



CANCRO
NA FAMILIA
— construir conhecimento



PELE E UNHAS

Este folheto fala de alterações na pele e unhas, condições que podem surgir durante o seu tratamento de quimioterapia. Pergunte ao seu médico se deverá esperar este efeito secundário no decurso do seu tratamento.

ESTAS RECOMENDAÇÕES NUNCA DEVERÃO SOBREPOR-SE À INFORMAÇÃO DADA PELO SEU MÉDICO ONCOLOGISTA, QUE É QUEM ACOMPANHA DE PERTO O SEU CASO PESSOAL.

alterações na pele e unhas

Durante a quimioterapia, alguns doentes podem desenvolver ligeiras alterações na pele e unhas. Estas alterações incluem mudanças de cor, vermelhidão, prurido, descamação, seca, sensibilidade ao sol, borbulhas ou acne.



Pode resolver grande parte destes problemas através das seguintes indicações:

Higiene

- ✘ Tome duches rápidos e de água morna, e não banhos demorados de água quente que secam a pele.
- ✘ Aplique loções corporais ou creme para as mãos depois de tomar banho, enquanto a sua pele ainda está húmida, e à noite antes de se deitar. Cubra as mãos e os pés com luvas e meias de algodão.
- ✘ Use sabonetes suaves, com hidratante.
- ✘ Evite friccionar a pele. Seque-se com uma toalha, com pequenos toques suaves.

- ✘ Não use perfume, água de colónia ou loções after-shave. Estes produtos normalmente contêm álcool, que seca a pele.
- ✘ Evite coçar a pele - só agravará o problema. Se o prurido for forte, fale com o seu médico ou enfermeira.
- ✘ Se desenvolver acne, procure manter a sua pele limpa e seca.

Sol e Vento

- ✘ Alguns químicos usados na quimioterapia podem tornar a sua pele sensível ao sol. Use um protector solar com factor de protecção 50

ou superior, aconselhando-se sobre o tipo indicado para a sua pele com o médico ou farmacêutico que lhe prestam assistência.

- × Para evitar a exposição solar, use um chapéu de abas largas, roupa com mangas que cubram o braço todo, e calças ou saias compridas para proteger as pernas.
- × Prefira roupas de cores claras, que têm uma maior probabilidade de reflectir os raios solares.
- × Proteja a pele do frio e vento do inverno. Use chapéus e luvas fora de casa.
- × Para proteger os lábios, use um protector sem fragrância e sem vitaminas.

Ambiente

- × Mantenha o ar da sua casa húmido, baixando o aquecimento, ou colocando recipientes com água junto aos sistemas de aquecimento.
- × Evite a permanência de vernizes nas unhas mais que 2 ou 3 dias.

- × Proteja as suas unhas e evite o contacto directo com detergentes, ou outros químicos, usando luvas quando lavar a louça, na jardinagem ou noutros trabalhos domésticos.

Por exemplo, alguns químicos dados no tratamento por via intravenosa (IV) podem causar problemas, danificando os tecidos a longo prazo, se passarem para fora da veia.



A maior parte dos problemas de pele não são sérios, mas alguns têm que ser tratados de imediato:

Informe o seu médico de imediato se sentir algum inchaço, dor ou sensação de queimadura na zona da veia onde o químico é administrado, durante a

sessão de tratamento. Estes sintomas nem sempre querem dizer que há problemas, mas devem ser verificados de imediato.



A LEITURA DESTE FOLHETO NÃO DISPENSA O ACONSELHAMENTO PRESENCIAL E INDIVIDUALIZADO DO SEU MÉDICO ASSISTENTE

Fontes de informação: American Cancer Society, Sloan Kettering Cancer Center, Mayo Clinic / **Revisão científica:** Maria Rita Dionísio, Médica Oncologista, Fundação Champalimaud / **Conteúdos e produção:** Susana Lamas / **Coordenação:** Filipe Santos Silva / **Design:** www.estudiorjdesign.com / **Ilustração:** www.zecardoso.com / **Edição:** Public Awareness of Cancer Unit, IPATIMUP Junho 2012 / + **info:** www.cancronafamilia.com



HARVARD MEDICAL SCHOOL
- PORTUGAL PROGRAM
IN TRANSLATIONAL RESEARCH AND INFORMATION



QUADRO
DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



PROGRAMA OPERACIONAL FACTORES DE COMPETITIVIDADE



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu
de Desenvolvimento Regional



Fundação para a Ciência e a Tecnologia
MINISTÉRIO DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA E ENSINO SUPERIOR