

ORIENTAÇÕES GERAIS
AOS PACIENTES EM
tratamento

NO AMBULATÓRIO DE TERAPIAS
DE ALTA COMPLEXIDADE DO
HOSPITAL UNIMED

Unimed
Santa Maria/RS





Os tratamentos realizados no ambulatório se darão através de agendamento prévio, solicitamos pontualidade para que possamos prestar o melhor atendimento com segurança.



Para o agendamento é necessário autorização do convênio.



Solicitamos a gentileza de sempre trazer consigo a carteira do convênio e a carteira de identidade.

Fique atento(a)!

Aos pacientes que iniciarão tratamento, aconselhamos que se informem com a operadora sobre as coberturas e coparticipações estipuladas em contrato, tendo em vista a singularidade de cada caso.

As informações contidas neste guia são gerais, e não devem substituir as orientações dadas pessoalmente pelo seu médico.

Estamos à disposição para auxiliar no que for necessário.

Índice

4. Apresentação do serviço

6. Terapias

9. Crioterapia

11. Para o seu bem-estar

14. Orientações nutricionais

22. Manejo de efeitos colaterais

28. Direitos sociais dos pacientes com câncer

31. O psicólogo pode te auxiliar

34. Grupo de apoio

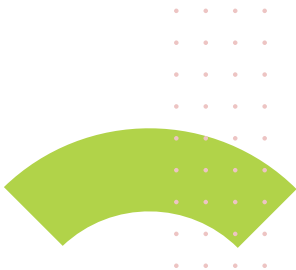


Apresentação do serviço

O Ambulatório de Terapias de Alta Complexidade (ATAC) é responsável pela aplicação de medicamentos em pacientes de todas as faixas etárias e com diferentes tipos de doenças como: neoplasias, leucemias, linfomas e doenças que necessitam terapias imunes relacionadas a diversos órgãos e sistemas.

O setor disponibiliza espaços personalizados para atendimento individualizado, divididos em sala adulta e pediátrica, que possuem entretenimento e recursos audiovisuais.

A humanização é palavra-chave no Ambulatório, onde sorrisos e palavras de incentivo são parte do tratamento. Esse atendimento é dado aos pacientes através de uma equipe multidisciplinar formada por médicos, enfermeiros, técnicos em enfermagem, farmacêuticas, nutricionista, assistente social, psicólogo e auxiliares administrativos.





Responsável Técnico:

Dr. Juarez Chiesa

Oncologista Clínico | CRM/RS 17488



Horário de Funcionamento:

Segunda a sexta das 08h às 18h



Ambulatório de Terapias de Alta Complexidade:

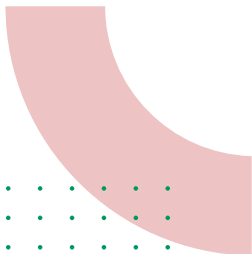
(55) 3028.7423 (Recepção)

(55) 3028.7427 (Enfermagem)



Hospital Unimed Santa Maria:

(55) 3026.6565



Terapias

A modalidade de tratamento é definida individualmente conforme cada caso. E pode incluir diferentes formas: Quimioterapia, Radioterapia, Cirurgia, Imunoterapia, Hormonoterapia e Transplante de Medula Óssea.

São maneiras de administração desses medicamentos:

Via Oral:

São medicamentos em forma de comprimidos, cápsulas e/ou líquidos que você pode tomar em casa.

Via Intramuscular:

O medicamento é aplicado por meio de injeções no músculo.

Via Subcutânea:

O medicamento é aplicado por meio de injeção no tecido gorduroso acima do músculo.

Via Intratecal:

O medicamento é aplicado no líquido (líquido da espinha), administrado pelo médico em uma sala própria ou no centro cirúrgico.

Via Intravenosa:

O medicamento é aplicado na veia na forma de injeção ou dentro do soro.

PICC:

Cateter de inserção periférica que permite a infusão de medicamentos de longa duração.

Portocath:

Cateter de inserção central que permite a infusão de medicamentos de longa duração.



Os tratamentos de alta complexidade podem acometer células normais e saudáveis. Sendo assim, efeitos colaterais podem ocorrer durante o tratamento.



Atenção aos sintomas que exigem o seu contato com o médico assistente e a procura do hospital

- Febre acima de 37.8°C Dor que não alivia com o medicamento prescrito pelo médico assistente;
- Vômitos persistentes sem alívio com uso de medicamento prescrito pelo médico assistente;
- Diarreia contínua;
- Dificuldade para respirar (falta de ar);
- Sangramento significativo em qualquer local;
- Alteração no local de aplicação do quimioterápico como inchaço ou ferida;
- Sinais de infecção (tosse produtiva, dor de garganta e ardência ao urinar).

Crioterapia



O Ambulatório de Terapias de Alta Complexidade do Hospital Unimed oferece essa maneira efetiva de combater a queda de cabelo induzida pela quimioterapia e pode preservar total ou parcialmente o cabelo.

A tecnologia utilizada no Hospital da Unimed é o Sistema Paxman, empresa inglesa, pioneira e líder mundial na tecnologia de resfriamento controlado do couro cabeludo desde 1997, sendo hoje referência mundial nessa técnica.

A touca do resfriamento do couro cabeludo causa a vasoconstrição, ou seja redução do fluxo sanguíneo normal no couro cabeludo, resultando menor quantidade de medicamento sendo entregue ao folículo capilar.



“Disponibilizar a touca aos pacientes impacta positivamente em diversos aspectos durante o tratamento, como autoestima, convívio social e enfrentamento doença.”

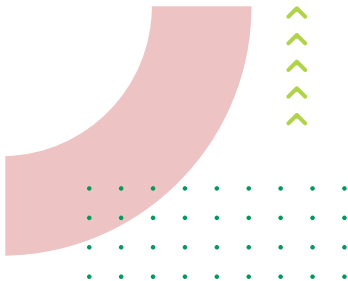
Para o seu bem-estar



- Mantenha o sono em dia, pois o cansaço é comum durante o tratamento.
- Lave as mãos sempre antes de cada refeição e sempre que for ao banheiro.
- A atividade física é fundamental durante o seu tratamento. A prática vai melhorar a sua disposição e ajudar a manter seu peso saudável, favorecendo a manutenção da massa muscular e melhorando a sua qualidade de vida. Converse com seu médico para saber qual o exercício mais indicado pra você durante o tratamento.
- Se você apresentar vômito, lave a sua roupa separadamente.
- Sempre que utilizar o sanitário, feche a tampa do vaso antes das descargas.
- Se você faz uso de PICC: Realize a manutenção semanalmente.
- Se você faz uso de Portocath: Realize a manutenção a cada 60 dias.

Evite

- Tomar medicamentos sem prescrição médica. Informe ao seu médico todos os medicamentos que você já faz uso;
- Fazer vacina ou tratamento dentário sem consultar o seu médico;
- Locais com aglomerados de pessoas, ambientes fechados e o contato com pessoas que estejam resfriadas;
- Retirar a cutícula da unha.



Orientações nutricionais



Estimado paciente,

Manter uma alimentação saudável é fundamental durante o tratamento.

Assim seu corpo estará preparado para lidar melhor com os efeitos colaterais que venham a surgir, fortalecendo seu sistema imunológico e mantendo o peso corporal saudável.

Para auxiliá-lo nessa fase que se inicia, apresentamos dicas e orientações que poderão ser úteis para a adequação de sua rotina e hábitos alimentares.



1ª ETAPA: **Compra dos alimentos**

Para melhor escolher os alimentos que você e sua família consumirão, seguem algumas recomendações para que seja possível fazer uma seleção adequada, assim suas receitas ficarão mais saborosas e mais nutritivas.

Vamos às compras?



Importante que alimentos coloniais sejam evitados nesse período.



Frutas, verduras e legumes:

- Prefira os hortifrútiis da estação, pois além de conservarem melhor os nutrientes, são mais econômicos.
- Evite hortifrútiis com alteração de cor, odor ou que apresentem partes amolecidas ou mofadas.
- Evite os que apresentam perfurações ou a casca murcha.



Produtos embalados:

- Verifique as informações da embalagem como prazo de validade, modo de conservação e preparo.
- Produtos de origem animal devem conter o selo de garantia do Serviço de Inspeção Federal (SIF), do ministério de Agricultura, e o produtor/indústria deve estar identificado no rótulo.



Ovos:

- Os ovos, quando novos, possuem a casca pouco porosa. Escolha os que apresentam-se limpos e sem rachaduras.



Carne bovina e de porco:

- Opte pelas frescas, que apresentam gordura branca e firme, cor vermelho-brilhante. Evite carnes que apresentarem coloração escura ou esverdeada e forte odor.
- Se optar pela carne moída, prefira as que já estão embaladas e possuem prazo de validade.



Frango e aves:

- Esse produto é bom para o consumo quando com coloração branca a amarelada, com superfície brilhante e conteúdo firme.

Miúdos:

- Aqui consideramos o coração, rins, fígado, língua, etc.
- Escolha as que possuem coloração brilhante, sem pontos brancos e conteúdo firme.



Pescados:

- Aqui consideramos o peixe, camarão, mariscos, etc.
- Observe se apresenta olhos arredondados, guelra vermelha, odor suave, pele brilhante e escamas firmes.
- Pressione a carne com os dedos e observe se volta a posição rapidamente. Ao escolher camarões, opte pelos inteiros, com a cabeça presa ao corpo, carapaça firme, olhos brilhantes e odor agradável.
- Você não deve consumir peixes crus, como sushis e sashimis.

2ª ETAPA: **Cuidados higiênico-sanitários de alimentos**

Para contribuir com a sua segurança alimentar, é recomendado que todos os hortifrúteis sejam higienizados antes de serem consumidos. O processo de higienização é composto por duas etapas: limpeza e desinfecção. A limpeza consiste em remover qualquer tipo de sujidade visível presente no alimento com água corrente, para que este fique limpo a fim de posteriormente ser realizada a etapa de desinfecção.



Após concluída a etapa da limpeza, os hortifrúteis devem ser acondicionados em um recipiente fundo, em que possam ficar imersos em solução clorada.



Para isso, é necessário fazer uso de água sanitária ou hipoclorito de sódio e seguir o seguinte esquema:

- Acondicionar os hortifrúteis em um recipiente fundo;

- Adicionar água fria, até cobrir todos os alimentos;
- Prepare uma solução clorada: se a sua água sanitária (sem alvejante e perfume) for com 2,5% de hipoclorito de sódio ou hipoclorito de sódio a 2,5%, dilua 1 colher de sopa para cada litro de água. É sempre importante conferir as instruções do fabricante;
- Deixar de molho os alimentos de 10 a 15 minutos;
- Após, enxaguar os hortifrúteis separadamente em água corrente;
- Enxugar com papel toalha;
- Armazenar em sacos plásticos ou preferencialmente em potes de vidro, sempre bem fechados em refrigeração.



3ª ETAPA: Hidratação

O consumo de água ao longo do dia é essencial para nossa hidratação e manutenção de nossas funções vitais. Durante o tratamento é importante aumentar a ingesta hídrica, principalmente nos primeiros dias após a aplicação das medicações.

A necessidade hídrica é semelhante ao de indivíduos sem enfermidades, sendo de 30-35ml/kg de peso. É necessário ajustar a sua necessidade se você apresentar retenção hídrica (edema) ou desidratação.



A água para consumo deve ser potável, filtrada e previamente fervida ou então mineral de boa procedência.

- Quanto ao saboroso chimarrão que você adora tomar, sugere-se que a cuia de porongo seja substituída pela de vidro ou porcelana, sendo este consumido somente por você.
- Pergunte ao seu médico sobre a quantidade de líquidos que podem ser ingeridos com segurança, pois existem doenças que limitam a ingesta hídrica, como insuficiência cardíaca e insuficiência renal, por exemplo.

Manejo de efeitos colaterais



Conforme orientado em nossa conversa, alguns efeitos colaterais podem ocorrer durante o tratamento. Para auxiliá-lo(a) no controle desses sintomas, seguem algumas orientações:



Náuseas e vômitos:

- Alimente-se com frequência durante o dia, pois períodos de jejum podem piorar esse sintoma;
- Procure não ficar próximo do local de preparo dos alimentos e faça as refeições em locais arejados;
- Evite alimentos gordurosos ou oleosos, frituras, condimentados ou picantes e alimentos doces e com odor marcante;
- Dê preferência a alimentos cítricos, salgados e secos como torradas e bolachas salgadas, principalmente no período da manhã;
- Procure consumir os alimentos/preparações em temperatura morna ou ambiente, frias ou geladas;
- Uma dica é chupar gelo pelo menos 30 minutos antes das refeições;

- Preparações geladas ajudam a melhorar a sensação de náusea, como sorvetes e picolés de frutas cítricas;
- Importante conversar com seu médico sobre qual medicamento você pode tomar em casa para auxiliar nesses sintomas;



Atenção: Alguns medicamentos, como a Oxaliplatina, causam reações e desconfortos quando há o consumo de alimentos ou bebidas geladas; portanto, pergunte a seu médico assistente se você pode consumir alimentos gelados.



Constipação:

- Aumente a ingestão de líquidos (água pura, podendo ser saborizada) para no mínimo 2 litros/dia (desde que não haja restrições por parte do médico assistente);
- Aumente o consumo de fibras através de folhosos e alimentos integrais, como pães, massas e biscoitos integrais (à base de centeio, aveia, grãos), granola, linhaça, pois devido a serem ricos em fibras, melhoram o trânsito intestinal;

- Prefira hortifrútis como mamão, laranja ou bergamota com bagaço, ameixa preta, ameixa seca, abacate e caqui, brócolis, feijão, abóbora, espinafre, lentilha, agrião, ervilha e beterraba.
- Evite alimentos constipantes como maçã e pera cruas e sem casca, banana-prata, limão, jabuticaba, melão, goiaba, creme ou farinha de arroz, mandioca, cenoura cozida, batata, queijo, maisena.



Diarreia:

- A diarreia é caracterizada por 3 ou mais evacuações líquidas por dia, o que pode levar à desidratação;
- Aumente a hidratação, principalmente com líquidos ricos em potássio ou sódio, como água de coco, bebidas isotônicas ou suco de fruta como, por exemplo, o de maçã;
- Dê preferência aos cereais como arroz e seus derivados, maisena, pães, mandioca, entre outros, assim como carnes magras, sem gordura aparente ou pele;

- Evite frituras, alimentos gordurosos ou condimentados e alimentos laxativos, como as frutas mamão, laranja e ameixa, as verduras cruas, alimentos açucarados e farelos integrais.
- Dê referência a leites com baixo teor de gordura e se necessário, na versão isenta de lactose.



Escurecimento da pele:

- Em alguns casos é importante evitar a exposição ao sol e a temperaturas altas. Utilize filtro solar. Consulte a equipe e o seu médico se você apresenta esse risco.



Mucosite (feridas na boca):

- Evite alimentos condimentados, ácidos, secos, duros ou de difícil mastigação;
- Prefira alimentos bem cozidos, se necessário, liquidificados ou líquidos;
- Pequenos goles de líquidos junto às refeições podem ajudar a engolir.

- Utilize escova com cerdas macias e evite alimentos crocantes e ácidos. Como prevenção pode ser utilizado o Bicarbonato de sódio para bochecho à noite antes de dormir (Dilua 1 colher de chá de bicarbonato em um copo com água). Após o aparecimento das lesões realizar os bochechos com chá de camomila gelado.
- Importante conversar com seu médico sobre a possibilidade de sessões de Laser com o profissional odontólogo.



Direitos sociais dos pacientes com câncer



O Serviço Social tem por objetivo atuar nas questões sociais, de forma a intervir na realidade social. Visa garantir a socialização das informações quanto aos direitos sociais ao acesso a bens e serviços de políticas públicas, privadas, não governamentais e programas sociais. Atuando nos acolhimentos e encaminhamentos, objetivando a autonomia dos indivíduos e/ou grupos e fortalecendo a cidadania enquanto sujeitos de direitos.



A legislação brasileira assegura direitos especiais aos pacientes oncológicos como:

- Saque do Fundo Garantia do Tempo de Serviço (FGTS);
- Saque do Programa de Integração Social e Programa de Formação do Patrimônio do Servidor Público (PIS/PASEP)
– Os pacientes oncológicos contam também com o suporte das ONGs que acolhem pacientes oncológicos na cidade, podendo ser referenciados;
- Auxílio-doença;
- Aposentadoria por invalidez; Amparo Assistencial ao idoso e ao Deficiente (Lei Orgânica de Assistência Social – LOAS);

- Isenção do Imposto de Renda na aposentadoria;
- Quitação do financiamento da casa própria;
- Isenção do IPI e IPVA na compra de veículos adaptados;
- Isenção de imposto sobre a Propriedade Predial e Territorial Urbana (IPTU) conforme legislação do município.



Transporte

Para auxiliar nas sessões de quimioterapia o serviço fornece transporte* para o retorno à residência.

Consulte o serviço social para obter informações sobre os critérios necessários para utilização do transporte.

Fonte: Site INCA

O psicólogo pode te auxiliar



Os avanços obtidos nas técnicas terapêuticas e medicamentosas têm mudado a forma de encarar o adoecimento.

As mudanças na rotina exigem atenção e cuidados nos hábitos, porém é fundamental continuar investindo em questões importantes da sua vida e seguir com a realização, dentro das possibilidades, dos desejos e ações do seu cotidiano.

O diagnóstico e as intervenções podem trazer repercussões psicológicas e diferentes complexidades emocionais. O serviço da psicologia está sempre à disposição para lhe ajudar.



Suporte emocional frente à doença

- Onde tudo é novo e inesperado, a quantidade de informações pode lhe causar muitas imaginações e questionamentos.
- Tornar-se ativo e engajado no seu tratamento são fatores que podem potencializar o seu bem-estar.



Suporte emocional durante o tratamento

- O desenvolvimento do tratamento corresponde a uma trajetória única, mas pode expor alguns efeitos colaterais e repercussões psíquicas, os quais devem ser acolhidos.
- Durante esse período, a psicologia auxiliará no entendimento e na elaboração dos tratamentos necessários, promovendo maneiras de enfrentamento e qualidade de vida.
- Durante as suas aplicações das medicações, a psicologia irá promover uma escuta nas poltronas. E se for necessário você poderá agendar consultas individuais com o(a) psicólogo(a).



Suporte emocional no término do tratamento

- Após a alta, você estará apto para reestruturar o seu cotidiano. Nesse período você pode agendar consultas individuais com o psicólogo(a) do serviço para a estruturação e suporte às emoções e adaptações na sua vida.

Grupo de apoio



Solicite ao(a) psicólogo(a) informações sobre o grupo de apoio. O serviço oferece um espaço para que você possa conversar com outras pessoas que vivenciam ou já experienciaram situações semelhantes para a construção de recursos emocionais.

Porém, tenha sempre em mente que você é individual e que um organismo e uma história reagem diferentes de outros.



Alguns fatores importantes de proteção:

Se fortalecer emocionalmente favorece o tratamento. Busque meios de reconhecer e expressar as emoções que sente;

Cuidar a intensidade e a constância de um sentimento favorece que este não prejudique o seu autocuidado;

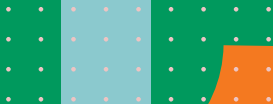
Crie ou mantenha uma rede de apoio com pessoas significativas para si, buscando a resolução de conflitivas;

Construa uma continuidade na sua história e identidade a partir e além do tratamento.



Relato de paciente:

“Lembrar as pessoas que estão passando por algum tipo de sofrimento de que escolhas inteligentes e intencionais podem equilibrar a balança de perdas e ganhos e nos ajudar a viver bem mesmo em tempos difíceis.”





ELABORADO POR:

Equipe Multiprofissional do
Ambulatório de Terapias de
Alta Complexidade



Unimed
Santa Maria/RS

