



Após um Diagnóstico de Leucemia



A leucemia é um câncer das células sanguíneas que começa na medula óssea (um tecido esponjoso no centro da maioria dos ossos). A medula óssea é onde novas células sanguíneas são produzidas. Se você foi diagnosticado com leucemia, provavelmente já realizou exames de sangue e uma biópsia da medula óssea (um exame que coleta uma amostra de tecido para verificar a presença de câncer). Outros testes podem ter sido realizados nas células cancerosas para verificar certas proteínas e mudanças genéticas chamadas biomarcadores. Você também pode ter passado por outros procedimentos. Esses exames ajudam o médico a entender o tipo de leucemia que você tem e qual tratamento é melhor para você.

Tipos de leucemia

A leucemia é conhecida como um câncer líquido, pois normalmente não forma um tumor sólido como a maioria dos cânceres.

Existem vários tipos de leucemia. Ela pode crescer rapidamente (**aguda**) ou de forma mais lenta (**crônica**), e começa nas células sanguíneas **mieloides** ou nas células sanguíneas **linfocíticas**.

Os tipos mais comuns de leucemia são:

- Leucemia linfocítica aguda (LLA)
- Leucemia mieloide aguda (LMA)
- Leucemia linfocítica crônica (LLC)
- Leucemia mieloide crônica (LMC)
- Leucemia mielomonocítica crônica (LMMC)

Adultos podem ter leucemia aguda ou crônica, de tipo mieloide ou linfocítica. Crianças e adolescentes geralmente têm leucemia aguda de qualquer um dos tipos. Algumas leucemias têm subtipos e fases, o que indica ao médico o quão avançado está o câncer e qual tratamento pode ser mais eficaz. Seu médico pode fornecer mais informações sobre sua leucemia.

Tratamento para leucemia

Há diversas maneiras de tratar a leucemia. Seu tratamento dependerá do tipo, subtipo e fase do câncer, além de outros problemas de saúde que você possa ter.

Leucemia aguda

A maioria dos tipos de leucemia aguda é muito grave e o tratamento precisa começar imediatamente. O tratamento é frequentemente intenso e prolongado, durando, em média, cerca de dois anos.

O tratamento geralmente começa com quimioterapia intravenosa (químio IV). Outros tratamentos podem ser adicionados, como a terapia-alvo. Um transplante de células-tronco pode ser usado após a primeira fase do tratamento.

O tratamento para crianças pode ser diferente do tratamento para adultos.

Leucemia crônica

Nem todos os tipos de leucemia crônica precisam de tratamento imediato. Se o tratamento for necessário, pode ser recomendada quimioterapia, terapia-alvo ou um transplante de células-tronco.

Certifique-se de perguntar:

- Qual tipo de leucemia eu tenho?
- Qual é o subtipo e a fase? O que isso significa?
- O que mais você descobriu com os resultados dos meus exames?
- Precisaré de mais exames ou testes de biomarcadores?
- Qual é o objetivo do tratamento?
- Quais são minhas opções de tratamento? Qual você acha que é a melhor para mim e por quê?
- Um transplante de células-tronco funcionaria para mim?
- Existem ensaios clínicos para o meu tipo de leucemia?

O que esperar antes e durante o tratamento

O médico que trata sua leucemia pode ser um hematologista (especialista em sangue) ou um oncologista (especialista em câncer). Dependendo do tipo de tratamento necessário, sua equipe de atendimento ao câncer pode incluir diferentes médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde.

Por exemplo, se você precisar de quimioterapia, passará por fases ou ciclos de tratamento, com exames e avaliações entre eles. Sua equipe de tratamento do câncer ajudará você a entender o que esperar antes, durante e depois de cada fase do tratamento. Eles explicarão como o tratamento será feito, ajudarão você a se preparar, monitorarão seu progresso e ajudarão a gerenciar quaisquer efeitos colaterais. Você também fará exames de sangue, tomografias ou outros testes em determinados momentos para verificar a eficácia do tratamento.

Nem todos que fazem tratamento para leucemia apresentam os mesmos efeitos colaterais. Por exemplo, os efeitos colaterais da quimioterapia são diferentes dos da terapia direcionada.

Durante o tratamento da leucemia, é comum que a contagem de células sanguíneas seja afetada. Isso pode aumentar a probabilidade de infecções e você pode se sentir muito fraco e cansado em alguns momentos. Se estiver fazendo quimioterapia em altas doses, isso pode piorar os efeitos colaterais.

Certifique-se de perguntar:

- Quais efeitos colaterais posso ter? O que posso fazer sobre eles? Você espera que sejam graves?
- Como saberemos se o tratamento está funcionando?
- Com que frequência farei o tratamento? Quanto tempo vai durar?
- Onde será realizado meu tratamento? Se eu estiver no hospital, quanto tempo vou ficar?
- Vou conseguir continuar com minhas atividades habituais?
- Quais precauções especiais devo tomar?

O que esperar após o tratamento

Após o tratamento, seu médico ajudará você a gerenciar quaisquer efeitos colaterais. Você também fará muitos exames e testes para verificar a presença de células leucêmicas.

Para algumas pessoas, a leucemia pode não desaparecer completamente. Elas podem continuar em tratamento e ainda precisar de exames para monitorar o progresso.

Pessoas que tiveram leucemia têm risco de tê-la novamente ou de desenvolver certos outros tipos de câncer. Mesmo que você se sinta bem após concluir o tratamento, é importante perguntar sobre uma programação regular de exames de acompanhamento para verificar se a leucemia retornou.

Certifique-se de perguntar:

- Com que frequência preciso ver minha equipe de tratamento do câncer?
- Quando e como devo entrar em contato com eles?
- Vou precisar de mais exames de sangue e biópsias de medula óssea? Com que frequência?
- Vou precisar de outros exames para verificar se o câncer voltou ou para monitorar problemas causados pelo tratamento?
- Existem possíveis efeitos colaterais tardios ou de longo prazo?
- Preciso de exames de triagem para detectar outros tipos de câncer precocemente?
- Onde posso encontrar meus registros médicos?

Mantendo-se saudável

Certifique-se de informar seu médico ou equipe de tratamento do câncer se quaisquer efeitos colaterais do tratamento persistirem ou se tiver novos sintomas.

Há coisas que você pode fazer para ajudar a se manter saudável durante e após o tratamento. Isso inclui comer bem, ser ativo, manter um peso saudável e não fumar. Você pode se sentir fraco e cansado às vezes. Manter-se ativo pode ajudar. A leucemia pode torná-lo mais propenso a infecções, então você precisará observar sinais e se proteger de pessoas doentes. Pergunte à sua equipe de tratamento do câncer sobre os sinais de infecção e como gerenciar sua fadiga e outros sintomas.

Lidando com seus sentimentos

Ter leucemia pode fazer você se sentir isolado, assustado, triste ou nervoso. É normal ter esses sentimentos e há maneiras de lidar com eles.

- Não tente lidar com seus sentimentos sozinho. Fale sobre eles, não importa o que sejam.
- Está tudo bem sentir-se triste ou desanimado de vez em quando, mas informe sua equipe de tratamento do câncer se você tiver esses sentimentos por mais de alguns dias.
- Se o seu médico aprovar, continue fazendo coisas de que gosta, como passar tempo ao ar livre, ir ao cinema ou a um evento esportivo ou sair para jantar.
- Obtenha ajuda com tarefas como cozinhar e limpar.

Você pode querer procurar amigos, familiares ou líderes ou grupos religiosos. Aconselhamento ou um grupo de apoio podem ajudar também. Informe sua equipe de tratamento do câncer sobre como você está se sentindo. Eles podem ajudá-lo a encontrar o apoio certo.



Para mais informações e suporte, visite o site da American Cancer Society em cancer.org/portuguese ou ligue para **1-800-227-2345**. Estamos aqui quando você precisar.