

Deverá contactar a equipa de enfermagem da **Consulta de enfermagem não presencial (919996664)** nos dias úteis, entre as 10h00 e as 16h00, **sempre que manifestar os seguintes sintomas:**

- **Aftas na mucosa oral:** com dor moderada, mesmo que não interfira na ingesta oral, e sem prescrição de solução de bochechos.
- **Alterações na pele:** bolhas, descamação, feridas, vermelhidão doloroso, que limitam as atividades diárias; reação no local da punção.
- **Alterações nas unhas:** inflamação do leito das unhas com feridas e dor.
- **Apetite diminuído:** com perda importante de peso.
- **Falta de força:** acentuada, cansaço, palidez, tonturas, dificuldade em respirar.
- **Diarreia:** Se mantiver 4 a 6 dejeções ao dia, mesmo com dieta antidiarreica e medicação.
- **Dor severa:** que limite atividades de autocuidado de vida diária.
- **Febre:** igual ou acima de 38°C, que não cede ao antipirético ou permanece por mais de 24 horas.
- **Sinais de infeção:** febre, tosse, expetoração, dor de garganta, dor ou ardor ao urinar.
- **Náusea persistente:** com inadequada ingestão alimentar.
- **Vómitos persistentes:** 3 a 5 episódios (separados por cinco minutos) em 24 horas.
- **Hemorragias** não habituais.

Se houver necessidade, será encaminhado para a Consulta Aberta. Fora do horário de atendimento, deverá dirigir-se ao Centro de Saúde ou Hospital da área de residência.

Fonte da imagem: <https://www.premiotecnologiasdeimpacto.com.br>

## **GUIA INFORMATIVO PARA A GESTÃO DE SINTOMAS ASSOCIADOS A AGENTES ANTINEOPLÁSICOS**



**Centro Hospitalar Barreiro Montijo, E.P.E.**  
Av. Movimento das Forças Armadas | 2834-003 Barreiro  
Serviço de Oncologia  
Telefone: 212147300, extensão 2357  
[www.chbm.min-saude.pt](http://www.chbm.min-saude.pt)

Este guia dirige-se ao doente submetido a tratamento com

---

e tem como objetivo informar sobre como gerir e controlar os sintomas associados a esse tratamento, e quando deve procurar apoio de um profissional.

## **EFEITOS SECUNDÁRIOS POSSÍVEIS**

### **Aftas:**

- Lave regularmente a boca e utilize de escova de dentes macia. Se for prescrito, use uma solução de bochechos;
- Faça uma alimentação de consistência mole/pastosa, à temperatura ambiente.
- Evite citrinos, álcool e tabaco.

### **Alteração do paladar:**

- Dê preferência a alimentos que saibam bem, bebidas, pastilhas elásticas ou doces.

### **Alterações na pele:**

*(borbulhas, bolhas, manchas, alteração da coloração das veias, seca, descamação, comichão, fotossensibilidade)*

- Utilize um gel de duche hidratante para lavar o corpo. Tome banho com água morna;
- Evite: tocar ou coçar as lesões cutâneas, usar lâminas de barbear, perfumes ou aftershave irritantes.
- Dê preferência a roupas de algodão, largas e suaves.
- Utilize protetor solar com um fator de proteção elevado, chapéu e óculos de sol.
- Aplique o creme e pomada recomendados.

### **Alteração das unhas** *(coloração, sulcos, fragilidade):*

- Corte as unhas a direito;
- Lave-as com água morna e lodopovidona;
- Evite calçado apertado.

### **Alteração da coloração da urina:**

- Aumente a ingestão de líquidos.

### **Apetite diminuído:**

- Faça refeições pequenas e fracionadas, a gosto.

### **Anemia** *(cansaço, palidez, tonturas, dificuldade em respirar):*

- Alterne entre períodos de repouso e de atividade.

### **Diarreia:**

- Faça uma dieta pobre em fibras, evitando fritos e gorduras e aumente a ingestão de líquidos;
- Tome os antidiarreicos prescritos.

### **Dores musculares/articulares:**

- Tome o analgésico prescrito;
- Aplique calor e faça atividades de distração e/ou relaxamento (ouvir música, ler, ver televisão, ioga).

### **Febre:**

- Vigie diariamente se tem febre (acima de 38°C);
- Faça um arrefecimento corporal e tome o antipirético que lhe foi recomendado.

### **Hiperqlicémia ou Hipoglicémia**

- Vigie os valores da glicémia (se for diabético);
- Coma refeições ligeiras e regulares; evite os doces, no caso da hiperqlicémia.
- Ajuste a medicação, conforme a recomendação médica.

### **Infeção** *(febre, tosse e expetoração, ardor ao urinar):*

- Evite o contacto com pessoas doentes;
- Evite temperaturas extremas;
- Tenha uma higiene oral e íntima cuidadas;
- Higiene na preparação e confeção dos alimentos;

- Use preservativo.

### **Náuseas e vômitos:**

- Faça refeições ligeiras e fracionadas ao longo do dia, a gosto, com alimentos pouco doces;
- Evite ingerir líquidos à refeição e longos períodos de jejum;
- Recomenda-se a ingestão de gengibre (chá, água aromatizada ou rebuçados);
- Exercícios de distração e/ou relaxamento (ouvir música, ler, ver televisão, ioga);
- Faça a terapêutica antiemética prescrita.

### **Neuropatia periférica:**

*(Formigueiro e/ou dormência dos dedos das mãos e pés, à volta da boca ou garganta, provocados pela exposição ao frio)*

- Evite a exposição ao frio;
- Lave as mãos e dentes apenas com água morna ou quente;
- Não coma nem beba nada frio;
- Não toque em superfícies frias, nomeadamente o frigorífico;
- Utilize luvas protetoras.

### **Obstipação:**

- Promova uma dieta rica em fibras, com um aumento da ingestão de líquidos;
- Tome os laxantes prescritos.

### **Queda do cabelo:**

- Use um champô neutro;
- Corte os cabelos compridos para evitar que o seu peso arranque as raízes;
- Proteja o seu couro cabeludo (lenço, peruca ou chapéu).

### **Risco de hemorragia:**

- Utilize de escova de dentes macia;
- Evite usar lâmina de barbear.