

ISBN: 978-65-00-12836-9
ANO: 2020

OSPO-ICP

Odontologia de Suporte ao Paciente
Oncológico Irrradiado em Cabeça e
Pescoço



**Cuidados bucais e gerais
após o tratamento oncológico**

Apresentação da cartilha



O tratamento do câncer de cabeça e pescoço pode ser somente cirúrgico ou complementado com a radioterapia e/ou quimioterapia. Essas terapias atacam as células do tumor, levando à sua cura ou controle do seu crescimento. Entretanto, durante o tratamento oncológico, podem ocorrer reações indesejadas.

Por essa razão, em todos os períodos do tratamento oncológico (antes, durante e depois) o cuidado pessoal é essencial para prevenção das complicações. Para isso, você conta com a ajuda de diversos profissionais da saúde, dentre eles médicos, enfermeiros, dentistas, nutricionistas fonoaudiólogos e psicólogos.

Nesta cartilha, elaborada pela Faculdade de Odontologia da UFMG, apontaremos algumas orientações para manutenção da sua saúde bucal e geral.



Cuidados com a saúde bucal



“As complicações tardias podem acontecer em pacientes que já passaram pelo tratamento do câncer de cabeça e pescoço. Manter os cuidados com a saúde bucal e geral, com retorno periódico às consultas, é fundamental para a prevenção e tratamento dessas complicações.”



Mantenha uma boa higiene bucal

- ❗ Use uma escova dental macia e faça a escovação com creme dental de forma suave, sempre após as refeições e antes de dormir.
- ❗ Lembre-se de higienizar a língua.
- ❗ Mantenha a higiene da sua prótese adequada, limpando-a toda vez que higienizar sua boca.
- ❗ Use o fio dental pelo menos uma vez ao dia (de preferência à noite).
- ❗ Caso não tolere o creme dental, você pode usar um enxaguatório bucal suave, ou uma gaze limpa umedecida.
- ❗ É importante manter a higiene da boca mesmo em caso de dor ou de uso da sonda de alimentação.



Cuidados com a saúde bucal



- ☞ Hidrate a boca, bebendo pequenos goles de água ao longo do dia;
- ☞ Masque chicletes e pastilhas sem açúcar para estimular a salivação;
- ☞ Lubrifique os lábios com hidratante labial à base de água, cera ou óleo. Não use vaselina;



- ☞ Caso note qualquer alteração na boca, suspenda o uso da sua prótese dentária e procure o seu dentista;
- ☞ Comunique ao seu dentista que você já passou por tratamento oncológico, ele irá te ajudar a manter a sua saúde bucal.



Cuidados gerais



Cuidados com a alimentação

Os efeitos do tratamento podem afetar a capacidade de engolir alimentos e bebidas. O que devo fazer até normalizar?

O acompanhamento com profissionais da saúde é muito importante para esta fase de sua reabilitação.



- Beba cerca de 8 copos de água ou suco de frutas não cítricas todos os dias (se for recomendado o espessante pelo fonoaudiólogo, não beba os líquidos finos sem engrossá-los);



- Na hora de se alimentar, sente-se de forma ereta e se mantenha nesta posição por 30 minutos após o fim da alimentação;



- Evite conversar enquanto se alimenta;
- Coma devagar, em pequenas quantidades, intercalando porções de alimento com goles de líquido (caso esteja liberado para ingerir líquidos).

Cuidados gerais



Cuidados com a alimentação

Os efeitos do tratamento podem afetar a capacidade de engolir alimentos e bebidas. O que devo fazer até normalizar?



- Caso apresente dificuldade para mastigar e engolir, opte por alimentos sólidos macios, moles e umidificados ou pastosos (batidos ou amassados);



- Mantenha uma dieta rica em proteínas e calorias, como carne, leite, queijo, ovos, grãos (feijão e soja), frutas não cítricas e legumes;



- Quando não tiver mais dor e estiver mais fácil de engolir, comece a introduzir na dieta os alimentos sólidos; siga as orientações da Fonoaudióloga e Nutricionista, caso esteja em acompanhamento.



Cuidados gerais



Cuidados com a alimentação

Problemas que pode notar ao se alimentar:

Tosse, pigarro, alteração na voz, sensação de comida presa na garganta, esforço ou dificuldade para engolir, saída de líquidos pelo nariz, entre outros.



- Caso apresente algum destes problemas, o fonoaudiólogo pode te informar algumas estratégias alimentares e manobras que irão te ajudar a se alimentar melhor;
- É essencial que você mantenha o seu peso após o tratamento oncológico. Você pode contar com a ajuda de um nutricionista.



Cuidados gerais



Cuidados com a sonda de alimentação

- ✓ Use a sonda alimentar segundo as orientações do médico, nutricionista e fonoaudiólogo. Ela será removida no momento adequado;
- ✓ Lave o tubo da sonda com 1 seringa de água morna filtrada, sempre após a infusão da dieta;
- ✓ Limpe a pele ao redor do tubo diariamente com cotonete embebido em água ou sabonete neutro, mantendo-a sempre limpa e seca;
- ✓ Mantenha o tubo seco, cobrindo-o com um plástico na hora do banho;
- ✓ Não utilize produtos contendo álcool na pele ao redor do tubo;
- ✓ Não puxe a sonda para não machucar a região ao seu redor ou não sair do lugar;
- ✓ Caso a sonda saia, não tente recolocá-la e procure imediatamente um serviço médico hospitalar.



Cuidados gerais



Cuidados com a cânula de traqueostomia

- Mantenha a cânula de traqueostomia higienizada, como orientado pelo profissional que instalou;
- Na hora do banho, mantenha o tubo seco cobrindo-o com um plástico; não deixar entrar água pelo orifício da cânula;
- Mantenha limpa a pele ao redor da cânula. Para isso, use gaze umedecida ou hastes flexíveis de algodão com água e/ou sabão neutro;
- Após higienizar, seque gentilmente a região com uma toalha ou gaze limpa e seca.



Cuidados gerais



Cuidados com a cânula de traqueostomia

- Nunca use álcool, loções ou géis ao redor do tubo, pois podem irritar sua pele;
- Use lenço no pescoço, isso protegerá a cânula de traqueostomia.

Caso observe algumas destas alterações, notifique seu médico:

- Vermelhidão, sensibilidade, mau cheiro ou algum sinal de infecção na pele ao redor da cânula;
- Cânula muito apertada ou muito frouxa, causando desconforto no pescoço;
- Secreção obstruindo a cânula;
- Em caso de dificuldade para respirar, vá à emergência do hospital ou UPA.



Cuidados com a pele

Sua pele pode começar a melhorar e voltar à cor normal de **3 a 4 semanas** após o tratamento, mas pode ficar sensível após cicatrizar. Observe os cuidados abaixo e proteja sua pele.

- Evite exposição solar;
- É importante usar protetor solar sobre a pele cicatrizada (FPS 30 ou mais);
- Na pele não cicatrizada, proteja-a da exposição solar com roupas leves e chapéus.



Caso sua pele ainda esteja sensível:



- Lave a pele com sabão neutro e sem perfume, utilizando água morna, enxaguando bem e secando com uma toalha limpa e macia;
- Dê preferência a cremes corporais à base de água e sem cheiro para hidratar a pele;
- Não use loção pós-barba ou perfumes.



Cuidados gerais



Cuidados com o bem-estar



“O apoio de familiares, amigos e profissionais da saúde é importante para o seu bem-estar durante o período do tratamento do câncer.”



“Tenha sempre uma boa noite de sono, dormindo pelo menos 8 horas diariamente; a qualidade do sono influencia na imunidade do nosso corpo.”

“Você não está sozinho, existem grupos de apoio que dão suporte para quem está passando por esse processo; separamos o contato de alguns deles caso você se interesse.”



Informações úteis



Casa de Apoio às pessoas com câncer



Site: <http://www.capec.org.br/>

Telefone de contato: (31) 3459-3000 / 3459-3010

Grupo de Apoio às pessoas com câncer



Site: <https://www.gapc.org.br/>

Telefone de contato: (12) 99141-7033

Grupo de Acolhimento aos Pacientes com câncer de cabeça e pescoço – GAL



Site: <https://www.acbgbrasil.org/gal/>

Contato: gruposecorais@acbgbrasil.org

Telefone da coordenadora do grupo - Flávia Fiorini: (31) 9959-6923



Referências Bibliográficas



- 1) Cunha Silva, JM; Pontífice Sousa, P. Estrategias para el autocuidado de las personas con cáncer que reciben quimioterapia / radioterapia y su relación con el bienestar. Enfermería Global. 2015;37, 384-400.
- 2) INCA. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Câncer de boca: tratamento. Rio de Janeiro: INCA, 2020.
- 3) MASCC/ISOO. MASCC/ISOO clinical practice guidelines for the management of mucositis secondary to cancer therapy. Cancer. 2020;126(19):4423–31.
- 4) White JM, Panchal NH, Wehler CJ, et al. Department of Veterans Affairs Consensus: Preradiation dental treatment guidelines of patients with head and neck cancer. Head Neck. 2019 May;41(5):1160.
- 5) Imagens: <https://www.canva.com>.

Autores

Profa. Dra. Aline Araujo Sampaio
Profa. Dra. Patrícia Carlos Caldeira
Profa. Dra. Sílvia Ferreira de Sousa
Dra. Lucyene Miguita Luiz
Fga. Flávia Fiorini
CD Ruan Soares da Silva

Ac. Caio Vinicius Falcão Peixoto
Ac. Clara Lisboa Santana Miranda
Ac. Daniel Silva Soares
Ac. Fábio Ferreira Melgaço
Ac. Giulyane Izabelle Lucas Silva
Ac. Hyago Portela Figueiredo
Ac. Isabella Luiza Mateus de Carvalho
Ac. Natália Santos Barcelos
Ac. Rubens Signoretti Oliveira Silva

Agradecimentos



OSPO-ICP
Odontologia de Suporte ao Paciente
Oncológico Irradiado em Cabeça e
Pescoço



FAO
FACULDADE DE
ODONTOLOGIA

UFMG



Versão 1 | Outubro de 2020.
ISBN: 978-65-00-12836-9.

FAO UFMG
FACULDADE DE
ODONTOLOGIA