

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Instituto Nacional de Câncer



PÓS-TRANSPLANTE DE CÉLULAS-TRONCO HEMATOPOIÉTICAS (TCTH)



Orientações aos pacientes

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Instituto Nacional de Câncer

PÓS-TRANSPLANTE DE CÉLULAS-TRONCO HEMATOPOIÉTICAS (TCTH)

Orientações aos pacientes

Rio de Janeiro, RJ
INCA
2026



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, no Repositório Institucional do INCA (<https://ninho.inca.gov.br>).

Tiragem: 1.000 exemplares, 2026.

Elaboração, distribuição e informações

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Instituto Nacional de Câncer
Coordenação de Assistência
20230-130 – Rio de Janeiro – RJ
www.gov.br/inca

Coordenação de elaboração

Ana Cristina da Silva Rangel

Equipe de elaboração

Ana Cristina da Silva Rangel
Ana Maria Gualberto dos Santos
Carla Maria Castro dos Santos
Carla de Oliveira Ribeiro
Carlos Alberto Esteves Adão
Carolina Lopes Martins
Cláudia Valéria Ramos Ribeiro
Daphne Rodrigues Pereira
Décio Lerner
Dulce Helena Nunes Couto
Eliane Paciência Brandão
Gerlane Targino Lopes
Helinton Spindola Antunes
Iris Christine Borges Barros
Josele da Rocha Schraeder
Marcelo Ribeiro Schirmer
Mario Luiz Ribeiro de Souza
Marta Colares Nogueira
Monica da Silva Ferrarez
Patrícia Regina Cavalcanti Barbosa Horn
Renata Melo Nascimento
Simone Carreiro Brasil
Rita de Cássia Tavares Barbosa
Viviane Dias Rodrigues

Equipe multiprofissional do CEMO
Grupo de trabalho de orientações aos pacientes

Impresso no Brasil / Printed in Brazil

RJ OFFSET

Edição

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

Supervisão editorial

Marcos Vieira
Marcelo Mello
Ingrid Trigueiro

Revisão e copidesque

Marcio Albuquerque
Tatiane Marques

Diagramação

Chá com Nozes

Ficha catalográfica

Mariana Acorse (CRB7/6775)

I59e Instituto Nacional de Câncer (Brasil)
Pós-transplante de células-tronco hematopoiéticas (TCTH) :
orientações aos pacientes / Instituto Nacional de Câncer. – Rio de
Janeiro : INCA, 2026.

28 p. : il. color. – (n. 690)

1. Neoplasias. 2. Transplante de células-tronco hematopoiéticas.
3. Prospecto para educação de pacientes. I. Título.

CDD 616.994

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO.....	5
CONSIDERAÇÕES INICIAIS.....	6
SINAIS DE ALARME APÓS O TRANSPLANTE.....	7
· Alguns cuidados importantes.....	8
O DIA A DIA APÓS O TRANSPLANTE.....	10
· Higiene do ambiente.....	10
· Limpeza e organização da casa.....	10
· Material de limpeza.....	10
· Cuidados com a pele.....	11
· Cuidados com a região da pele ao redor do ânus.....	11
CUIDADOS COM A BOCA.....	12
· Odontologia e transplante de medula óssea.....	12
ÓRGÃOS MAIS SENSÍVEIS APÓS TCTH E EFEITOS COMUNS OBSERVADOS.....	13
· Pele.....	13
· Boca.....	13
· Olhos.....	13
· Trato gastrointestinal.....	14
· Trato genital e urinário.....	14
· Vias aéreas superiores e pulmões.....	14
PREDISPOSIÇÃO ÀS INFECÇÕES.....	15
· Algumas medidas também diminuem o risco de pegar uma infecção.....	15
MEDICAMENTOS.....	16
· Cuidados no armazenamento.....	16
ORIENTAÇÕES NUTRICIONAIS.....	17
· Orientações sobre sua alimentação.....	17
· Segurança na preparação dos alimentos.....	17
· Atenção ao comprar alimentos.....	18
· Você deve evitar.....	18
RETORNO ÀS ATIVIDADES.....	19
· Fisioterapia e transplante de medula óssea.....	19
ATIVIDADE SEXUAL.....	20
SERVIÇO SOCIAL E TRANSPLANTE DE MEDULA ÓSSEA.....	21
SAÚDE MENTAL E TRANSPLANTE DE CÉLULAS-TRONCO HEMATOPOIÉTICAS.....	22
MENSAGEM FINAL.....	23





APRESENTAÇÃO

Prezado(a) paciente,

Esta cartilha é dedicada a você, que recebeu um transplante de células-tronco hematopoiéticas (TCTH). Essas células vão formar a sua medula óssea. Agora você está em condições de alta da internação para acompanhamento no ambulatório.

Aqui você encontrará informações e orientações essenciais para a sua recuperação.

É importante saber em quais situações você deverá procurar a equipe do Centro de Transplante de Medula Óssea (CEMO) para atendimento. Sua cooperação é fundamental para o seu restabelecimento.

O CEMO conta com: equipe de Enfermagem (enfermeiros e técnicos de enfermagem) e equipe médica 24 horas, Serviços de Nutrição e Dietética, Social, de Psicologia, de Higienização, de Fisioterapia e de integrantes do INCAvoluntário. Peça informações e agende uma consulta com um dos nossos profissionais, caso necessite. O apoio de pessoas próximas e queridas também é muito importante durante esse período.

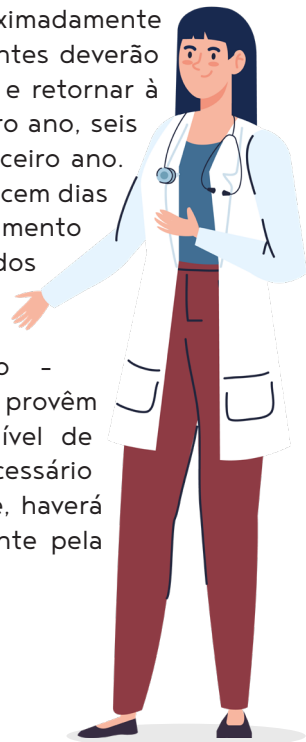


CONSIDERAÇÕES INICIAIS

A alta da enfermaria só será possível no momento em que a sua medula óssea estiver funcionando bem, ou seja, produzindo as células do sangue que protegem você contra infecções e hemorragias. Embora você esteja recuperado o suficiente para ser tratado no ambulatório, seu sistema imunológico (células de defesa) ainda não está completamente restabelecido.

Nos primeiros cem dias, após o transplante de células-tronco hematopoéticas (TCTH), há maior risco de contrair infecções. Neste período, É recomendável ficar próximo à Unidade de Transplante para facilitar o atendimento especializado imediato e, caso necessário, acompanhamento ambulatorial semanal. Os pacientes vindos de outros estados, fora do Rio de Janeiro, dependendo de suas condições (avaliadas pelo médico), poderão retornar às suas cidades depois de aproximadamente cem dias após o transplante. Nesses casos, os pacientes deverão ser acompanhados todos os meses pelo seu médico e retornar à Unidade de Transplante a cada três meses no primeiro ano, seis meses no segundo ano e anualmente a partir do terceiro ano. Os pacientes que moram no Rio de Janeiro, depois de cem dias decorridos do transplante, continuarão o acompanhamento no ambulatório do CEMO, ou poderão ser encaminhados para os hospitais de origem.

Se você foi submetido a um transplante alogênico - aquele no qual as células precursoras da medula provêm de outro indivíduo (doador), de acordo com o nível de compatibilidade do material sanguíneo - pode ser necessário um número maior de consultas e, conseqüentemente, haverá demora na alta. Cada caso é avaliado individualmente pela equipe de saúde.



SINAIS DE ALARME APÓS O TRANSPLANTE

Você deverá entrar em contato com a equipe da Unidade de Transplante, a qualquer hora, nas seguintes situações:

- febre (temperatura igual ou maior que 38°C);
- calafrios ou mal-estar;
- problemas com o cateter;
- mudanças na cor ou na consistência das fezes;
- mudanças no aspecto da urina (cor, cheiro ou dor ao urinar);
- qualquer tipo de alteração na pele;
- tosse ou falta de ar;
- enjoo e vômitos;
- sonolência e confusão mental;
- dificuldades de tomar a medicação prescrita (por enjoo, vômitos, etc.);
- dores em qualquer local do corpo;
- contato com pessoas portadoras de doenças infecciosas, como: catapora, tuberculose, herpes, doenças venéreas, sarampo, rubéola, entre outras.



Alguns cuidados importantes

Lavagem das mãos

- A lavagem das mãos deve ser feita com água e sabão.
- A lavagem cuidadosa das mãos é muito importante porque várias doenças são transmitidas por contato manual.
- Depois de ir ao banheiro, antes das refeições e sempre que notar que possam estar sujas ou contaminadas é necessário lavar as mãos.
- A pessoa que estiver cuidando de você também deve lavar as mãos frequentemente e nas mesmas ocasiões descritas anteriormente.
- Mantenha as unhas aparadas e limpas, mas tenha cuidado para não se ferir ao cortar as unhas. Se preferir, use somente uma lixa para mantê-las curtas.
- Você pode usar o álcool em gel como alternativa à lavagem das mãos, se não estiverem sujas e quando a água e o sabão não estiverem disponíveis.



O uso da máscara

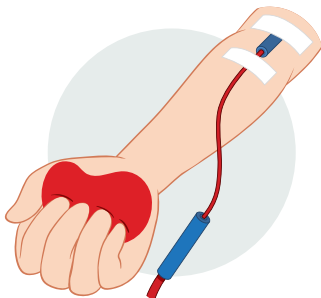
- O uso correto da máscara (cobrindo o nariz e a boca) é uma proteção que diminui o risco de pegar uma infecção respiratória.
- A máscara deve ser usada por você e pelas pessoas que estiverem perto de você, pelo menos até completar três meses após o Transplante.
- Evite receber muitas visitas, especialmente crianças em idade escolar (porque costumam adquirir infecções por vírus e outros germes, sem que se perceba), caso não seja possível, lembre-se de que todos devem usar a máscara.
- Evite locais com muitas pessoas, como lojas, supermercados, shoppings, cinemas, igrejas, etc. Caso não seja possível, use sempre a máscara.
- Você não precisa da máscara quando estiver sozinho ou ao ar livre.
- Em casa, com quem mora com você e sem sinais de infecção, não precisa usar máscara.



O cateter venoso

O cateter é muito importante porque você pode infundir medicamentos e colher sangue para exames, através dele, se necessário.

Pacientes, familiares e cuidadores devem seguir as orientações da equipe do CEMO, sobre o cuidado correto do cateter:



- Higienizar as mãos antes de qualquer manipulação.
- Evitar traumas (não puxar, não usar objetos cortantes próximos).
- Reconhecer sinais de infecção ou mau funcionamento (dor no local, ou febre ou calafrios ou sangramento ou secreção).
- Se sinais de infecção comunicar imediatamente à equipe do CEMO.

Prevenção de infecção:

- Evitar contato do cateter com água durante o banho.
- Proteger pontas e tampas do cateter durante banho/chuveiro.

Curativos:

- A equipe do CEMO irá decidir qual é o curativo mais adequado (gaze estéril, filme transparente, curativo com clorexidina ou outro) e qual deve ser o intervalo para troca.
- Manter o curativo limpo, seco e íntegro.
- Comunicar a equipe do CEMO se molhado, sujo ou solto.
- Se notar irritação da pele, comunicar a equipe do CEMO.

Compareça ao ambulatório para realizar o curativo, conforme orientação e agendamento da enfermeira.

O DIA A DIA APÓS O TRANSPLANTE

Higiene do ambiente

- Independentemente do tamanho do local em que você vai ficar, é importante manter tudo limpo e organizado.
- Não é preciso separar os utensílios de uso exclusivo do paciente, apenas manter os cuidados de higiene.

Limpeza e organização da casa

Antes de você receber alta, é importante que seja feita uma limpeza geral e organização dos ambientes. O paciente pós-transplante não deve ficar em ambientes com mofo, infiltrações, goteiras, obras ou locais que não possam ser limpos diariamente. É recomendável:

- retirar carpete e tapetes do quarto do paciente;
- lavar as cortinas e higienizar o quebra luz;
- limpar o filtro do ar-condicionado, as paletas do ventilador e as persianas;
- higienizar o estrado e o colchão da cama;
- lavar mantas, colchas, edredons e roupas de cama de uso do paciente antes do seu retorno e trocar sempre que estiverem suadas ou sujas;
- lavar o banheiro sempre que necessário com os produtos indicados no próximo item;
- não use o mesmo banheiro do paciente se estiver com diarreia, conjuntivite ou viroses respiratórias. Se não for possível, o banheiro deverá ser lavado após cada utilização.



Material de limpeza

- Podem ser usados os mesmos do seu uso diário, como água sanitária (comprada em mercado), sabão e álcool.

- Evite outros produtos com cheiro forte para não causar enjojo.
- Não guarde material de limpeza junto com alimentos e medicamentos.



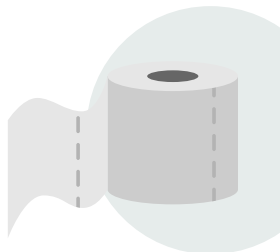
Cuidados com a pele

- A pele é especialmente sensível ao tratamento e pode manifestar precocemente a doença enxerto contra hospedeiro (reação das células transplantadas contra o organismo do receptor).
- Os transplantados têm risco aumentado de câncer de pele, portanto não se exponha ao sol, principalmente no primeiro ano pós-transplante.
- Use chapéu ou sombrinha, além de roupas que protejam do sol.
- Evite sair de casa nos horários em que o sol esteja mais forte.
- Use filtro com fator de proteção conforme recomendação do seu médico (em gel ou livre de óleo).
- Use sabonete do tipo hidratante sem perfume ou neutro (glicerina).
- É recomendado usar o creme hidratante orientado pelo médico.
- É permitido o uso de desodorante (que não causa alergia) em creme. Caso tenha dificuldades em obter o produto, faça apenas a higiene das axilas com sabonete neutro;
- Não use maquiagem, cosméticos, perfume e qualquer substância que possa irritar a pele. Você poderá voltar a usar esses produtos sob orientação do dermatologista da Unidade de Transplante.
- Não use qualquer produto em aerossol, a menos que seja por recomendação do médico.
- Você poderá fazer depilação com cremes apropriados após avaliação e orientação do especialista.



Cuidados com a região da pele ao redor do ânus

- Use papel higiênico macio.
- Faça a higiene com água morna e sabão.



CUIDADOS COM A BOCA

Odontologia e transplante de medula óssea

- Os cuidados com a higiene da boca são necessários em todas as etapas do tratamento, desde o início da internação (no período pré-transplante).
- É preciso seguir as orientações do cirurgião-dentista que vai avaliá-lo.
- Na alta hospitalar, recomenda-se manter a escovação ao acordar, depois de todas as refeições e antes de dormir.
- A escovação deve ser feita com escova macia, para evitar sangramentos, e creme dental com flúor.
- O fio dental deve ser utilizado somente com orientação do cirurgião dentista especialista, antes da escovação para remover os resíduos de alimentos que se acumulam entre os dentes e não são removidos pela escova.
- Após escovar os dentes, passe a escova levemente sobre toda a extensão da parte superior da língua para remoção dos resíduos alimentares.
- É aconselhável consultar e marcar o dentista do INCA três meses depois do transplante. Porque o dentista externo não tem formação específica
- Após o TMO, há redução de saliva, o que predispõe às cáries e doença periodontal (gengiva e osso).
- Caso a criança receba irradiação no corpo todo na época do desenvolvimento dos dentes permanentes, ela deve ser examinada e acompanhada.



ÓRGÃOS MAIS SENSÍVEIS APÓS TCTH E EFEITOS COMUNS OBSERVADOS

Observe e entre em contato conosco caso perceba:

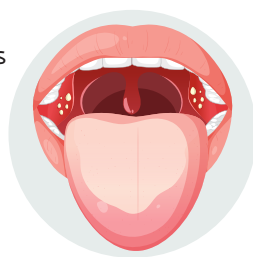
Pele

- erupções ou vesículas (bolhas);
- coceiras;
- alterações na textura: ausência de elasticidade ou endurecimento da pele;
- mudança na cor da pele.



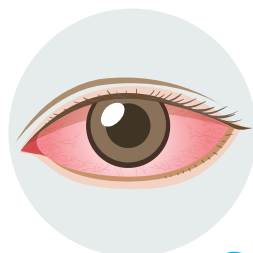
Boca

- seca;
- dor;
- sensibilidade para alguns tipos de alimentos, cremes dentais e soluções antissépticas;
- sangramentos;
- inchaços;
- dor e perda de dentes;
- ferimentos;
- aparecimento de cáries.



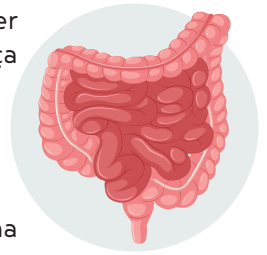
Olhos

- vermelhidão, irritação e secreções;
- alterações da visão;
- sensação semelhante a areia nos olhos;
- seca e ausência de lágrimas ou hiperlacrimejamento.



Trato gastrointestinal

- diarreias ou dores abdominais persistentes devem ser comunicadas, pois podem ser manifestações da doença enxerto contra hospedeiro;
- falta de apetite;
- perda de peso;
- enjoos e vômitos;
- aumento do número de evacuações e modificações na consistência, cor, odor ou presença de sangue nas fezes.

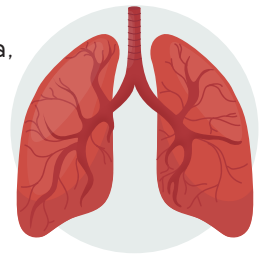


Trato genital e urinário

- mudança no aspecto da urina: cor, odor, secreções ou sangramentos;
- dor ou necessidade frequente de urinar;
- modificações no fluxo, intensidade e número de dias nos períodos de menstruação.

Vias aéreas superiores e pulmões

- acúmulo de secreções em vias aéreas (nariz, boca, faringe);
- resfriados;
- tosse (com ou sem secreção);
- dificuldades para respirar;
- sangramento pelo nariz ou dores de cabeça.



PREDISPOSIÇÃO ÀS INFECÇÕES

Após o TCTH, leva algum tempo até que as defesas contra infecções se recuperem.

Este tempo pode variar de pessoa para pessoa, enquanto estiver se recuperando você vai utilizar medicamentos que previnem alguns tipos de infecção.

Algumas medidas também diminuem o risco de pegar uma infecção:

- Evite contato com animais desconhecidos, você pode manter o seu animal de estimação, mas deve pedir que outra pessoa assuma os cuidados com a alimentação, banho e coleta de fezes. A limpeza da terra, das fezes e urina dos animais, assim como limpeza de aquários, gaiolas, viveiros, galinheiros, chiqueiros e pastos não deve ser realizada pelo paciente. Ao ter contato com seu animal de estimação tenha uma atitude segura, com o afastamento necessário e cuidados para evitar arranhões e mordidas.
- Evite cuidar diretamente de plantas até que esteja liberado pelo seu médico e mesmo assim, procure utilizar máscara e luvas apropriadas.
- Evite contato com pessoas com doenças contagiosas (como sarampo, catapora, caxumba, gripe, covid-19, tuberculose e outras). Entre em contato conosco, caso tenha tido contato com pessoas com essas doenças.
- Após o TCTH, você precisa tomar algumas vacinas para ajudar a recuperar suas defesas contra várias infecções. Geralmente o paciente é encaminhado para vacinação de três a seis meses após o TCTH. Pergunte ao seu médico.
- Evite tomar banho em piscinas, açudes, lagoas e praias pelo menos até o primeiro ano depois do transplante. Após este período consulte seu médico.
- Evite receber muitas visitas. Algumas pessoas podem portar infecções sem perceber.

MEDICAMENTOS

Você vai tomar uma grande quantidade de medicamentos depois do transplante. Em caso de dúvidas, procure a equipe da Unidade de Transplante, já que é fundamental que os medicamentos sejam usados adequadamente.

Observe as seguintes orientações para garantir o uso seguro:

- Lembre-se de lavar bem as mãos antes de retirar o medicamento da embalagem e tome-o com, pelo menos, um copo de água.
- Antes de tomar seu medicamento, confira o nome, a dosagem e o horário.
- Nunca tome medicamento fora do prazo de validade, mesmo que este tenha vencido há pouco tempo. O medicamento vencido pode não ter ação e fazer mal à saúde.
- A automedicação pode fazer mal à saúde. Nem sempre o medicamento indicado para uma pessoa servirá para outra.
- Não interrompa o tratamento sem o conhecimento do seu médico.
- Tome somente os medicamentos receitados pelo médico.

Cuidados no armazenamento

- Mantenha o medicamento na embalagem original.
- Guarde-o em local limpo, seco e protegido da luz e do sol.
- Evite armazenar medicamento em locais como banheiro, em cima da geladeira ou na janela da cozinha.
- Mantenha-o fora do alcance das crianças.
- Os medicamentos com orientação “manter sob refrigeração” devem ser guardados dentro da geladeira, nas prateleiras superiores (não os deixe na porta da geladeira, nem no congelador).
- Não interrompa o tratamento sem o conhecimento do seu médico. A automedicação pode fazer mal à sua saúde.
- Nem sempre o medicamento indicado para uma pessoa servirá para outra.
- Mantenha seu médico sempre informado da quantidade de medicamentos que você precisa e do tipo e quantidade de medicamentos que você ainda tem em casa. Dessa forma, você poderá evitar gastos ou retorno desnecessário ao hospital.

ORIENTAÇÕES NUTRICIONAIS

Você será orientado por um nutricionista quanto à alimentação que deverá seguir depois do transplante. Será agendada uma consulta com o nutricionista da Unidade de Transplante na época da alta.

Orientações sobre sua alimentação

Alimentos contaminados podem transmitir doenças. Por isso, toda atenção é necessária aos alimentos manipulados ou crus.

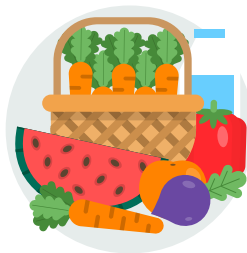
Segurança na preparação dos alimentos

- As carnes devem ser bem cozidas (bem passadas), sem partes cruas ou rosadas.
- Descongele as carnes vermelhas, peixes ou aves na geladeira ou no micro-ondas.
- Não deixe alimentos perecíveis fora da geladeira por mais de duas horas.
- Alimentos com ovos, cremes ou à base de maionese não devem permanecer fora da geladeira por mais de uma hora.
- Divida grandes quantidades de alimentos em pequenas porções guardadas em potes rasos. Deixe na geladeira somente o alimento que for consumido nos próximos dois ou três dias. Congele o restante.
- Lave bem as frutas e vegetais em água corrente e deixe de molho em solução sanitizante própria para alimentos antes de descascar ou cortar.
- Lave a embalagem dos alimentos antes de abri-los.
- Não use o mesmo talher da preparação do alimento para experimentá-lo.
- Não prove alimentos que estejam com cheiro de azedo ou estragado.
- Cozinhe os ovos até a clara estar completamente dura e a gema espessa.



Atenção ao comprar alimentos

- Cheque a data de fabricação e validade de todo produto que será consumido, principalmente carnes, aves e peixes.
- Observe o odor, presença de insetos ou corpos estranhos.
- Não compre alimentos com embalagens danificadas ou estufadas.
- Selecione os vegetais e frutas mais frescos, sem áreas amassadas ou estragadas.
- Evite salgadinhos e sobremesas não refrigeradas.
- Evite estocar alimentos por longos períodos.



Você deve evitar:

- carnes cruas ou defumadas e frutos do mar;
- ovos crus ou preparações que usem ovos mal passados;
- queijos, iogurte, leite e derivados não pasteurizados (não industrializados);
- queijos, mesmo industrializados, que tenham fungos (exemplos: brie, roquefort, gorgonzola, camembert);
- mel (Ingerir mel apenas industrializado.);
- maionese ou cremes que permaneceram fora da refrigeração por muito tempo;
- água que você não tenha certeza que esteja bem filtrada;
- produtos de fabricação caseira de origem pouco conhecida.



RETORNO ÀS ATIVIDADES

Fisioterapia e transplante de medula óssea

Durante a internação para o transplante, você foi avaliado por um profissional fisioterapeuta e recebeu uma cartilha de exercícios adequados à sua condição física. Após a alta hospitalar, é possível que você ainda se sinta cansado ou apresente algum grau de fraqueza muscular durante as atividades do dia a dia. Essas atividades poderão ser:

- andar;
- subir e descer escadas;
- levantar-se de uma cadeira;
- alimentar-se;
- vestir-se;
- tomar banho.

Não se preocupe. O retorno a essas atividades é gradual e você se readaptará a cada dia. O importante é manter-se o mais ativo possível e continuar a realizar os exercícios que foram orientados pelo fisioterapeuta.



Lembre-se das seguintes orientações:

- Manter uma rotina diária de exercícios leves o ajudará a sentir-se menos cansado e com mais força para a realização de suas atividades.
- Se o cansaço e a fraqueza muscular persistirem durante as atividades do dia a dia, mesmo mantendo um programa de exercícios, marque uma consulta com o fisioterapeuta para uma nova avaliação e orientação.

Se você apresentar um ou mais dos seguintes sintomas após o transplante, como:

- vômito;
- cansaço intenso;
- diarreia;
- falta de ar;
- tonteira;
- dores nas articulações das pernas ou braços.

ATIVIDADE SEXUAL

Antes de iniciar atividade sexual, pergunte ao profissional da equipe que o acompanha se você já está liberado.

É importante que os parceiros conversem sobre o assunto, expressem seus sentimentos e, principalmente, que sejam pacientes uns com os outros. Algumas dificuldades poderão ocorrer nessa área.

O transplante de medula óssea não leva à cessação da atividade sexual, embora possa causar diminuição do desejo sexual e infertilidade. Algumas dificuldades poderão ocorrer, porém não há regras.

Algumas infecções podem ser transmitidas por via sexual (por exemplo: hepatites, herpes, papilomavírus e outras). O uso de preservativo é recomendável como forma de diminuir o risco de adquirir uma infecção por via sexual.

Fale com o seu médico se notar ressecamento vaginal ou dificuldade ou dor nas relações sexuais.

Sinta-se à vontade para pedir esclarecimentos à equipe da Unidade de Transplante sobre suas dúvidas. Fale abertamente conosco sobre seus problemas.

Nenhuma questão é tola ou sem importância.



SERVIÇO SOCIAL E TRANSPLANTE DE MEDULA ÓSSEA

O assistente social realiza o acompanhamento das demandas que foram encaminhadas no pré-transplante e que ainda se encontram em andamento (questões referentes às situações habitacionais, previdenciárias, trabalhistas e educacionais, entre outras).

Geralmente, é necessário que o paciente aguarde um pouco para retomar as suas atividades diárias, como escola e trabalho. As crianças e adolescentes só estarão liberados para frequentar a escola após o início das vacinas ou conforme orientação médica. Entretanto, isso não as impede de continuar os estudos, pois existe a Lei Especial de Ensino que promove a educação a distância para casos especiais como esse. Quanto ao retorno ao trabalho para quem for adulto, este será avaliado pela equipe médica.

No pós-transplante, o paciente - junto com seu acompanhante - deverá permanecer com consultas e exames frequentes, por isso se faz importante a garantia do deslocamento à unidade de saúde, o apoio em relação às condições socioeconômicas do paciente, entre outros. Essas questões podem ser garantidas por meio de políticas sociais públicas (transporte, previdência, assistência, etc.) e se constituem direitos do cidadão.

Quanto mais orientado você estiver, mais seguro você vem para o tratamento. Em caso de dúvidas ou necessidade de orientações específicas, agende na recepção do CEMO sua consulta com o assistente social.



SAÚDE MENTAL E TRANSPLANTE DE CÉLULAS-TRONCO HEMATOPOIÉTICAS

Algumas mudanças podem surgir após o transplante. As mais comuns são:

- O paciente pode ficar mais preocupado com sua saúde, ou ter medo de que o tratamento não dê certo. Além disso, pode se sentir mais cansado, parecendo desanimado. Isto costuma ser uma reação comum e é importante que seja dado tempo para a recuperação completa, pois esta não acontece rapidamente.
- Podem ocorrer mudanças na aparência, como perda de cabelo, de peso, alterações na pele, etc. A maioria destas mudanças é passageira, porém, podem incomodar bastante o paciente, deixando-o triste. O mais importante é lembrar que todo este esforço tem como objetivo melhorar a própria saúde.

Realizar atividades de lazer, mesmo dentro de casa, como assistir filmes, jogos de tabuleiro, caça palavras, leituras, entre outras atividades, ajuda bastante na recuperação. No entanto, é importante que se observem alguns cuidados conforme as orientações fornecidas pela equipe de saúde do CEMO.

Existem diferentes tipos de transplante e os pacientes também são diferentes entre si. Por isso, é muito importante que cada um tire suas dúvidas com os profissionais da equipe, buscando entender o que esperar durante sua recuperação. Por último, é sempre bom lembrar que a psicologia do CEMO está disponível para receber pacientes e acompanhantes que precisem de atendimento.



MENSAGEM FINAL

Seu sistema imunológico está em recuperação e você deve seguir as recomendações dos profissionais de saúde que te acompanham.

A Unidade de Transplante funciona 24 horas por dia, sete dias na semana e estamos sempre à disposição para esclarecer suas dúvidas.

Não tenha medo ou vergonha de pedir orientação do profissional que cuida de você. Siga as orientações fornecidas pela equipe.

Não se compare com ninguém. Você é único(a) e cada orientação é individual.





<http://gov.br/inca>