

Orientações para o cuidado de crianças com câncer

Desenho: Samuel Gonçalves - 8 anos*



Expediente

Andréa Conceição Brito

Pediatra com área de atuação em Hematologia Pediátrica do Serviço de Hematologia e Oncologia do HC-UFMG

Benigna Maria de Oliveira

Professora Associada do Departamento de Pediatria da Faculdade de Medicina da UFMG
Pediatra e Hematologista do Serviço de Hematologia e Oncologia do HC-UFMG

Gicele Mendes Chagas

Nutricionista do Serviço de Nutrição do HC-UFMG

Maria Fernanda Giovanardi de Oliveira Trivelato

Pediatra com área de atuação em Hematologia Pediátrica do Serviço de Transplante de Medula Óssea do HC-UFMG

Luciana Terra Babeto

Pediatra com área de atuação em Hematologia Pediátrica do Serviço de Hematologia e Oncologia do HC-UFMG

Marcos Borato Viana

Professor Emérito do Departamento de Pediatria da Faculdade de Medicina da UFMG
Pediatra e Hematologista do Serviço de Hematologia e Oncologia do HC-UFMG

* Todos os desenhos e idades registrados nesta cartilha foram feitos na época em que as crianças estavam em tratamento no Hospital das Clínicas da UFMG (HC-UFMG).

Essa é uma publicação do Departamento de Pediatria da Faculdade de Medicina da UFMG

Sumário

Introdução	04
Medicamentos	05
Vacinas	06
Higiene corporal	07
Cuidados com a boca	08
Acompanhamento odontológico	10
Higiene	10
Cuidados com a alimentação	12
Atividades do dia a dia	20
Situações em que se deve procurar o serviço de urgência	21



Atualmente, a criança com câncer pode ser curada na maioria dos casos, dependendo do tipo de câncer e do tratamento. Mas isso não significa que será fácil. É preciso ter muita dedicação por parte da equipe médica, da família e da criança.

O seguimento rigoroso do tratamento é muito importante para que sejam obtidos bons resultados.

Para cuidar da criança com câncer é importante compreender bem a doença e o tratamento. Quando houver alguma dúvida, basta perguntar ao médico.

Acontecem muitas mudanças como a queda dos cabelos, ausência da escola, hospitalizações, uso de medicamentos, etc...

Apresentamos para vocês algumas orientações importantes para ajudar no dia-a-dia de cuidados a essas crianças.

- Equipe de Hematologia e Oncologia Pediátrica do HC-UFMG





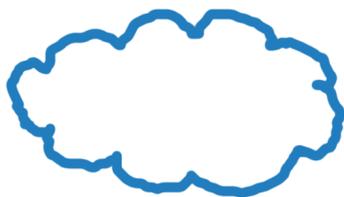
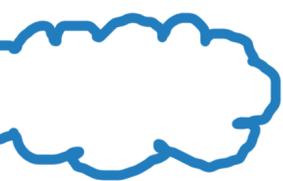
Medicamentos

- Esclareça durante as consultas ambulatoriais a forma correta de administrar os remédios.
- Dê os medicamentos para a criança nas doses e horários corretos.
- Não dê à criança medicamentos sem o conhecimento do médico. Mesmo remédios “naturais”.

Para não esquecer os horários dos remédios, você pode utilizar de várias estratégias como colar a receita na geladeira, colocar o relógio para despertar na hora do medicamento, pedir para um parente ajudar a lembrar, entre outras. A criança, com o passar do tempo se acostuma com o tratamento e, muitas vezes, ela mesma se lembra da hora do remédio.

Desenho: Marcos Antônio - 6 anos*



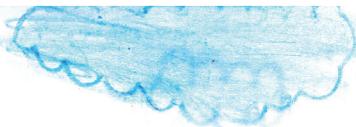


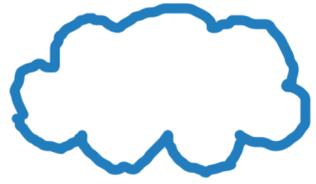
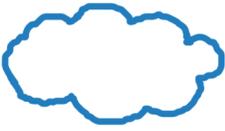
Vacinas

A maioria das vacinas é contraindicada durante o tratamento de quimioterapia, mesmo as de campanha e as que são dadas pela boca. Por isso, a criança não deve ser vacinada sem o conhecimento e consentimento do médico responsável.

As crianças que residem na mesma casa não devem tomar a vacina Sabin ("Zé Gotinha"). Existe uma vacina que a substitui, a Salk. É necessário relatório médico para recebê-la na Unidade Básica de Saúde ou no CRIE (Centro de Referência de Imunobiológicos Especiais).

Desenho: Andriele Mendes Ferreira - 8 anos*





Higiene Corporal

A imunidade da criança está comprometida, seja pela doença, seja pelo tratamento. A pele, as mãos, a região da boca e a região do ânus são considerados locais de porta de entrada para as infecções. Infecções em crianças com baixa imunidade podem tornar-se graves. Assim, é necessário evitar ferimentos e manter esses locais bem protegidos.

○ uso de máscara não é necessário, na maioria das vezes. Ela deve ser usada somente se o médico da criança indicar.

Alguns cuidados são importantes:

- Usar sabonete sem perfume.
- Fazer uso de creme hidratante sem perfume após o banho. ○ médico poderá orientar o melhor creme para a criança.
- Lavar a região ao redor do ânus com água morna e sabão antisséptico.
- Usar papel higiênico macio, sem esfregar.
- Lavar e secar as mãos, principalmente antes e após as refeições e antes e após ir ao banheiro.
- Manter as unhas curtas e limpas.
- Utilizar protetor solar sempre que exposto ao sol.
- Manter os brinquedos, roupas e objetos pessoais da criança limpos.



Desenho: Mayra Karoline Fagundes - 8 anos*

Cuidados com a boca

Complicações na região da boca são comuns em crianças com câncer por causa da baixa imunidade e dos efeitos da quimioterapia. Acontecem com maior frequência naquelas que não têm uma higiene adequada e nas que já têm problemas dentários prévios, como por exemplo, a cárie.

Os principais problemas da boca que as crianças podem apresentar são:

- Mucosite

São ferimentos que acometem a boca aproximadamente 5 a 7 dias após a quimioterapia, dependendo da medicação usada.

Começa com uma sensação de ardência, boca seca e dor. Aos poucos, aparecem feridas cobertas por secreção branca.

Surge dificuldade para alimentar-se e mantém-se a dor.

Pode ocorrer infecção local.

Não acontece só na boca, mas em todo o aparelho digestivo, podendo levar à diarreia e ferimento no ânus. Pode durar até 14 dias e sua melhora coincide com a recuperação das células de defesa.

Como aliviar:

- Manter a higiene oral;
- Esfriamento bucal com gelo ou líquidos frios;
- Bochechos com solução oral à base de gluconato de clorexidina a 0,12% sem álcool (Periogard® sem álcool ou Cariax®);
- Uso de anestésicos e analgésicos, sob orientação médica.

- Candidíase

São áreas brancas, em forma de placas, presentes na região da boca. São popularmente conhecidas como “sapinho”.

É um tipo de infecção, causada por um fungo.

Em pessoas com câncer, a candidíase pode tornar-se grave devido à diminuição da imunidade. Por isso deve ser tratada o mais rápido possível.

Como aliviar:

- Higiene local;
- Avaliação médica para a utilização de medicamento específico, de acordo com a situação do paciente.

- Herpes

O vírus do Herpes é muito conhecido por causar lesões que costumam doer muito, principalmente na região dos lábios.

Em pessoas com câncer, a infecção pelo Herpes pode tornar-se grave devido à baixa imunidade. Por isso o Herpes deve ser tratado assim que for percebida a lesão, isto é, o mais rápido possível.

Como aliviar:

Procurar o médico, o mais urgentemente possível, para receita de remédios contra o Herpes e analgésicos.

Acompanhamento odontológico

A criança com câncer precisa ser acompanhada pelo dentista desde o início do tratamento.

O dentista deve manter contato com o médico para decidirem o melhor tratamento para cada criança.

A criança que está usando aparelho dentário, deve retirá-lo no início do tratamento para evitar complicações como sangramentos e infecções.

Higiene

Escovar os dentes após as refeições e fazer uso do fio dental. A higiene não deve ser somente dos dentes, mas também da língua e da parte interna das bochechas. Deve-se usar escova de dente extramacia e pasta de dente não irritante.

Após a escovação, enxaguar a boca com soro fisiológico ou água. A limpeza da cavidade bucal com gaze embebida em soro fisiológico auxilia na higienização das crianças que não conseguem bochechar.

Se em algum momento a criança não conseguir escovar os dentes por

algum motivo, a família deve estimular a limpeza da boca com gaze embebida em soro fisiológico e uso de antissépticos bucais à base de clorexidina 0,12% sem álcool, pois o álcool é irritante (Periogard® sem álcool ou Cariax®).

Manter os lábios sempre úmidos com substâncias lubrificantes.

Evitar excesso de alimentos doces.

Qualquer dúvida em relação aos cuidados com a boca, perguntar ao médico ou ao dentista.

Desenho: Roseli Mendes - 5 anos*

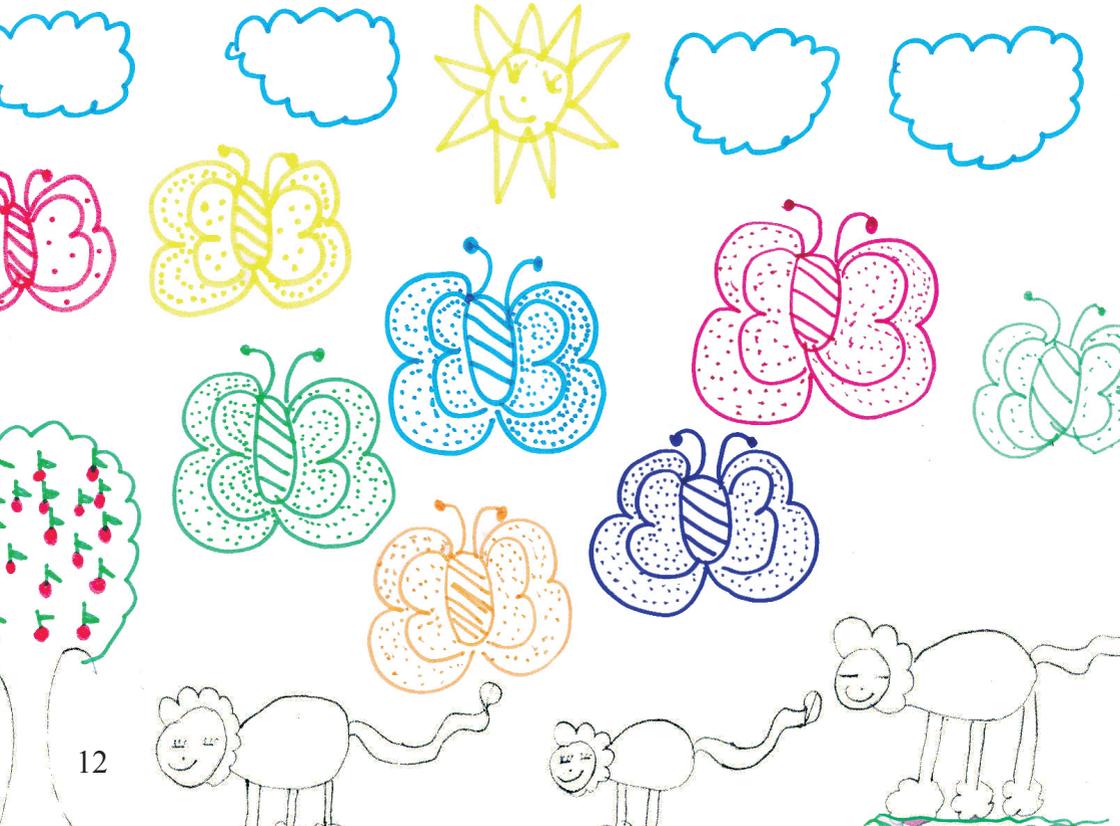


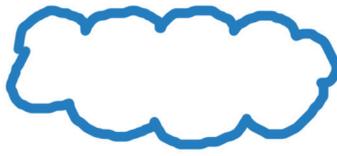
Cuidados com a alimentação

Uma boa alimentação é muito importante durante o tratamento. A criança com câncer passa por situações que podem levar à dificuldade para comer ou, então, perda do apetite:

- Enfraquecimento pela própria doença.
- Efeitos dos medicamentos.
- Boca machucada.
- Perda do paladar.
- Náuseas e vômitos.
- Diarreia.

Desenho: Anna Carolina Alves Maciel - 7 anos*





- Questões emocionais como medo, preocupação e depressão.
- Dificuldade para se adaptar à dieta hospitalar.
- Internações repetidas.
O apetite da criança não fica diminuído durante todo o tratamento. É importante aproveitar os momentos em que a criança aceita bem a alimentação para estimulá-la e, nas fases em que perde o apetite, usar estratégias para que ela se alimente melhor.
- Procure preparar alimentos que a criança goste desde que estejam de acordo com os cuidados que vamos citar mais à frente.
- Não force a criança a comer durante as crises de náuseas e vômitos porque isso pode gerar uma repulsa prolongada por aquele alimento. Pedir avaliação do médico quando ocorrerem vômitos para que a criança seja medicada.
- Deixe a criança comer sempre que ela tiver fome, não sendo muito rigoroso com os horários de alimentação. Alimentar mais vezes e em menor quantidade pode dar um bom resultado na aceitação da dieta.
- Reforçar o café da manhã que geralmente é o horário em que a falta de apetite é menos comum.
- Manter a calma e evitar que a criança coma com pressa.
- Oferecer líquidos entre as refeições.
- Criar um ambiente agradável na hora da refeição, se possível com a participação dos irmãos e demais familiares.
- Evitar discutir ou punir a criança, pois forçá-la a comer pode piorar a situação.
- Em crianças com feridas na boca ou dificuldade para engolir, evite alimentos ácidos, quentes, muito salgados e duros para mastigar.



- Orientações Alimentares

A criança com câncer é considerada imunossuprimida. Isso significa que ela tem a imunidade comprometida e que um alimento contaminado pode causar infecções graves.

- Filtrar e ferver por 10 minutos toda a água utilizada em casa, até mesmo aquela que vai ser usada para fazer gelo.
- A água que será guardada em geladeira deverá ser filtrada e fervida por 10 minutos e armazenada em vasilhame fechado por no máximo 24h.
- Lavar a vela do filtro de água semanalmente e trocá-la de seis em seis meses. Utilizar água filtrada somente se a água do município for tratada.
- Se usar água mineral em galão, limpar semanalmente o suporte do galão.
- A caixa d'água deve ser limpa e desinfetada a cada 6 meses e deve ser mantida fechada.
- Preparar as refeições em locais limpos. Não deixar os alimentos expostos.
- Manter as lixeiras tampadas. Não deixar acumular lixo, restos de alimentos e vasilhas sujas na cozinha.
- Lavar os utensílios de cozinha antes e após o uso e guardá-los em local protegido de poeira e de insetos.
- Ingerir muita água para evitar que o intestino fique preso.



Desenho: Mayra Karoline Fagundes - 8 anos*

- Evitar que os alimentos sejam preparados por pessoas que estejam com gripe, resfriado, diarreia, ou com machucados ou cortes nos dedos ou mãos, pois elas podem contaminar os alimentos.
- Separar os utensílios de outras pessoas doentes que morem na mesma casa.
- Os alimentos devem ser consumidos logo após o preparo, evitando-se guardar restos de alimentos na geladeira ou em outros locais.

- Cuidados com os alimentos: Frutas, verduras e legumes

- Evitar alimentos crus devido à facilidade de contaminação. Utilizar verduras refogadas e cozidas.
- Evitar o consumo de frutas que não possam ser descascadas ou que sejam difíceis de serem higienizadas.
- Escolher frutas e legumes com casca íntegra e sem partes estragadas. Alimentos com a casca machucada podem estar contaminados por fungos ou bactérias.
- Evitar frutas de difícil higienização e de casca sensível, como uva, pêsego, morango e kiwi.
- As frutas deverão ser consumidas sem casca.
- Ao consumir frutas maiores, após higienizar, partir e guardar em uma vasilha fechada, dentro da geladeira. Nunca comprar frutas já partidas.
- Guardar as frutas após a higienização em vasilhas tampadas ou saco plástico descartável, dentro da geladeira.
- As frutas utilizadas em sucos e vitaminas devem passar pelo mesmo processo. O suco deve ser consumido na hora. Evitar sucos de origem desconhecida, dando preferência a sucos industrializados ou a sucos preparados em casa com água filtrada.

- As frutas, verduras e legumes devem ser higienizados seguindo os passos abaixo:

- Lavar uma a uma em água corrente.
- Para frutas e legumes: com esponja, sem machucar a casca. As esponjas utilizadas para lavar os alimentos devem ser exclusivas para este fim.
- Mergulhar durante 15 a 20 minutos em uma vasilha com um litro de água potável e uma colher de sopa de hipoclorito de sódio a 1% (é vendido nas farmácias). Escorrer a solução.
- Enxaguar com água abundante.



Desenho:
Marcos Ademidés - 6 anos*

- Carnes

- Evitar comprar carnes em locais com higiene precária.
- As carnes devem ser sempre bem passadas ou cozidas.
- Ao armazenar a carne, congelá-la em pequenas porções e descongelá-la em local limpo. Não congelar novamente depois de descongelada.
- Comprar peixes congelados em caixinhas ou embalagens a vácuo de boa qualidade.
- Não consumir carnes cruas ou defumadas e frutos do mar.
- Os embutidos (presunto, mortadela, salame e salsicha) devem ser evitados.
- Não usar tábua de carne feita de madeira.

- Ovos

- Não consumir ovos crus, nem alimentos preparados com ovo cru, sem aquecimento: gemada, maionese caseira e preparações com clara em neve.
- A maionese industrializada pode ser consumida somente no dia em que a embalagem for aberta.
- Não consumir ovos com a gema crua.
- Guardar os ovos na geladeira.

- Leite e derivados

- Consumir somente leite pasteurizado ou esterilizado (longa vida) ou leite em pó preparado com água filtrada.
- Ferver o leite pasteurizado antes de ingerir. Não beber leite cru.
- Se sobrar leite de caixinha ao final do dia, fervê-lo novamente no dia seguinte.
- Utilizar apenas queijos pasteurizados de marcas conhecidas.
- Não comprar queijos de fabricação caseira ou já fatiados.
- Preferir o queijo em preparações quentes.
- Consumir apenas iogurtes e sorvetes industrializados, de marca conhecida e em embalagens individuais.

- Outros alimentos

- Ao utilizar alimentos enlatados, lavar bem a lata antes de abri-la
- Evitar o uso de massas semiprontas já recheadas como pizzas, lasanhas e salgados congelados. Massas sem recheio podem ser compradas prontas.
- Consumir apenas enlatados de origem vegetal, no dia em que a embalagem for aberta.

- Utilizar leite condensado, geleia e doces somente no dia em que a embalagem for aberta.
- Farinhas de milho e mandioca devem ser torradas antes de consumidas.
- Não consumir nozes, avelãs, amendoins, coco, castanhas em geral e outras sementes cruas.
- Biscoitos, bolos e pães devem ser guardados em local seco, fresco e coberto.
- Comprar biscoitos industrializados. Se preparar em casa, manter os cuidados de higiene no preparo e na escolha dos ingredientes.
- Bolo industrializado ou preparado em casa, sem cobertura e sem recheio.
- Não comprar pães doces recheados com cremes ou coco. O pão de sal pode ser consumido normalmente.

Desenho: Wagner Gomes de Oliveira - 8 anos*



- Alimentos com baixo valor nutritivo como chips, refrigerantes, doces e balas podem ser consumidos, desde que se saiba a procedência, mas devem ser evitados em excesso.
- Não consumir alimentos em bares, lanchonetes, restaurantes, ambulantes e alimentos provenientes de locais cujos cuidados com a higiene sejam duvidosos.
- Preferir alimentos preparados em casa com os devidos cuidados de higiene.
- Conferir a data de validade dos alimentos antes de comprá-los ou consumi-los e não adquirir alimentos com embalagens que estejam em mau estado de conservação, como latas estufadas ou amassadas e embalagens rasgadas.
- Sempre que houver alguma dúvida em relação à alimentação, perguntar ao médico ou ao nutricionista.

Atividades do dia a dia

A criança com câncer não precisa ficar “trancada” em casa e todos devem contribuir para que ela tenha um ambiente o mais agradável possível, respeitando algumas restrições que são impostas pelo tratamento. As restrições dependem da fase do tratamento e da imunidade da criança. É necessário evitar contato com doenças infecciosas e que a criança se machuque, pelo risco de sangramentos graves.

- Evitar excesso de visitas.
- Evitar locais com elevado número de pessoas.
- Evitar contato com animais e plantas.
- Evitar contato com pessoas que estejam com doenças contagiosas.
- Não tomar banho em piscina, açudes, lagoas e praias.
- Atividades esportivas em grupo estão contraindicadas.

- A escola deve ser evitada nas fases iniciais do tratamento e naquelas em que a imunidade está comprometida, mas isso não impede que a criança faça as atividades escolares em casa com a ajuda dos pais, amigos ou professores designados pela escola, um direito da criança. Assim que possível, ela deve ser estimulada a retornar à escola.

É importante lembrar à criança que estas restrições são apenas durante o tratamento e que ela poderá voltar à sua rotina, quando ele terminar.

Situações em que se deve procurar o serviço de urgência

Atualmente, a maior parte do tratamento do câncer infantil pode ser realizada sem que a criança precise ficar internada. As internações são reservadas para os momentos em que seja necessário o uso da

Desenho:
Emanuelle de Souza Conceição - 5 anos*



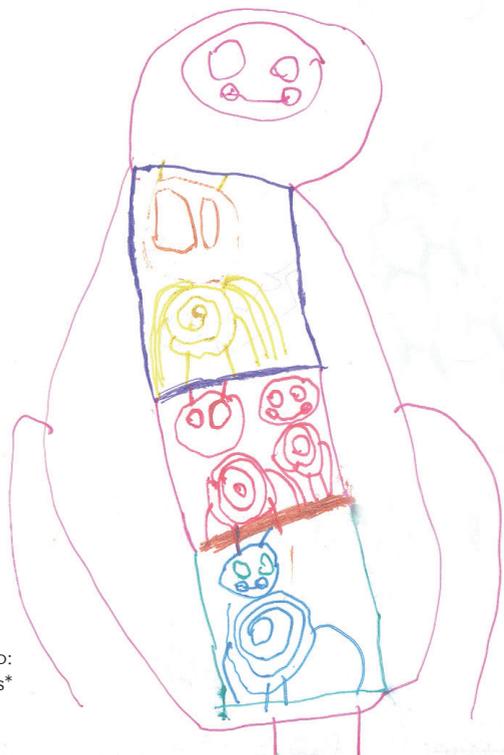
quimioterapia que não pode ser recebida no ambulatório ou durante complicações como infecções e sangramentos.

Tanto a doença quanto o tratamento deixam a criança mais frágil. Por isso a família deve saber quais são as situações de risco, nas quais a criança deverá ser avaliada com urgência por um médico.

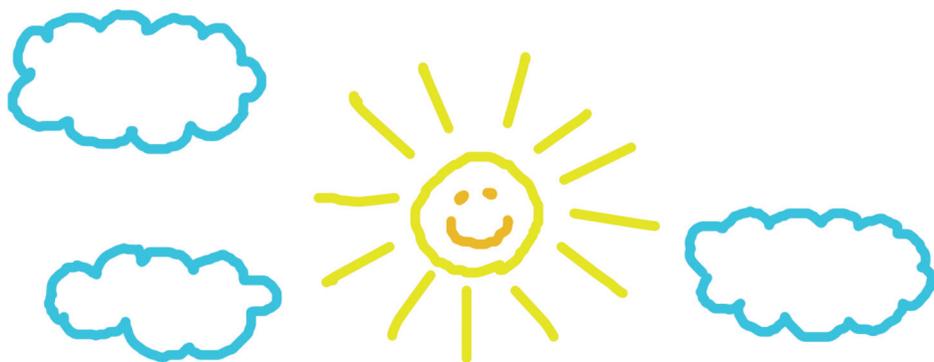
As situações mais frequentes são:

- Febre (temperatura maior ou igual a 37,8°C).
É importante ter um termômetro em casa. A febre pode ser o primeiro sinal de uma infecção. Infecções nessas crianças podem tornar-se graves em um piscar de olhos.
- Sangramentos
O aparecimento de pintas vermelhas, manchas roxas na pele ou sangramento em qualquer parte do corpo, mesmo que seja em pequena quantidade, são considerados sinais de alerta. Isso pode acontecer por alteração da coagulação do sangue ou baixa de plaquetas. Nessa situação, o pronto atendimento deve ser procurado para controlar o sangramento e evitar sangramentos mais graves.
- Palidez e cansaço
Podem ser sinais de piora da anemia. Após receber quimioterapia mais intensiva, a criança pode apresentar anemia e necessitar de transfusão de sangue. Por isso, o surgimento de palidez requer avaliação médica e realização de exames para ver a necessidade de transfusão de sangue.
- Contato com pessoas portadoras de doenças infecciosas
O contato com pessoas com doenças infecciosas deve ser evitado, mas se ocorrer, o médico deve ser avisado para fornecer orientações mais precisas.
Após o contato com pessoas com catapora, a criança deverá fazer uso de um medicamento chamado imunoglobulina para tentar evitar que ela tenha a doença. O efeito deste medicamento só é bom quando é usado pouco tempo após o contato. A catapora em crianças com câncer pode ser muito grave.

- Tosse com secreção, falta de ar, cansaço fácil
Podem ser sinais de infecção e, como já foi dito, qualquer infecção em crianças com câncer requer avaliação médica com urgência, pois pode tornar-se grave.
- Dor
A dor é sinal de que algo não vai bem. A criança não precisa sentir dor. A causa da dor precisa ser imediatamente investigada pelo médico para que o tratamento adequado seja iniciado rapidamente.
- Diarreia e vômitos de difícil controle
Podem ser sinais de infecção ou de efeitos indesejáveis da quimioterapia. Consulte o médico imediatamente.
- Alteração da visão e mudanças súbitas de comportamento
Podem ser sinais de alterações do sistema nervoso. Procure o médico imediatamente.
- Qualquer situação em que você observe que a criança não está bem: informe ao médico.



Desenho:
Marcos Ademides Santana Silva - 6 anos*



Todo paciente com câncer tem o direito de ser atendido no Pronto Atendimento (PA) do Hospital no qual faz tratamento, em caso de urgência, sempre que precisar. E a família da criança tem o dever de procurar o Pronto Atendimento (PA) sempre que houver alguma situação de risco.

PA-HC UFMG: (31) 3409-9326 ou 34099327

