



# Após um Diagnóstico de Câncer de Pulmão



O câncer de pulmão é um tipo de câncer que começa nos pulmões. Os pulmões são dois órgãos esponjosos localizados no tórax que permitem a entrada e saída de ar do corpo. Eles absorvem oxigênio e eliminam dióxido de carbono, um produto de excreção. Se você recebeu o diagnóstico de câncer de pulmão, provavelmente já fez raios-X, exames de imagem e uma biópsia (um exame que coleta tecido para verificar a presença de câncer). Outros testes podem ter sido realizados nas células cancerígenas para identificar certas proteínas e alterações genéticas chamadas biomarcadores. Você também pode ter passado por outros procedimentos para determinar se o câncer se espalhou. Esses exames ajudam seu médico a identificar o tipo de câncer de pulmão, o estágio da doença e qual tratamento pode ser eficaz.

## Tratamento para o câncer de pulmão

Seu tratamento dependerá do tipo e estágio do câncer de pulmão. As opções de tratamento também dependerão dos resultados dos exames nas células cancerígenas, da sua saúde e das suas preferências pessoais.

Existem muitas formas de tratar o câncer de pulmão, incluindo cirurgia, radioterapia e medicamentos, assim como quimioterapia, terapia-alvo ou imunoterapia. Em muitos casos, mais de um tipo de tratamento é necessário. Seu médico ajudará você a decidir quais tratamentos são melhores para o seu caso.

## Certifique-se de perguntar:

- Qual é o objetivo do tratamento?
- Que tipo de câncer de pulmão eu tenho?
- Qual é o estágio do meu câncer de pulmão e o que isso significa? Quais foram os resultados dos testes de biomarcadores?
- O que mais você descobriu sobre meu câncer de pulmão a partir dos resultados dos meus exames?
- Vou precisar de mais exames?
- Vou precisar de cirurgia? O câncer pode ser removido completamente?

## O que esperar antes e durante o tratamento

Sua equipe de tratamento do câncer explicará seu plano de tratamento. Essa equipe pode incluir diferentes médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde, dependendo do tipo de tratamento necessário. Por exemplo, se precisar de radioterapia, você trabalhará com um oncologista de radiação para saber o que esperar antes, durante e após o tratamento de radiação. Se você precisar de outros tipos de tratamento, sua equipe de tratamento do câncer explicará como serão administrados, ajudará você a se preparar, acompanhará sua evolução e o ajudará com quaisquer efeitos colaterais.

Você também pode fazer exames de sangue, tomografias ou outros exames em determinados momentos para verificar a eficácia do seu tratamento.

Nem todos os pacientes em tratamento de câncer de pulmão terão os mesmos efeitos colaterais. Por exemplo, os efeitos colaterais de uma cirurgia são diferentes dos de quimioterapia, terapia-alvo, imunoterapia ou radioterapia. E pessoas que recebem o mesmo tratamento podem ter efeitos colaterais distintos.

## Certifique-se de perguntar:

- Quais são minhas opções de tratamento? O que você acha que é melhor para mim e por quê?
- Existem ensaios clínicos para meu tipo de câncer?
- Que efeitos colaterais posso ter e o que posso fazer a respeito?
- Como saberemos se o tratamento está funcionando?
- Com que frequência receberei o tratamento? Quanto tempo ele vai durar?
- Onde receberei o tratamento? Posso ir dirigindo sozinho(a)?
- Poderei continuar fazendo minhas atividades normais, como trabalhar e me exercitar?

## O que esperar após o tratamento

Após o tratamento, solicite ao seu médico um resumo do tratamento e um plano de acompanhamento. Isso é chamado de plano de cuidados de sobrevivência. Seu médico trabalhará com sua família ou com seu médico de cuidados primários para ajudar a gerenciar os efeitos colaterais do tratamento e monitorar sua saúde geral. Você fará exames regulares para verificar se o câncer voltou ou se um novo câncer começou em outra parte do corpo.

Para algumas pessoas, o câncer pode não desaparecer completamente. Elas podem continuar recebendo tratamento e precisarão realizar exames para verificar sua eficácia.

Você pode enfrentar mudanças no seu corpo após o tratamento. Por exemplo, seus pulmões podem não funcionar tão bem quanto antes. Se dificuldades para respirar limitarem suas atividades, pergunte à sua equipe de tratamento do câncer se a reabilitação pulmonar ou a terapia pulmonar podem ajudar. Pergunte ao seu médico o que esperar e informe-o caso tenha algum problema.

Pessoas que tiveram câncer de pulmão têm risco de ter o mesmo câncer novamente ou de desenvolver outros tipos de câncer. Mesmo que você se sinta bem após terminar o tratamento, é importante perguntar à sua equipe de tratamento do câncer sobre um cronograma regular de exames de acompanhamento para verificar se o câncer de pulmão voltou.

## Certifique-se de perguntar:

- Onde posso obter uma cópia do resumo do meu tratamento e do plano de acompanhamento?
- Com que frequência preciso ver minha equipe de tratamento do câncer?
- Quando e como devo contatá-los?
- Vou precisar de exames para verificar se meu câncer voltou ou para identificar problemas relacionados ao tratamento?
- Devo fazer exames de rastreamento, como mamografia ou colonoscopia, para detectar outros tipos de câncer precocemente?
- Existem efeitos colaterais tardios ou de longo prazo do tratamento que devo observar?
- Você acha que a reabilitação pulmonar ou a terapia pulmonar podem me ajudar?
- Onde posso encontrar meus registros médicos após o tratamento?

## Mantendo-se saudável

Informe seu médico ou equipe de tratamento do câncer se algum efeito colateral do tratamento persistir ou se você tiver novos sintomas.

Há coisas que você pode fazer para se manter saudável durante e após o tratamento para o câncer de pulmão. Não fumar pode ajudar algumas pessoas com câncer de pulmão a viverem mais. Evitar a exposição à fumaça de segunda mão e ao radônio em sua casa e local de trabalho também é importante. Se você trabalha com produtos químicos, consulte seu médico sobre quais substâncias você deve evitar. Manter um peso saudável, ter uma alimentação equilibrada, beber líquidos suficientes, ser ativo e evitar o consumo de álcool também podem ajudar a preservar sua saúde. Essas práticas podem reduzir o risco de desenvolver um novo câncer de pulmão ou outros tipos de câncer.

## Lidando com seus sentimentos

Ter câncer de pulmão pode fazer você se sentir com medo, triste ou nervoso(a). Quer você tenha fumado ou não, você pode se sentir culpado(a) ou julgado(a) por ter câncer de pulmão. Esses sentimentos são normais, e há maneiras de ajudá-lo(a) a lidar com eles.

- Não tente lidar com seus sentimentos sozinho(a). Fale sobre eles, não importa o que sejam.
- É normal sentir-se triste ou desanimado(a) às vezes, mas informe sua equipe de tratamento do câncer se esses sentimentos persistirem por mais de alguns dias.
- Se seu médico permitir, continue fazendo atividades que você gosta, como passar tempo ao ar livre, ir ao cinema ou a eventos esportivos, ou jantar fora.
- Peça ajuda com tarefas como cozinhar e limpar.

Você pode querer procurar amigos, familiares ou líderes ou grupos religiosos. Aconselhamento também pode ajudar. Algumas pessoas acham útil conversar com outras que passaram pelas mesmas experiências. Um grupo de apoio pode oferecer isso. Informe sua equipe de tratamento do câncer sobre como você está se sentindo. Eles podem ajudá-lo(a) a encontrar o apoio certo.



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