



COLEÇÃO
**Conhecer
para Vencer**

**O CANCRO
EM DIFERENTES
IDADES**

VOLUME 4

AGRADECIMENTOS

Agradecemos aos elementos da Direcção da Sociedade Portuguesa de Oncologia pela dedicação prestada na realização deste manual de apoio às pessoas que, de alguma forma, têm que enfrentar a realidade do cancro. As nossas palavras de reconhecimento vão, igualmente, para quem torna este projecto possível, apoiando financeiramente esta edição: a Sanofi Aventis e a Roche Farmacêutica que, desta forma, prestam um contributo inestimável na promoção da Qualidade de Vida do doente oncológico.



Helena Gervásio
(Presidente da Sociedade Portuguesa de Oncologia)

INTRODUÇÃO

Colecção "Conhecer para Vencer"

O cancro representa uma experiência dramática na vida de qualquer pessoa. Numa perspectiva de promover um diálogo aberto e sincero com o público em geral, e de fornecer mais informações sobre este tema, origem de tantos medos e tabus na nossa sociedade, a Sociedade Portuguesa de Oncologia, com o patrocínio dos laboratórios Sanofi Aventis e Roche Farmacêutica, desenvolveu a colecção "Conhecer Para Vencer", composta por quatro publicações.

"Aprender sobre o Cancro" é a primeira. Dirigido às pessoas com cancro e seus familiares, bem como a todos quantos se interessam por este assunto, este manual visa proporcionar uma melhor compreensão desta doença, e ajudar a desmitificar alguns conceitos.

Segue-se-lhe "A Pessoa com Cancro", que tem por objectivo ajudar o indivíduo na tomada das decisões mais adequadas e a lidar melhor com as alterações físicas, psicológicas e sociais que ocorrem no decurso da doença.

Do reconhecimento do quanto pode ser difícil comunicar e partilhar sentimentos, surge a terceira publicação – "Falar sobre Cancro" –, cuja finalidade é incentivar a comunicação entre os doentes, os seus familiares, amigos e equipa de oncologia.

"O Cancro em Diferentes Idades" é o último destes manuais, onde se destacam as necessidades específicas das pessoas com cancro em diferentes faixas etárias.

O nosso objectivo é que esta iniciativa ajude a promover a Qualidade de Vida do doente oncológico e a de todos os que com ele se relacionam.



**O CANCRO
EM DIFERENTES
IDADES**

ÍNDICE

pág. 9



1. O CANCRO NA INFÂNCIA

- . Quando contactar o médico
- . Como ajudar o seu filho

pág. 15



2. O CANCRO NA ADOLESCÊNCIA

- . Os teus pais
- . Os teus irmãos
- . Os teus amigos
- . A escola
- . Outras dicas importantes

pág. 23



3. O CANCRO NA 3ª IDADE

- . O envelhecimento e a sua relação com o cancro
- . Preocupações emocionais e assuntos práticos

pág. 31



4. OS DIREITOS LEGAIS DA PESSOA COM CANCRO



1.

O CANCRO NA INFÂNCIA

Cada vez mais crianças sofrem de cancro. No entanto, devido aos avanços na investigação e tratamento desta doença, estas crianças vivem mais tempo e com maior qualidade de vida.

Os pais são quem melhor conhece o seu próprio filho – a forma como lida com situações desconhecidas e medos, o que o faz chorar e rir, como o animar e ajudar a relaxar, enfim, a sua personalidade – constituindo, por isso, uma peça fundamental na recuperação da criança. Neste sentido, este capítulo visa dar indicações aos pais de crianças com cancro, e sugerir meios de se prepararem para as diferentes etapas desta dura batalha.

Nos volumes "Falar sobre Cancro" e "A Pessoa com Cancro" também poderá encontrar informações pertinentes que o poderão ajudar a melhor lidar com esta situação.

Quando contactar o médico

Muitos pais sentem-se constrangidos em "incomodar" a equipa de oncologia, por isso é natural que queiram saber em que situações devem procurar o médico, pois muitas vezes desconhecem que sinais e/ou sintomas são relevantes.

Ora, nada como colocar essa mesma questão, de forma directa, ao seu médico. Entretanto, deixamos-lhe algumas sugestões sobre quando deve procurar o médico:

- Sinais de infecção: febre ($+38^{\circ}\text{C}$), zonas do corpo inflamadas ou inchadas – especialmente se a criança tiver uma contagem de glóbulos brancos baixa (o médico dar-lhe-á esta indicação). Utilize um termómetro preciso;
- Dificuldades na alimentação: por não conseguir mastigar bem os alimentos ou devido a feridas na boca;



- Problemas digestivos: vómitos (a menos que o tenham prevenido para a ocorrência dos mesmos), obstipação (prisão de ventre) por mais de dois dias, diarreia, cólicas intestinais e dor ao urinar;
- Alterações na mobilidade ou comportamentais: dificuldade em andar ou em flectir o corpo; dificuldade em falar, tonturas, visão desfocada, depressão ou mudança brusca de comportamento;
- Sinais de hemorragia: sangramento pelo nariz, fezes vermelhas ou escuras, urina rosada, vermelha ou acastanhada, aparecimento de muitas nódoas negras;
- Dor: em qualquer parte do corpo, incluindo dores de cabeça fortes ou contínuas;
- Antes de realizar outros tipos de tratamento: por exemplo, vacinas (mesmo as calendarizadas) e tratamentos dentários (mesmo exames de rotina);
- Antes de lhe administrar qualquer outro tipo de medicação.

Como ajudar o seu filho

- Tente ajudar o seu filho a ter uma vida o mais normal possível. Embora doente, ele continua a ter as mesmas necessidades que as outras crianças (ir à escola, ter amigos e brincar). Estas actividades ajudam-no a relaxar. Se ele estiver apto para tal, peça ao seu filho que realize as mesmas tarefas domésticas que antes lhe competiam;
- Após os tratamentos, ele pode ficar cansado, o que impossibilita a prática de certas actividades. Nestas alturas, ajude-o a encontrar novos interesses, como um novo passatempo ou convidar os amigos para fazerem desenhos ou pinturas;
- Encoraje-o a manter contacto com os amigos. As crianças com cancro precisam, e gostam, de estar com outras da sua idade. É igualmente importante permitir que tenham acesso aos trabalhos da escola, pois isso ajuda-os a sentirem-se bem consigo próprios;
- É muito frequente que se preocupem com a reacção dos amigos e colegas da escola (especialmente se estiveram muito tempo afastados e/ou sofreram alterações físicas, como perda de cabelo ou amputação de um membro). Ajude-o a pensar como responder às perguntas dos amigos e a explicar-lhes que a doença não é contagiosa. A equipa de oncologia pode apoiar nestas situações;
- Previna-o de que algumas pessoas, incluindo crianças, se irão sentir pouco confortáveis com a doença dele e que podem agir ou dizer coisas desagradáveis;
- Fale com o director da escola e professores sobre a doença, o tratamento e a necessidade do seu filho faltar às aulas;
- Diga-lhe com mais frequência o quanto o ama;
- Certifique-se de que ele percebe que o cancro e os seus tratamentos não são uma punição por algo que tenha feito ou dito;
- Encoraje-o a falar sobre a doença (faça perguntas para iniciar a conversa). Conversas em família podem ajudar todos os elementos a sentirem-se menos preocupados e a lidar com a doença em conjunto;



- Diga-lhe que é normal que se sinta triste e que queira chorar;
- Mantenha as regras e a disciplina. No entanto, lembre-se que as crianças, tal como os adultos, têm dias bons e dias menos bons;
- Não seja demasiado protector e permita que o seu filho participe nas decisões familiares, principalmente as que lhe dizem respeito (desde que não interfiram com os tratamentos). Isto é particularmente importante para os adolescentes, já que se encontram na idade da conquista da independência. Por outro lado, o cancro força-o a depender de si; por isso, dar-lhe a oportunidade de fazer as suas próprias escolhas (quando possível) irá ajudá-lo.

Concluídos os tratamentos, os pais continuam a ser responsáveis por fazer um acompanhamento adequado dos cuidados de saúde do filho, tais como:

- Marcar consultas e exames regulares: três a quatro meses após o fim do tratamento, as crianças geralmente são vistas pelo médico, passando, posteriormente, a ser seguidas uma a duas vezes por ano. Informe-se com o médico sobre a frequência das consultas e exames;
- Permanecerem atentos aos sinais de uma possível recidiva: os médicos não podem garantir se tal irá ocorrer ou não; no entanto poderão dar indicações úteis nesse sentido;
- Estarem atentos ao aparecimento de possíveis efeitos secundários, mesmo que já tenham passado alguns anos após o fim do tratamento. Atrasos no desenvolvimento físico e intelectual, risco acrescido de desenvolverem outros tipos de cancro e alteração futura na fertilidade (capacidade de gerar filhos), são alguns dos exemplos destes efeitos;
- Estarem atentos a problemas psicológicos que podem ocorrer na sequência da experiência do cancro. Algumas crianças tomam consciência do que lhes aconteceu, apenas quando finalizam os tratamentos e regressam à vida "normal";

- Promover bons hábitos de saúde: alimentação, repouso e exercício físico adequados irão ajudar o seu filho a sentir-se melhor e mais saudável;
- Manter o relatório médico onde consta informação detalhada sobre a doença do seu filho, incluindo tipo e localização do cancro, local de aplicação e dosagens dos tratamentos e exames realizados. Devem fazer-se acompanhar deste relatório, sempre que a criança seja consultada por outro médico e em qualquer outra situação de doença.

Para melhor compreender as necessidades, actuais e futuras, de cuidados de saúde do seu filho, aconselhe-se com a equipa de oncologia. Estas são algumas das perguntas que poderá colocar:

- Qual a melhor forma para lhe colocar dúvidas que possam surgir?
- Quais são os sinais de recidiva e que efeitos secundários podem ocorrer a longo prazo?
- Qual a probabilidade destes ocorrerem?
- O tratamento pode vir a afectar a fertilidade do meu filho?
- Que alterações são consideradas "normais"?
- Que tipo de dieta alimentar deve seguir?
- Quando poderá regressar à escola?
- Devo vacinar o meu filho doente e os irmãos contra alguma doença?
- Existe alguma informação/papel que eu deva entregar na escola?

2.

O CANCRO NA ADOLESCÊNCIA

O cancro e o seu tratamento podem provocar alterações na tua aparência (problemas de pele, perda de cabelo, cicatrizes, entre outros), nos sentimentos e no desempenho físico do corpo.

Estas alterações podem fazer com que te sintas diferente e afectar a tua auto-imagem (a forma como vês e sentes o teu corpo).

Como o teu corpo está em constante mudança, poderá ser difícil distinguires as alterações "normais" das alterações relacionadas com a doença.

Algumas "dicas" poderão ajudar-te a lidar com esta situação:

- É necessário um tempo/período de adaptação à "nova" aparência;
- Teres consciência de que muitas das alterações, como a perda de cabelo ou aumento de peso, são apenas temporárias, e que, mesmo as alterações permanentes (ex.: cicatrizes), irão tornar-se menos visíveis com o passar do tempo. Mais importante que tudo isto é acreditares que, no íntimo, continuas a ser o(a) mesmo(a) de antes, com as qualidades que te tornam único(a) e especial, e que não são afectadas pela doença;
- Fala com outros adolescentes que tiveram a mesma experiência, procurando perceber como lidaram com essas alterações;
- Sê forte e prepara-te para as perguntas e comentários de quem desconhece o teu problema;
- Se te sentires muito "em baixo", é importante que conversees com o médico, para que te possa aconselhar da melhor forma.





Os teus pais

Depois do diagnóstico podes ficar com a sensação de que os teus pais se tornaram superprotectores.

No entanto, é natural que eles queiram proteger-te e tomar conta de ti, pois isso significa que se preocupam contigo e querem ajudar-te a melhorar.

Embora, por vezes, seja difícil conversar com eles, principalmente devido à quantidade de alterações que estão a ocorrer na tua vida, é importante que eles saibam o que estás a sentir e aquilo que estás a precisar em cada momento, para melhor te poderem apoiar.

Assim, aconselhamos-te a:

- Fazer uma lista das coisas que se alteraram na vossa relação – as positivas e as negativas;
- Dessa lista, decide quais as mais importantes e comunica-as aos teus pais. Por exemplo, queres estar mais tempo com os teus amigos ou ter mais privacidade;
- Se os teus pais estão relutantes em deixar-te fazer coisas por ti próprio, tenta demonstrar que és responsável. Um exemplo pode ser o da medicação: se não te deixam tomar conta da tua medicação, faz um esquema com as doses e tempos, e mostra que és capaz;

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado	Domingo
Pequeno-almoço	X comp.	X comp.	X comp.				
Almoço	Y comp.		Y comp.		Y comp.		Y comp.
Jantar		Y gotas		Y gotas		Y gotas	

- Aceita a ajuda dos teus pais e procura encontrar um meio-termo;
- Fala com eles sobre o que estás a pensar ou a sentir. Deixa que saibam quando precisas de ajuda para realizar algum tipo de tarefa ou tão somente um abraço, ou de um ombro para chorar;
- Não deixes de partilhar as tuas preocupações com eles por receio de os sobrecarregar. "Abrires-te" com eles, permite que se apoiem mutuamente.

Os teus pais podem ajudar-te da seguinte forma:

- A aprenderes mais sobre o teu cancro e opções de tratamento;
- A maneres contacto com os familiares e amigos;
- Fazendo-te companhia no hospital e nas consultas;
- Preparando refeições especiais quando sentes dor de estômago ou fome;
- A falar com os médicos e enfermeiras;
- A falar com os professores sobre as alterações na tua rotina escolar.

Os teus irmãos

Alguns irmãos tendem a sentir culpa pelo outro estar doente. No entanto, também é frequente que se sintam desprezados pelo facto dos pais centrarem a atenção no irmão doente.

Provavelmente, os teus irmãos estão preocupados contigo e têm saudades tuas (se estiveres internado), e podem querer ajudar-te, mas não sabem como.

Por isso, falar com eles sobre o que se está a passar, pode ajudar a que todos se sintam melhor. Podem, inclusive, distrair-te durante as visitas, fazer-te rir quando estás "em baixo" e manter-te informado sobre o que se está a passar na escola.



Os teus amigos

Poderão ocorrer mudanças nas tuas amizades. Algumas serão positivas – maior proximidade com alguns ou conheceres novos amigos com interesses semelhantes aos teus.

No entanto, apesar dos teus esforços, algumas amizades falharão.

Pelo facto de nunca terem conhecido alguém com cancro, podem ocorrer as seguintes situações com alguns dos teus amigos:

- Evitarem-te, por não saberem o que dizer;
- Deixarem de telefonar, com receio de estar a incomodar;
- Não te convidarem para algumas actividades, por pensarem que não estás apto fisicamente;
- Deixarem de te visitar, por pensarem que não queres visitas.

Para evitar estes constrangimentos podes:

- Tomar a iniciativa de lhes telefonar e convidá-los a visitar-te, no hospital ou em casa;
- Explicar-lhes o que é o cancro e os respectivos tratamentos. Quanto mais aberto fores com eles, mais te poderão apoiar. No entanto, decide primeiro o que queres que eles saibam e não te sintas constrangido em dizer "prefiro não falar sobre isso", quando te fizerem uma pergunta à qual não queiras responder;
- Planeia com eles actividades em que te sintas confortável, e os teus amigos compreenderão melhor aquilo que estás capaz de fazer;
- Sê honesto sobre o que precisas e sobre o que eles podem fazer para ajudar – pede que continuem a telefonar (e/ou a manterem contacto através de *e-mails* ou *sms*), e a convidar-te para actividades (mesmo que não possas ir sempre, irás quando pudes);

- Explica que, por vezes, só precisas de alguém que te ouça;
- Recorda-lhes que, embora pareças diferente por fora, continuas a ser a mesma pessoa por dentro.

A escola

Uma das tuas preocupações imediatas pode ser tentar perceber como irá ser a tua vida escolar. Nestas alturas, temos que pensar que a saúde é prioritária e os trabalhos de casa podem esperar até estares melhor.

Já que podes ter que faltar a muitas aulas, é importante que os teus pais contactem a escola para falar sobre esta situação. Se possível, tenta saber junto do teu médico quanto tempo terás que ficar no hospital.

Entretanto, procura manter-te envolvido com a escola, o máximo que pudes, pois assim sentir-te-ás mais próximo dos teus colegas e será mais fácil regressares. Para tal, podes manter-te em contacto com eles (por telefone e *e-mail*) e, se possível, tenta ir a eventos especiais (como jogos e reuniões de turma).

O cansaço, derivado dos tratamentos, pode dificultar a tua capacidade de concentração, mas tenta manter-te actualizado sobre os trabalhos de casa. Podes, por exemplo, pedir a um colega que te tire apontamentos, ou mesmo pedir autorização aos teus professores para gravares as aulas a que faltares. Há ainda a possibilidade de pedir a alguns colegas que te enviem os trabalhos por *e-mail*.

Também devido ao cancro e/ou ao seu tratamento, algumas pessoas desenvolvem dificuldades de aprendizagem. Por isso, é aconselhável falares abertamente com os teus pais e com a equipa de oncologia, se sentires dificuldade em estudar – eles podem ser uma grande ajuda no processo de adaptação a essas mudanças.



Antes de regressares à escola, é aconselhável que tu e os teus pais conversem com o director e os professores, principalmente se tiveres que continuar a ir a consultas médicas regulares. Se ainda não te encontrares apto a realizar algumas actividades (como educação física), convém falar na possibilidade de teres uma redução no horário.

Os colegas de turma irão reagir de diversas formas à tua doença, dependendo do quanto faltaste às aulas e do quanto a tua aparência mudou (por exemplo, se perdeste o cabelo temporariamente).

As sugestões seguintes servem para te ajudar a interagir com os teus colegas:

- Pede aos teus pais ou professor (se te sentires confortável para tal, podes fazê-lo tu mesmo) que informem os teus colegas sobre a tua doença. Transmite-lhes a informação que queres que eles passem. Podes escolher estar presente ou não;
- Prepara-te para responder a perguntas, mas se alguém perguntar algo que não queiras dizer, responde simplesmente "prefiro não falar sobre isso";
- Pensa em fazer uma "visita" à escola (estar lá algumas horas) antes de regressares a tempo inteiro;
- Prepara-te para comentários menos agradáveis e tenta não os levar muito a sério;
- Pede a um amigo que espere por ti à porta da escola, assim não terás que andar sozinho.

Outras dicas importantes

- Procura desabafar com alguém em quem confias (os teus pais, um amigo, professor ou médico) – isso pode ajudar-te a "pôr em ordem" os teus sentimentos e pensamentos;
- Se, mesmo com essa ajuda, vires que não estás a conseguir lidar bem com todas as alterações que estão a ocorrer na tua vida, conversa com alguém da equipa de oncologia para que te possa orientar (por exemplo, recomendar-te um psicólogo);
- Tenta não te culpar por quaisquer dificuldades que a tua família esteja a passar, e não tenhas medo de pedir ajuda para lidar com esses problemas;
- Procura outros adolescentes com cancro. Estes certamente compreendem o que estás a sentir e partilham as mesmas preocupações, além de poderem dar-te sugestões sobre como lidar com os efeitos secundários do tratamento e com problemas escolares. Falar com outros adolescentes *online* pode, por vezes, ser mais fácil, especialmente quando se abordam assuntos difíceis;
- Procura aprender mais sobre a tua doença. A equipa de oncologia pode ajudar-te a compreendê-la melhor. A *internet* também pode revelar-se numa ferramenta útil. No entanto, avisa os teus pais que estás a navegar e tem cuidado para não divulgar informações pessoais como o teu nome, endereço e número de telefone;
- Escreve sobre o que sentes. Pode não te apetecer falar com outras pessoas sobre os teus sentimentos, por isso, escrever pensamentos, sentimentos e sonhos (por exemplo, num diário) ajuda-te a extravasar as tuas emoções;
- É importante lembrar que mesmo durante o tratamento podes engravidar (ou engravidar alguém), ao teres relações sexuais desprotegidas. Conversa com uma pessoa da equipa de oncologia sobre os riscos que uma gravidez, nesta altura, pode envolver, e sobre como podes preveni-la;
- Mantém uma cópia do teu relatório médico onde conste informação detalhada sobre a doença, localização, dosagens e tipos de tratamento, e exames efectuados, pois pode ser muito importante no futuro.



3.

O CANCRO NA 3.ª IDADE

Os avanços científicos têm permitido uma maior compreensão dos mecanismos envolvidos no desenvolvimento de muitas doenças que, por sua vez, possibilitam um maior conhecimento sobre como estas podem ser prevenidas, bem como o desenvolvimento de terapêuticas mais eficazes. Factos que, associados a hábitos de vida mais saudáveis, têm tido um efeito positivo no aumento da longevidade das pessoas.

Na Europa, prevê-se que, em 2015, a população total se mantenha constante, havendo, contudo, um aumento de 22% no número de indivíduos com mais de 65 anos de idade e um aumento de 50% nos indivíduos com mais de 80 anos.

Visto que o envelhecimento é o principal factor de risco para o desenvolvimento de cancro, prevê-se, igualmente, um aumento no número de casos desta doença.



O envelhecimento e a sua relação com o cancro

O envelhecimento provoca alterações fisiológicas que, normalmente, conduzem a uma perda gradual da capacidade física e intelectual do indivíduo, além de enfraquecer os mecanismos de defesa do corpo, tornando-o menos saudável e com um risco acrescido de desenvolver doenças.

Como tal, nestas faixas etárias ocorrem mais doenças crónicas que, ao coexistirem com o cancro, interferem e dificultam o tratamento do mesmo, por aumentarem o risco de efeitos secundários e por tornarem mais lento o período de recuperação.

Exemplos de doenças crónicas que frequentemente acompanham o processo de envelhecimento e a forma como interferem no tratamento do cancro, incluem:

Problemas cardíacos

Insuficiência cardíaca, tensão arterial elevada, arritmias (batimento cardíaco irregular). Muitos fármacos utilizados na quimioterapia podem provocar lesões cardíacas; por outro lado, alguns medicamentos para problemas cardíacos podem interferir com os tratamentos de quimioterapia.

Problemas pulmonares

Diminuição da função pulmonar, enfisema pulmonar (doença caracterizada por dificuldade de respiração em alturas de esforço), doença pulmonar obstrutiva crónica (perda de função do pulmão), afectam a tolerância aos tratamentos de quimioterapia.

Insuficiência renal

À medida que o corpo envelhece, a capacidade dos rins em eliminar determinadas substâncias diminui. Visto que muitos medicamentos utilizados na quimioterapia são eliminados por via renal, o idoso pode ser desaconselhado a receber este tipo de tratamento, caso também tenha disfunção renal.

Distúrbios gástricos

Se o idoso já apresenta problemas de digestão/absorção dos alimentos, a quimioterapia pode agravar este quadro, especialmente se os medicamentos utilizados provocam náuseas, vômitos e diarreia.

Depressão

A depressão e a ansiedade são problemas fisiológicos comuns nos idosos. Devem ser tidos em consideração, visto que certos tratamentos podem causar fadiga, tonturas e outros efeitos secundários que agravam o quadro neurológico de depressão. Além disso, estas patologias interferem com a capacidade individual para tomar decisões de forma activa.

Anemia

Esta pode ser agravada com a quimioterapia e, embora não altere o curso do tratamento, pode provocar atrasos na recuperação.

O doente poderá ter que receber tratamento para a anemia, ou mesmo necessitar de fazer transfusões sanguíneas.



Outras dificuldades relacionadas com o processo de envelhecimento prendem-se com:

- Perda de memória;
- Dificuldades de audição;
- Má nutrição/perda de peso (pode ser provocada por perda da dentição, depressão e/ou consumo de certos medicamentos que diminuem o apetite). Por isso, pergunte ao seu médico como pode manter uma alimentação adequada durante o tratamento do cancro;
- Maus hábitos de vida:
Fumar pode aumentar o risco de desenvolver complicações pulmonares após a cirurgia e pode interferir com a recuperação;
Dependência de álcool ou substâncias psicotrópicas. Estas substâncias alteram a capacidade mental do indivíduo, interferindo na tomada de decisões, na compreensão e "acatamento" dos tratamentos, e na própria recuperação;
- A perda de autonomia para realizar actividades diárias (vestir, fazer a higiene diária) é, só por si, muitas vezes, um factor de *stress* para o indivíduo. Sabe-se que idosos dependentes têm uma menor esperança de vida e menor tolerância ao *stress*, o que ainda se agrava quando têm que ser submetidos ao tratamento do cancro.

No entanto, as pessoas apresentam diferentes ritmos de envelhecimento, o que faz com que a idade cronológica (aquela que aparece no bilhete de identidade), nem sempre reflecta a verdadeira "idade fisiológica" (o estado do seu organismo).

Assim, embora se associe mais idade a menos saúde, os médicos irão decidir quais os tratamentos mais adequados, tendo em conta uma avaliação da "idade fisiológica" e a presença de outras doenças. O estado geral de saúde e a capacidade para realizar as tarefas do dia-a-dia são, também, avaliados.

Quaisquer alterações no estado de saúde de uma pessoa idosa com cancro podem ser mais difíceis de detectar durante o tratamento.

É importante que, tanto o idoso como os seus familiares, recebam informação suficiente sobre as opções de tratamento, especialmente os riscos, benefícios e objectivos do mesmo (como curar o cancro ou tratar os sintomas), de forma a tomar uma decisão informada a respeito do mesmo.

Preocupações emocionais e assuntos práticos

Manter a independência

A grande preocupação de muitos idosos é conseguir manter, ao máximo, a sua autonomia e sentir que ainda têm controlo sobre a sua vida. No entanto, o tratamento do cancro pode interferir com a sua capacidade em cozinhar, comer, fazer a higiene diária, andar, conduzir um automóvel ou aceder aos transportes públicos sozinho. Depender de outras pessoas para cuidar de si pode ser muito desgastante.

Isolamento social

Muitos idosos vivem longe da família ou perderam os familiares e amigos, ou estão a viver longe da sua própria casa.

Isto pode gerar sentimentos de depressão e ansiedade que, por sua vez, interferem com o ânimo frequentemente necessário para ultrapassar a difícil batalha da doença.

Partilhe estas preocupações com a equipa de oncologia, pois eles poderão dar-lhe informação sobre possíveis locais de ajuda.

Preocupações espirituais

As preocupações espirituais e religiosas podem também influenciar as decisões no tratamento. Tal como noutros assuntos, manifeste estas preocupações junto da sua família e membros religiosos.



Preocupações financeiras

Baixos rendimentos e/ou a morte do cônjuge (se este era o sustento do casal) podem contribuir para limitar a sua capacidade financeira para pagar os custos associados ao tratamento do cancro.

É importante discutir abertamente estas preocupações com a equipa de oncologia.

Limitações físicas

Muitos problemas médicos preexistentes podem limitar a capacidade física do idoso e a sua mobilidade que, além de pôr em causa a sua segurança, aumentam o risco de desenvolver complicações médicas.

Na habitação é útil, por exemplo, melhorar a iluminação, instalar corrimões seguros nas escadas e casa de banho.

Transporte

Pessoas idosas que estejam a receber tratamento para o cancro podem ter dificuldade em deslocar-se às consultas, especialmente se já não forem capazes de conduzir e dependerem de terceiros para serem transportados.

Doenças coexistentes

Outros problemas médicos, além do cancro, e que interferem com a capacidade do organismo em responder ao tratamento podem, por sua vez, influenciar o prognóstico (hipótese de recuperação) e a recuperação.

Reconhecê-los é crucial, devendo ser considerados na altura de decidir qual o tratamento.

A seguir, enunciamos alguns dados importantes que deve facultar ao seu médico:

- Nome de todos os medicamentos que está a tomar actualmente;
- História médica completa, incluindo doenças coexistentes (e a forma como afectam o seu dia-a-dia) e doenças que teve no passado;
- Sintomas anormais que surjam;
- Situações que possam dificultar o acesso ao tratamento (por exemplo, não ter meio de transporte adequado, problemas financeiros, etc.);
- Lista de nomes e números de telefone de todos os médicos que o assistem (incluindo o médico de família) e de familiares próximos ou acompanhante.

4.

DIREITOS LEGAIS DA PESSOA COM CANCRO

A Legislação portuguesa confere alguns direitos ao cidadão portador de doença crónica e por conseguinte, à pessoa com cancro.

Enunciamos, aqui, alguns destes direitos, sobre os quais poderá obter mais informações junto das instituições onde se encontra a realizar o tratamento e/ou directamente na Segurança Social:

Saúde e Segurança Social

- Atribuição de subsídio por doença;
- Atribuição de pensão por invalidez;
- Complemento económico por dependência;
- Comparticipação nos medicamentos;
- Isenção no pagamento das taxas moderadoras;
- Redução das contribuições devidas pela entidade patronal à Segurança Social;
- Ajudas técnicas – o doente que necessite de prótese mamária ou de cabeleira pode ser reembolsado por estas despesas.





VOLUME 1
APRENDER SOBRE O CANCRO



VOLUME 2
A PESSOA COM CANCRO



VOLUME 3
FALAR SOBRE CANCRO



VOLUME 4
O CANCRO EM DIFERENTES IDADES