



Após um Diagnóstico de Câncer de Tireoide



O câncer de tireoide é um tipo de câncer que começa na glândula tireoide. A tireoide está localizada abaixo do “pomo de Adão”, na parte frontal do pescoço. Ela produz hormônios que ajudam a controlar a frequência cardíaca, a pressão arterial, a temperatura corporal e o peso. Se você foi diagnosticado com câncer de tireoide, provavelmente já realizou exames de sangue, exames de imagem e uma biópsia (um teste que coleta 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 passar por outros procedimentos para descobrir se o câncer se espalhou. Esses testes ajudam o seu médico a determinar o tipo de câncer de tireoide, o estágio da doença e quais tratamentos podem ser mais eficazes.

Tratamento para o câncer de tireoide

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

A maioria das pessoas com câncer de tireoide passa por algum tipo de cirurgia. A cirurgia é realizada para remover o tumor. Na maioria das vezes, é retirada uma parte ou toda a tireoide, procedimento chamado de tireoidectomia. Às vezes, os linfonodos da região do pescoço também são removidos.

Outro tratamento, utilizado para alguns tipos de câncer de tireoide, é a terapia com iodo radioativo. Outros tratamentos incluem radioterapia, quimioterapia, terapia alvo e terapia hormonal. Em alguns casos, mais de um tipo de tratamento é necessário. Seu médico ajudará você a decidir quais são os melhores tratamentos para você.

Certifique-se de perguntar:

- Que tipo de câncer de tireoide eu tenho?
- Em que estágio o câncer de tireoide está e o que isso significa?
- Precisaré de mais exames?
- Qual tratamento você recomenda para mim?
- Qual é o objetivo do tratamento?
- Precisaré de cirurgia? Todo o tumor pode ser removido?
- Parte ou toda a tireoide será removida?
- Terei que começar a tomar remédios para tireoide?

O que esperar antes e durante o tratamento

Sua equipe de cuidados oncológicos explicará o 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, trabalhará com um cirurgião para saber o que esperar antes, durante e após a operação. Se precisar de outros tipos de tratamento, sua equipe explicará como eles serão administrados, ajudará você a se preparar, acompanhará seu progresso e apoiará no manejo dos efeitos colaterais. Você também poderá fazer exames em determinados momentos para verificar se o tratamento está funcionando.

Nem todas as pessoas em tratamento para câncer de tireoide terão os mesmos efeitos colaterais. Por exemplo, uma pessoa pode passar por cirurgia, cujos efeitos colaterais são diferentes dos da radioterapia, quimioterapia ou terapia alvo. Mesmo quem recebe o mesmo tratamento pode apresentar efeitos colaterais diferentes.

Certifique-se de perguntar:

- Quais efeitos colaterais posso ter e o que posso fazer para aliviá-los?
- Como saberemos se o tratamento está funcionando?
- Com que frequência receberei tratamento? Quanto tempo vai durar?
- Onde receberei o tratamento? Posso dirigir sozinho(a)?
- Poderei continuar realizando minhas atividades habituais, como trabalhar e fazer exercícios?
- Poderei ter filhos após o tratamento?
- Existem estudos clínicos que possam ser adequados para mim?

O que esperar após o tratamento

Após o tratamento, peça ao seu oncologista um resumo do tratamento e um plano de acompanhamento, chamado plano de cuidados para sobreviventes. Seu oncologista trabalhará com seu médico de família ou clínico geral para ajudar a gerenciar os efeitos colaterais do tratamento e monitorar sua saúde geral. Você fará exames de sangue regulares para verificar a função da tireoide. Também serão feitos exames para ver se o câncer voltou ou se surgiu um novo câncer em outra parte do corpo.

Você pode enfrentar mudanças no corpo após o tratamento. Se você fez uma cirurgia para remover o tumor e a tireoide, terá uma cicatriz no pescoço. A cirurgia e outros tratamentos podem alterar o funcionamento da tireoide, o que pode afetar seu corpo de diferentes formas. Pergunte ao seu médico o que esperar e informe se tiver algum problema.

Pessoas que tiveram câncer de tireoide correm o risco de tê-lo novamente ou de desenvolver outros certos tipos de câncer. Mesmo que você se sinta bem após terminar o tratamento, é importante perguntar à sua equipe médica sobre um cronograma regular de exames de acompanhamento para verificar se o câncer de tireoide voltou.

Muitos cânceres de tireoide podem ser curados. Mas, 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 obter uma cópia do resumo do tratamento e do plano de acompanhamento?
- Com que frequência preciso ver a minha equipe de cuidados oncológicos?
- Quando e como devo contactá-los?
- Devo tomar medicamentos para tireoide? Por quanto tempo?
- Preciso fazer exames para verificar se o câncer voltou ou se surgiram problemas devido ao tratamento?
- Preciso fazer exames de rastreamento, como mamografia ou colonoscopia, para detectar outros cânceres precocemente?
- Existem efeitos colaterais tardios ou de longo prazo que devo observar?
- Onde posso encontrar meus registros médicos após o tratamento?



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.

Mantendo-se saudável

Informe seu médico ou equipe de oncologia se algum efeito colateral do tratamento não desaparecer ou se você tiver novos sintomas.

Há coisas que você pode fazer para manter-se saudável durante e após o tratamento. Manter os exames de sangue em dia para monitorar a função da tireoide é importante. Alcançar e manter um peso saudável, alimentar-se bem, ser fisicamente ativo(a), não fumar e evitar o álcool também ajudam a manter a saúde e podem reduzir o risco de outros tipos de câncer.

Algumas condições que aumentam o risco de câncer de tireoide podem ser hereditárias. Em alguns casos, testes genéticos são feitos para verificar se há um tipo hereditário da doença. Converse com sua equipe médica para saber se esse teste é indicado para você.

Lidando com seus sentimentos

Ter câncer de tireoide 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 oncológicos 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. Conte à sua equipe de cuidados oncológicos como você está se sentindo. Eles podem ajudá-lo(a) a encontrar o suporte adequado.