

Efeitos colaterais na quimioterapia



Neste conteúdo, serão abordados os tópicos:

1 - Tratamento da quimioterapia;

2 - Efeitos colaterais;

3 - Cuidados nutricionais no manejo dos efeitos colaterais.

Tratamento da quimioterapia¹⁻³

A quimioterapia é um tratamento usado para tratar tumores localizados e, por ser uma terapia sistêmica, afeta o tecido maligno e as células normais também, através de agentes químicos ou medicamentos para tratar o câncer.

As classificações dos agentes quimioterápicos citotóxicos incluem:

- ✓ Agentes alquilantes;
- ✓ Antibióticos antitumorais;
- ✓ Alcaloides de plantas;
- ✓ Antimetabólitos;
- ✓ Nitrosoureas;
- ✓ Agentes diversos.

Após entrarem na corrente sanguínea, esses agentes são levados para todo o corpo para atingirem o maior número de células cancerosas possível. As vias de administração para a quimioterapia incluem:

Oral

Intravenosa (IV)

Intraperitoneal

Intravesicular

Intratecal

Efeitos colaterais^{1,4}

A gravidade dos efeitos colaterais depende de vários fatores como:

AGENTES
UTILIZADOS

DOSAGEM

DURAÇÃO
DAS SESSÕES

NÚMERO DE
CICLOS DE
TRATAMENTO

SUBSTÂNCIAS
ASSOCIADAS

RESPOSTA
INDIVIDUAL

ESTADO DE
SAÚDE ATUAL

ESTADO
NUTRICIONAL
(MASSA MUSCULAR)

É comum que pacientes submetidos ao tratamento de quimioterapia apresentem sinais e sintomas que diminuem a aceitação da alimentação, contribuindo assim para o déficit calórico e nutricional com consequente aumento no risco de complicações e comorbidades, além de afetar a qualidade de vida como um todo.

Cuidados nutricionais no manejo dos efeitos colaterais^{1,4-6}

O aconselhamento nutricional é importante para amenizar os efeitos colaterais e possíveis complicações. Na tabela abaixo, encontramos estratégias de manejo nutricional dos efeitos colaterais mais frequentes:

EFEITO COLATERAL	ESTRATÉGIAS
Perda de Peso	✓ Fracionar as refeições a longo do dia, comendo pequenas porções com maior frequência e de forma variada. ✓ Complementar as receitas das comidas favoritas – procure a ajuda de um profissional capacitado. ✓ Usar suplementos que contenham calorias e proteínas, quando necessário e orientado pelo profissional responsável. (ex: Whey Protein).
Falta de Apetite/ Anorexia	✓ Complementar as receitas das comidas favoritas – procure a ajuda de um profissional capacitado; ✓ Fazer as refeições em ambiente agradável;
Náusea e Vômito	✓ Beber líquidos em baixa temperatura ou temperatura ambiente, em doses pequenas; ✓ Evitar alimentos gordurosos, condimentados ou muito doces; ✓ Evitar alimentos com cheiros fortes; ✓ Preferir alimentos cítricos e gelados; ✓ Evitar líquidos durante as refeições (consumir de 30 a 60 minutos antes/depois); ✓ Comer alimentos leves e de fácil digestão em dias de tratamentos programados.
Diarreia	✓ Consumir líquidos claros como: água, sucos, caldo de carne, gelatina e bebidas esportivas; ✓ Diminuir a ingestão de alimentos ricos em fibras, tais como: nozes, frutas e vegetais crus, pães integrais e cereais; ✓ Evitar alimentos que contenham: doces livres de açúcar e gomas (xilitol, manitol e sorbitol); ✓ Evitar alimentos ricos em lactose, glúten e sacarose; ✓ Evitar alimentos e preparações gordurosas e condimentadas.
Dor na Boca, Mucosite ou Sapinho	✓ Manter boa higiene oral (manter a boca limpa e lavar com frequência); ✓ Comer alimentos macios e úmidos como: molhos, coberturas ou caldos; ✓ Evitar alimentos secos, grossos ou ásperos; ✓ Evitar álcool, cafeína, tomate, vinagre e pimenta; ✓ Reduzir o consumo de sal e condimento das preparações; ✓ Se o aporte nutricional for insuficiente, considerar ofertar suplemento oral; ✓ Evitar alimentos em extremos de temperatura.
Fadiga	✓ Consumir alimentos fáceis de preparar; ✓ Beber muita água e líquidos saudáveis para manter o sistema digestivo em movimento; ✓ Tentar manter-se ativo.

Os suplementos nutricionais são bons aliados na alimentação do paciente em tratamento de quimioterapia, pois possuem calorias, proteínas e vitaminas e minerais importantes que podem ser adicionados aos alimentos favoritos dos pacientes ou em receitas. Dessa forma, o indivíduo que não conseguir atingir as recomendações nutricionais diárias somente pela alimentação convencional pode se beneficiar dessas fórmulas, quando orientado pelo profissional de saúde responsável. Existem ainda suplementos especializados na recuperação do estado nutricional do paciente com nutrientes imunomoduladores que irão trazer benefícios na recuperação e na imunidade.^{4,7}

Referências: 1. Mahan LK, Escott-Stump S. Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 11 ed. São Paulo, SP: Roca, 2005. 2. Wilkes GM, Barton-Burke M. Oncology nursing drug handbook. Boston: Jones and Bartlett; 2010. 3. Polovich M, et al. Chemotherapy and biotherapy guidelines and recommendations for practice. Pittsburgh: Oncology Nursing Society; 2009. 4. Horie LM, et al. Diretriz BRASPEN de terapia nutricional no paciente com câncer. BRASPEN J. 2019;34(Supl 1):2-32. 5. Consenso nacional de nutrição oncológica. / Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva; Nivaldo Barroso de Pinho (organizador) – 2. ed. rev. ampl. atual. – Rio de Janeiro: INCA, 2016. 6. Ravasco P. Nutritional approaches in cancer: relevance of individualized counseling and supplementation. Nutrition. 2015;31(4):603-604. 7. Zheng X, et al. Effects of Immunonutrition on Chemoradiotherapy Patients: A Systematic Review and Meta-Analysis. JPEN J Parenter Enteral Nutr. 2020;44(5):768-778.



Loja virtual da Nestlé:
www.nutricaoatevoce.com.br

NHS000307

Para mais informações, acesse: www.avantenestle.com.br
Serviço de atendimento ao profissional de saúde 0800-7702461

Material destinado exclusivamente a profissionais de saúde. Proibida a distribuição aos consumidores.

