

# Quimioterapia e efeitos colaterais

## O que é quimioterapia?

Quimioterapia é o uso de qualquer medicamento anti-câncer para tratar câncer. Pode parar o crescimento de um tumor na mama e matar as células cancerosas que se espalharam para outras partes do corpo. A quimioterapia também pode ser usada para reduzir o risco de o câncer de mama voltar (recorrência) e diminuir o tamanho de um tumor e para reduzir os sintomas relacionados ao câncer.

## Como é utilizada?

A quimioterapia pode ser dada após cirurgia (chamada de *quimioterapia adjuvante*) ou antes da cirurgia (conhecida como *terapia neoadjuvante*). Alguns poucos medicamentos anti-câncer são tomados pela boca ou injetados no músculo ou tecido adiposo abaixo da pele, a maioria é injetada em uma veia. Os tratamentos podem ser dados em casa, no consultório do médico ou no hospital – dependendo do tipo de quimioterapia.

## Quando é dada?

A quimioterapia normalmente iniciase 4 a 12 semanas após a cirurgia. É comumente dada em um ciclo de 21 dias ou 28 dias. Os medicamentos geralmente são dados semanalmente ou uma vez a cada três semanas, com um período de descanso para permitir que seu corpo se recupere. O comprimento do ciclo irá depender do tipo de medicamento usado. O comprimento do período de tratamento irá variar, mas tipicamente dura de 3 a 6 meses.

## Drogas comuns

Na maioria dos casos, a quimioterapia é mais efetiva quando combinações de medicamentos são usadas. Usar diferentes medicamentos juntos aumenta suas capacidades de matar células cancerosas. Os medicamentos usados dependem de alguns fatores como sua idade e o tipo e estágio do câncer.

Abaixo alguns medicamentos que são usados juntos:

- Ciclofosfamida (Cytoxan)
- Doxorubicina (Adriamicina) ou Epirubicina (Ellence)
- 5-fluoronacil (Acrucil)
- Metotrexato (Reumatrex)
- Paclitaxel (Taxol) ou Docetaxel (Taxotere)

## Combinações

Medicamento Combinações	Nomes dos Medicamentos
CMF:	ciclofosfamida (Cytoxan), metotrexato (Reumatrex) e 5-fluoronacil (Acrucil)
CAF (FAC):	ciclofosfamida (Cytoxan), doxorubicina (Adriamicina) e 5-fluoronacil (Acrucil)
AC:	doxorubicina (Adriamicina) e ciclofosfamida (Cytoxan),
TAC:	docetaxel (Taxotere), doxorubicina (Adriamicina) e ciclofosfamida (Cytoxan)
AC --> T:	doxorubicina (Adriamicina) e ciclofosfamida (Cytoxan), seguido por paclitaxel (Taxol) ou Docetaxel (Taxotere)
CT:	Docetaxel (Taxotere) e ciclofosfamida (Cytoxan),

## Lidando com efeitos colaterais

A quimioterapia também pode ter efeitos colaterais. A boa notícia é que a maioria destes efeitos colaterais é temporária. Também, o tratamento destes efeitos colaterais melhorou nos últimos anos. Os médicos usam agora medicações que podem ajudar a aliviar ou evitar alguns dos efeitos colaterais.

## Efeitos colaterais comuns

Os efeitos colaterais da quimioterapia dependem de qual medicamento ou combinação de medicamentos é utilizada. Os efeitos colaterais variam de pessoa para pessoa. Alguns dos efeitos colaterais mais comuns são descritos abaixo.

### Náusea e vômito

Medicamentos denominados *antieméticos* podem ajudar a reduzir ou prevenir náusea e vômitos, que podem ocorrer durante a quimioterapia. Comer várias pequenas refeições ao longo do dia também pode ajudar.

### Perda de Cabelo (alopecia)

Durante o tratamento, seu cabelo pode afinar ou cair por completo, dependendo de quais medicamentos quimioterápicos você estiver recebendo. Você pode também perder cabelo nas sobrancelhas, cílios e corpo. Seu cabelo irá crescer de novo após o final do tratamento, mas pode ser de cor ou textura diferente. Utilizar xampus leves, escovas de cabelo macias e aquecimento baixo quando secar o cabelo pode ajudar na redução da perda de cabelo. Algumas mulheres podem escolher cortar o cabelo curto de antemão, para controlarem sua perda de cabelo. Se você quiser usar uma peruca, é uma boa ideia comprá-la antes do tratamento começar, para que você possa combinar com a cor do seu cabelo e estilo.

### Menopausa precoce (quando o seu ciclo menstrual para)

Algumas mulheres apresentam sintomas de menopausa tais como fim dos ciclos menstruais, fogachos e secura vaginal durante o tratamento. Para mulheres que estão mais próximas da idade de menopausa (45 anos ou mais velhas), estes sintomas podem ser permanentes. Para mulheres mais jovens, estes sintomas podem ser temporários. Seu médico pode lhe ajudar no controle dos sintomas.

### Fadiga

Este é um efeito lateral muito comum. Tente descansar bastante e peça ajuda para familiares e amigos. Exercícios e dieta bem balanceada também irão ajudar. Seu médico também pode recomendar uma medicação que pode reduzir a fadiga.

### Infecções

Devido ao fato da quimioterapia reduzir a contagem de leucócitos, as infecções podem ocorrer com uma frequência maior. Você pode ajudar a prevenir infecções lavando suas mãos regularmente e se afastando de pessoas que estejam doentes. Se você se cortar, limpe rapidamente. Seu médico deve verificar sua contagem de eritrócitos antes de cada tratamento para garantir que esta esteja suficientemente elevada para assim administrar com segurança a quimioterapia. Se você apresentar qualquer sinal de infecção tal como febre durante a quimioterapia, você deve entrar em contato com seu médico rapidamente.

### Ferida na boca e garganta

Devido ao fato das células na boca e garganta serem de crescimento rápido, alguns medicamentos quimioterápicos afetam estas áreas causando feridas ou secura. Faça um check-up dentário antes de iniciar a quimioterapia. Durante o tratamento, escove seus dentes e gengiva após cada refeição e antes de ir dormir utilizando uma escova de dente macia. Utilizar uma pasta de dente com bicarbonato de sódio e peróxido também pode auxiliar. Evite enxaguadores bucais que contenham grandes quantidades de álcool.

### Ganho de peso

Embora os motivos não sejam claros, algumas mulheres, de fato, ganham peso durante a quimioterapia. Comer alimentos nutritivos e se exercitar pode auxiliar você a manter o peso.

### Fraqueza nas unhas

Alguns tratamentos podem causar danos às unhas das mãos e dos pés. As unhas tornam-se frágeis e doloridas, e podem cair. Como a perda de cabelo, os problemas com as unhas também são temporários.

### Problemas de memória (químio-cérebro)

A quimioterapia pode levar a uma sensação geral de confusão mental e problemas de memória de curto prazo. A maioria das mulheres afirma que estes sintomas melhora com o tempo.

#### Facts for Life relacionados:

- Estudos Clínicos
- Conseguindo o Apoio Que Você Precisa
- Tomando as Decisões do Tratamento