



Após o Diagnóstico de Tumor Cerebral ou na Medula Espinhal



Tumores no cérebro e na medula espinhal são massas de células anormais dentro do cérebro ou da coluna. Eles podem dificultar o funcionamento normal dos nervos do cérebro e da medula espinhal, afetando o controle das funções do corpo. Se você foi diagnosticado com um tumor no cérebro ou na medula espinhal, provavelmente já realizou exames de imagem e uma biópsia (um teste que coleta uma amostra de tecido para verificar a presença de câncer). Outros testes também podem ter sido feitos nas células cancerígenas para verificar proteínas específicas e alterações genéticas chamadas biomarcadores. Você pode ainda passar por outros procedimentos para descobrir se o câncer se espalhou. Esses testes ajudam o médico a identificar o tipo de tumor, seu estágio e qual tratamento pode ser mais eficaz.

Tipos de tumores no cérebro ou na medula espinhal

Esses tumores são nomeados de acordo com a parte do cérebro ou da medula onde se formaram. Nem todos são câncer; alguns são benignos ou não cancerígenos. Alguns deles são tipos mistos. Tipos comuns incluem:

- Astrocitoma
- Oligodendroglioma
- Ependimoma
- Meningioma
- Meduloblastoma
- Schwannoma or neurilemoma

Tratamento para tumores no cérebro ou na medula espinhal

Tumores no cérebro e na medula espinhal muitas vezes podem ser difíceis de tratar. Seu tratamento vai depender do tipo de tumor que você tem, de onde ele está localizado, do seu tamanho e do seu grau (ou seja, da velocidade com que cresce e se espalha). Suas opções de tratamento também vão depender dos resultados dos exames das células cancerígenas, da sua saúde e das suas preferências pessoais.

A cirurgia é o primeiro tratamento para a maioria das pessoas com tumor cerebral ou na medula. O tipo de cirurgia depende do tipo de tumor, localização e tamanho.

Se o tumor for benigno, a cirurgia pode ser o único tratamento necessário. Se outro tratamento for necessário, ele pode incluir radioterapia, quimioterapia, terapia-alvo e campos de tratamento de tumores (TTFields) ou terapia por campo elétrico. Você pode precisar de mais de um tipo de tratamento. Diversos tratamentos podem ser usados para ajudar a prevenir ou aliviar os sintomas dos tumores cerebrais e da medula. Às vezes, eles são aplicados juntamente com outros tratamentos. Seu médico ajudará a decidir quais são os melhores tratamentos para você.

Certifique-se de perguntar:

- Que tipo de tumor eu tenho?
- Onde está localizado o tumor?
- Qual o tamanho do tumor? Quão rápido é provável que cresça?
- Qual tratamento você recomenda para mim?
- Qual é o objetivo do tratamento?
- O tratamento incluirá cirurgia?
- Todo o tumor poderá ser removido? Se não, por quê?
- Precisarei de outros tipos de tratamento também?
- Preciso raspar a cabeça?

O que esperar antes e durante o tratamento

Sua equipe de cuidados oncológicos explicará o plano de tratamento para você. Essa equipe pode incluir diferentes médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde, dependendo do tratamento necessário. Por exemplo, se precisar de radioterapia, você trabalhará com um oncologista especializado em radiação para saber o que esperar antes, durante e depois do tratamento. Se forem necessários outros tipos de tratamento, sua equipe explicará como serão aplicados, ajudará você a se preparar, acompanhará sua evolução e oferecerá suporte para efeitos colaterais. Você também poderá fazer exames de sangue, imagens ou outros testes em determinados momentos para avaliar a eficácia do tratamento.

Nem todas as pessoas em tratamento para tumor no cérebro ou na medula terão os mesmos efeitos colaterais. Por exemplo, uma pessoa pode receber apenas radioterapia se a cirurgia não for possível. Os efeitos colaterais dessa abordagem serão diferentes dos efeitos colaterais da cirurgia, da quimioterapia ou da terapia-alvo. Além disso, mesmo pessoas que fazem o mesmo tratamento podem ter efeitos colaterais diferentes.

Certifique-se de perguntar:

- Quais efeitos colaterais posso ter e o que posso fazer sobre eles?
- Como saberemos se o tratamento está funcionando?
- Com que frequência receberei o tratamento? Quanto tempo vai durar?
- Onde receberei o tratamento? Posso dirigir sozinho(a)?
- Poderei continuar fazendo minhas atividades habituais, como trabalhar e praticar exercícios?
- Existem estudos clínicos que podem ser adequados para mim?
- Onde posso encontrar meus registros médicos após o tratamento?

O que esperar após o tratamento

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

Você pode enfrentar mudanças físicas após o tratamento. Pode ter cicatrizes se passou por cirurgia, ou queda de cabelo. Alguns tratamentos podem afetar a função cerebral. Certifique-se de perguntar ao médico o que esperar e informe se tiver algum problema.

Pessoas que tiveram tumores cerebrais ou na medula têm risco de desenvolver novamente o tumor ou certos outros tipos de câncer. Mesmo que você se sinta bem após o tratamento, é importante conversar com a equipe de cuidados oncológicos sobre uma programação regular de exames de acompanhamento para monitorar se o câncer voltou.

Para algumas pessoas, o câncer pode não desaparecer completamente. Elas podem continuar recebendo tratamento e exames ainda serão necessários para verificar quão bem o tratamento está funcionando.

Certifique-se de perguntar:

- Onde posso obter uma cópia do meu resumo do tratamento e plano de acompanhamento?
- Com que frequência preciso ver minha equipe de cuidados oncológicos?
- Quando e como devo entrar em contato com eles?
- Vou precisar de exames para verificar se o tumor voltou ou para detectar problemas decorrentes do tratamento?
- Preciso fazer exames de rastreamento, como mamografia ou colonoscopia, para detectar outros cânceres precocemente?
- Existem efeitos colaterais tardios ou de longo prazo do tratamento que devo observar?

Mantendo-se saudável

Certifique-se de informar sua equipe de cuidados oncológicos se algum efeito colateral do tratamento não desaparecer ou se surgirem novos sintomas.

Há coisas que você pode fazer para manter-se saudável durante e após o tratamento. Não fumar pode ajudar a reduzir o risco de desenvolver outro câncer. Alcançar e manter um peso saudável, alimentar-se bem, ser fisicamente ativo(a) e evitar o álcool também podem ajudar a preservar sua saúde e reduzir o risco de outros cânceres.

Certas condições que aumentam o risco de tumores cerebrais e da medula espinhal podem ser hereditárias. Às vezes, são realizados testes genéticos para verificar se você tem um tipo de tumor que pode ser herdado. Converse com sua equipe oncológica para descobrir se o teste genético é adequado para você.

Lidando com seus sentimentos

Ter um tumor no cérebro ou na medula espinhal pode fazer você se sentir assustado(a), triste ou nervoso(a). É normal ter esses sentimentos e há maneiras de lidar com eles.

- Não tente enfrentar seus sentimentos sozinho(a). Fale sobre eles, seja quais forem.
- É normal sentir-se triste ou desanimado(a) de vez em quando, mas informe a sua equipe de cuidados oncológicos se tiver estes sentimentos por mais de alguns dias.
- Se seu médico permitir, continue fazendo coisas que você gosta, como passeios ao ar livre, ir ao cinema ou a eventos esportivos, ou sair para jantar.
- Obtenha ajuda com tarefas como cozinhar e limpar.

Você pode buscar apoio junto a amigos, familiares ou líderes religiosos. Aconselhamento também pode ajudar. Algumas pessoas acham útil conversar com quem passou pela mesma experiência. Grupos de apoio podem oferecer isso. Conte à sua equipe de cuidados oncológicos como você está se sentindo. Eles podem ajudá-lo(a) a encontrar o suporte adequado.



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.