidar com as dificuldades do tratamento e desenvolver estratégias para enfrentar situações estressantes.

Por meio da **empatia, da escuta e do acolhimento**, o psicólogo ajuda a pessoa a entender melhor o que está sentindo, a se sentir cuidada e respeitada em sua vivência, promovendo qualidade de vida, equilíbrio e evolução pessoal.

Procure ajuda!

A saúde mental é a base para enfrentar o tratamento e manter o bem-estar de pacientes e familiares.

Dicas para lidar com as Emoções

RESPIRE FUNDO

É uma das técnicas mais simples e utilizadas para acalmar a mente e desacelerar um pouco o corpo.

Respire de forma tranquila, lenta e profunda, assim ajuda a reduzir o estresse e promove o seu relaxamento.

ESCREVA SOBRE O QUE SENTE E CONVERSE COM ALGUÉM DE CONFIANÇA

Escrever sobre esse processo permite organizar pensamentos e é uma forma de você aliviar a mente.

Já conversar com alguém sobre o que você sente pode trazer conforto e sensação de acolhimento, pode ser um familiar, amigo ou profissional de saúde.

FAÇA ALGO QUE TE ACALME

Ouvir músicas, pintar, assistir um filme, etc. São ideias que você podem ser utilizadas durante este processo.

FAÇA ATIVIDADE FÍSICA

A prática regular de exercícios proporciona bem-estar e redução de estresse, além de estimular as defesas naturais do organismo a lutarem contra a doença.

Benefícios Sociais

O que são esses direitos?

São direitos sociais específicos para pacientes com câncer, visando amparar, proteger e assegurar mais dignidade durante o tratamento garantidos pela legislação brasileira.

Quem tem direitos?

Pessoas com diagnóstico de câncer, em qualquer idade, independente da classe social ou tipo de tratamento tendo atestado médico com validade não superior a 30 dias contendo o diagnóstico de Câncer e o estágio clínico.

Onde requerer?

- **INSS:** Auxílio-doença, aposentadoria por invalidez e BPC/LOAS (para quem tem baixa renda)
- **Receita Federal:** Isenção de Imposto de Renda (para aposentados com câncer)
- **Secretaria da Fazenda (estadual):** Isenção de IPVA e ICMS (veículos)
- **Caixa Econômica / Banco do Brasil:** Saque do FGTS e PIS/PASEP
- **CRAS (município):** Apoio para BPC/LOAS e orientações sociais

Conheça alguns desses direitos

- Aposentadoria por invalidez
- Benefício da Prestação Continuada LOAS
- Isenção do Imposto de Renda para os aposentados
- Saque integral do PIS/PASEP e FGTS, pelo paciente ou por seu representante legal
- Licença para tratamento de saúde, "auxílio doença" para os pacientes que possuam vínculo com o INSS
- Andamento judiciário prioritário
- Fornecimento de remédios pelo SUS
- Cirurgia de reconstrução mamária
- Direito ao acesso a medicamentos de alto custo
- Gratuidade no transporte intermunicipal proporcionado pelas Prefeituras
- "Tratamento Fora do Domicílio" ou "Vale Social"
- Encaminhamento para Casa de Apoio
- Quitação de financiamento de imóvel pelo sistema financeiro de habitação

☐ Caso necessite de mais informações sobre a documentação necessária para a liberação dos benefícios, procure o Serviço Social do HGV.



Busque um Serviço de Urgência ou Marque uma Consulta Médica

Fique atento a sinais de alerta que exigem avaliação médica imediata, como:

- **Febre acima de 37,8 °C, acompanhada de calafrios ou tremores**
- **Mais de três episódios de diarreia líquida em 24 horas**
- **Náuseas e vômitos intensos que dificultam a ingestão de alimentos e líquidos**
- **Dor persistente que não melhora com as medicações em uso**
- **Falta de ar recente ou piora da respiração**
- **Qualquer tipo de sangramento, incluindo presença de sangue na urina ou nas fezes**
- **Urina em volume ou frequência menores do que o habitual**
- **Episódios de desmaio ou perda de consciência**

☐ Procure ajuda médica sempre que apresentar sintomas que não consiga identificar ou quando sentir que seu estado de saúde está piorando.

Dúvidas frequentes

A QUIMIOTERAPIA CAUSA DOR?

O paciente poderá sentir um leve desconforto semelhante a uma picada de agulha, no momento da punção na veia.

É PERMITIDO TOMAR OUTROS MEDICAMENTOS?

O médico deve ser informado caso o paciente tenha outros problemas de saúde. Não deixe de fazer uso de medicamentos que você já utiliza. Ex.: diabetes e hipertensão.

É PERMITIDO O CONSUMO DE BEBIDAS?

É aconselhável parar ou evitar o consumo durante o tratamento de quimioterapia.

MESMO SEM TER SINTOMAS, POR QUE CONTINUAR FAZENDO QUIMIOTERAPIA?

O paciente mesmo não apresentando sintomas, as aplicações não devem ser suspensas. Isso só comprova que o paciente está respondendo bem ao tratamento.

POSSO VIAJAR?

Sempre informe seu médico sobre a decisão de viajar. Caso ele esteja de acordo, não haverá impedimento para que o paciente passe alguns dias viajando. Se durante a viagem, apresentar febre e/ou outros sintomas, deverá entrar em contato com seu médico ou enfermeira, imediatamente.

COMO OS QUIMIOTERÁPICOS SÃO ELIMINADOS PELO CORPO?

Após cumprirem seu efeito, os medicamentos da quimioterapia são eliminados principalmente pela urina, mas também podem estar presentes nas fezes, vômito, suor, lágrimas, sêmen e até no leite materno.

Por isso, é fundamental adotar alguns cuidados durante e até três dias após a quimioterapia:

- Sempre que usar o vaso sanitário, dê descarga três vezes seguidas, mantendo a tampa fechada
- Caso ocorra vômito, quem for realizar a limpeza deve usar luvas, higienizar de fora para dentro com papel absorvente e descartar o material em dois sacos plásticos bem fechados. Finalize a limpeza com água sanitária
- No caso de crianças e bebês, evite o contato direto com fraldas sujas nesse período

Esses cuidados ajudam a proteger você e as pessoas ao seu redor, ao reduzir riscos de exposição ao medicamento.

POSSO TOMAR VACINAS?

É importante pensar com cautela a respeito de vacinas durante o tratamento de câncer, visto que normalmente a imunidade do paciente fica baixa, expondo o corpo e a saúde. Comunique seu médico antes de tomar alguma vacina.

Glossário

Acesso venoso – Forma de entrada do medicamento na corrente sanguínea, geralmente pela veia.

Agente quimioterápico – Medicamento utilizado no tratamento do câncer para destruir ou impedir a multiplicação das células tumorais.

Alopecia – Queda de cabelos e pelos do corpo.

Anemia – Redução da quantidade de hemoglobina ou glóbulos vermelhos no sangue, causando fraqueza e palidez.

Antiemético – Medicamento utilizado para prevenir ou tratar náuseas e vômitos.

Aplicação medular – Diminuição da produção de células sanguíneas pela medula óssea.

Cateter – Tubo fino e flexível introduzido no corpo para administrar medicamentos, líquidos ou coletar sangue.

Cateter Port-a-cath® – Dispositivo totalmente implantado sob a pele que permite acesso frequente às veias para quimioterapia.

Cateter PICC – Cateter central de inserção periférica, colocado em uma veia do braço e avançado até próximo ao coração.

Citotóxico – Substância capaz de destruir células, incluindo as tumorais.

Constipação – Dificuldade para evacuar ou funcionamento lento do intestino (prisão de ventre).

Diarreia – Aumento do número de evacuações, geralmente com fezes mais líquidas.

Dispneia – Sensação de falta de ar ou dificuldade para respirar.

Efeitos colaterais – Reações indesejadas que podem ocorrer durante o uso de medicamentos ou tratamentos.

Extravasamento – Saída do medicamento para fora da veia, causando dor, inchaço ou vermelhidão no local da aplicação.

Fadiga – Sensação intensa de cansaço físico e mental.

Febre neutropênica – Aumento da temperatura corporal durante a queda da imunidade, exigindo atenção médica imediata.

Glóbulos brancos (leucócitos) – Células de defesa do organismo responsáveis por combater infecções.

Hipertemia – Aumento da temperatura corporal acima do normal.

Imunidade – Capacidade do organismo de se defender contra infecções.

Infecção oportunista – Infecção causada por microrganismos que normalmente não afetam pessoas saudáveis, mas que se manifestam quando a imunidade está baixa.

Metástase – Disseminação de células cancerígenas para outras partes do corpo.

Mucosite – Inflamação da mucosa da boca e garganta, que pode causar dor, aftas e dificuldade para se alimentar.

Neutropenia – Redução dos glóbulos brancos responsáveis pela defesa do organismo, aumentando o risco de infecções.

Náusea – Sensação de enjoo, frequentemente acompanhada de vontade de vomitar.

Oncologia – Área da medicina que estuda e trata o câncer.

Palpitação – Sensação de batimento cardíaco acelerado ou irregular.

Parestesia – Formigamento ou sensibilidade alterada em mãos e pés, comum em alguns tipos de quimioterapia.

Quimioterapia – Tratamento que utiliza medicamentos para combater células cancerígenas.

Radioterapia – Tratamento que utiliza radiação para destruir células cancerígenas.

Salinização do cateter – Técnica de manutenção em que se utiliza soro fisiológico para evitar entupimento do cateter.

SUS (Sistema Único de Saúde) – Sistema público de saúde brasileiro, que garante tratamento gratuito, incluindo a quimioterapia.

Trombose – Formação de coágulos sanguíneos que podem obstruir veias ou artérias.

Toxicidade – Conjunto de efeitos indesejados causados por um medicamento ou tratamento.

Tricotilomania – Termo médico que descreve perda ou queda acentuada de cabelos e pelos.

Úlceras orais – Feridas na boca, geralmente dolorosas, provocadas por mucosite.

Vasculite – Inflamação dos vasos sanguíneos, que pode ocorrer como complicação do tratamento.

Referências

1. A.C. CAMARGO CANCER CENTER. Manual de quimioterapia. São Paulo: A.C. Camargo Cancer Center, 2017.
2. BARREIRO, Taiane Dias; KABKE, Geórgia Brum; STEEMBURGO, Thais. Elaboração de um guia prático com orientações nutricionais para pacientes em tratamento oncológico atendidos em um hospital de referência do RS. Clinical and Biomedical Research, Porto Alegre, 2024.
3. CORREIA, A. C. B. S. Tratamento fisioterapêutico por terapias integrativas em pacientes oncológicos durante infusão de quimioterapia. 2019. Dissertação (Mestrado em Ciências da Reabilitação) – Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2019.
4. CORMIE, P. et al. Physical exercise and cancer: exploring chemotherapy infusion as an opportunity for activity. Current Oncology Reports, v. 16, n. 8, p. 386, 2014.
5. DA PRAT, V. et al. Nutritional care for cancer patients: are we doing enough? Frontiers in Nutrition, 2024.
6. FERREIRA, Anne Rodrigues; FERREIRA, Elaine Barros; CAMPOS, Monica Chiodi Toscano de; REIS, Paula Elaine Diniz dos; VASQUES, Christiane Inocêncio. Medidas de biossegurança na administração de quimioterapia antineoplásica: conhecimento dos enfermeiros. Revista Brasileira de Cancerologia, Rio de Janeiro, v. 62, n. 2, p. 137-145, 2016.
7. INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA – INCA. Bem-estar, qualidade de vida e redução do estresse durante o tratamento quimioterápico: orientações aos usuários. Rio de Janeiro: INCA, 2019.
8. INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA – INCA. Direitos sociais da pessoa com câncer: orientações aos pacientes. 5. ed. Rio de Janeiro: INCA, 2020.
9. MAIA, M. R. et al. Boas práticas para a manipulação de fármaco citotóxico oral: recomendações para os profissionais da enfermagem, pacientes. 2025.
10. MINARINI, E. et al. Health-related quality of life of Brazilian cancer patients indicated for chemotherapy. Annals of Oncology, 2024.
11. PEREIRA, L. F. S. Aspectos nutricionais dos pacientes em tratamento oncológico: uma revisão sistemática. Revista Contemporânea, v. 4, n. 5, p. e3405, 2024.
12. SILVA, R. J. G. et al. Factors associated with the nutritional status of women with non-metastatic breast cancer in a Brazilian high complexity oncology center. Nutrients, v. 15, n. 23, art. 4961, 2023.
13. SOUZA, Gilberto Barcelos; MELO NETO, Luiz Filgueira de. Guia para protocolos de oncologia na prática. v. 3. 2022.
14. TABACCHI, F. et al. Beyond the cherry on top: positioning nutrition where it matters in cancer care. European Journal of Oncology Nursing, 2025.
15. TEIXEIRA, T. O. A. et al. Cancer care in the COVID-19 era and psychosocial impacts on oncology nursing in Brazil. eocancer, 2021.
16. TRUJILLO, E. B. et al. Malnutrition risk screening in adult oncology outpatients: An international cohort study. Journal of Parenteral and Enteral Nutrition (JPEN), 2024.
17. UNIMED PRIMAVERA. Manual do paciente oncológico. Teresina: Hospital Unimed Primavera, 2020.
18. VASQUES, C. I.; REIS, P. E. D.; CARVALHO, E. C. Manejo do cateter venoso central totalmente implantado em pacientes oncológicos: revisão integrativa. Acta Paulista de Enfermagem, São Paulo, v. 22, n. 5, p. 696-701, 2009.
19. ZIMMER, P. et al. Flexibility exercise of cancer survivors during chemotherapy infusion. International Journal of Sports Medicine, v. 35, n. 8, p. 696-701, 2014.



Palavras que Cuidam

Cuidar é seguir, mesmo nos dias difíceis.

É confiar na vida, na ciência e no amor.

Cada passo é parte do caminho.

Que esta cartilha te acompanhe com
leveza e esperança.

Você não está só.

Equipe PRMAO

**Programa de Residência Multiprofissional
em Atenção à Oncologia**



PRMAO - UESPI