



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

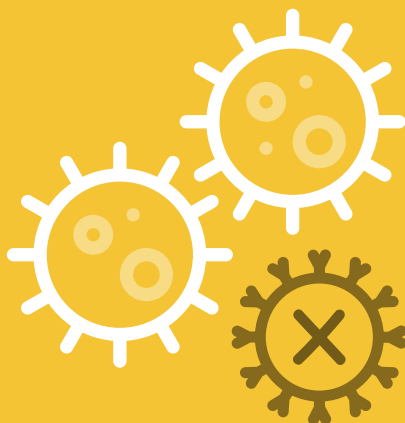
- Estar atento
- Sinais e sintomas que deve estar alerta
- Sugestões para melhor gerir o tratamento

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-ONCOLOGIA¹

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.

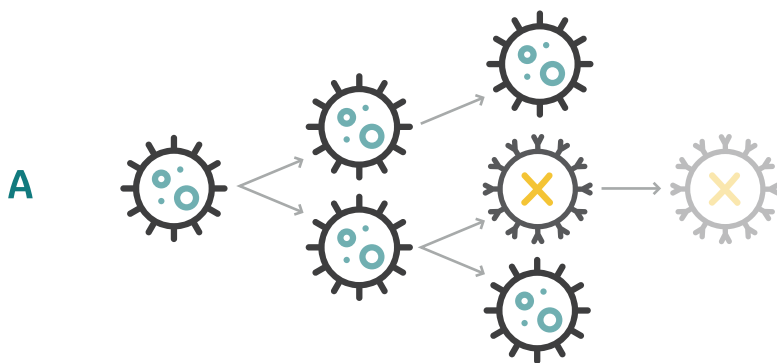
Para melhor compreender este tipo de tratamento, é importante que também conheça a doença e outras opções terapêuticas disponíveis.

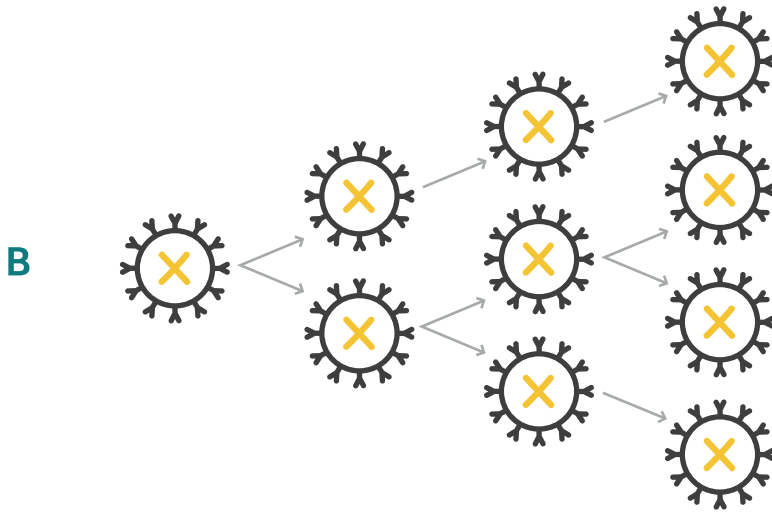


COMPREENDER A DOENÇA¹

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**).

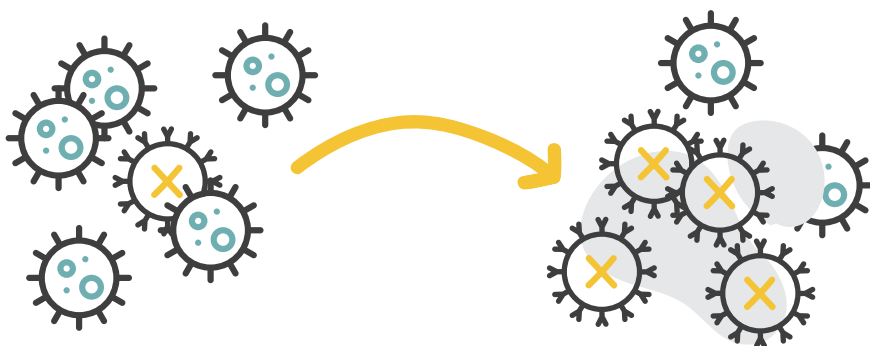




Esta multiplicação de células pode ocorrer em qualquer parte do corpo. Isto é importante uma vez que, dependendo do local onde ocorra, a detecção, o tratamento e a sua evolução futura podem ser muito diferentes.*

Além do local onde se origina, é importante saber que mesmo cânceres 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 compõem 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



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:



**Tamanho
do tumor**



**Envolvimento
ganglionar ou de
nódulos linfáticos**



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 TRATAMENTO¹

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 direccionados 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

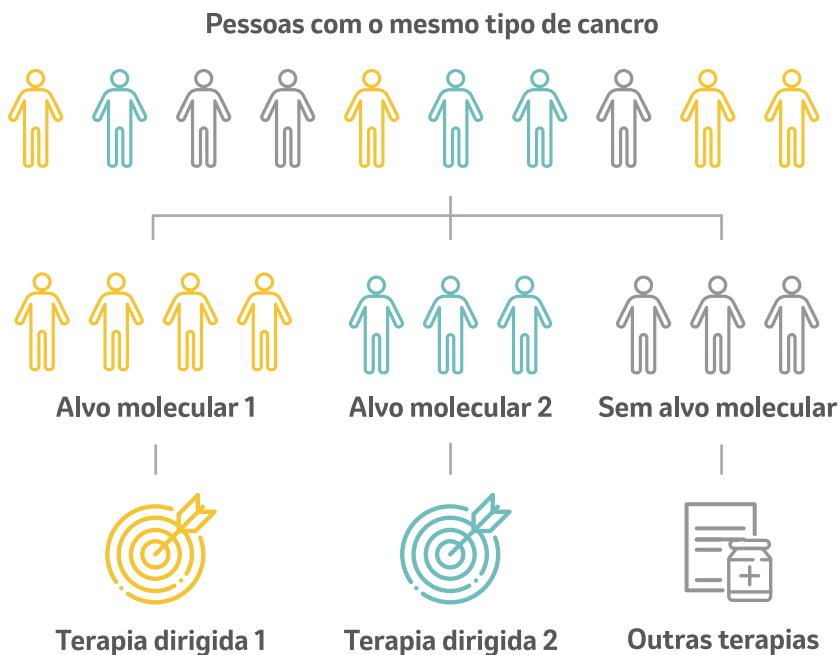


Este tipo de tratamento utiliza diferentes **fármacos** que afetam o **metabolismo e o crescimento celular**. As células tumorais crescem e dividem-se mais rapidamente do que as células normais, o que as torna mais suscetíveis à ação da quimioterapia. No entanto, às vezes, esta terapia também pode afetar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

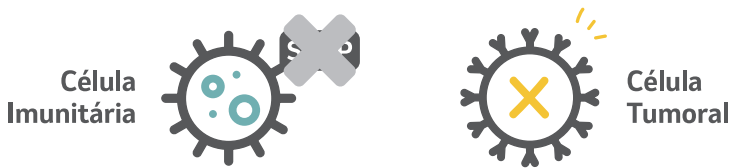
Um dos tipos de imunoterapia consiste em administrar **anticorpos** que se ligam a estas proteínas impedido a ligação das células tumorais e inativação das células T (estes anticorpos são conhecidos por inibidores de checkpoint ou anticorpos monoclonais).

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.

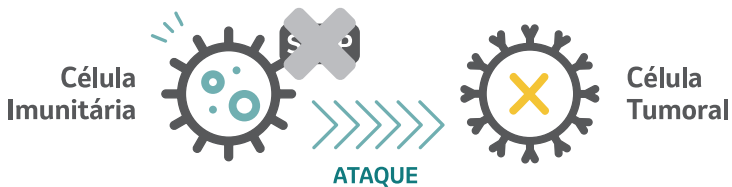
1. A célula tumoral carrega no botão STOP da célula imunitária para parar o ataque.



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:

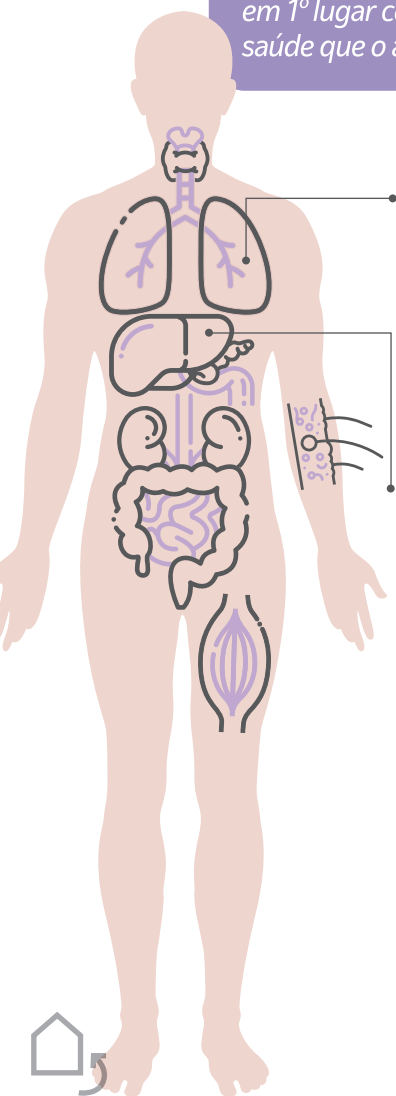
1. Comunicar à sua equipa de profissionais de saúde alterações no seu bem-estar
2. Não tentar tratar os efeitos indesejáveis por si próprio. *A automedicação poderá prejudicar o seu tratamento e o seu bem-estar.*
3. Ter sempre consigo o cartão de alerta que indica qual o tratamento que está a fazer



SINAIS E SINTOMAS QUE DEVE ESTAR ALERTA²⁻⁴



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



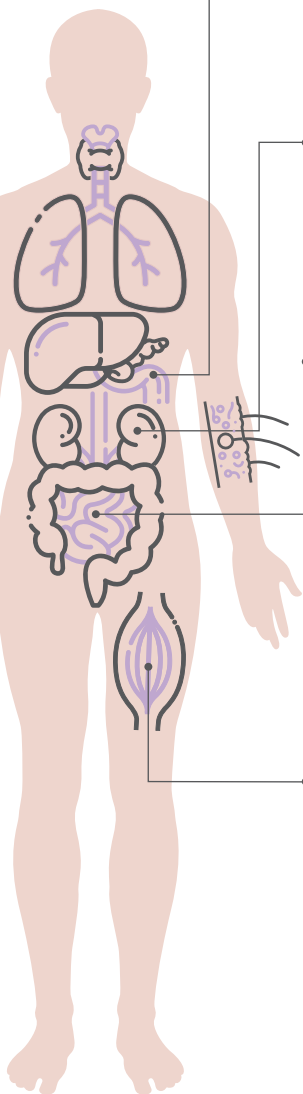
Problemas nos pulmões

- Falta de ar
- Dor no peito
- Tosse

Problemas no fígado

- Náuseas ou vômitos
- 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

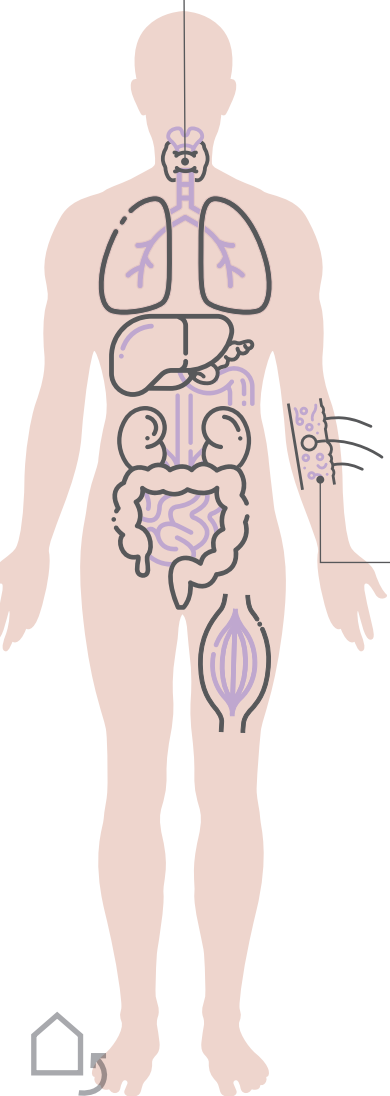
- Dor muscular ou fraqueza
- Dormência ou Formiguelo nas mãos e pés

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 TRATAMENTO⁵

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 TRATAMENTO⁶

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



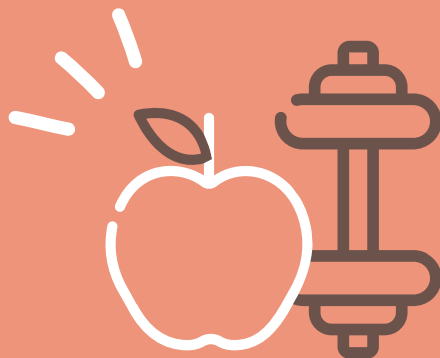
Enquanto se encontra em tratamento poderá nem sempre sentir-se no seu melhor.

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^{7,8}

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

Adote 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

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



NA SAÚDE MENTAL E EMOCIONAL⁹⁻¹²

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;



- Vão 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 desejoso 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!**

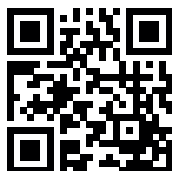




4 INFORMAÇÕES ÚTEIS

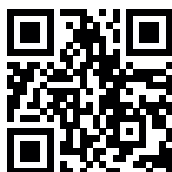


LINKS ÚTEIS



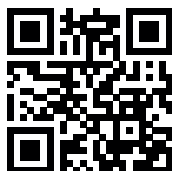
**AAPC – Associação Apoio a
Pessoas com Cancro**

<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/>



Direitos gerais dos doentes oncológicos

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

PRINCIPAIS ASSOCIAÇÕES DE DOENTES¹

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**

- **Careca Power**

(Associação de apoio a doentes com Cancro)

- **Europacolon 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

?	
?	
?	
?	
?	

NOTAS

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

Informações úteis

[illegible]



5

GLOSSÁRIO E DEFINIÇÕES IMPORTANTES

DEFINIÇÕES¹³

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, consultado a 3 de Maio de 2023
2. Adaptado de Resumo das Características do Medicamento de Keytruda®
3. Adaptado de Resumo das Características do Medicamento de Opdivo
4. Adaptado de Resumo das Características do Medicamento de Tecentriq
5. <https://www.keytruda.com/static/pdf/symptomtracker.pdf>, consultado a 3 de Maio de 2023
6. <https://www.keytruda.com/immunotherapy-treatment-tips>, consultado a 3 de Maio de 2023
7. <https://www.nhs.uk/your-health/get-active/>, consultado a 17 de Maio de 2023
8. <https://www.cancro-online.pt/cancro/nutricao-estilodevida/um-pouco-de-movimento/>, consultado a 17 de Maio de 2023
9. Luz R. O Cancro em Diferentes Idades. Coleção “Conhecer para Vencer”. Volume 4, edição Outubro 2007. Sociedade Portuguesa de Oncologia.
10. Gervásio H. Falar Sobre Cancro. Coleção “Conhecer para Vencer”. Volume 3, edição Outubro 2007. Sociedade Portuguesa de Oncologia.
11. <https://www.nccn.org/patients/guidelines/content/PDF/distress-patient.pdf> consultado a 3 de Maio de 2023
12. <https://www.cancer.org/treatment/survivorship-during-and-after-treatment/coping.html> consultado a 3 de Maio de 2023
13. <https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-oncologicas/cancro/> consultado a 3 de Maio de 2023

Com o apoio:



Associação de
Enfermagem
Oncológica
Portuguesa

www.msd.pt | Tlf: 214465700

Merck Sharp & Dohme, Lda. Quinta da Fonte, Edifício Vasco da Gama, 19 - 2770-192 Paço de Arcos
| NIPC: 500 191 360 | Copyright© 2023 Merck & Co., Inc., Rahway, NJ, USA e suas afiliadas.
Todos os direitos reservados. PT-NON-02485 05/2023