



Após um Diagnóstico de Câncer de Estômago



O câncer de estômago, ou câncer gástrico, é um tipo de câncer que começa no estômago. Seu estômago fica na região abdominal e é para onde o alimento vai após ser engolido. O estômago digere os alimentos, absorve nutrientes e envia os resíduos restantes para o intestino. Se você recebeu o diagnóstico de câncer de estômago, provavelmente já fez exames, raios-X, tomografias e uma biópsia (um teste que coleta uma amostra de tecido para verificar a presença de câncer). Outros testes podem ter sido feitos nas células cancerígenas para verificar certas proteínas e alterações genéticas chamadas biomarcadores. Você também pode ter passado por outros procedimentos para verificar se o câncer se espalhou. Esses testes ajudam seu médico a saber qual tipo de câncer de estômago você tem, em que estágio ele está e qual tratamento pode ajudar.

Tratamento para o câncer de estômago

O seu tratamento dependerá do tipo e estágio do câncer de estômago. As opções de tratamento também dependerão dos resultados dos testes nas células cancerígenas, do seu estado de saúde e das suas preferências pessoais.

A cirurgia é frequentemente parte do tratamento para câncer de estômago. Você pode ou não precisar de cirurgia dependendo do tamanho do câncer e de onde ele está localizado no estômago. Ela pode ser feita para remover o câncer e parte ou todo o estômago. Isso é chamado de gastrectomia. Linfonodos próximos também podem ser removidos.

Se o câncer não puder ser removido, a cirurgia pode ser feita para prevenir ou aliviar sintomas.

Outros tratamentos possíveis incluem medicamentos como quimioterapia, radioterapia, terapia alvo ou imunoterapia. Muitas vezes, mais de um tipo de tratamento é necessário. Vários tratamentos também podem ser usados para prevenir ou aliviar os sintomas do câncer. Às vezes, são administrados junto com outros tratamentos. Seu médico ajudará você a decidir quais tratamentos são melhores para você.

Certifique-se de perguntar:

- Qual tipo de câncer de estômago eu tenho?
- Onde o câncer está localizado no meu estômago?
- Em que estágio o câncer de estômago está, e o que isso significa?
- Precisarei fazer mais exames?
- Qual tratamento você recomenda para mim?
- Qual é o objetivo do tratamento?
- O tratamento inclui cirurgia? Todo o tumor pode ser removido?
- É necessário remover o estômago? Se sim, quanto dele?
- Vou conseguir me alimentar normalmente após a cirurgia? Se não, o que pode ser feito?
- Precisarei de outros tipos de tratamento também?

O que esperar antes e durante o tratamento

Sua equipe de cuidados oncológicos 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 você precisar de cirurgia, a equipe explicará quanto do seu estômago será removido, o que esperar após a cirurgia e como sua alimentação poderá mudar. Se você precisar de outros tipos de tratamento, sua equipe explicará como eles serão administrados, ajudará você a se preparar, acompanhará seu progresso e cuidará dos efeitos colaterais. Exames de sangue, tomografias ou outros testes podem ser feitos em determinados momentos para verificar quão bem o tratamento está funcionando.

Nem todas as pessoas em tratamento para câncer de estômago terão os mesmos efeitos colaterais. Por exemplo, uma pessoa pode passar por cirurgia para remover o câncer. Os efeitos colaterais da cirurgia são diferentes dos efeitos colaterais da quimioterapia, radioterapia ou terapia medicamentosa direcionada. E pessoas recebendo o mesmo tratamento podem ter efeitos colaterais diferentes.

O câncer de estômago (e seu tratamento) pode causar dificuldades para se alimentar e obter os nutrientes necessários. Algumas pessoas podem precisar de uma sonda de alimentação, seja por um período curto ou longo.

Certifique-se de perguntar:

- Quais efeitos colaterais eu posso ter, e o que posso fazer sobre eles?
- Como saberemos se o tratamento está funcionando?
- Com que frequência receberei tratamento? Quanto tempo vai durar?
- Onde receberei o tratamento? Posso ir dirigindo sozinho(a)?
- Poderei continuar com minhas atividades habituais, como trabalhar e me exercitar?
- Se eu precisar de uma sonda de alimentação, por quanto tempo terei que usá-la?
- Devo seguir uma dieta específica?
- Existem estudos clínicos que possam ser indicados para mim?

O que esperar após o tratamento

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

Você pode enfrentar mudanças no corpo após o tratamento. A cirurgia e outros procedimentos podem alterar o funcionamento do estômago, o que pode mudar a forma como você come e bebe. Pergunte ao seu médico o que esperar e avise se tiver qualquer problema.

Pessoas que tiveram câncer de estômago correm risco de desenvolver o mesmo câncer novamente ou outros tipos de câncer. Mesmo que você se sinta bem, é importante seguir um cronograma de exames de acompanhamento para detectar um possível retorno da doença.

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

Certifique-se de perguntar:

- Onde posso conseguir uma cópia do meu resumo de tratamento e plano de acompanhamento?
- Com que frequência devo consultar minha equipe de cuidados oncológicos?
- Quando e como devo contactá-los?
- Precisarei de exames para verificar se o câncer voltou ou se surgiram efeitos colaterais do tratamento?
- Devo seguir uma dieta especial após o tratamento?
- Preciso de exames de rastreamento, como mamografia ou colonoscopia, para detectar outros tipos de câncer?
- Existem efeitos colaterais tardios ou de longo prazo que devo observar?
- Onde posso acessar meus registros médicos após o tratamento?

Mantendo-se saudável

Informe seu médico ou equipe oncológica caso os efeitos colaterais do tratamento não desapareçam ou se surgirem novos sintomas.

Há coisas que você pode fazer para se manter saudável durante e após o tratamento. Não fumar e não consumir álcool são formas de reduzir as chances de o câncer de estômago piorar ou voltar. Muitas pessoas com câncer de estômago têm dificuldades para se alimentar e absorver nutrientes pelo resto da vida. Pode ser necessário seguir uma dieta especial ou usar uma sonda de alimentação. Trabalhe com sua equipe de saúde para definir a melhor forma de obter os nutrientes necessários. Manter um peso saudável, comer bem e ser ativo também pode ajudar a prevenir outros tipos de câncer.

Certas condições que aumentam o risco de câncer de estômago podem ser hereditárias. Às vezes, testes genéticos são feitos para verificar se você tem um tipo hereditário da doença. Converse com sua equipe médica para saber se esse tipo de teste é indicado para você.

Lidando com seus sentimentos

Ter câncer de estômago 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 lidar sozinho(a) com seus sentimentos. Fale sobre eles, sejam quais forem.
- É normal se sentir triste ou desanimado(a) de vez em quando, mas informe sua equipe de cuidados se esses sentimentos durarem mais de alguns dias.
- Se seu médico permitir, continue fazendo atividades que você gosta, como passar tempo ao ar livre, ir ao cinema, 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. Informe 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.