

MINISTÉRIO DA SAÚDE  
Instituto Nacional de Câncer (INCA)



# Orientações para pacientes com câncer de mama em tratamento quimioterápico



MINISTÉRIO DA SAÚDE  
Instituto Nacional de Câncer (INCA)

# **Orientações para pacientes com câncer de mama em tratamento quimioterápico**

**Rio de Janeiro, RJ  
INCA  
2024**



Esta obra é disponibilizada nos termos da Licença Creative Commons - Atribuição - Não Comercial - Compartilha igual 4.0 Internacional. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte. Todos os direitos reservados.

Esta obra pode ser acessada, na íntegra, na Biblioteca Virtual em Saúde Prevenção e Controle de Câncer (<http://controlecancer.bvs.br/>) e no Portal do INCA ([www.gov.br/inca](http://www.gov.br/inca)).

**Tiragem:** 2.000 exemplares - 2024

**Elaboração, Distribuição e Informações**

MINISTÉRIO DA SAÚDE  
INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA)  
Coordenação de Assistência  
Hospital do Câncer III  
R. Visconde de Santa Isabel, 274  
Vila Isabel - Rio de Janeiro - RJ  
Cep: 20560-121  
Tel.: (21) 3207-3700  
[www.gov.br/inca](http://www.gov.br/inca)

**Coordenação de elaboração**  
Serviço de Comunicação Social

**Equipe de elaboração (Coordenação de Assistência)**

Gabriel Carvalho e Silva  
Gabriel de Paiva  
Giselle Gomes Borges  
Juliano dos Santos  
Karinne Cristinne da Silva Cunha  
Sueli de Souza Gomes  
Taís Veronica Cardoso Vernaglia

**Colaboração**

Andreia Roque da Silva  
Claudia Jorge de Oliveira  
Elaine Cristina de Souza  
Eli Yanase  
Fernanda Guimarães e Silva  
Lailah Maria Pinto Nunes  
Lívia Gomes da Silva

Maria Inez Rocha Moita  
Mauro Ricardo de Campos Bittencourt  
Shirlei da Silva Ferreira Rodrigues Santos  
Yânia Andréa Schenkel Meireles  
Viviane Claudino de Oliveira

**Edição**  
GABINETE  
Serviço de Comunicação Social  
Rua Marquês de Pombal, 125  
Centro - Rio de Janeiro - RJ  
CEP: 20230-240  
Tel.: (21) 3207-5994

**Produção editorial**  
Marcos Vieira  
Marcelo Mello Madeira

**Supervisão editorial**  
Coordenação de Assistência

**Revisão e copidesque**  
Maria Daniella Daher

**Projeto gráfico e diagramação:**  
Adriana Rossato  
Marcos Vieira

**Ficha catalográfica**  
Juliana Moreira (CRB 7/7019)

**Impresso no Brasil / Printed in Brazil**  
RJ OFFSET

159o Instituto Nacional de Câncer (Brasil).  
Orientações para pacientes com câncer de mama em tratamento quimioterápico /  
Instituto Nacional de Câncer. - Rio de Janeiro : INCA, 2024.

28 p. : il. color.

1. Neoplasias da mama. 2. Tratamento Farmacológico. 3. Terapêutica. I. Título.

CDD 616.99449

# Sumário

<b>Apresentação</b>	<b>5</b>
<b>1) Como surge o câncer</b>	<b>6</b>
<b>2) Sobre o câncer de mama</b>	<b>6</b>
<b>2.1) Tratamentos utilizados</b>	<b>6</b>
2.1.1) Quimioterapia e sua finalidade	7
<b>3) Fluxo de atendimento</b>	<b>7</b>
<b>4) Efeitos adversos relacionados à quimioterapia</b>	<b>9</b>
<b>5) Eliminação dos quimioterápicos</b>	<b>12</b>
<b>6) Cuidados pessoais durante o tratamento</b>	<b>13</b>
<b>7) Emergências</b>	<b>18</b>
<b>8) Recomendações gerais</b>	<b>18</b>
<b>9) Telefones dos Serviços do HC III</b>	<b>20</b>



# APRESENTAÇÃO

Prezado (a) usuário(a),

Esta cartilha foi elaborada com base nas observações dos enfermeiros que atuam na Central de Quimioterapia do Hospital do Câncer III, com o objetivo de fornecer aos pacientes orientações sobre o tratamento quimioterápico para o câncer de mama. Embora você receba orientações durante as consultas médicas e de enfermagem, é normal que ainda surjam dúvidas relacionadas aos efeitos adversos da quimioterapia, ao seguimento do tratamento e ao agendamento dos próximos ciclos. Esperamos que esta cartilha possa ajudá-lo(a) e a seus familiares ou acompanhantes a compreender melhor o processo e esclarecer suas dúvidas.

Boa leitura!



## 1) COMO SURGE O CÂNCER

O câncer se origina a partir do crescimento desordenado de células do corpo humano. Algumas células podem se multiplicar de maneira anormal, formando tumores malignos ou neoplasias malignas, mais conhecidas como câncer.

## 2) SOBRE O CÂNCER DE MAMA

O câncer de mama pode ser tratado por diferentes métodos, que podem ser utilizados isoladamente ou combinados. Existem tratamentos locais, como a cirurgia e a radioterapia, direcionados ao local da doença, e tratamentos que atuam em todo o corpo, como quimioterapia, hormonioterapia, uso de anticorpos monoclonais e imunoterapia.

### 2.1) Tratamentos utilizados

O câncer de mama é resultado do crescimento desordenado de células que se desenvolvem a partir de alterações genéticas. Tais alterações podem ser hereditárias (herdadas) ou adquiridas. Existem vários tipos de câncer de mama. Alguns evoluem de forma rápida, e



outros, mais lentamente. A maioria dos casos tem boas chances de sucesso no tratamento.

**Cada tipo de câncer de mama requer um tratamento específico, que é prescrito de maneira individualizada.**

### 2.1.1) Quimioterapia e sua finalidade

A quimioterapia possui diferentes finalidades no tratamento do câncer de mama:

- **Neoadjuvante:** aplicada antes da cirurgia, com o objetivo de reduzir o tamanho do tumor;
- **Adjuvante:** aplicada após a cirurgia, para eliminar possíveis células cancerígenas remanescentes (que sobraram);
- **Paliativa:** tem como objetivo controlar a doença (evitar que avance) e aliviar os sintomas associados.

## 3) FLUXO DE ATENDIMENTO

O atendimento durante o tratamento quimioterápico segue um fluxo organizado que envolve procedimentos a serem realizados também antes e após a infusão dos medicamentos.

Primeiramente, você terá uma consulta com um médico oncologista, quando serão apresentados o tipo de protocolo do seu tratamento, os efeitos colaterais esperados e os medicamentos a serem tomados em casa.

**Atenção: É importante informar sobre qualquer alergia a medicamentos e/ou alimentos durante essa consulta.**

Após a consulta, você deverá marcar a sessão de quimioterapia na sala de agendamento, conforme as datas ou horários disponíveis, e considerando o intervalo recomendado no protocolo prescrito.

Na primeira vez em que fizer quimioterapia, você passará por mais atendimentos antes da infusão do medicamento. Portanto, passará mais tempo na central de quimioterapia do que nos dias das demais sessões.

No dia da sua primeira sessão de quimioterapia, você deve chegar às 7h e se dirigir à recepção da quimioterapia. Entregue seu cartão à recepcionista e aguarde na sala de espera até ser chamado (a) para a reunião do grupo multiprofissional de orientação para pacientes que estão iniciando o tratamento quimioterápico.

Após a reunião do grupo multiprofissional, você retornará à sala de espera da quimioterapia e aguardará a consulta de enfermagem. Nesse momento, você também receberá uma pulseira de identificação com seu nome completo e número de matrícula.

Ao término da consulta de enfermagem, você aguardará na sala de espera até ser chamado (a) para receber a quimioterapia.

Nos dias das próximas sessões, você deverá chegar ao hospital no horário agendado no seu cartão, entregá-lo na recepção e aguardar ser chamado (a) para receber a quimioterapia.

Durante todas as sessões de quimioterapia você será acompanhado (a) por enfermeiros especialistas que administrarão os medicamentos de acordo com o protocolo estabelecido.



É importante seguir todas as instruções dadas pela equipe de enfermagem e informar qualquer desconforto ou reação adversa que você possa estar sentindo durante o procedimento.

Enquanto você estiver recebendo a quimioterapia, seu acompanhante - portando seu cartão de identificação e as guias entregues no dia da consulta com o oncologista, - deverá agendar a próxima consulta com o médico oncologista e, depois, ir ao laboratório para marcar seu exame de sangue, necessário para a realização da próxima quimioterapia.

Se por acaso estiver só, você deverá marcar a consulta e o exame de sangue ao término da aplicação da quimioterapia.

Após a quimioterapia e com todos os agendamentos realizados, você poderá ir para casa.

**Não esqueça de marcar o exame de sangue e a próxima consulta médica antes de sair do hospital.**

## **4) EFEITOS ADVERSOS RELACIONADOS À QUIMIOTERAPIA**

A quimioterapia pode causar efeitos adversos, pois afeta não apenas as células cancerosas, mas também as células saudáveis do corpo. Alguns dos efeitos colaterais mais comuns são:

**Queda de cabelo** - A perda de cabelo é um efeito adverso frequente da quimioterapia e pode ocorrer a partir da segunda semana após o início do tratamento. Pode ser total ou parcial e, em alguns casos, dependendo do tratamento, pode ser que os fios não caiam. É importante estar preparada (o) para essa possibilidade e discutir opções de perucas, lenços ou chapéus com os enfermeiros.

Durante a quimioterapia, recomenda-se evitar o uso de escovas progressivas, relaxamentos, alisamentos e tinturas.

### **Após o término do tratamento o cabelo volta a crescer!**

O INCA possui uma área de voluntariado que fornece lenços e perucas para pacientes em tratamento quimioterápico no Instituto. Saiba mais em: <https://www.incavoluntario.org.br>.

**Fadiga (cansaço)**- A quimioterapia pode causar fadiga intensa. É importante descansar sempre que se sentir cansada. Mantenha a dieta conforme instrução da nutricionista, na reunião do grupo multiprofissional, e agende consulta com essa profissional se julgar necessário.

**Náuseas e vômitos** - Alguns quimioterápicos podem causar náuseas e vômitos. Para prevenir essas reações, você deve tomar os medicamentos prescritos, nos dias e horários estipulados, para diminuir essa possibilidade. Evite ficar muitas horas sem comer, ingerir comidas gordurosas ou muito temperadas. Recomenda-se comer de três em três horas e em pouca quantidade. Procure se alimentar em ambiente calmo e sem cheiros fortes, e mastigue bem os alimentos. Dê preferência a alimentos frios, como sorvetes ou gelatinas, pois são bem tolerados.

**Constipação (prisão de ventre)** - Ocorre quando há dificuldade de evacuar ou quando a eliminação das fezes não ocorre por mais de dois dias. Beber bastante líquido e comer alimentos ricos em fibras, como laranja e mamão, ajuda. Se esse efeito estiver te incomodando, fale com o médico quando estiver na consulta, e procure agendar uma consulta com a nutricionista.

**Diarreia** - Ocorre quando há alterações no volume, na frequência e na consistência das fezes. Não deixe de buscar atendimento se o problema persistir por mais de três dias ou ocorrerem cinco ou mais episódios no mesmo dia. Não espere até o dia da quimioterapia, pois pode ser que você não seja liberado(a) para fazer o tratamento.



Comer frutas, como banana, maçã e goiaba, e beber pelo menos dois litros de água e/ou líquidos, como sucos, refrescos e chás, por dia ajuda a controlar esse efeito adverso.

Se esse efeito estiver te incomodando, fale com o médico quando estiver na consulta, e procure agendar uma consulta com a nutricionista.

**Feridas na boca ou mucosite (inflamação das mucosas)** - A quimioterapia pode causar feridas na boca parecidas com aftas entre dois e dez dias após a aplicação. Nesses casos, sugere-se bochecho com bicarbonato de sódio (meia colher de chá diluído em 250ml de água filtrada) e beber líquidos frios. Não deixe de informar ao médico para que seja prescrita a medicação correta e esse efeito não atrapalhe sua alimentação. Evite produtos que contenham álcool, alimentos ácidos, apimentados, duros e/ou quentes.

Se você faz uso de prótese dentária precisa avaliar se ela não está incomodando.

**Mudanças no apetite** - É comum experimentar mudanças no apetite durante o tratamento quimioterápico. Tente consumir alimentos saudáveis e variados, mesmo que a quantidade de comida seja reduzida. Procure esclarecer suas dúvidas relacionadas à alimentação com a nutricionista durante o grupo de orientação multiprofissional realizado antes do início da quimioterapia.

**Supressão da atividade da medula óssea** - A quimioterapia pode afetar a produção de células sanguíneas na medula óssea, o que pode levar a uma diminuição das células brancas (glóbulos brancos), células vermelhas (glóbulos vermelhos) e plaquetas (células relacionadas à coagulação do sangue). Isso pode aumentar o risco de infecções, anemia e sangramentos. A equipe de saúde monitorará regularmente seus exames de sangue para acompanhar essas mudanças.

## 5) ELIMINAÇÃO DOS QUIMIOTERÁPICOS

A quimioterapia é eliminada, principalmente, através da urina, mas pode também ser encontrada em fezes, vômito, suor e lágrimas.

Urina e fezes	Recomenda-se dar duas descargas, com a tampa do vaso sanitário fechada, antes de sair do banheiro.
Vômito	Caso sinta necessidade de vomitar enquanto faz o tratamento, peça ao(a) enfermeiro(a) um saco próprio para este fim, evitando, assim, a contaminação em suas roupas ou do ambiente. Em casa, sempre que possível, use o vaso sanitário. Caso não dê tempo de chegar ao banheiro, use um saco descartável ou uma vasilha que possa jogar fora (como embalagens de sorvete).

## 6) CUIDADOS PESSOAIS DURANTE O TRATAMENTO

Durante o tratamento quimioterápico, é importante cuidar de si mesmo(a) e adotar algumas medidas para melhorar seu bem-estar.

**Descanse adequadamente** - O sono adequado ajuda na recuperação do corpo. Tente descansar e dormir o suficiente. Se tiver dificuldades para dormir ou manter o sono, converse com o médico sobre isso.

**Alimente-se bem** - Mantenha uma dieta equilibrada e nutritiva (ingerindo proteínas, vegetais, cereais etc.). Evite comer na rua e evite alimentos crus ou malpassados. Procure orientação no serviço de nutrição, se necessário.

**Mantenha-se hidratado(a)** - Beba bastante água e líquidos ao longo do dia.



**Evite infecções** - Mantenha uma boa higiene pessoal. Lave as mãos regularmente e evite contato próximo com pessoas gripadas/resfriadas. Procure também evitar aglomerações, especialmente em ambientes fechados e/ou úmidos.

Evite espremer espinhas e cravos.

Evite tirar cutículas, cutucar ou retirar pele(s) ao redor das unhas, e procure manter as unhas aparadas.

Não faça depilação com lâmina, cera quente ou fria ou qualquer aparelho elétrico. O único método liberado para depilação durante o tratamento quimioterápico é o uso de creme depilatório, que você aplica, enxágua e o pelo cai, diminuindo o risco de atrito e lesões na pele. Como opção, pode-se aparar os pelos com tesoura sem ponta.

Você não deve ter contato com fezes e urina de animais.

Você não deve realizar nenhum tipo de tratamento dentário sem a autorização do seu médico.

Utilize escova de dentes com cerdas macias. Caso ocorra sangramento da gengiva, avise ao (à) médico(a) ou ao (à) enfermeiro(a).

**Evite bebidas alcoólicas** - Você deve evitar a ingestão de bebidas alcoólicas no período do tratamento quimioterápico.

**Se você estiver participando de uma comemoração, brinde com uma bebida não alcoólica.**

**Atividades físicas** - Você pode fazer atividades físicas leves, como caminhadas, desde que você se sinta bem. A atividade física leve ajuda a reduzir a fadiga e a melhorar o seu bem-estar geral.



**Gerencie o estresse** - Enfrentar o tratamento de quimioterapia pode ser emocionalmente desafiador. Procure formas saudáveis de lidar com o estresse, como técnicas de relaxamento, meditação ou ioga, ou buscar amparo emocional por meio de grupos de apoio ou terapia.



Peça a cartilha *Bem-estar, qualidade de vida e redução do estresse durante o tratamento quimioterápico*, que está disponível na Central de Quimioterapia (ou acesse pelo QR-code ao lado).



**Cuidados com as veias** - É através das veias que é aplicada a maioria das quimioterapias. Quando elas são muito finas e não palpáveis, orientamos fazer exercícios com bolinha de borracha para fortalecer a rede venosa do membro onde é feita a infusão.

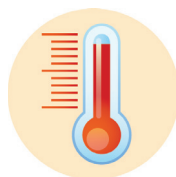
Orientamos também que você traga um casaco para se aquecer. O setor de quimioterapia é muito frio, prejudicando a visualização e a palpação das veias. Ainda que esteja fazendo calor na rua, dentro do hospital, onde o ar-condicionado é muito potente, o ambiente estará bastante frio.

**Manchas na pele (hiperpigmentação)** - É importante utilizar filtro solar e hidratante para proteger a pele (principalmente a dos braços e das mãos), pois algumas medicações deixam as veias muito frágeis e sensíveis ao calor, provocando manchas.

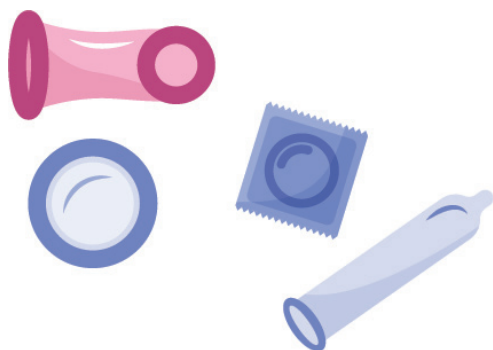
Por isso, recomendamos evitar cozinhar neste período. Mas se não for possível, você deve utilizar as bocas do fogão que ficam mais distantes, geralmente as traseiras, de preferência, protegendo as mãos com luvas térmicas.

Evite contato com a alta temperatura do ferro de passar e do micro-ondas.

Recomenda-se o uso de filtro solar fator 30 ou mais e evitar exposição ao sol; usar chapéu, lenço, gorro ou boné protegendo a face e o rosto, e manter a pele sempre hidratada, bebendo muita água, usando cremes livres de álcool e sem hormônio.



**Vacinas** - Não faça o uso de nenhum tipo de vacina sem a autorização prévia do médico, durante a consulta.



**Atividades sexuais** - Sua vida sexual não precisa ser interrompida. As relações sexuais só devem ser praticadas com o uso de preservativos. O preservativo é necessário para evitar infecções, gravidez durante o tratamento e absorção de quimioterápicos pelo parceiro(a).

A quimioterapia pode provocar suspensão temporária da menstruação, menopausa precoce nas mulheres e andropausa nos homens, levando a disfunções sexuais, ondas de calor, ressecamento vaginal e perda da libido.

Converse com o médico caso tenha intenção de engravidar após o término do tratamento.

### **Siga as recomendações da equipe**

- É fundamental seguir rigorosamente todas as instruções dadas pela equipe multiprofissional que está te acompanhando. Tome seus medicamentos conforme prescritos, compareça às consultas de acompanhamento e aos exames de rotina e informe imediatamente ao enfermeiro e/ou ao médico sobre qualquer sintoma ou problema que surja durante o tratamento.

**Alguns protocolos exigem que você tome um medicamento específico de preparo ainda na sua casa.**

**Se esse é seu caso, NÃO ESQUEÇA!**

**O esquecimento pode atrasar seu tratamento.**



## 7) EMERGÊNCIAS

Em caso de emergência (conforme a lista abaixo), você deve procurar o Pronto Atendimento do HC III (funciona 24 horas) ou a emergência mais próxima da sua casa.

- **Febre:** Temperatura medida pelo termômetro com valor igual ou superior a 37,8° C. Porém, se a febre ocorrer à noite ou de madrugada, evite deslocamento, devido a riscos no trajeto. Tome seu remédio de rotina para baixar a temperatura e venha pela manhã ao hospital, no setor de emergência, para ser avaliado(a), mesmo não tendo mais febre.
- **Diarreia:** Durante três dias consecutivos ou quando ocorrerem cinco ou mais episódios no mesmo dia.
- **Vômito:** Se o vômito ocorrer mais de três vezes por hora durante três horas ou mais; se houver presença de sangue no vômito; se não estiver conseguindo beber mais de quatro copos de líquido por dia ou ingerir alimentos durante mais de dois dias; se não estiver conseguindo tomar as medicações prescritas; se estiver se sentindo extremamente fraco e com tonteira.
- **Manchas vermelhas** espalhadas pelo corpo.

## 8) RECOMENDAÇÕES GERAIS

Você terá algumas alterações em sua rotina devido aos exames de sangue que deverão ser feitos antes da consulta médica ou nos intervalos de alguns protocolos que são prescritos para saber se você poderá fazer o próximo ciclo.

Programa-se para chegar ao INCA pelo menos quinze minutos antes do horário agendado. Se você não puder comparecer no dia agendado ou for se atrasar, por favor nos avise pelo telefone 3207-3765.

A sua quimioterapia só é preparada após sua chegada e após você ser avaliado(a) pelo enfermeiro(a).

Não deixe de tomar seus medicamentos de uso contínuo (para diabetes, hipertensão, hipotireoidismo, entre outros). Esses medicamentos devem ser tomados normalmente, mesmo nos dias do tratamento.

Traga um casaco (o ambiente no hospital é frio devido ao ar-condicionado).

Se possível, venha acompanhado(a). Alguns medicamentos podem causar sonolência ou tonteira.

### **Lembre-se de que cada pessoa responde ao tratamento de quimioterapia de maneira individual.**

A equipe multiprofissional estará ao seu lado para fornecer orientações, ajustar o tratamento, responder a perguntas e oferecer o suporte necessário ao longo de todo o processo.





## **9) TELEFONES DOS SERVIÇOS DO HC III**

**Telefonia Geral:** (21) 3207-3700

**Emergência:** (21) 3207-4050 / 4040

**Quimioterapia:** (21) 3207-3765

**Nutrição:** (21) 3207-3811

**Psicologia:** (21) 3207-3862 / 3863 / 3959 / 4038

**Serviço Social:** (21) 3207-4073 / 3859 / 3723 / 3860

**Radiologia:** (21) 3207-3906 / 3900

**Radioterapia:** (21) 3207-3875

## ANOTAÇÕES IMPORTANTES

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ANOTAÇÕES IMPORTANTES



A large white rounded rectangle with horizontal lines, serving as a space for important notes. The rectangle is centered on the page and has a soft shadow effect. It contains 20 horizontal lines for writing.



# ANOTAÇÕES IMPORTANTES

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

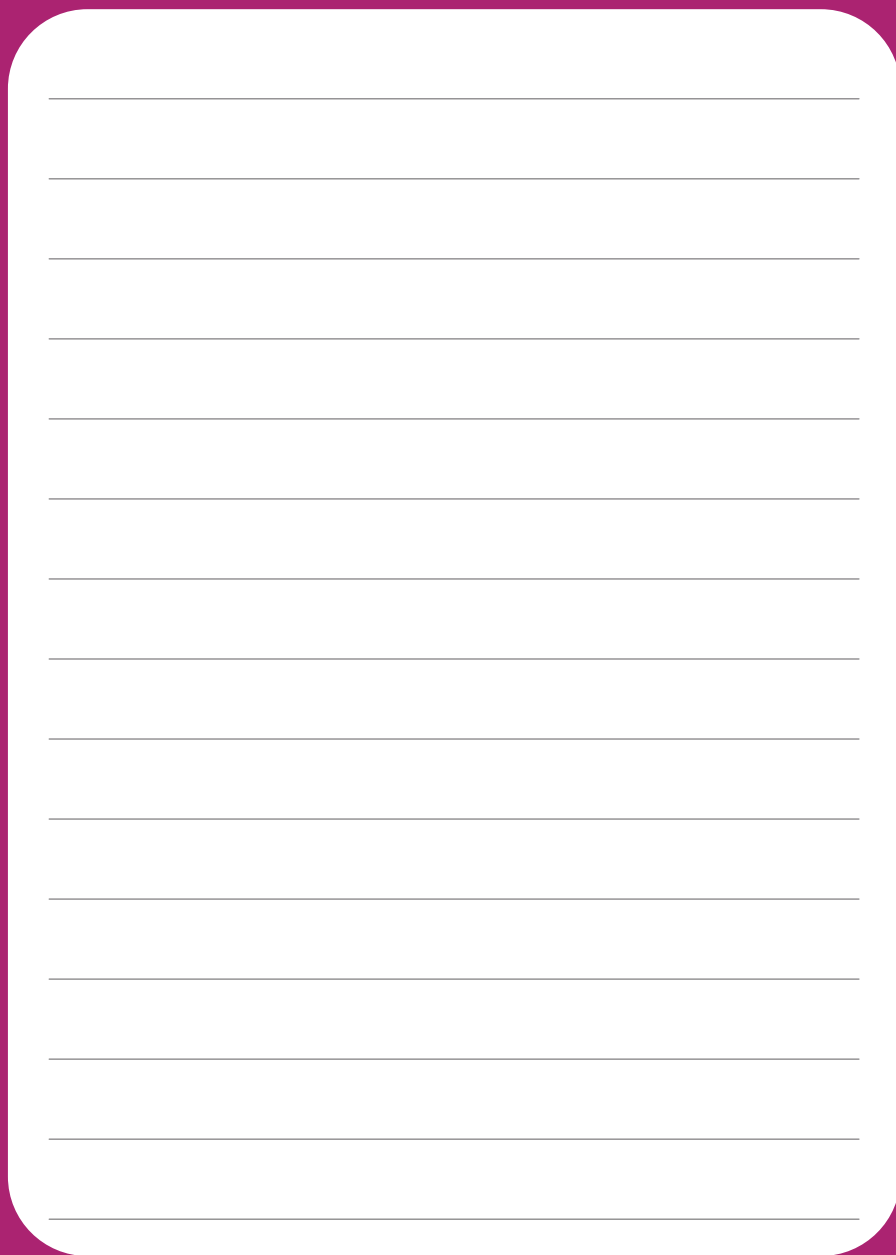
---

---

---

---

# ANOTAÇÕES IMPORTANTES



A large white rounded rectangle with 20 horizontal lines, intended for taking important notes. The lines are evenly spaced and extend across the width of the rectangle.



DISQUE SAÚDE **136**

[www.gov.br/inca](http://www.gov.br/inca)



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE

