

# O que fazer em caso de neuropatia periférica

A neuropatia periférica ocorre quando os nervos que controlam as sensações e os movimentos dos braços, pernas, mãos e pés ficam danificados. Essa condição também é chamada de neuropatia.



## O que causa a neuropatia em pessoas com câncer?

Uma das causas mais comuns da neuropatia é a quimioterapia. A ocorrência dos sintomas da neuropatia — e sua gravidade — depende do tipo e da dose da quimioterapia, bem como da frequência com que ela é administrada. A neuropatia geralmente piora à medida que o tratamento avança ou se as doses são aumentadas.

A neuropatia também pode ser causada por:

- Outros tratamentos para o câncer, como cirurgia ou radiação
- Tumores que pressionam os nervos
- Infecções que afetam os nervos
- Lesões na medula espinhal
- Diabetes
- Consumo excessivo de álcool
- Herpes zoster
- Baixos níveis de vitamina B
- Algumas doenças autoimunes
- Infecção pelo HIV (vírus da imunodeficiência humana)
- Má circulação (doença vascular periférica)



## Como é a sensação da neuropatia?

Os sintomas da neuropatia afetam principalmente as mãos ou os pés, às vezes se espalhando para os braços ou pernas.

Pode ser sentida como:

- Formigamento (ou sensação de “alfinetes e agulhas”)
- Sensação de queimação ou calor
- Dormência
- Fraqueza

- Desconforto ou dor
- Suor ou calafrios devido à diminuição da capacidade de sentir calor e frio
- Cãibras nas pernas e nos pés



## Como é tratada a neuropatia?

O tratamento é principalmente administrado para ajudar a aliviar a dor que pode acompanhar a neuropatia.

Os pesquisadores estão estudando quais medicamentos funcionam melhor para aliviar esse tipo de dor. Pode ser necessário mais de uma tentativa ou mais de um tipo de tratamento para descobrir o que funciona melhor para você.

Alguns medicamentos e outros tratamentos que podem ajudar incluem:

- Adesivos ou cremes com medicamentos anestésicos que podem ser aplicados diretamente na área dolorida (por exemplo, adesivos de lidocaína ou creme de capsaicina)
- Medicamentos antidepressivos, geralmente em doses menores do que as usadas para tratar a depressão
- Medicamentos anticonvulsivantes, que são usados para ajudar a tratar outros tipos de dor nervosa
- Opioides ou narcóticos, para quando a dor é intensa
- Outros tratamentos, como estimulação nervosa elétrica, fisioterapia ou terapia ocupacional, terapia de relaxamento ou acupuntura

É importante trabalhar em estreita colaboração com sua equipe de tratamento do câncer para ajudar a controlar a neuropatia. Sua equipe de tratamento do câncer pode interromper temporariamente a quimioterapia ou ajustar sua dose se os sintomas se tornarem muito incômodos ou graves.



## O que você pode fazer para ajudar a controlar a neuropatia?

Até o momento, não há uma maneira segura de ajudar a prevenir a neuropatia. É um problema comum para algumas pessoas que pode durar semanas, meses ou até anos após o término do tratamento.

Mas você pode fazer algumas coisas para ajudar a controlar seus sintomas. Comece imediatamente para ajudar a prevenir danos a longo prazo que podem não melhorar.

- Tome analgésicos conforme indicado pela sua equipe de tratamento do câncer. A maioria dos analgésicos funciona melhor se for tomada antes que a dor se agrave.
- Ajude a prevenir lesões e evite coisas que parecem piorar seus sintomas, como tocar em objetos quentes ou frios com as mãos e os pés descalços ou usar roupas ou sapatos muito apertados.
- Se você tem diabetes, controle o açúcar no sangue para ajudar a prevenir mais danos aos nervos.
- Se você tiver neuropatia nas mãos, tenha muito cuidado ao usar facas, tesouras, estiletes e outros objetos pontiagudos. Use-os apenas quando puder dedicar toda a sua atenção à tarefa.
- Proteja suas mãos usando luvas ao limpar, trabalhar ao ar livre ou fazer reparos.
- Cuide dos seus pés. Observe-os uma vez por dia para ver se há ferimentos ou feridas abertas.

- Sempre use sapatos que cubram todo o pé ao caminhar, mesmo em casa. Converse com sua equipe de tratamento do câncer sobre sapatos ou palmilhas especiais que podem ajudar a proteger seus pés. Certifique-se de ter meios de se apoiar se tiver problemas para andar sem tropeçar. Corrimãos nos corredores e banheiros podem ajudá-lo a manter o equilíbrio. Um andador ou bengala podem lhe dar apoio extra.
- Use luzes noturnas ou lanternas ao levantar-se no escuro.
- Proteja-se contra lesões causadas pelo calor. Ajuste os aquecedores de água entre 105 °F e 120 °F para ajudar a reduzir o risco de queimaduras ao lavar as mãos.
- Use luvas de forno e protetores de calor ao manusear pratos, grelhas ou panelas quentes.
- Quando você tomar banho, verifique a temperatura da água com um termômetro.
- Evite beber álcool. Isso pode piorar seus sintomas.



## Quando conversar com sua equipe de tratamento do câncer

Informe sua equipe de tratamento do câncer sobre as alterações neurológicas que você está sentindo. Informe-os quando perceber as alterações, quais são suas dificuldades e o que piora ou melhora seus sintomas.



Para obter mais informações e apoio, 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.