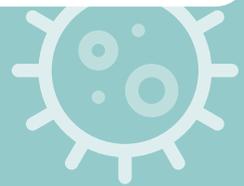


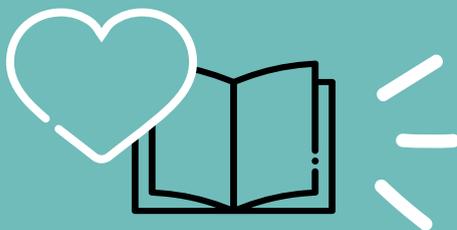


**GUIA**

**PARA O DOENTE em  
TRATAMENTO COM  
IMUNOTERAPIA**



**MSD**  
INVENTING FOR LIFE



**ESTE GUIA FOI ELABORADO A PENSAR EM SI, QUE  
VAI INICIAR UM TRATAMENTO COM IMUNOTERAPIA.**

---

A informação que se segue pretende ajudar o doente diagnosticado com cancro e os seus cuidadores a gerir os desafios decorrentes da doença e do tratamento e a comunicar de forma mais eficiente com a sua equipa multidisciplinar.



# ÍNDICE

## 1 Do diagnóstico à Imuno-Oncologia

- O que significa a Imuno-Oncologia
- Compreender a doença
- Tipos de tratamento

## 2 Conhecer e gerir os efeitos indesejáveis do tratamento

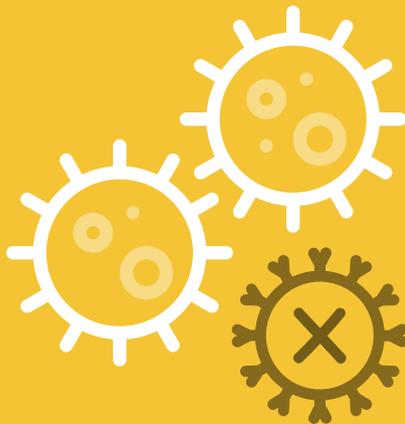
- Estar atento
- Sinais e sintomas que deve estar alerta
- Sugestões para melhor gerir o tratamento

## 3 A importância de hábitos de Vida Saudável

- Na atividade física
- Na saúde alimentar
- Na saúde mental e emocional

## 4 Informações úteis

## 5 Glossário e Definições Importantes



# 1 DO DIAGNÓSTICO À IMUNO-ONCOLOGIA

- O que significa a Imuno-Oncologia
- Compreender a doença
- Tipos de tratamento



## O QUE SIGNIFICA A IMUNO-ONCOLOGIA<sup>1</sup>

Os recentes avanços na ciência conduziram ao desenvolvimento de opções de tratamento para além daquelas mais conhecidas como a cirurgia, a radioterapia, a quimioterapia ou as terapêuticas dirigidas.

De uma maneira geral, o **sistema imunitário** tem a capacidade de ajudar o organismo a **proteger-se de ameaças externas**. No entanto, as células tumorais podem escapar ao sistema imunitário através do bloqueio de determinados mecanismos de sinalização que, normalmente, mantêm o nosso sistema imunitário regulado.



Foi com base nesta capacidade do sistema imunitário que surgiu a **imuno-oncologia** que também recebe, muitas vezes, o nome de **imunoterapia**.

A imunoterapia é um tratamento que ajuda a estimular as defesas naturais do corpo para combater o cancro, aumentando a sua eficácia para detetar e eliminar ou atrasar o crescimento das células tumorais, evitando assim a propagação da doença.

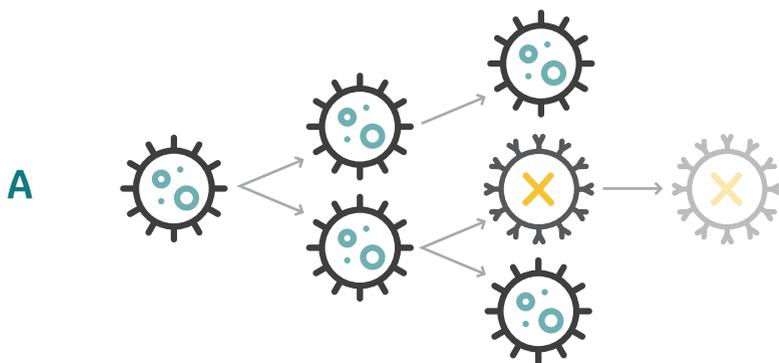
Para melhor compreender este tipo de tratamento, é importante que também conheça a doença e outras opções terapêuticas disponíveis.

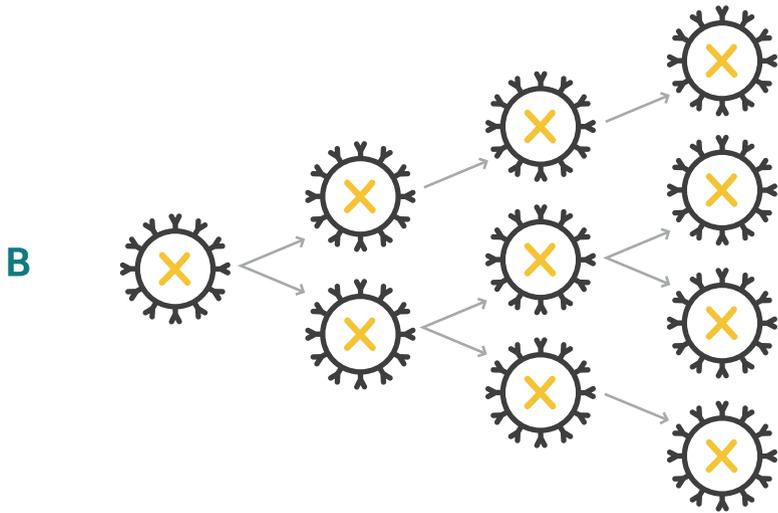


## COMPREENDER A DOENÇA<sup>1</sup>

A palavra cancro usa-se para denominar um grupo muito numeroso de doenças que têm em comum o **desenvolvimento de células anormais**. Por causas muito diferentes, estas células começam a multiplicar-se e a **crescer sem controlo**, algo que normalmente não acontece no organismo, onde a maioria das células está programada para viver um período determinado e dividir-se de forma controlada.

Na figura seguinte, podemos ver a diferença entre uma divisão controlada de uma célula (**A**) e outra em que a célula se “esquece” da sua capacidade para morrer e se multiplica sem controlo (**B**).

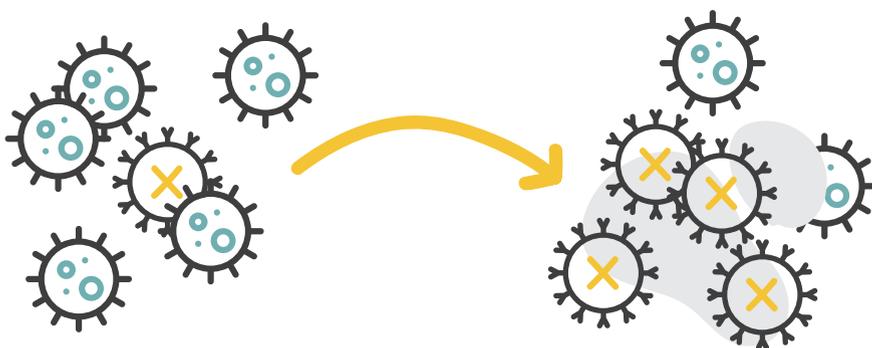




**Esta multiplicação de células pode ocorrer em qualquer parte do corpo.** Isto é importante uma vez que, dependendo do local onde ocorra, a deteção, o tratamento e a sua evolução futura podem ser muito diferentes.\*

Além do local onde se origina, é importante saber que mesmo cancros que se originam no mesmo órgão podem ter um prognóstico e tratamento diferentes, uma vez que, podem ter origem em diferentes tipos de células que compõe esse órgão.

Assim, à medida que as células crescem descontroladamente, acabam por formar-se massas chamadas **“tumores” ou “neoplasias”**, que se vão expandindo, podendo provocar lesões ou destruir tecidos sãos. Estes tumores são denominados **“malignos”** e podem estender-se a outras zonas do corpo, produzindo assim as chamadas metástases.



\*Existem mais de 100 tipos de cancro. Os tipos de cancro são normalmente denominados com base no órgão ou tecido e em que tipo de células deste tecido é que este se originou.

Para informação mais detalhada visite o glossário no final do guia ou o site [cancro-online.pt](http://cancro-online.pt)



Quando um cancro é diagnosticado, é necessário definir em que estadio de evolução se encontra.

### **O estadiamento é importante pois:**

- Determina a decisão do médico sobre qual o melhor tratamento a adoptar;
- Permite estabelecer um prognóstico, de modo a que saiba que resultados esperar do tratamento.
- Nos tumores sólidos, a classificação do tumor é realizada através do conhecimento de 3 parâmetros fundamentais:

### **Sistema TNM:**

A large, bold, black outline letter 'T' is centered within a light teal, irregular circular shape.

**Tamanho  
do tumor**

A large, bold, black outline letter 'N' is centered within a light teal, irregular circular shape.

**Envolvimento  
ganglionar ou de  
nódulos linfáticos**

A large, bold, black outline letter 'M' is centered within a light teal, irregular circular shape.

**Metástases**

Para além da classificação TNM, também é necessário avaliar a evolução do tumor, ou seja, o seu crescimento e expansão.



Para isso recorre-se a outra **classificação** que, embora seja específica para cada tipo de tumor, poderá ser dividida em quatro grupos:

### **Estadio 0**

Descreve o cancro “in situ”, isto é, aquele que está localizado no sítio em que começou e que não invadiu os tecidos em redor. Normalmente, este cancro tem cura e requer apenas cirurgia para o remover por completo.

### **Estadio I**

Neste estadio, o tumor é pequeno e não chegou a afetar os tecidos circundantes, nem chegou aos nódulos linfáticos.

### **Estadio II e III**

Nestes estadios, os tumores são maiores e normalmente estenderam-se aos tecidos em redor ou atingiram os nódulos linfáticos, mas não chegaram a afetar outras partes do corpo.

### **Estadio IV**

Este é o estadio mais avançado da doença, também chamado de cancro metastático. Significa que o tumor se propagou a outras partes do corpo distantes do tumor primário.

## TIPOS DE TRATAMENTO<sup>1</sup>

Após o conhecimento do tipo de tumor, em que estadio se encontra e a sua condição física geral, segue-se o próximo passo – **a seleção do tratamento.**

A opção por determinado tratamento em detrimento de outro acontece após uma análise ponderada de todos estes fatores pelo grupo de médicos especialistas que o acompanha e que irão propor-lhe o tratamento mais adequado para si.

Existem vários tipos de **tratamentos** disponíveis para tratar o cancro, dividindo-se em 2 grandes grupos:

- Tratamentos **localizados**, como é por exemplo a cirurgia e a radioterapia, que são direcionados a uma área específica do corpo.
- Tratamentos farmacológicos ou **sistémicos**, como por exemplo a quimioterapia, a imunoterapia ou a terapia dirigida.





**Cirurgia**



**Radioterapia**



**Quimioterapia**



**Imunoterapia**



**Terapia farmacológica dirigida**

Conheça um pouco mais à cerca de cada um deles a seguir.

## Cirurgia



Por vezes, os médicos podem determinar a necessidade de recorrer à cirurgia para **remover o tumor**.

A cirurgia é a forma de terapia mais antiga contra o cancro. Usa-se não só para verificar de que tipo de tumor se trata ou ver se se disseminou, mas também para restabelecer a função do corpo que foi danificada pela sua presença, **extraíndo o tecido tumoral em parte ou na totalidade**. Esta remoção pode, por vezes, incluir o órgão (ou parte do órgão) e as estruturas envolventes como por exemplo os gânglios linfáticos mais próximos e que tenham sido afetados ou que tenham grande probabilidade de vir a ser afetados.

Após a cirurgia é possível que tenha de seguir outro tipo de terapia, como a quimioterapia ou a radioterapia. Isto acontece normalmente quando não é possível remover por completo um tumor através da cirurgia.

Nestes casos, empregam-se outros tratamentos que possam eliminar a parte do tumor que não se pôde extrair.



Também há casos em que se chegam a fazer tratamentos antes da cirurgia, na tentativa de reduzir o tumor que se irá posteriormente remover.

## Radioterapia



Baseia-se no **uso de radiações** com vários tipos de energia que atuam preferencialmente em células que se multiplicam e crescem rapidamente como é o caso das **células tumorais**. As células normais podem também ser atingidas pela radioterapia, no entanto, a capacidade destas células recuperar dos efeitos da radioterapia é superior à capacidade das células tumorais.

## Quimioterapia

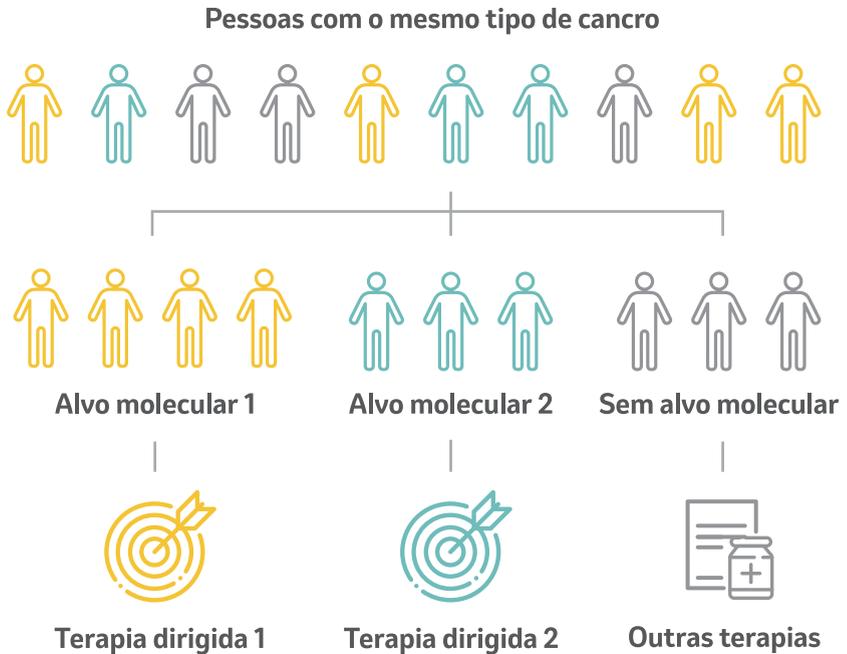


Este tipo de tratamento utiliza diferentes **fármacos** que afetam o **metabolismo e o crescimento celular**. As células tumorais crescem e dividem-se mais rapidamente do que as células normais, o que as torna mais suscetíveis à ação da quimioterapia. No entanto, às vezes, esta terapia também pode afetar células saudáveis, contribuindo para o aparecimento de diversos efeitos indesejáveis.

## Terapia farmacológica dirigida



Atua sobre genes e proteínas **específicas** presentes nas células tumorais ou sobre condições concretas que contribuem para o desenvolvimento do cancro.



Diferentes pessoas com o mesmo diagnóstico podem receber diferentes tipos de tratamento com base em características específicas da sua doença.





## Imunoterapia

Como mencionado anteriormente, a imunoterapia é um tipo de tratamento que **ajuda o próprio sistema imunitário** a combater o cancro, através do aumento de eficácia na deteção e eliminação das células tumorais, evitando que o cancro continue a crescer e se espalhe no organismo.

As células tumorais têm mecanismos para enganar o sistema de defesa do organismo. Por exemplo, apresentam na sua superfície uma proteína denominada PD-L1 que se liga à proteína PD-1 e, quando esta ligação acontece, as nossas células T (células que pertencem ao nosso sistema imunitário) ficam inativadas e sem capacidade de as destruir.

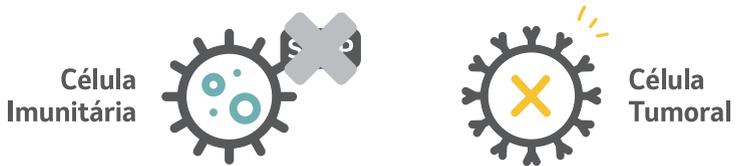
Um dos tipos de imunoterapia consiste em administrar **anticorpos** que se ligam a estas proteínas impedido a ligação das células tumorais e inativação das células T (estes anticorpos são conhecidos por inibidores de checkpoint ou anticorpos monoclonais).

Deste modo o sistema imunitário mantém-se apto para realizar a sua função, ou seja, reconhecimento das células tumorais como estranhas ao organismo e a sua destruição.

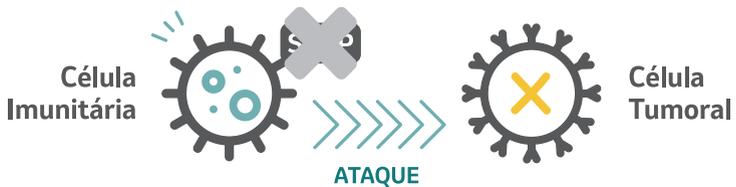
**1.** A célula tumoral carrega no botão STOP da célula imunitária para parar o ataque.



**2.** O tratamento com imunoterapia bloqueia o botão STOP



**3.** As células imunitárias são ativadas e conseguem atacar as células tumorais.



## Como será realizado o tratamento de imunoterapia?

O tratamento com imunoterapia é administrado por **via intravenosa** por um enfermeiro especialista nesta área, em monoterapia ou em associação com outros fármacos, como quimioterapia ou terapêutica dirigida.

Os **intervalos de tempo** entre cada **administração** variam de acordo com o medicamento selecionado para o tratamento da sua doença, podendo o intervalo variar entre **2 a 6 semanas**, ou sempre que o seu médico considere necessário.



**Via intravenosa**



**30 a 60 minutos  
por infusão**



**A cada  
2 a 6 semanas**

Tal como qualquer outro tratamento farmacológico, podem surgir efeitos indesejáveis.

*Saiba mais sobre este tópico no separador seguinte.*



# 2

## CONHECER E GERIR OS EFEITOS INDESEJÁVEIS DO TRATAMENTO

- Estar atento
- Sinais e sintomas que deve estar alerta
- Sugestões para melhor gerir o tratamento



## ESTAR ATENTO

Embora os efeitos indesejáveis não se manifestem em todas as pessoas, o tratamento com imunoterapia poderá afetar o seu bem-estar. Estes efeitos indesejáveis **podem ocorrer a qualquer momento** durante ou até mesmo após o fim do tratamento.

É **muito importante que informe** a sua equipa de profissionais de saúde, médicos e enfermeiros, quando apresentar algum destes efeitos.

A **deteção e tratamento precoce** destes sinais ou sintomas, pode evitar que estes se agravem.

### É importante:

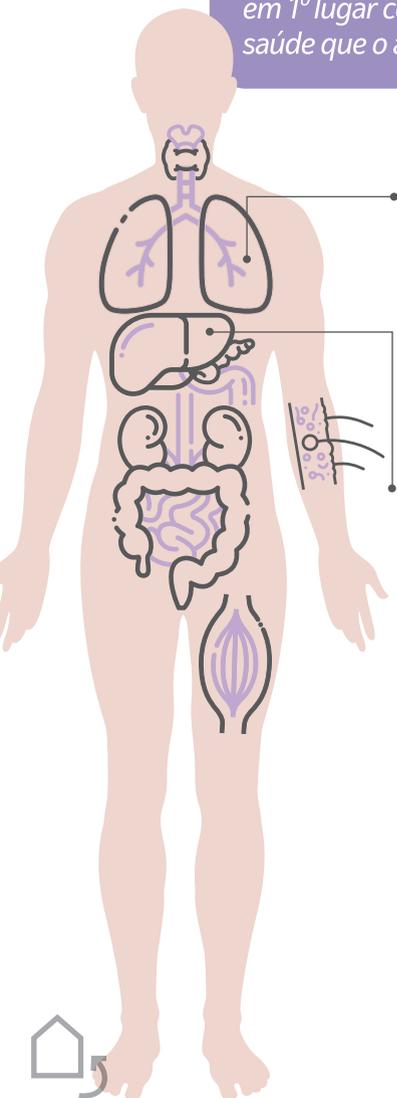
1. Comunicar à sua equipa de profissionais de saúde alterações no seu bem-estar
2. Não tentar tratar os efeitos indesejáveis por si próprio. *A automedicação poderá prejudicar o seu tratamento e o seu bem-estar.*
3. Ter sempre consigo o cartão de alerta que indica qual o tratamento que está a fazer



## SINAIS E SINTOMAS QUE DEVE ESTAR ALERTA<sup>2-4</sup>



*Se experienciar algum dos sintomas descritos deverá em 1º lugar comunicar à equipa de profissionais de saúde que o acompanha!*



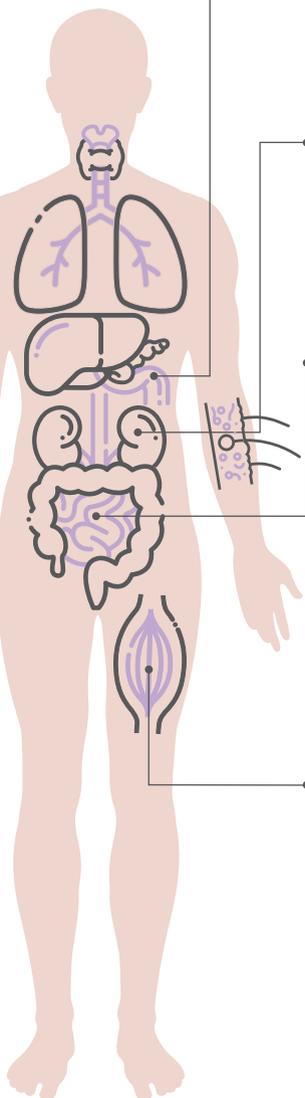
### Problemas nos pulmões

- Falta de ar
- Dor no peito
- Tosse

### Problemas no fígado

- Náuseas ou vómitos
- Sentir menos apetite
- Dor no lado direito do estômago
- Amarelecimento da pele ou da parte branca dos olhos
- Urina escura
- Hemorragias ou formação de nódos negros mais frequente que o normal





## Diabetes

- Sentir mais fome ou sede do que o habitual
- Necessidade de urinar com mais frequência
- Perda de peso

## Problemas nos rins

- Alteração na quantidade ou cor da urina

## Problemas nos intestinos

- Diarreia ou mais movimentos intestinais que o habitual
- Fezes negras, pegajosas, como alcatrão ou fezes com sangue ou muco
- Sensibilidade ou dor grave no estômago
- Náuseas ou vômitos

## Problemas nos músculos/nervos

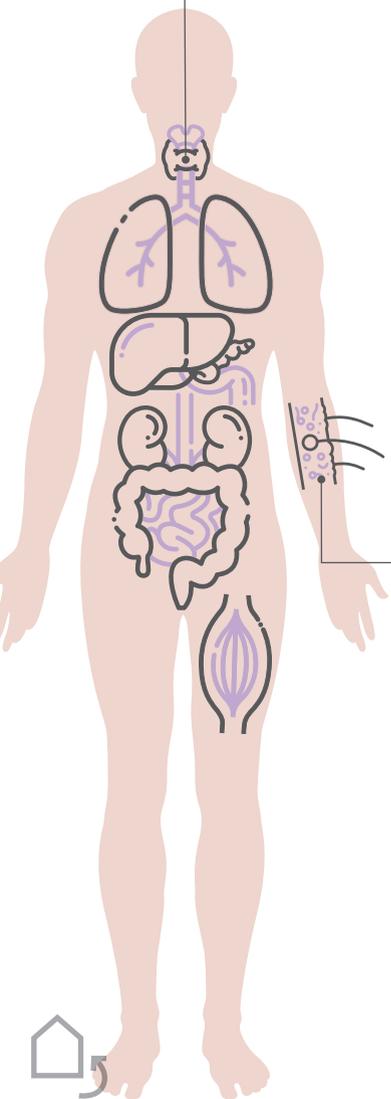
- Dor muscular ou fraqueza
- Dormência ou Formigueiro nas mãos e pés

### Problemas nas glândulas endócrinas

- Batimento rápido do coração
- Perda ou ganho de peso
- Aumento da sudorese
- Perda de cabelo
- Sensação de frio
- Prisão de ventre
- Voz mais grave
- Dores musculares
- Tonturas ou desmaios
- Dores de cabeça que são persistentes ou não habituais
- Fadiga/Cansaço

### Problemas na pele

- Erupção cutânea com ou sem comichão
- Bolhas e/ou descamação da pele
- Exfoliação ou feridas
- Úlceras na boca ou no revestimento do nariz, garganta ou zona genital
- Pele seca



## SUGESTÕES PARA MELHOR GERIR O TRATAMENTO<sup>5</sup>

Partilhamos algumas sugestões que podem ajudá-lo a **gerir melhor** alguns dos **sintomas** mais comuns associados ao tratamento:

### Fadiga

- Sestas rápidas de 30 minutos ou menos podem dar-lhe mais energia;
- Faça a gestão da sua energia, distribuindo as tarefas ao longo do dia;
- Peça ajuda a amigos e familiares com tarefas que considera difíceis ou para planear atividades motivadoras;
- Exercício, caminhadas e atividades físicas agradáveis podem ajudar a melhorar a sua energia e ajudar a sentir-se melhor.

## Náuseas ou vômitos

- Coma refeições mais pequenas, leves e com mais frequência. As náuseas podem piorar se tiver o estômago vazio;
- Evite alimentos fritos, com gorduras, picantes ou muito doces;
- Beba líquidos e bebidas geladas (pequenas quantidades de cada vez).

## Diarreia

- Beba muita água e outros líquidos, como sopa leve ou chá, para se manter hidratado. Recomenda-se uma ingestão de líquidos superior a 1,5L por dia;
- Evite leite e os seus derivados, álcool, cafeína, alimentos picantes, bebidas achocolatadas, fruta com efeito laxante, pães e bolachas integrais;

*Se experienciar algum dos sintomas descritos deverá em 1º lugar comunicar à equipa de profissionais de saúde que o acompanha!*



## SUGESTÕES PARA MELHOR GERIR O TRATAMENTO<sup>6</sup>

### Partilhe se sentir alguma alteração



Se sente alterações no seu bem-estar, **é importante que discuta** isso com a sua **equipa de saúde**.

- Partilhe com a equipa de saúde algum sintoma que o está a incomodar e que não desaparece;
- Receber tratamento para um efeito indesejável o mais cedo possível pode evitar que este se agrave.

## Alimente-se de forma saudável



A nutrição é importante para todos, mas se está a receber tratamento para o cancro há ainda mais razões para comer de forma saudável.

Uma **alimentação saudável** ajuda-o a ter **mais energia e melhor qualidade de vida.**

- Coma fruta e vegetais diariamente;
- Prefira alimentos de época;
- Reduza a ingestão de alimentos ricos em gordura e salgados;
- Tenha sempre à mão pequenos lanches;
- Inicie as refeições com sopa;

## Tente manter-se ativo



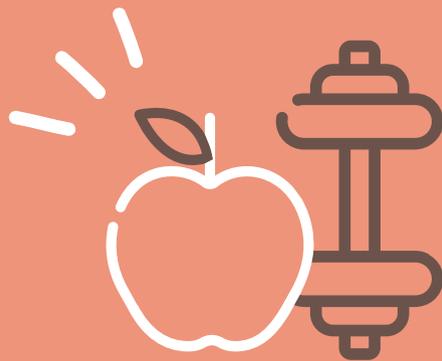
Enquanto se encontra em tratamento poderá nem sempre sentir-se no seu melhor.

No entanto, a **atividade física** poderá ajudar a diminuir alguns sintomas como a fadiga e as náuseas.

Antes de iniciar um programa de atividade física deverá consultar a sua equipa de saúde.

- **Inicie com calma.** Comece por introduzir atividades como caminhadas, especialmente se não for uma pessoa fisicamente ativa há algum tempo.
- **Divirta-se** fazendo as coisas que mais gosta.

*Para saber mais consulte o próximo separador sobre a Importância de hábitos de vida saudável*



3

# A IMPORTÂNCIA DE HÁBITOS DE VIDA SAUDÁVEL

- Na atividade física
- Na saúde alimentar
- Na saúde mental e emocional



## NA ATIVIDADE FÍSICA<sup>7,8</sup>

É importante que se **mantenha ativo**, principalmente se a sua rotina habitual já incluía a prática de algum desporto.

Os efeitos da atividade física estão comprovados, na **melhoria dos aspetos psicológicos, sociais**, na **redução do cansaço** e na **melhoria da qualidade de vida**.

Após um diagnóstico de cancro, todos estes fatores assumem um papel fundamental na jornada terapêutica.



O **plano de atividades físicas** deve considerar a sua preferência, devendo a prática de atividades ser de intensidade leve ou moderada adaptada à sua idade e presença de limitações.

A equipa de profissionais de saúde que o acompanha poderá também ajudá-lo a estabelecer um plano de atividades **adequado à sua condição física** para que se sinta **motivado e confiante**.

As recomendações internacionais indicam que o exercício físico deve ser realizado durante:



**30 a 60 min.  
por dia**



**3 a 5 horas  
por semana**

Não se esqueça que **caminhar** também é uma forma de atividade física e é até considerada como a preferida entre os doentes.

## Mantenha-se ativo e diminua o tempo de inatividade

Adopte rotinas diárias como utilizar as escadas, escolher caminhar pelo percurso mais longo ou passear o cão e ajude a minimizar o tempo que passa sentado por períodos maiores que 30min.



Todos os dias

## Opte por exercícios aeróbicos

Sempre que possível, garanta um mínimo de 20min. em exercícios moderados (ex. natação) ou atividades de grupo (ex. futebol).



3-5 vezes / semana

## Aumente a força

Pratique este tipo de exercícios para fortalecer os músculos, ossos e articulações (ex. yoga, musculação, alongamentos)



## Melhore o equilíbrio

Este tipo de exercícios podem ajudar a reduzir a probabilidade de quedas.



2-3 vezes / semana

## NA ALIMENTAÇÃO

Uma **dieta saudável e equilibrada** é aconselhável para todos nós. É ainda mais importante equilibrar a sua dieta se for diagnosticado com cancro para que consiga **estar forte e tolerar melhor** o tratamento e os seus possíveis efeitos indesejáveis.

Manter este balanço na dieta pode ser um desafio nesta fase, no entanto é fundamental para o nosso **bem-estar!** Por vezes, durante o tratamento, as necessidades nutricionais e o paladar podem mudar. Daí ser tão importante encontrar novas formas de manter uma dieta saudável e repleta de refeições saborosas.

### **Partilhamos algumas sugestões para que possa comer bem e sentir-se com mais energia!**

- Tenha uma alimentação equilibrada, variada e completa;
- Faça as 6 refeições por dia e evite estar mais de 3 horas sem comer;
- Aumente o consumo de fruta e hortaliças, prefira alimentos da época;
- Considere iniciar as refeições principais com sopa;



- Evite alimentos processados;
- Coma com calma;
- Reduza o consumo de sal. Pode substituir por ervas aromáticas e especiarias para dar sabor;
- Evite o consumo de açúcar e fritos;
- Prefira alimentos cozidos (p.ex. a vapor);
- Beba líquidos como água, águas aromatizadas ou chá;
- Evite bebidas gaseificadas ou bebidas alcoólicas;
- Se tiver alterações nas suas análises clínicas ao sangue questione o seu médico sobre a possibilidade ou não de comer alimentos crus (ex: saladas ou frutas)

Por vezes, existem **situações especiais** que necessitam do acompanhamento e aconselhamento da sua equipa de saúde. Tire sempre todas as suas **dúvidas** com a equipa que o acompanha.

**Convidamos também a visitar a página sobre Nutrição e Estilo de Vida do site [cancro-online.pt](http://cancro-online.pt)**

Aqui encontrará mais sugestões nutricionais e receitas saborosas que poderão ser úteis nesta fase da sua vida.



## NA SAÚDE MENTAL E EMOCIONAL<sup>9-12</sup>

A ansiedade e o medo gerados por uma **má notícia**, como o diagnóstico de cancro, podem constituir barreiras à **compreensão** da informação que nos é dada e ao cumprimento do melhor plano terapêutico.

É importante conseguir gerir os **aspetos emocionais** relacionados com o diagnóstico e tratamento e manter uma **relação aberta e de confiança** com a equipa de saúde.

### Alguns conselhos:

- Fale abertamente dos seus sentimentos e dúvidas, com alguém da sua confiança.
- Exponha as suas questões ou aspetos que o angustiam;
- Se tem filhos ou dependentes próximos, fale-lhes abertamente do que se passa. Tranquelize-os e deixe-os falar de forma aberta;



- Não existir momentos menos bons, com algum cansaço e desesperança, e esses sentimentos são normais.
- Entenda que o lado positivo de expressar os seus sentimentos é que o ajuda a si e aos outros a entendê-los e seguir em frente;



- Deixe-se ajudar. Perceba que podem surgir de forma temporária ou permanente algumas limitações, que vão requerer apoio. Além disso, quem está perto de si está deseioso de poder ajudar e ser-lhe útil;



- Aprender sobre a sua doença e o seu tratamento pode ajudá-lo a entender melhor os processos corporais que vão acontecendo; as pessoas mais habilitadas a ensiná-lo sobre a sua doença e tratamentos são a sua equipa de saúde;

- Mantenha uma agenda ou dossier que lhe permita organizar os agendamentos de consultas, tratamentos e exames



- Anote as questões e dúvidas que lhe vão surgindo, por forma a poder colocá-las nos momentos de consulta ou tratamento; se se sentir assoberbado, faça-se acompanhar por alguém da sua confiança que o possa ajudar na articulação com a equipa de saúde;



- Procure não se isolar e tente cumprir o seu quotidiano normal, fazendo os ajustes necessários
- Procure apoios sociais e legais que lhe permitam estar mais tranquilo em relação aos aspetos sobre os quais possa ter menor controlo;

- Mime-se! Aproveite sempre que possa para fazer o que realmente gosta: fazer um bolo, tomar café com amigos, passear à beira mar, ver um filme, ler um livro, pintar... por vezes os prazeres mais simples são os que nos fazem sentir melhor!



- Se em algum momento sentir que não é capaz de lidar com a situação, fale com a sua equipa de saúde por forma a que possam encaminhá-lo para o apoio adequado.

*Confie em si, Confie na sua equipa de saúde,  
Confie no seu tratamento.*

Mantenha a sua auto-estima e lembre-se,  
**estamos juntos neste percurso!**





# 4 INFORMAÇÕES ÚTEIS



## LINKS ÚTEIS



**AAPC - Associação Apoio a Pessoas com Cancro**

<http://www.aapc.pt/>



**AEOP - Associação de Enfermagem Oncológica Portuguesa**

<https://www.aeop.pt/>



**Cancro Online**

<https://www.cancro-online.pt/>



**LPCC - Liga Portuguesa Contra o Cancro**

<https://www.ligacontracancro.pt/>



**SPO - Sociedade Portuguesa de Oncologia**

<https://www.sponcologia.pt/pt/>



**Direitos gerais dos doentes oncológicos**

<https://www.ligacontracancro.pt/noticias/-detalhe/url/direitos-gerais-dos-doentes-oncologicos/>



## PRINCIPAIS ASSOCIAÇÕES DE DOENTES<sup>1</sup>

As pessoas que sofrem de cancro, bem como os seus familiares podem recorrer a diferentes associações para conhecer outras pessoas na mesma situação e onde podem partilhar experiências.

Estas **associações** podem ajudar no processo de **aceitação** do cancro, a viver com e após este diagnóstico.

- **ACREDITAR**  
(Associação dos Pais e Amigos das Crianças com Cancro)
- **ADL**  
(Associação de Apoio aos Doentes com Leucemia e Linfoma)
- **AAPC**  
(Associação de Apoio a Pessoas com Cancro)
- **APCL**  
(Associação Portuguesa da Luta Contra a Leucemia)
- **APLL**  
(Associação Portuguesa de Leucemias e Linfomas)
- **Ame e viva a vida**  
(Associação de mulheres mastectomizadas)

- **APAMCM**

(Associação Portuguesa de Apoio à Mulher com Cancro da Mama)

- **Associação Portuguesa de ostomizados**

- **Europacolón Portugal**

(Apoio ao doente com cancro digestivo)

- **Evita**

(Associação de apoio a portadores com alterações nos genes relacionados com cancro hereditário)

- **Laço**

(Associação de solidariedade social)

- **LPCC**

(Liga Portuguesa Contra o Cancro)

- **FROC**

(Fundação Rui Osório de Castro)

- **Pulmonale**

(Associação portuguesa de luta contra o cancro do pulmão)

- **Viva mulher viva**

(Associação para o bem-estar e qualidade de vida das mulheres com cancro da mama)



## CONTACTOS


## REGISTE AQUI AS SUAS DÚVIDAS

?

---

---

?

---

---

?

---

---

?

---

---

?

---

---











# 5

# **GLOSSÁRIO E DEFINIÇÕES IMPORTANTES**



## DEFINIÇÕES<sup>13</sup>

### Cancro, Tumor e Neoplasia

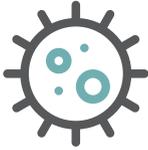
**Tumor** é uma massa anormal de células que se forma no nosso organismo a partir de uma única célula. O início da formação desta massa acontece quando esta célula sofre uma alteração no seu ADN que lhe dá uma capacidade de se multiplicar rapidamente e de forma descontrolada.

**Neoplasia** é uma massa anormal de tecido que é então gerado por uma reprodução descontrolada e persistente de células, que pode ser benigna e maligna.

**Neoplasia Benigna** é uma massa que não tem a capacidade de invadir os tecidos e órgãos vizinhos, ou seja, não tem a capacidade de se metastizar.

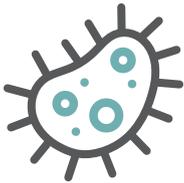
**Cancro** é a palavra utilizada para definir as neoplasias malignas. A diferença entre uma neoplasia benigna e maligna (ou cancro) faz-se com base numa análise das características das células que lhe deram origem como, por exemplo, a sua morfologia e o seu comportamento.

Em contraste com as neoplasias benignas, as malignas têm a capacidade de invadir os tecidos e órgãos vizinhos.



### Tumor benigno

O crescimento, ainda que anormal é feito de forma lenta;  
As células têm contornos regulares;  
Tumores são, em regra geral, bastante localizados;



### Tumor maligno

O crescimento é caótico, acelerado e totalmente aleatório;  
Os contornos das células são bastante irregulares;  
Os tumores invadem de forma agressiva os órgãos que estão próximos

## Metástases

Algumas células tumorais dos tumores sólidos têm a capacidade de se disseminarem/alastrarem. Assim formam-se novos tumores noutras localizações, com características semelhantes aos iniciais, dando-se o nome de metástases. Por exemplo as células do cancro da mama podem disseminar-se para o osso, dando origem a metástases ósseas, o que é diferente de ser um tumor primário do osso.

## Neoplasia sólida e Neoplasia líquida

As **neoplasias** podem ser definidas como sólidas ou líquidas com base na sua origem. As neoplasias sólidas referem-se a neoplasias com origem:

- nos tecidos que não incluem fluidos por exemplo, carcinoma do pulmão, da próstata, da mama;
- nos ossos;
- tecidos moles (leiomiosarcoma, liposarcoma, condrossarcoma e osteossarcoma).

Já as **neoplasias líquidas**, têm origem no sangue ou medula óssea (leucemias e doenças mieloproliferativas).

## Tipos de tumores com base no tecido em que têm origem:

### Carcinoma

Este tipo de tumor é o mais comum, representando 80% dos cancros. Entre eles encontram-se o carcinoma do pulmão, mama, cólon, próstata, pâncreas, bexiga ou estômago, e formam-se à superfície dos órgãos (células epiteliais). Existem vários subtipos de carcinoma, incluindo o adenocarcinoma, o carcinoma das células basais, o carcinoma de células escamosas e o carcinoma de células transicionais.

## **Sarcoma**

O sarcoma forma-se no chamado tecido conectivo ou conjuntivo (músculos, ossos, cartilagem ou tecido gordo). Os mais frequentes são os sarcomas ósseos.

## **Leucemia**

A origem da leucemia encontra-se na medula óssea, que é o tecido responsável por manter a produção de glóbulos vermelhos, brancos e plaquetas. Este tipo de cancro provoca a produção de um grande número de células de sangue anormais.

## **Linfoma**

Os linfomas são um tipo de cancro que se desenvolve a partir de tecido linfático, que se encontra nos gânglios e órgãos linfáticos. Há dois tipos principais de linfoma: o linfoma de Hodgkin e o linfoma não-Hodgkin.

## **Outros cancros**

Um dos outros tipos de cancro, que não se englobam nos anteriores, são os que afetam o sistema nervoso central. Trata-se de tumores localizados no cérebro e na espinal medula.



## Recidiva

Mesmo após os tratamentos existem células cancerígenas que podem permanecer no nosso organismo e com o passar do tempo podem multiplicar-se e voltar a originar um cancro. Este reaparecimento pode ocorrer semanas ou mesmo anos após o cancro inicial ter sido tratado. Podem voltar a aparecer no mesmo local onde se originou o cancro anterior ou noutra parte qualquer do corpo. Apesar de não ser verdade para todos os tipos de cancro, a maior parte apresenta um padrão de recidiva previsível, o que permite aos médicos realizar controlos periódicos de forma a executar uma deteção rápida, caso esta ocorra.

## Avaliação de resposta ao tratamento

Quando está em tratamento, existem várias possibilidades: se a doença progride apesar do tratamento, diz-se “**progressão**”. Se permanece estável, chama-se “**doença estável**”.

Também pode acontecer que o tumor diminua de tamanho (“**resposta parcial**”) ou, na melhor das hipóteses, desapareça (“**resposta completa**”).

1. [www.cancro-online.pt](http://www.cancro-online.pt); 2. Adaptado de Resumo das Características do Medicamento de Keytruda; 3. Adaptado do Resumo das Características do Medicamento de Opdivo; 4. Adaptada do Resumo das Características do Medicamento de Tecentriq; 5. <https://www.keytruda.com/static/pdf/symptomtracker.pdf> consultado a 14 Out 2020; 6. <https://www.keytruda.com/immunotherapy-treatment-tips/> consultado a 14 Out 2020; 7. <https://www.nhs.uk/your-health/health-services/pdru/physical-activity/> consultado a 14 Out 2020; 8. <https://fultonmassagetherapy.com/the-optimum-amount-of-exercise/> consultado a 14 Out 2020; 9. Adaptado de [https://www.sponcologia.pt/fotos/editor2/publicacoes/vol\\_4\\_o\\_cancro\\_em\\_diferentes\\_idades.pdf](https://www.sponcologia.pt/fotos/editor2/publicacoes/vol_4_o_cancro_em_diferentes_idades.pdf) consultado a 14 Out 2020; 10. Adaptado de [https://www.sponcologia.pt/fotos/editor2/publicacoes/vol\\_3\\_falar\\_sobre\\_cancro.pdf](https://www.sponcologia.pt/fotos/editor2/publicacoes/vol_3_falar_sobre_cancro.pdf) consultado a 14 de Out 2020; 11. Adaptado de <https://www.nccn.org/patients/guidelines/content/PDF/distress-patient.pdf> consultado a 14 Out 2020; 12. Adaptado de <https://www.cancer.org/treatment/survivorship-during-and-after-treatment/coping.html> consultado a 14 Out 2020; 13. <https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-oncologicas/cancro/> consultado a 3 Set 2020.

Com o apoio:



Associação de  
Enfermagem  
Oncológica  
Portuguesa

Merck Sharp & Dohme, Lda | [www.msd.pt](http://www.msd.pt) | Tel.: 214 465 700 | Quinta da Fonte, Edifício Vasco da Gama, 19, Porto Salvo - 2770-192 Paço de Arcos | NIPC 500 191 360  
Copyright © 2020. Merck Sharp & Dohme Corp., uma subsidiária de Merck & Co., Inc., Kenilworth, NJ, EUA. Todos os direitos reservados. PT-NON-00724. 01/2021