

MANUAL DE ORIENTAÇÃO

ALTERAÇÕES INTESTINAIS

DIARREIA E CONSTIPAÇÃO



CliniOnco
Tratamento Integrado do Câncer



O tratamento do câncer tem por finalidade a cura ou alívio dos sintomas da doença. Os tratamentos com medicamentos (quimioterapia, terapia alvo, hormonioterapia), radioterapia e cirurgia podem provocar efeitos colaterais que variam de paciente para paciente dependendo de múltiplos fatores, podendo ser diferentes quanto a intensidade e duração. Alguns pacientes poderão apresentar efeitos colaterais mais severos, outros mais leves ou mesmo não apresentar qualquer efeito colateral.

Neste Manual, será abordado as alterações intestinais como a Diarreia e a Constipação.

DIARREIA

A diarreia é caracterizada por três ou mais evacuações líquidas por dia, e pode acontecer frequentemente como um efeito colateral da quimioterapia e radioterapia (dependendo da região irradiada). Ela pode, também, ser provocada pelo uso prolongado de antibióticos, secundária à infecção ou por sensibilidade a certos alimentos.

Caso você apresente diarreia é importante que mantenha sua alimentação, apesar dos sintomas desagradáveis. Para isso siga algumas orientações específicas para este caso:

- Reduza o volume das refeições e fracioná-las em 6-8 vezes ao dia pode facilitar.
- Beba bastante líquido (para evitar a desidratação). Os líquidos podem ser água, água de coco ou isotônicos.
- Evite o consumo de alimentos gordurosos (frituras em geral, creme de leite e manteigas), açucarados (doces, refrigerantes e sucos industrializados), leites e derivados com lactose, grãos (feijão e lentilha), cereais (arroz integral, trigo, centeio), algumas frutas (mamão, laranja, ameixa), alimentos enlatados, condimentos fortes, apimentados ou irritantes, pois podem piorar os sintomas.
- Prefira os legumes cozidos e frutas que não são laxativas (banana, maçã sem casca, pêra sem casca, goiaba sem cascas e sem sementes, pêssego sem casca, maracujá, melão, melancia).
- Carnes magras e ovos cozidos também podem ser consumidos.
- O uso de módulo de fibra ou de suplemento alimentar precisa ser avaliado de forma individualizada pelo seu nutricionista.
- Não tomar medicamentos que cessem a diarreia por conta própria, ou seja, sem a orientação médica.
- Comunicar sempre seu médico ou a equipe de saúde caso você apresente este sintoma.

CONSTIPAÇÃO

Assim como a diarreia, a constipação (“prisão de ventre”) é um efeito que pode ocorrer durante o tratamento oncológico. O uso de alguns medicamentos e uma alimentação inadequada podem causar esta alteração da função intestinal.

Principais sintomas:



- Dificuldade ou esforço para evacuar.
- Fezes ressecadas.
- Ritmo intestinal irregular (duas ou menos evacuações por semana).

Orientações:

- Beber bastante água.
- Alimentação rica em fibras. Aposte nas frutas, vegetais folhosos, legumes e cereais integrais (arroz integral, pão integral e sementes).

DICAS DE BEBIDAS LAXATIVAS:

Ingredientes:

- Meio mamão papaia sem sementes
- 1/2 copo de suco de laranja
- 4 ameixas pretas sem caroços

Modo de Preparo:

Bater todos os ingredientes no liquidificador. Consumir imediatamente após o preparo.

Ingredientes:

- 3 ameixas secas
- 1 xícara de água.

Modo de preparo:

Colocar as ameixas secas e a água em uma panela e deixar ferver de 5 a 7 minutos. Deixar amornar e beber o chá.

IMPORTANTE!

Informe seu médico e a equipe de saúde caso perceba as alterações descritas neste manual e não utilize medicamentos por conta própria. Estas orientações e receitas podem contribuir para amenizar os sintomas apresentados durante o seu tratamento.



**Dúvidas, entre em contato
com a equipe do Centro de Tratamentos CliniOnco.**
Estaremos sempre à disposição para orientá-lo



NÚCLEO DE ONCOLOGIA
CENTRO DE TRATAMENTOS

**Rua Dona Laura, 226 – 2º andar
Moinhos de Vento – POA/RS
Fone: 51 4009 6000**

www.clinionco.com.br

 /clinionco  /clinionco_rs

Elaboração:
Enfermeira Daiana Justo
COREN-RS 210.963

Resp. Técnico:
Dr. Jeferson Vinholes
CRM 16.745

Publicação:
M 03.13/00

Colaboração:
Nutricionista Manuela Albe Porcher
CRN2 13454