



Depois de um diagnóstico de câncer colorretal

Se você foi informado que tem câncer de cólon ou reto, também chamado de câncer colorretal, é provável que já tenha feito colonoscopia, outros exames e uma biópsia (exame em que parte do tecido é retirado para verificar se há câncer). Outros exames também podem ter sido feitos nas células cancerosas para verificar determinadas proteínas e alterações genéticas. Você também pode ter que fazer mais exames ou outros procedimentos para descobrir se o câncer se espalhou. Esses exames ajudam seu médico a saber que tipo de câncer colorretal você tem, em que estágio se encontra e que tratamento pode ser útil.

Existem muitas maneiras de tratar o câncer colorretal, que envolvem cirurgia, radiação e medicamentos, tais como quimioterapia, terapia direcionada ou imunoterapia. Muitas vezes, mais de um tipo de tratamento é necessário. O tratamento dependerá principalmente de alguns aspectos, como o tipo, estágio e localização do câncer colorretal que você tem. As opções de tratamento também dependem dos resultados dos exames nas células cancerosas, dos problemas de saúde que você possa ter e de suas escolhas pessoais. O médico o ajudará a decidir qual seria o melhor tratamento(s) para você.

Não deixe de perguntar:

- Que tipo de câncer colorretal eu tenho?
- Que é o estágio do câncer colorretal, e o que isso significa?
- O que mais pode me dizer sobre meu câncer colorretal com base no resultado dos exames?
- Vou precisar fazer mais exames?
- Qual seria o melhor tratamento(s) para o câncer colorretal que eu tenho?
- Quais são os efeitos colaterais mais prováveis do tratamento?

O que esperar durante o tratamento

A equipe de tratamento do câncer vai explicar seu plano de tratamento. Essa equipe pode incluir diversos médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde, dependendo do tipo de tratamento que você precisar.

Por exemplo, a maioria das pessoas com câncer colorretal precisará de cirurgia. Se este for o seu caso, você conversará com o cirurgião e a equipe de tratamento do câncer para saber o que esperar antes e depois da operação. Algumas pessoas que fazem cirurgia precisarão de uma ostomia (colostomia ou ileostomia) se seu intestino grosso ou delgado não estiver funcionando bem após a cirurgia.

Uma ostomia é uma abertura que feita na barriga para que as fezes possam ser expelidas do corpo. Algumas pessoas precisam de ostomias por vários meses (temporárias), enquanto outras terão a ostomia para o resto da vida (permanente). Se você precisar de uma ostomia, profissionais de saúde qualificados ensinarão o que fazer para cuidar dela. Eles também o ajudarão a obter os materiais que você precisa.

Se você precisar de outros tipos de tratamento, seu médico ou equipe de atendimento explicará como o

tratamento será feito, o ajudará a se preparar, fará acompanhamento para saber como está passando e ajudará a lidar com os efeitos colaterais. Você também pode precisar fazer exames de sangue, radiografias ou outros exames de imagem, em determinados momentos, para ver se o tratamento está funcionando.

Nem todo mundo que faz tratamento para o câncer de pulmão terá os mesmos efeitos colaterais. Por exemplo, os efeitos colaterais da cirurgia são diferentes dos efeitos colaterais da quimioterapia, da terapia direcionada, da imunoterapia ou dos tratamentos com radiação. E as pessoas que recebem o mesmo tratamento podem ter efeitos colaterais diferentes.

Não deixe de perguntar:

- Quais são as minhas opções de tratamento? O que, na sua opinião, seria melhor para mim e por quê?
- Qual é o objetivo do tratamento?
- Que efeitos colaterais eu poderia ter, e o que posso fazer a respeito disso?
- O tratamento vai mudar a maneira como meu intestino funciona?
- Vou precisar de uma colostomia ou ileostomia? Quanto tempo vou precisar ficar com ela?
- Se eu precisar de uma ostomia, quem vai me ensinar o que fazer para cuidar dela?
- Se minha colostomia ou ileostomia for temporária, quando será revertida (removida) e quem fará isso?
- Como vamos saber o tratamento está funcionando?
- Com que frequência terei que fazer tratamento e quanto tempo dura?
- Onde devo ir para fazer o tratamento e posso eu mesmo dirigir?
- Poderei continuar a fazer minhas atividades regulares, como trabalhar, fazer exercício e ter sexo?

O que esperar após o tratamento

Após o tratamento, a equipe de tratamento de câncer ajudará você a lidar com qualquer efeito colateral que ainda possa ter. Você também precisará fazer exames regulares para verificar se o câncer voltou, ou se

apareceu algum outro câncer em uma parte diferente do corpo.

Para algumas pessoas, o câncer pode não desaparecer completamente. Elas podem precisar continuar o tratamento, e mais exames serão necessários para saber se está funcionando.

Não deixe de dizer ao médico ou a alguém da equipe de tratamento de câncer se você estiver experimentando efeitos colaterais que não desapareçam após o tratamento ou qualquer outro sintoma diferente.

Pode ser que você tenha dificuldades para lidar com alterações em seu corpo após o tratamento. Por exemplo, pode ser que o seu intestino não funcione da mesma maneira que antes. Se você tiver uma colostomia ou ileostomia, descubra o que você pode fazer para lidar com ela. Algumas pessoas que se submetem a determinados tipos de cirurgia para câncer colorretal também podem ter problemas sexuais. Converse com a equipe de tratamento de câncer sobre como lidar com qualquer problema que você possa ter.

Mesmo que já tenha terminado o tratamento e esteja se sentindo bem, é importante perguntar à equipe de tratamento de câncer sobre com que frequência deveria fazer exames regulares de acompanhamento. Esses exames verificam se apareceu algum pólipo ou se o câncer colorretal voltou.

Não deixe de perguntar:

- Com que frequência eu preciso consultar a equipe de tratamento do câncer?
- Precisarei fazer exames para ver se o câncer voltou, ou para verificar se há algum problema com o meu tratamento?
- Preciso fazer algum exame de prevenção, como mamografia, para detectar outros tipos de câncer mais cedo?
- Preciso ter um plano de acompanhamento após o tratamento?
- Existe algum efeito colateral tardio ou de longo prazo decorrente do tratamento que eu deveria saber?

- Quem poderia ajudar se eu tiver alguma pergunta sobre a ostomia, se for o caso?
- Quando e como devo entrar em contato com a equipe de tratamento?
- Onde poderei ter acesso a meus registros médicos após o tratamento?

Manter-se saudável

Há muitas coisas que você pode fazer para se manter saudável durante e após o tratamento do câncer colorretal. Comer bem, manter-se ativo, perder peso e manter um peso saudável, não fumar e evitar bebidas alcoólicas podem ajudar. Algumas dessas coisas também podem ajudar a diminuir seu risco de contrair um novo câncer colorretal ou outros tipos de câncer.

Lembre-se de que precisa fazer exames para detectar outros tipos de câncer e verificar outros problemas de saúde. Fale com seu médico sobre o plano de acompanhamento e exames mais adequados para você.

Como lidar com os sentimentos

Ter câncer colorretal pode fazer você se sentir assustado, triste ou nervoso. Você também pode ter dificuldades para lidar com mudanças em seu corpo após o tratamento. É normal se sentir assim, e existem maneiras que ajudam a lidar com isso.

- Não tente lidar com esses sentimentos sozinho. Converse sobre o que está sentindo, não importa o que seja.
- Não há problema se você se sentir triste ou abatido de vez em quando, mas informe a sua equipe de tratamento de câncer se você continuar assim por algum tempo.
- Faça coisas que você gosta, como ir ao cinema, jantar fora, passar tempo ao ar livre, ou ir um evento esportivo, se seu médico disser que você pode.
- Consiga alguém para ajudar com as tarefas domésticas, como cozinhar e limpar.

Pode ser que você queira entrar em contato com os amigos, familiares ou líderes ou grupos religiosos. Algumas pessoas acham útil conversar com outras pessoas que passaram pelas mesmas coisas. Um grupo de apoio pode ajudar com isso. Outras pessoas precisam de terapia/ aconselhamento. Diga à sua equipe de tratamento de câncer como você está se sentindo. Eles podem ajudar você a encontrar o apoio que precisa.

Para informações sobre câncer, ajuda no dia a dia e apoio, ligue para American Cancer Society no número **1-800-227-2345** ou acesse o nosso site **cancer.org/coloncancer**.

Estamos aqui quando você precisar.



cancer.org | 1.800.227.2345

PORTUGUESE
©2022, American Cancer Society, Inc.
No. 080816-Rev. 8/22

