



Guia para o doente sobre Imuno-Oncologia

O que precisa de saber sobre o tratamento do cancro com Imuno-Oncologia

Existem várias opções para tratamento do cancro, nomeadamente cirurgia, quimioterapia, radioterapia ou terapêutica dirigida. **Com o avançar da ciência, existe agora uma nova forma para tratar certos tipos de tumor: a Imuno-Oncologia,** também conhecida como a imunoterapia oncológica.

"Imuno" na Imuno-Oncologia refere-se ao seu sistema imunitário. A Imuno-Oncologia utiliza medicamentos diferentes, conhecidos como imunoterapias, que são **dirigidas ao nosso sistema imunitário e que vão ajudar o nosso corpo a lutar contra o tumor.**

Este guia pretende auxiliá-lo no entendimento sobre a Imuno-Oncologia. Aconselhamos a mantê-lo como referência e acrescentamos algum espaço para que possa escrever as suas notas e questões que possam surgir ao longo da leitura deste guia.

Os tópicos que incluímos neste guia:

- Como é que a Imuno-Oncologia funciona com o meu sistema imunitário?
- Porque é que a Imuno-Oncologia é diferente dos outros tipos de tratamento contra o cancro?
- Quais são os efeitos secundários que posso esperar com a Imuno-Oncologia?
- Como é que o tumor pode responder à Imuno-Oncologia?
- É normal sentir-me assim?
- O que posso fazer para ser parte ativa no meu tratamento?
- Onde é que posso conseguir mais informação?
- O que posso fazer para cooperar?

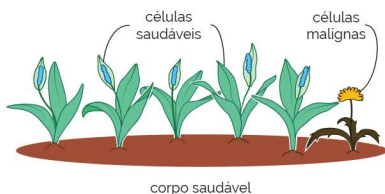
Como é que a Imuno-Oncologia funciona com o meu sistema imunitário?

NOTAS ✍

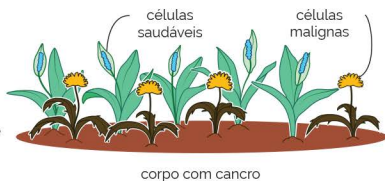
A Imuno-Oncologia utiliza medicamentos dirigidos ao nosso sistema imunitário que potenciam o nosso corpo a lutar contra o tumor.

A analogia abaixo ajuda a explicar o conceito:

Imagine o seu corpo como um jardim, onde o solo é o seu sistema imunitário. Quando o nosso corpo esta saudável, o solo é rico e bem cuidado e o jardim é verde. Normalmente, o solo é capaz de prevenir o crescimento descontrolado de ervas daninhas.



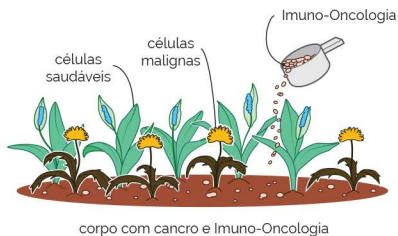
As células malignas são como ervas daninhas no jardim. Por vezes o solo permite o crescimento descontrolado das ervas daninhas, espalhando-se a todo o jardim e rapidamente o jardim e as plantas saudáveis sofrem pela falta de nutrientes e espaço.



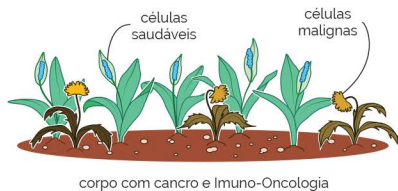
Como é que a Imuno-Oncologia funciona com o meu sistema imunitário?

NOTAS 

A Imuno-Oncologia funciona como um fertilizante para controlo de ervas daninhas.
Enriquece o solo do jardim.



Agora o solo pode ajudar a manter as ervas daninhas sobre controlo
mantendo a saúde do jardim.

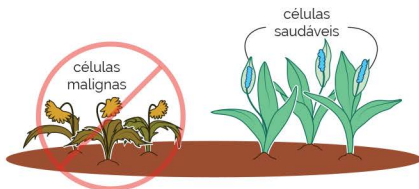


Porque é que a Imuno-Oncologia é diferente dos outros tipos de tratamento contra o cancro?

NOTAS ✎

A Imuno-Oncologia é uma forma única que **utiliza o nosso próprio sistema imunitário para lutar contra o cancro**. Para compreender como a Imuno-Oncologia é diferente de outros tratamentos vamos revisitar a analogia do jardim novamente.

Se o nosso sistema imunitário é como um jardim, é preciso decidir **como remover as ervas daninhas (células tumorais) provocando o menor dano possível às plantas saudáveis (células saudáveis)**.



Cirurgia: remove uma grande parte das ervas daninhas e do solo em redor. Por vezes pode afetar as plantas saudáveis e deixar algumas raízes para trás.



cirurgia

Quimioterapia: funciona como a aplicação de um herbicida em todo o jardim. Esta prática pode não matar todas as ervas daninhas e pode também afetar as plantas saudáveis.

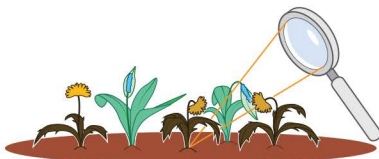


quimioterapia

Porque é que a Imuno-Oncologia é diferente dos outros tipos de tratamento contra o cancro?

NOTAS 

Radiação: é como aumentar o poder do sol com o auxílio de uma lupa que vai dirigir e secar as ervas daninhas, mas no processo pode afetar também as plantas saudáveis.



radiação

Com a **terapêutica dirigida** as ervas daninhas são diretamente pulverizadas com herbicida. As plantas saudáveis podem também ser afetadas.



terapêutica dirigida

Em vez de ser uma terapêutica dirigida às ervas daninhas, a **Imuno-Oncologia** funciona como um fertilizante para controlo de ervas daninhas para o solo. Este fertilizante enriquece o solo e ajuda a controlar as ervas daninhas, repondo a saúde do jardim. Contudo muito fertilizante no solo pode afetar o jardim.



Imuno-Oncologia



Pergunte ao seu médico assistente quais as diferentes opções de tratamento indicadas para si.

Quais são os efeitos secundários que posso esperar com a Imuno-Oncologia?

NOTAS 

Os efeitos secundários que podemos esperar com a Imuno-Oncologia dependem da imunoterapia que estamos a fazer e da reação do nosso sistema imunitário ao tratamento. **Os efeitos secundários são possíveis durante ou após tratamento.**



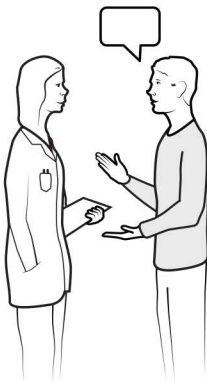
Visto que o sistema imunitário toma conta de todo o nosso corpo, **os efeitos secundários podem acontecer em vários órgãos e alguns podem ser graves.**



O seu médico ou enfermeiro pode ajudar a esclarecer quais os efeitos secundários possíveis. **Peça uma lista de efeitos secundários**, para que os possa reconhecer e comunicar o mais depressa possível.



Para gerir os efeitos secundários **é IMPORTANTE informar como se sente ao seu médico e/ou enfermeiro**. Ninguém conhece o seu corpo tão bem como você. Mantenha um registo dos seus sintomas para atualizar a equipa que cuida de si.



Como é que o tumor pode responder à Imuno-Oncologia?

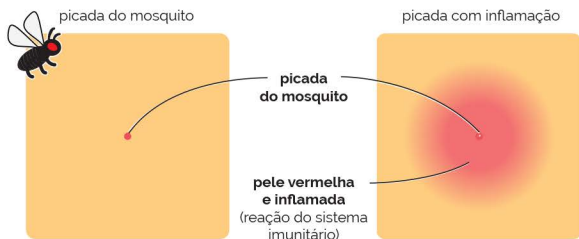
NOTAS 

Os tumores podem responder de forma diferente à Imuno-Oncologia de acordo com o quão hábil o nosso corpo consegue atacar as células malignas (cancro). Em algumas pessoas, a Imuno-Oncologia pode ajudar a diminuir o tumor ou diminuir o seu crescimento. Noutras o tumor pode continuar a ser detetado, não estando contudo ativo o seu crescimento.

Nas consultas de rotina, o seu médico irá usar exames imagiológicos para monitorizar o progresso do tratamento. Nestes, o tumor pode aparecer igual, mais pequeno ou maior do que anteriormente. **Se o tumor parecer maior após tratamento não quer dizer que a Imuno-Oncologia não esteja a funcionar.**

Mostramos-lhe uma analogia para explicar melhor o que pode acontecer:

Pense na picada do mosquito, onde a pele fica vermelha, quente e inflamada à volta do sítio da picada. Este é um sinal de inflamação, que resulta de uma **reação do sistema imunitário** à picada e não da própria picada.

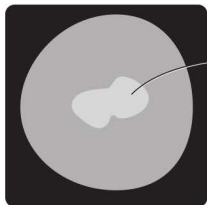


Como é que o tumor pode responder à Imuno-Oncologia?

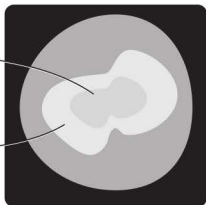
NOTAS ✎

Pode acontecer uma situação semelhante nos seus exames imagiológicos. **Na Imuno-Oncologia o sistema imunitário vai reagir contra o tumor para lutar contra o cancro.** Isto pode fazer com que o tumor pareça maior.

exemplo de um exame imagiológico
antes do tratamento



exemplo de um exame imagiológico
após o tratamento



tumor

reação
do sistema
imunitário
ao tumor

Se o tumor parecer maior, poderá ser porque o sistema imunitário está a atuar no tumor. Contudo, em outros casos, poderá ser porque o tratamento não está a funcionar, e o tumor está a crescer. **Todos respondemos de forma diferente.**

Os exames imagiológicos não são a única forma para determinar se a terapêutica está a funcionar. O seu médico poderá também pedir outros exames para validar o seu progresso.



É IMPORTANTE informar como se sente ao seu médico e/ou enfermeiro. Ninguém conhece o seu corpo tão bem.

O que posso fazer para ser parte ativa no meu tratamento?

NOTAS 

Preparar-me para a consulta

Mantenha-se informado. Não tenha medo de perguntar todas as questões que ache importantes. Escreva as perguntas. Mantenha o registo do seu progresso e dos efeitos secundários que poderá sentir.

Leve sempre um amigo ou familiar

Um amigo ou um membro de família pode ajudar como um segundo par de olhos e ouvidos durante a consulta. Eles podem também ter algumas questões para o seu médico.

Mantenha-se em contato

Lembre-se, não está sozinho nesta luta contra o cancro. Enquanto aprende mais durante o tratamento, tente antecipar as suas tarefas e pense sobre como pode ajudar-se. Por exemplo, alguém pode ajudá-lo nas consultas, indo e voltando consigo.

Seja organizado

Não falte às consultas. Telefone a confirmar as datas e toda a informação que precisa de levar consigo. Use a lista abaixo para preparar a próxima visita.

Aproxime-se dos que o rodeiam

Permita que outras pessoas façam parte da sua jornada e aprendam com a sua experiência e visão. Fale com sobreviventes de cancro, grupos de apoio e com a sua equipa de profissionais de saúde (médico, enfermeiro, farmacêutico) que poderão ajudar a resolver os problemas que surgirem nesta batalha.

Fale sobre os seus sintomas

Por medo, muitos doentes evitam falar sobre os sintomas que sentem durante o tratamento. Não hesite! O seu médico e enfermeiro estão aqui para o ajudar e providenciar o melhor tratamento possível. Gerir os efeitos secundários é a chave para o progresso do tratamento.



Checklist da consulta

- ☐ Marcar a data e a hora no calendário
- ☐ Preparar a viagem ida e volta.
- ☐ Escrever as questões que quer fazer.
- ☐ Levar consigo uma caneta e bloco de notas.



Informação de contato importante:

O meu Enfermeiro:

O meu Médico:

Outro:

O meu grupo de apoio:

.....

.....

O que posso fazer para cooperar?

NOTAS

O seu bem-estar emocional é tão importante como o seu bem-estar físico. **Existem várias maneiras de cuidar do seu bem-estar emocional**, como:

- Fale com a equipa que está a cuidar de si
- Fale com a sua família e amigos
- Procure localmente ou online um grupo de apoio
- Encontre tempo para si próprio
- Faça uma caminhada
- Medite
- Apanhe ar fresco
- Faça exercício
- Descanse
- Coma bem
- Beba muita água
- Leia um livro

É normal procurar ajuda nos outros. Se existirem algumas questões no seu tratamento que não se sinta confortável em partilhar com aqueles que estão mais próximos, considere falar com outras pessoas, como:

- Família e amigos
- A equipa que cuida de si (ex. médico, enfermeiro, farmacêutico)
- Grupo de apoio
- Doentes que estão a viver a mesma experiência
- Conselheiro religioso (ex. padre)



Refleta

Responda às questões abaixo para saber como poderá aumentar o seu grupo de apoio:

Tenho por hábito falar com os outros sobre mim próprio e sobre a minha situação?

Nunca Raramente Por vezes Muitas vezes Sempre

Tenho alguém em que confio com quem posso falar sobre mim próprio ou sobre a minha situação?

Nunca Raramente Por vezes Muitas vezes Sempre

Tenho alguém que me ouve quando preciso de desabafar?

Nunca Raramente Por vezes Muitas vezes Sempre



A equipa que cuida de si sabe exatamente que este é um período difícil para si. **Fale abertamente com eles e peça ajuda.** Eles podem e querem ajuda-lo.