



Saiba os principais cuidados que os pacientes oncológicos devem ter durante as férias

Durante o tratamento contra o câncer, muitos pacientes se queixam por ter que abrir mão dos momentos de lazer, como as viagens, por receio dos efeitos colaterais das medicações. Porém, tomando os devidos cuidados, é possível conciliar o tratamento com o período de férias.

Para quem já está com o passeio marcado, o primeiro passo é consultar o médico para receber as orientações e cuidados mais indicados para o seu caso. Vale também levar em consideração o estágio do tratamento, há fases em que o paciente pode estar com o sistema imunológico muito fragilizado ou estar fisicamente indisposto.

Para a médica oncologista Mariana Laloni, da unidade Centro Paulista de Oncologia (CPO), unidade São Paulo do Grupo Oncoclínicas, é preciso se planejar antes de embarcar. “Especialmente para viagens internacionais, tenha um hospital de referência no destino para possíveis emergências. Além disso, é indispensável contratar um seguro viagem e levar um relatório do seu médico com o caso clínico detalhado”, orienta.

Para garantir uma viagem sem imprevistos, o ideal é que o indivíduo esteja acompanhado e sempre respeite os limites do próprio corpo, evitando excessos e garantindo o seu bem-estar. Em decorrência do tratamento, muitos pacientes ficam mais propensos à trombose, por isso, é preciso avaliar com cuidado a quantidade de horas de voo, usar meias elásticas e eventualmente sob recomendação medicação específica para evitar trombose.

A alimentação também merece devida atenção. “Quando o paciente tem o trato gastrointestinal irritado pelo tratamento, é a recomendação é que ele evite pratos que não esteja habituado a comer, além de ter cuidado ao ingerir alimentos crus, principalmente na rua”, complementa Laloni.

Alguns medicamentos da quimioterapia podem deixar a pele fragilizada e aumentar a sensibilidade das células, quando exposta ao sol, podem gerar manchas ou até mesmo queimaduras. Para aqueles que pretendem ir à praia, devem optar por um filtro solar com um alto fator, reaplicado de hora em hora, chapéu e ter atenção ao período de exposição solar prolongada. Vale ressaltar que protetor solar é apenas um componente de segurança e não permite um tempo ilimitado debaixo do sol, em especial entre às 10h e 16h, quando os raios são mais fortes. Pacientes que estão realizando radioterapia, devido à pele já apresentar radiação decorrente do tratamento, não é recomendado se expor ao sol.

“É bom evitar grandes aglomerações, como shows de música e estádios de esporte e lugares muito fechados. No entanto, em geral, se o paciente adotar todas as recomendações, é possível sim desfrutar de uma viagem tranquila durante o tratamento oncológico”, finaliza a oncologista.

Sobre o CPO

Fundado há mais de três décadas pelos oncologistas clínicos Sergio Simon e Rene Gansl, o Centro Paulista de Oncologia CPO , unidade São Paulo do Grupo Oncoclínicas, oferece cuidado integral e individualizado ao paciente oncológico. Com um corpo clínico com mais de 50 oncologistas e hematologistas e uma capacitada equipe multiprofissional composta por: psicólogos, nutricionistas, farmacêuticos, farmacêuticos clínicos, enfermeiros, reflexologistas e médico especializado em Medicina Integrativa. Oferece consultas médicas oncológicas e hematológicas, aplicação ambulatorial de quimioterápicos, imunobiológicos e medicamentos de suporte, assistência multidisciplinar ambulatorial, além de um serviço de apoio telefônico aos pacientes 24 horas por dia e acompanhamento médico durante internações hospitalares.

A instituição possui também uma parceria internacional com o Dana Farber Institute / Harvard Cancer Center, que garante a possibilidade de intercâmbio de informações entre os especialistas brasileiros e americanos, bem como discussão de casos clínicos. Além disso, proporciona a educação médica continuada ao corpo clínico do CPO e médicos especialistas, com aulas e eventos com novidades em estudos e avanços no tratamento da doença. Atualmente o CPO possui duas unidades de atendimento em São Paulo, nos bairros de Higienópolis e Vila Olímpia.

Sobre o Grupo Oncoclínicas

Fundado em 2010, é o maior grupo especializado no tratamento do câncer na América Latina. Possui atuação em oncologia, radioterapia e hematologia em 11 estados brasileiros. Atualmente, conta com 55 unidades entre clínicas e parcerias hospitalares, que oferecem tratamento individualizado, baseado na melhor prática clínica.

Fonte: Assessoria de imprensa.

[Read More](#)
