

# O que fazer em caso de baixa contagem de glóbulos brancos

A **neutropenia** ocorre quando há um número baixo de neutrófilos (um tipo de glóbulo branco). Os neutrófilos ajudam a proteger contra germes e doenças. Se você tem neutropenia, pode estar em maior risco de infecção.



## O que causa a neutropenia?

A contagem baixa de glóbulos brancos pode ser causada por câncer, tratamento contra o câncer ou algo não relacionado ao câncer. Algumas causas comuns incluem:

- Cânceres que afetam a medula óssea, como leucemia, linfoma e mieloma múltiplo
- Tratamento contra o câncer, como quimioterapia, terapia com medicamentos direcionados e transplante de medula óssea ou células-tronco
- Distúrbios que afetam a medula óssea
- Muitos tipos de infecções, como COVID-19, vírus Epstein-Barr, HIV e hepatite
- Condições imunológicas, como artrite reumatóide ou lúpus
- Problemas nutricionais, incluindo baixos níveis de vitamina B12, cobre ou folato

- Antibióticos, antivirais e antifúngicos são frequentemente administrados quando alguém tem uma contagem baixa de glóbulos brancos e está com febre.
- Fatores de crescimento são medicamentos que ajudam a medula óssea a produzir mais glóbulos brancos. Eles também são chamados de fatores estimuladores de colônias de granulócitos (G-CSFs). Geralmente são administrados por injeção.



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

Se você não tiver glóbulos brancos suficientes, há algumas coisas que você pode fazer para ajudar a se proteger contra infecções.

- Lave as mãos com frequência. Se você não tiver água corrente limpa, use álcool em gel ou lenços umedecidos para as mãos.
- Tome banho todos os dias.
- Use uma loção sem perfume para ajudar a prevenir o ressecamento.
- Use luvas de proteção se estiver usando ferramentas afiadas.
- Mantenha quaisquer cortes ou feridas limpos e secos.
- Cuide da sua boca. Escove os dentes pelo menos duas vezes ao dia. Faça check-ups dentários a cada 6 meses.
- Não compartilhe escovas de dentes, garfos, colheres, copos ou canudos.
- Pergunte à sua equipe de tratamento do câncer quais vacinas você deve tomar e quando.



## Como a neutropenia é tratada?

O tratamento da neutropenia depende da causa. Se a quimioterapia ou outro tratamento estiver causando

baixa contagem de glóbulos brancos, sua equipe de tratamento do câncer pode reduzir a dose ou alterar ou adiar o tratamento até que seu corpo se recupere. Se você tiver sinais de infecção e baixa contagem de neutrófilos, sua equipe de tratamento do câncer pode iniciar o tratamento antes de saber o que está causando a infecção.

## Evite fontes comuns de infecção

- Tente não deixar seus animais de estimação lambem seu rosto. Lave qualquer parte da pele que entrar em contato com saliva.
- Evite grandes aglomerações de pessoas e pessoas doentes. Use máscara se sair.
- Fique longe de áreas onde a poeira do solo é soprada para o ar, como canteiros de obras.

## Pratique dicas de segurança alimentar.

- Cozinhe carnes a uma temperatura segura.
- Lave todas as frutas e vegetais frescos.
- Evite buffets ou estações de comida self-service.
- Não coma alimentos vencidos ou com cheiro estranho.
- Não coma alimentos crus ou não pasteurizados, como leite, queijo, iogurte e sucos de frutas e vegetais.



## Quando conversar com sua equipe de tratamento do câncer

A neutropenia em si não causa sinais ou sintomas. Mas você precisa estar atento a infecções. Converse com sua equipe de tratamento do câncer imediatamente se tiver quaisquer sinais ou sintomas de infecção. Estes incluem:

- Febre
- Calafrios ou suores
- Batimento cardíaco acelerado
- Problemas respiratórios ou tosse
- Tontura ou vertigem



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.

- Erupção cutânea, vermelhidão, inchaço ou feridas na pele (especialmente perto dos genitais, reto ou ao redor de um cateter, tubo ou dreno)
- Pus ou secreção amarela de uma ferida, lesão, dreno ou cateter
- Dor ou inchaço nas articulações ou ossos
- Dor, inchaço ou aftas nas gengivas, boca ou garganta
- Dor no abdomen (barriga) ou reto
- Dor ou ardor ao urinar
- Dor de garganta
- Feridas ou manchas brancas na boca ou na língua



## Quando ligar para o 911 ou ir ao pronto-socorro

Ligue para o 911 ou vá ao pronto-socorro se você tiver:

- Confusão nova ou pior
- Dor no peito
- Dificuldade para respirar, mesmo em repouso
- Incapacidade de sair da cama por mais de 24 horas
- Ausência de vontade de urinar ou urinar apenas pequenas quantidades de urina de cor laranja escura ou marrom

