

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Instituto Nacional de Câncer (INCA)



**COMO CUIDAR DO
PACIENTE COM
METÁSTASE ÓSSEA:
ORIENTAÇÕES PARA
PREVENÇÃO DE FRATURAS**

MINISTÉRIO DA SAÚDE
INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA)

**COMO CUIDAR DO PACIENTE
COM METÁSTASE ÓSSEA:
ORIENTAÇÕES PARA
PREVENÇÃO DE FRATURAS**

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).

Tiragem: 500 exemplares – 2024

Criação, Informação e Distribuição

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Instituto Nacional de Câncer (INCA)
Coordenação de Assistência
Hospital do Câncer I
Praça Cruz Vermelha, 23 – Centro
20230-130 – Rio de Janeiro – RJ
www.gov.br/inca

Coordenação de Elaboração

Serviço de Comunicação Social

Equipe de Elaboração

Juliana Miranda Dutra de Resende
Anke Bergmann
Lívia Costa de Oliveira

Colaboração

Elaine Oliveira (Serviço de
Comunicação Social)

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

Fernanda Rena

Diagramação

Chá Com Nozes

Ficha Catalográfica

Juliana Moreira (CRB 7/7019)

Impresso no Brasil / Printed in Brazil

RJ OFFSET

I59c Instituto Nacional de Câncer (Brasil).

Como cuidar do paciente com metástase óssea : orientações para prevenção de fraturas / Instituto Nacional de Câncer. – Rio de Janeiro : INCA, 2024.


16 p. : il. color.

1. Neoplasias Ósseas. 2. Metástase Neoplásica. 3. Neoplasias – prevenção e controle. I. Título.

CDD 616.99471

SUMÁRIO

Apresentação	5
O que são as metástases ósseas?	6
O que são as fraturas patológicas?	7
Por que acontecem?	7
Quais as consequências da fratura?	7
O que pode ser feito para diminuir a chance de o paciente ter uma fratura?	7
Como desconfiar de que o paciente está com fratura?	8
Quais os cuidados com o paciente com metástases ósseas?	8
Como movimentar o paciente na cama?	11
Como sentar o paciente com as pernas para fora da cama?	12
Como transferir o paciente para a cadeira de rodas?	12
Como colocar o paciente da cadeira de volta para a cama?	13
O que deve ser evitado nos pacientes com metástases ósseas?	13
Como saber se o paciente precisa usar colete (cinta), colar cervical ou outros dispositivos (órteses)?	14
O paciente pode fazer exercícios?	14
Anotações	15



APRESENTAÇÃO

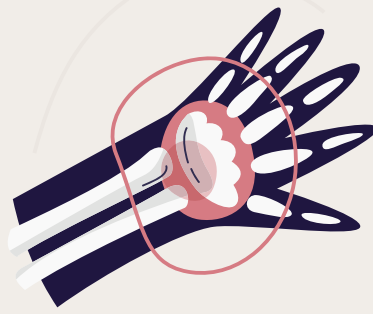
Prezado cuidador,

Esta cartilha foi elaborada para ajudar você nos cuidados de pacientes com metástase óssea. Essa fase da doença é desafiadora e muitos familiares e cuidadores têm medo de movimentar pacientes com doença nos ossos por receio de causar fraturas e, por isso, tendem a deixá-lo(a) na cama. Por isso reunimos, aqui, algumas orientações para ajudá-lo(a) nesse cuidado, com foco nas formas de movimentação: como colocá-los na cadeira, na cama, para andar, o que pode ser feito e o que deve ser evitado com esses pacientes.

Ainda que todas as orientações deste material estejam de acordo com a literatura científica, é indispensável o acompanhamento pelo profissional fisioterapeuta e ortopedista oncológico, para a avaliação individual do(a) paciente e para esclarecimento de dúvidas.

Boa leitura!



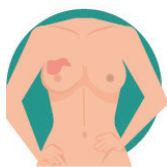


O QUE SÃO AS METÁSTASES ÓSSEAS?

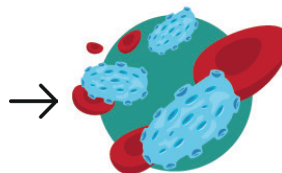
As metástases ósseas acontecem quando as células do câncer se desprendem do local onde a doença começou e vão, através do sangue, se fixar e crescer em algum osso. Conforme o tumor cresce no osso, é comum a pessoa sentir dor, principalmente quando se movimenta. Com o passar do tempo ela pode ter também dificuldade para se levantar, e até mesmo para andar, e necessitar cada vez mais de ajuda.

As metástases ósseas são muito comuns. Os tumores que mais causam metástases ósseas são os de mama, de próstata e de pulmão. Mas fique atento(a): existem outros tipos de tumores que também podem se desprender e crescer em qualquer osso do corpo e que podem acometer pessoas em qualquer idade.

A PRINCIPAL CONSEQUÊNCIA DA METÁSTASE ÓSSEA É A FRATURA PATOLÓGICA.



Câncer de mama



Câncer se espalhando pelo sangue



Câncer depois de chegar ao osso

O QUE SÃO AS FRATURAS PATOLÓGICAS?

As fraturas patológicas são definidas como uma ruptura (quebra) parcial ou total de um osso que está doente.

**Fratura
Parcial**



**Fratura
Total**

POR QUE ACONTECEM?

Quando a metástase acomete o osso, ela deixa o osso mais fraco e muito frágil, a tal ponto que uma sobrecarga maior ou um movimento brusco pode fazê-lo quebrar. Em casos mais graves, os ossos se quebram sem nenhum esforço.

QUAIS AS CONSEQUÊNCIAS DA FRATURA?

O paciente pode ter dor, ficar na cama por um período prolongado e ter sua movimentação comprometida. Além disso, também há chances de desenvolver pneumonia, lesões por pressão, trombose venosa profunda e outras complicações por ficar mais tempo deitado. Quando acontece nos ossos da coluna, o paciente pode perder a movimentação das pernas ou dos braços, o que compromete muito sua qualidade de vida.

O QUE PODE SER FEITO PARA DIMINUIR A CHANCE DE O PACIENTE TER UMA FRATURA?

É essencial que o(a) paciente passe pela avaliação de um fisioterapeuta e de um médico especializado para que eles possam orientá-lo(a) sobre o que se deve e o que não se deve fazer.



É importante que a pessoa siga corretamente as orientações dadas pelo fisioterapeuta sobre a forma correta de se movimentar, a fim de diminuir os riscos de fratura óssea.

Existem tratamentos que podem diminuir o efeito do tumor nos ossos. Consulte seu médico para saber se eles podem ser úteis para o seu caso.

Lembre-se: nunca tome medicamentos sem a orientação médica.

COMO DESCONFIAR DE QUE O(A) PACIENTE ESTÁ COM FRATURA?

Em geral, os pacientes podem apresentar:

- Dor muito forte (que pode piorar com o movimento) em alguma parte do corpo (braços, pernas, coluna, costelas, bacia, etc.);
- Dificuldade ou incapacidade de movimentar o corpo ou aquela parte dolorida;
- Aumento do volume ou inchaço na região afetada;
- Deformidades na área com fraturas; Estalidos (estalos).



Ao menor sinal de dor óssea ou dificuldade de se movimentar ou andar, procure o Serviço de Pronto Atendimento (Emergência). Fale com o médico ou com o fisioterapeuta. Eles podem ajudar você.

QUAIS OS CUIDADOS COM O PACIENTE COM METÁSTASES ÓSSEAS?

Pacientes que conseguem andar:

- Evite deixar o paciente andar sozinho. Esteja sempre por perto, principalmente se ele tiver dor.
- Retire tapetes, objetos e móveis que estejam atrapalhando o caminho por onde o paciente anda, pois podem aumentar o risco de quedas.



- Mantenha seco o piso do banheiro e o de outros ambientes da casa e use tapetes antiderrapantes no local onde o paciente toma banho. Prefira o banho sentado.
- Prefira calçados que fiquem presos e firmes nos pés, ou use meias antiderrapantes. Evite chinelos, tamancos e saltos.



Pacientes que usam bengala, muletas ou andador:

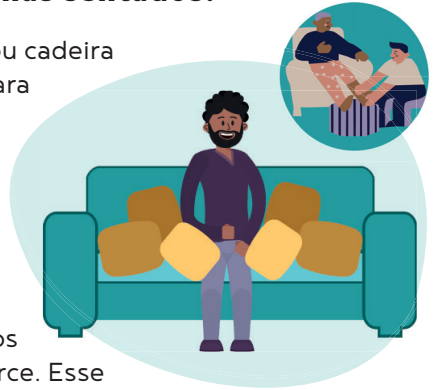
- As orientações anteriores se mantêm aqui, mas alguns aspectos merecem mais atenção.
- Acompanhe esse paciente quando ele se levantar e andar, pois, pela dificuldade que apresenta, ele tem maior risco de queda.
- Quanto maior a dificuldade de andar, mais estável deverá ser o apoio, por exemplo: o andador é mais estável do que a muleta, que é mais estável que a bengala.
- Se você tem algum desses recursos que ajudam a andar, não o dê ao paciente sem a avaliação do fisioterapeuta.



Se você perceber que está ficando difícil para o paciente se movimentar ou andar, peça uma avaliação do fisioterapeuta. Ele indicará o melhor recurso auxiliar para cada caso e de acordo com os ossos que estão comprometidos.

Pacientes que conseguem ficar apenas sentados:

- Só deixe o paciente sentado na cama, sofá ou cadeira se ele conseguir manter o tronco sem cair para frente, para trás ou para os lados.
- Se for preciso, use almofadas, travesseiros ou espumas para melhor posicioná-lo e deixá-lo confortável.
- Se o paciente conseguir esticar os joelhos, coloque um apoio para os pés, com os joelhos esticados, mas, se ele não conseguir, não force. Esse apoio não deve ser muito alto.



Pacientes que não saem da cama ou ficam a maior parte do tempo nela:

- Procure acomodar o paciente da forma mais confortável possível. Utilize travesseiros e almofadas para apoiá-lo.
- Durante o dia, vire o paciente de lado a cada duas horas ou conforme a tolerância dele. Nessa posição, coloque um travesseiro entre as pernas e outro nas costas para dar melhor apoio.
- Quando o paciente estiver de barriga para cima, evite deixá-lo com os joelhos esticados, pois isso pode gerar dor na coluna. Coloque sempre um apoio embaixo dos joelhos (almofada ou travesseiro). Além disso, a cabeceira também deve estar mais alta, principalmente na hora de comer. Para isso, use travesseiros e almofadas, mas **cuidado para não forçar o pescoço**.
- A altura do travesseiro deve permitir que o pescoço fique reto quando deitado de lado.



COMO MOVIMENTAR O PACIENTE NA CAMA?

- 1- Sempre que possível, vire o paciente de lado. Quando fizer isso, fique do lado da cama para onde deseja virá-lo.
- 2- Peça ao paciente para dobrar os joelhos. Se ele não conseguir, você pode dobrar a perna do lado contrário ao que você está e colocar um travesseiro entre ela e a outra perna. Dessa forma, você o está preparando para ser virado.
- 3- Coloque uma das mãos atrás do ombro do paciente e a outra atrás do quadril.
- 4- Agora, é só virar o corpo dele em “bloco”, ou seja, ombro e quadril juntos.



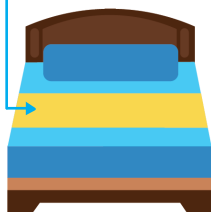
IMPORTANTE

Cuidado para não tirar a mão do quadril do paciente na hora de virá-lo e deixá-lo ir para trás, pois esse movimento brusco pode gerar fraturas.

A posição mais adequada na cama é com a cabeça do paciente bem perto da cabeceira. Se o paciente “escorregar” e você estiver sozinho, coloque-se atrás da cama para puxá-lo para cima, mas, se você tiver um ajudante, cada um de vocês deve segurar um lado do paciente e em seguida arrastá-lo para cima.



traçado



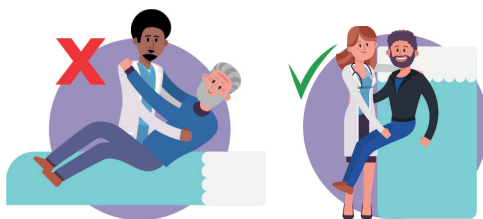
Para facilitar a movimentação na cama, você pode usar um pano atravessado na cama e puxar o paciente por esse pano, o que chamamos de “traçado”.

Nunca puxe o paciente pelos braços ou pelas pernas. Dê preferência a apoiá-lo no quadril e na parte de trás dos ombros.

COMO SENTAR O PACIENTE COM AS PERNAS PARA FORA DA CAMA?

Pacientes que ficam na cama comum (de casa):

- 1- Sempre que for sentar o paciente, verifique se ele está bem posicionado na cama (com a cabeça perto da cabeceira).
- 2- Vire-o de lado, passe seu braço por baixo do pescoço dele e por baixo dos joelhos. Devagar, vá levantando o tronco ao mesmo tempo que leva as pernas para fora da cama. Não o levante com a barriga virada para cima.



Pacientes que ficam na cama hospitalar:

- 1- Veja se o paciente está bem posicionado e eleve a cabeceira da cama aos poucos até o limite tolerável pelo paciente.
- 2- Depois vá levando as pernas aos poucos para fora da cama, auxiliando o paciente a levantar o tronco.

COMO TRANSFERIR O PACIENTE PARA A CADEIRA DE RODAS?

- 1- Antes de colocá-lo sentado, posicione a cadeira de rodas bem próximo à cama e certifique-se de que ela esteja travada.
- 2- Coloque o paciente sentado com as pernas para fora da cama, conforme ensinamos. Aguarde alguns minutos com ele sentado para que o corpo se adapte à posição.
- 3- Passe seus braços em volta do tronco como se fosse abraçá-lo.
- 4- Por fim, passe-o para a cadeira lentamente, tomando cuidado com as pernas do paciente para não cruzarem, principalmente se ele não tem firmeza para apoiar os pés no chão.

Se o paciente não sai da cama há muito tempo, pergunte ao fisioterapeuta ou ao profissional que cuida dele se ele tem condições de se sentar.

COMO COLOCAR O PACIENTE DA CADEIRA DE VOLTA PARA A CAMA?

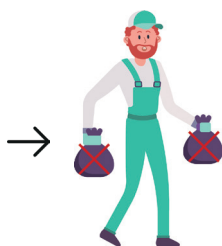
- 1- Posicione a cadeira de rodas encostada na cama, da mesma forma que você fez para tirá-lo. Verifique se ela está travada.
- 2- Abraçe o paciente e, ao mesmo tempo que o levanta da cadeira, vá girando o corpo dele para que se sente na cama, sempre com cuidado para que as pernas dele não se cruzem uma sobre a outra. É importante verificar com fisioterapeuta se ele pode jogar peso em uma das pernas.
- 3- Feito isso, deixe-o deitado confortavelmente.



Quando abraçar o paciente para passá-lo para a cama, não force os ombros dele: pegue-o apoiando as costelas.

O QUE DEVE SER EVITADO NOS PACIENTES COM METÁSTASES ÓSSEAS?

- Evite que o paciente carregue peso: como os ossos estão mais frágeis, podem se quebrar facilmente. Evite movimentos rápidos e bruscos.
- Evite girar o corpo com os pés fixados no chão: rode o corpo e o pé junto (movimento em bloco).



- Evite movimentos de torção da coluna. →



- Evite que o paciente se abaixe com os joelhos esticados, pois força a coluna. →



COMO SABER SE O PACIENTE PRECISA USAR COLETE (CINTA), COLAR CERVICAL OU OUTROS DISPOSITIVOS (ÓRTESES)?

Normalmente, os pacientes com metástases ósseas precisam usar alguma órtese para estabilizar (“firmar”) o osso que está doente, mas existem algumas condições clínicas que impedem a colocação desses dispositivos. O fisioterapeuta poderá indicar alguma dessas opções, caso seja adequada ao seu paciente.

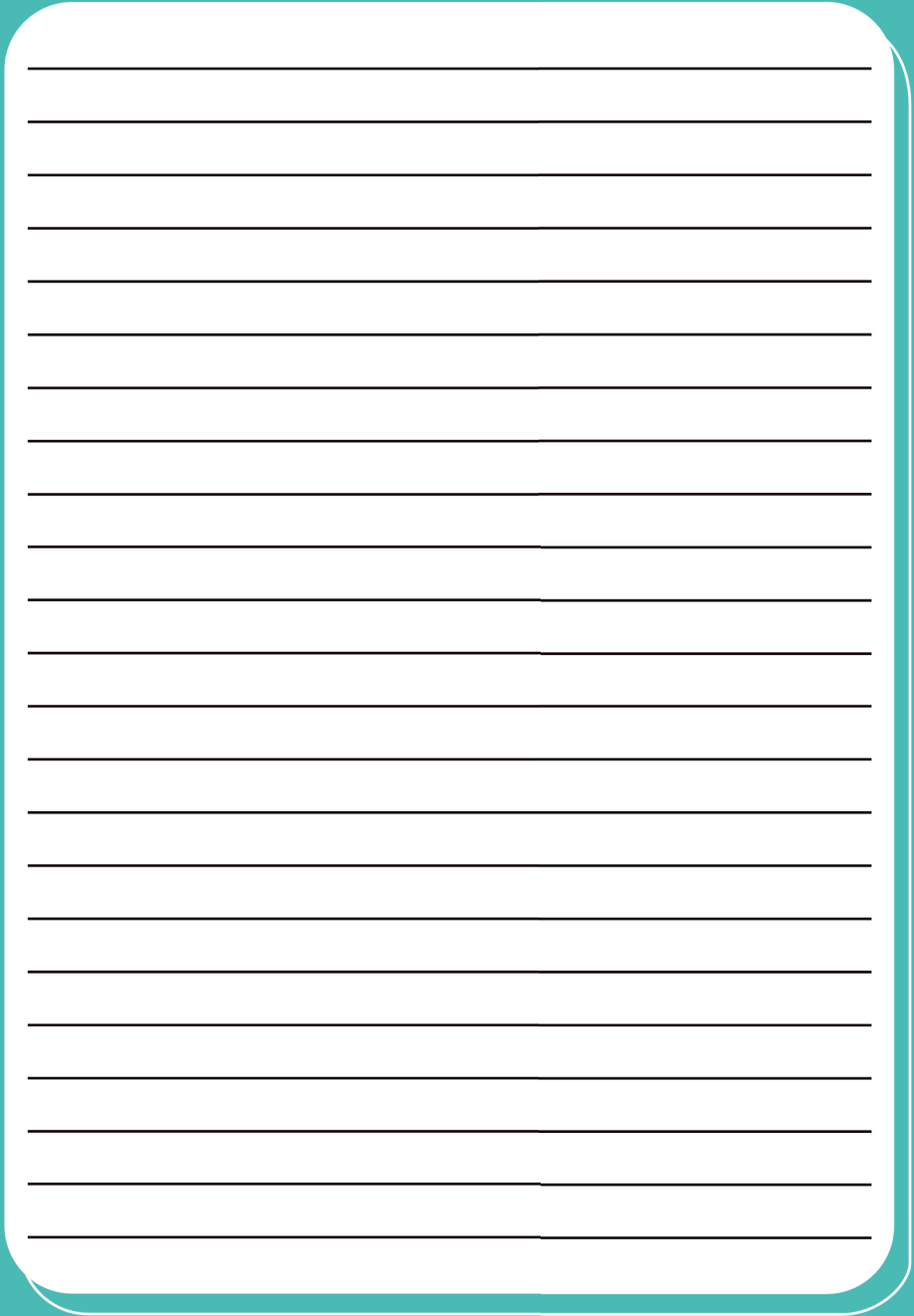
O PACIENTE PODE FAZER EXERCÍCIOS?

Pode. Entretanto, ele tem de ser avaliado pelo fisioterapeuta para indicar quais exercícios são seguros de acordo com cada caso.

Peça a avaliação de um fisioterapeuta. Ele poderá indicar qual o melhor exercício para cada caso.



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 thin white border. It contains 25 horizontal lines, providing a structured area for writing.

ANOTAÇÕES IMPORTANTES

A large white rounded rectangle with a thin black border, containing 25 horizontal black lines for writing. The lines are evenly spaced and extend across the width of the rectangle, leaving a small margin from the right edge. The rectangle is centered on the page.

DISQUE
SAÚDE **136**

www.gov.br/inca



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

