



**A.C. Camargo Cancer Center**

Centro Integrado de Diagnóstico, Tratamento, Ensino e Pesquisa

*Orientações para pacientes*

**Quimioterapia**

*Entender a quimioterapia e seus efeitos colaterais é uma parte muito importante de seu tratamento. Por isso, queremos explicar para você o que o seu corpo precisa neste momento para contornar tudo isso e passar pelo tratamento da melhor forma possível.*

*A quimioterapia atinge todas as células, inclusive as saudáveis. Então, é comum você sentir indisposição, como náuseas, boca seca e pele sensível. Mas alguns sintomas são esporádicos. Se sua boca está seca hoje não significa que estará amanhã. Aquele alimento causa enjoos? Talvez isso aconteça uma vez só. O fundamental é saber que tipos de sintomas podem surgir e a melhor forma de lidar com eles.*

**Esclareça todas as dúvidas para que você entenda e participe do seu tratamento.**

# Nossas unidades para você realizar suas sessões de quimioterapia

## Unidade Antônio Prudente\*

Rua Professor Antônio Prudente, 211  
Liberdade - São Paulo/SP - Telefone: 11 2189-5000

Segunda a sexta-feira, das 7h às 21h  
Sábado, das 7h às 15h / Domingo, das 7h às 14h



## Unidade Tamandaré

Rua Tamandaré, 753  
Liberdade - São Paulo/SP - Telefone: 11 2189-5000

Segunda a sexta-feira, das 7h às 19h



## Unidade Santo André\*

Av. Lino Jardim, 171  
Vila Bastos - Santo André/SP - Telefone: 11 2789-0000

Segunda a sexta-feira, das 9h às 18h



## Unidade Morumbi\*

Av. Prof. Francisco Morato, 512  
Morumbi - São Paulo/SP - Telefone 55 11 3215-0250

Segunda a sexta-feira, das 9h às 18h



\* Unidades para pacientes do convênio e particular

# Como é feito o tratamento?

*A quimioterapia é o tratamento que utiliza medicamentos com o objetivo de destruir, controlar ou inibir o crescimento de células tumorais.*

## **Via oral (pela boca):**

medicamento em forma de comprimidos, cápsulas ou líquidos.



## **Intravenosa (pela veia):**

a medicação é aplicada diretamente na veia, por meio de cateter periférico ou central.



## **Intramuscular (pelo músculo):**

a medicação é aplicada por meio de injeções no músculo.



## **Subcutânea:**

a medicação é aplicada por injeções no tecido subcutâneo.



## Quanto tempo demora o tratamento?

A duração do tratamento varia de acordo com cada paciente. O seu médico e toda a equipe farão um planejamento, que pode ser alterado em função de vários fatores, como, por exemplo, o resultado dos exames de sangue.

O tempo de aplicação da medicação vai depender do tipo de tratamento determinado pelo seu médico e somente ele poderá indicar a suspensão ou seu término.

Uma equipe multidisciplinar especializada, composta por psicólogos, enfermeiros, médicos, farmacêuticos e nutricionistas, estará acompanhando você durante todo o tratamento para minimizar ao máximo o desconforto dos efeitos colaterais e esclarecer suas dúvidas. É importante que você entenda todos os passos a serem seguidos para que o tratamento seja um sucesso.

## Orientações para a sua sessão

- Faça uma alimentação leve antes da quimioterapia e evite o jejum.
- Não agende outros compromissos no dia da sessão de quimioterapia. Este dia é exclusivo para o seu tratamento.
- Use roupas confortáveis, lembre-se de trazer uma blusa de frio, devido ao ar-condicionado no local. Faça algo que você goste, como ler, pintar, ouvir música ou assistir um filme. Essas atividades podem reduzir a ansiedade e fazer o tempo passar mais depressa.

# No dia da sua sessão de quimioterapia

O atendimento é realizado de acordo com o horário agendado.

Caso o seu médico tenha solicitado exame de sangue antes da quimioterapia, basta comparecer no laboratório com 45 minutos de antecedência. Para coleta do hemograma pré-quimioterapia, não é necessário jejum. Para demais exames, siga as orientações do laboratório.

Se a sua sessão está agendada aos domingos, você deve realizar os exames laboratoriais com um dia de antecedência.

Procure vir com um acompanhante. Caso não seja possível a permanência do acompanhante durante todo o período, combine com alguém próximo para vir buscar você, porque alguns medicamentos podem dar sono. Evite trazer crianças e gestantes como sua acompanhante.

Traga seus documentos pessoais, o protocolo de coleta do exame de sangue ou o resultado do hemograma.

No momento da triagem, antes da administração das medicações, informe qualquer alteração (febre, resfriado, diarreia, ardência ao urinar, etc.) e os medicamentos de uso contínuo em domicílio.

## Efeitos colaterais

O tratamento de quimioterapia pode causar diversos efeitos colaterais. Porém, o aparecimento deles depende de alguns fatores, como, por exemplo, o tipo de droga a ser utilizada, da doença, o histórico e estado de saúde do paciente, entre outros. Por isso, nem todos os efeitos colaterais irão se manifestar em todos os pacientes.

## Risco de infecção

A quimioterapia pode causar queda no número de glóbulos vermelhos, brancos e plaquetas. Em relação aos glóbulos brancos, pode haver uma redução no número das células de defesa (neutropenia) e alguns cuidados devem ser instituídos.

Pela baixa imunidade do seu organismo, algumas infecções podem aparecer durante o tratamento, aumentando o risco do corpo ser invadido por agentes como vírus, bactérias, fungos e outros. A prevenção é a chave para combater essas possíveis complicações no tratamento.

Procure ficar próximo às áreas de maior circulação de ar em locais fechados e aglomerados, como shows, shoppings e festas.

Evite contato direto e prolongado com animais domésticos.

Restrinja o contato com pessoas que estejam com qualquer doença contagiosa, infecciosa ou com febre de origem desconhecida.

Se ocorrer algum machucado, lave com água e sabão. Se houver vermelhidão, calor, secreção ou inflamações, fale com seu médico ou com o enfermeiro.

**Importante:** se tiver febre maior ou igual a 37,8 °C (temperatura axilar) você deve procurar a Emergência do A.C. Camargo Cancer Center.

## Unhas



A quimioterapia pode alterar a forma, cor e crescimento das unhas, tornando-as frágeis e quebradiças. Essas características costumam desaparecer após o término do tratamento. Além da pigmentação, podem ocorrer alterações na estrutura da unha, algumas vezes dolorosa, com aparecimento de linhas ou ranhuras, deformidades e até descolamento. Algumas vezes pode ser necessário ajuste na quimioterapia e medicação se houver micose associada.

Não retire a única proteção das unhas, que são as cutículas. Use cremes hidratantes para cutículas e empurre-as delicadamente, cortando somente o que levantar, sem aprofundar a retirada da cutícula. Não há restrição para o uso de esmaltes durante o tratamento quimioterápico.

## Pele

A pele apresenta maior sensibilidade ao sol durante a quimioterapia e precisa de cuidados para evitar manchas. Proteja-a com protetor solar de fator 30, no mínimo (que deve ser renovado com frequência). Use sabonetes neutros e tome banhos mornos. Para lavar louça ou para realizar outras atividades domésticas, utilize luvas e evite o calor excessivo. Poderá ocorrer ressecamento com descamação da pele, principalmente nas mãos. Hidrate com um creme dermatológico, sem perfume excessivo.

# Queda de cabelos, cílios e pelos do corpo

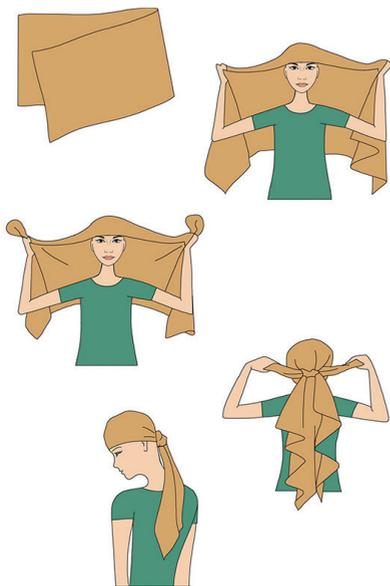
A queda de cabelos e demais pelos do corpo pode ocorrer de forma total ou parcial. A queda depende dos medicamentos utilizados no tratamento e varia de pessoa para pessoa.

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.

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. Você também pode optar por utilizar apenas lenços para cobrir a cabeça. Existem diversas formas de amarrar e a cada dia criar um visual diferente.

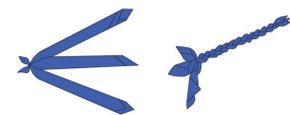
## Formas de utilizar lenços para cobrir a cabeça



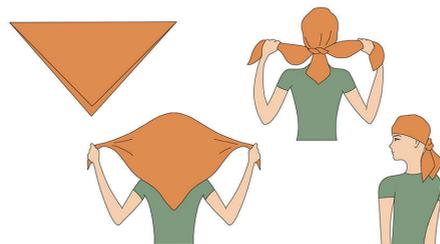
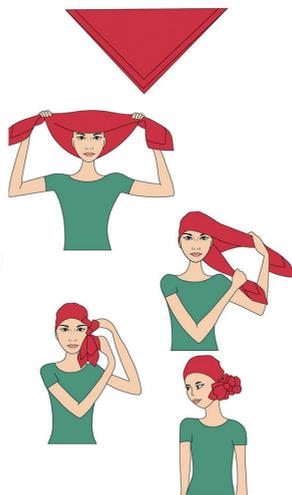


## Formas de utilizar lenços para cobrir a cabeça





## Formas de utilizar lenços para cobrir a cabeça



De maneira geral, tonalizantes sem amônia são bem tolerados.

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.***



### ***Homens***

Proteja o couro cabeludo da exposição solar. Faça uso de protetor solar ou bonés, boinas e chapéus.

# Maquiagem

Você poderá utilizar maquiagem durante o seu tratamento, desde que ela seja hipoalergênica. Evite os produtos à prova d'água.

# Cansaço

O cansaço tem diversas causas e pode estar relacionado ao tratamento ou à própria doença.

Planeje 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. Nossas nutricionistas poderão orientar você quanto a alimentação adequada ao tratamento.

# Vida sexual e fertilidade

## **Mulheres**

**Vida sexual:** não há qualquer restrição à atividade sexual durante a quimioterapia. Algumas vezes, pode haver ressecamento vaginal que cause desconforto e, então, o gel lubrificante à base de água pode ser utilizado. Caso ocorram alterações neste sentido, converse com seu médico para que ele possa orientar você e receitar alguns medicamentos, se necessário.

**Ciclo menstrual e gravidez:** durante o tratamento de quimioterapia, você deve evitar a gravidez. Seu ciclo menstrual pode ter algumas alterações, inclusive com ausência de menstruação. Por isso, métodos contraceptivos que utilizem a análise do período fértil (tabelinha) não devem ser utilizados, pois não serão eficazes. Informe atrasos menstruais ao seu médico e/ou enfermeiro. Preservativos ou métodos não hormonais deverão ser utilizados e discutidos caso a caso com seu médico.

**Fertilidade:** a quimioterapia pode causar infertilidade em mulheres. Converse com seu médico sobre as possibilidades de preservação de fertilidade antes do início do tratamento.

## **Homens**

**Vida sexual:** a quimioterapia pode afetar os níveis hormonais, trazendo eventualmente alterações de libido.

É recomendado o uso de preservativo para a sua proteção pessoal e para prevenção de gravidez de sua parceira.

**Fertilidade:** converse com seu médico sobre as possibilidades de preservação de fertilidade antes do início do tratamento.

# Alteração da sensibilidade periférica das mãos e pés

O tratamento quimioterápico pode induzir a perda da sensibilidade nas mãos e nos pés.

- Utilize proteção (luvas e meias) para manipulação, toque de objetos e superfícies frias ou metálicas.
- Examine sua pele diariamente em busca de alterações (feridas, manchas, etc.).
- Use sapatos que calcem bem, tenham solados baixos e sejam macios.
- Na presença ou piora dos sintomas de alteração da sensibilidade, fale com seu médico.

## Náusea e vômito

A náusea é um dos efeitos colaterais mais comuns do tratamento, mas pode ser prevenida e tratada com o uso de medicações específicas e pelas orientações dadas pela equipe multidisciplinar.

- Utilize as medicações prescritas, conforme orientação. Se houver dúvidas, consulte o enfermeiro e/ou médico.
- Recomenda-se que a dieta seja fracionada, alimentando-se várias vezes ao dia e em quantidades menores.

- Conheça o seu corpo. Tente identificar fatores que desencadeiem a náusea e o vômito (ansiedade, medo, cheiros, gostos, etc.) e procure evitá-los.
- Evite alimentos gordurosos, quentes e condimentados; mantenha boa hidratação oral.

***Converse com as nossas nutricionistas para que elas possam ajudar a indicar quais os melhores alimentos para esta fase do tratamento.***

## **Aftas ou feridas na boca**

É a alteração da mucosa oral, desde uma sensação de alteração da espessura, ardência ou aftas orais. 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).

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 lábios.

**Dentista:** durante o tratamento com quimioterapia, procedimentos dentários devem ser evitados, incluindo limpezas. Caso haja alguma emergência, o médico deverá ser comunicado e discutirá com o dentista as opções possíveis.

**Importante:** se as aftas orais estiverem interferindo em sua alimentação, procure a Emergência do A.C. Camargo Cancer Center.

# Perda de apetite

A quimioterapia pode induzir à perda de apetite. Algumas medidas podem auxiliá-lo no controle deste sintoma. Isso é chamado de inapetência e pode causar perda de peso em decorrência da nutrição inadequada.

- Alimente-se várias vezes ao dia e em quantidades menores.
- Conheça o seu corpo. Tente identificar fatores que desencadeiem a náusea e o vômito (ansiedade, medo, cheiros, gostos, etc.) e procure evitá-los.

Converse com as nossas nutricionistas para que elas possam auxiliar você na escolha dos melhores alimentos e líquidos.

# Prisão de ventre ou diarreia

Intestino desregulado é algo comum durante o tratamento e pode trazer desconforto.

Se for diarreia, o organismo pode perder nutrientes importantes, como vitaminas, sais minerais e água. Por isso, é muito importante se hidratar. Procure ingerir líquidos em pequenas quantidades, durante todo o dia, principalmente água.

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 prisão de ventre, a orientação é ao contrário: procure comer mais fibras, presente nas frutas secas ou com casca. Inclua cereais em todas as refeições, como aveia, por exemplo. Vão ficar mais gostosas e ajudarão seu intestino a funcionar.

Somente utilize laxantes após conversar com seu médico.

# Atividade física

O exercício físico durante a quimioterapia pode melhorar o funcionamento do corpo, diminuir a sensação de cansaço causada pela tratamento, diminuir a ansiedade e aumentar a autoestima.

Além disso, os exercícios também podem ajudar a manter a composição corporal adequada (ou seja, a distribuição entre músculos, gordura e ossos no corpo), a diminuir a perda de massa muscular e a manter o coração funcionando bem.

Mesmo com todos esses possíveis benefícios, é muito importante que você tenha cuidado redobrado durante os exercícios. Se você não tinha o hábito de realizar atividades físicas antes de começar o tratamento, comece com atividades leves e de pouca duração.

É sempre importante conversar com seu médico antes de iniciar uma atividade física, pois alguns procedimentos realizados durante o tratamento podem dificultar algumas modalidades.

# Contato com animais

Ter um animal de estimação é muito gratificante e pode ajudar a se sentir mais feliz. No entanto, é importante que alguns cuidados sejam realizados.

Como há muitos tipos diferentes de infecções que podem ser passadas dos animais para os humanos, é importante que as boas práticas de higiene sejam mantidas o tempo todo.

- Leve o seu animal periodicamente ao médico veterinário, para que esteja sempre saudável.
- Mantenha as vacinas e a vermifugação do seu animal em dia.
- Dê banhos periódicos, conforme a necessidade de higiene, mantendo seu animal sempre limpinho.
- Evite beijá-lo e que ele lamba seu rosto (bochecha, nariz, boca, olhos).
- Restrinja o acesso deles em seu quarto e em sua cama durante o tratamento.
- Mantenha as garras e unhas do seu animal sempre aparadas para evitar qualquer lesão em sua pele, como os arranhões.
- Deixe as caminhas, casinha, cobertores e brinquedos sempre limpos.

# Vacinação

Comunique seu médico antes de tomar alguma vacina.

## Orientações para administração de medicamentos em casa

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

## **Consumo**

- Tome as cápsulas ou comprimidos com água e evite outros líquidos, como leite, refrigerante, ou bebidas quentes, como chás.
- 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.

## **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 Central de Quimioterapia, em embalagem transparente.

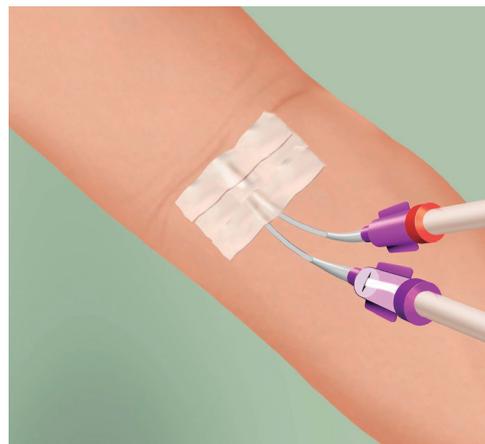
# Cuidados com cateter

## Cateteres Centrais

São dispositivos que poderão ser indicados pelo médico ou enfermeiro para infusão de quimioterapia durante o tratamento. 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.
- 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.



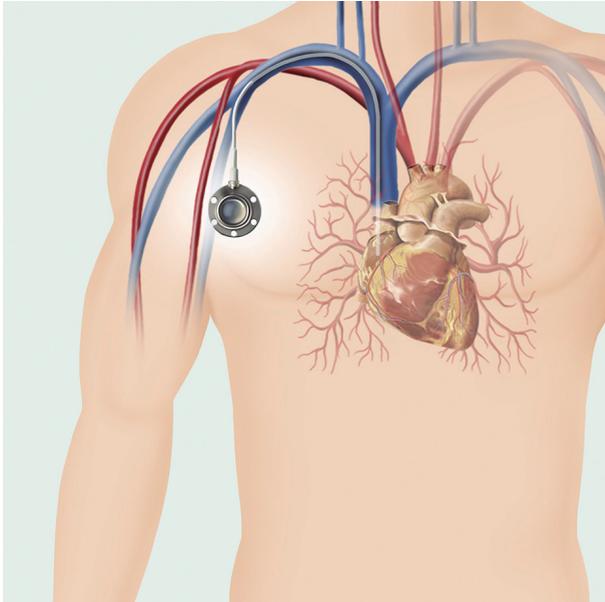
# Cuidados

- 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.
- Evite dormir sobre o cateter.
- Não é permitido banhos 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 tipo Hickman® ou Permicath®

- É um cateter colocado pelo médico vascular em uma veia calibrosa próxima ao coração, sob anestesia ou sedação, no Centro Cirúrgico.
- O cateter é passado por baixo da pele formando um túnel antes de chegar à veia.
- O cateter pode ter duas ou mais vias, o que permite a administração de diferentes tipos de medicamentos ao mesmo tempo.
- O cateter é fixado com um curativo especial para que não saia de sua posição inicial, devendo 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.





Central de Relacionamento:

**11 2189-5000**

Agendamento de consultas, exames e informações.

**Segunda a sexta-feira, das 7h às 19h.  
Sábado, das 8h às 14h.**

Ouvidoria:

**11 2189-5170**

Reclamações, elogios ou sugestões de pacientes e acompanhantes referentes ao atendimento oferecido e serviços prestados.

Segunda a quinta-feira, das 8h às 18h.  
Sexta-feira, das 8h às 17h.

[ouvidoria.clientes@accamargo.org.br](mailto:ouvidoria.clientes@accamargo.org.br)



[www.accamargo.org.br](http://www.accamargo.org.br)

Dra. Raquel M. Bussolotti  
Responsável Técnica  
CRM - SP 77005