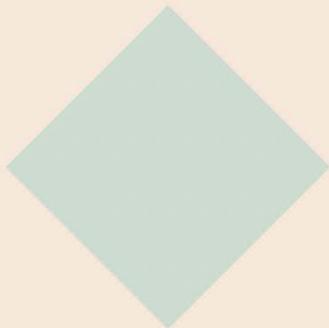
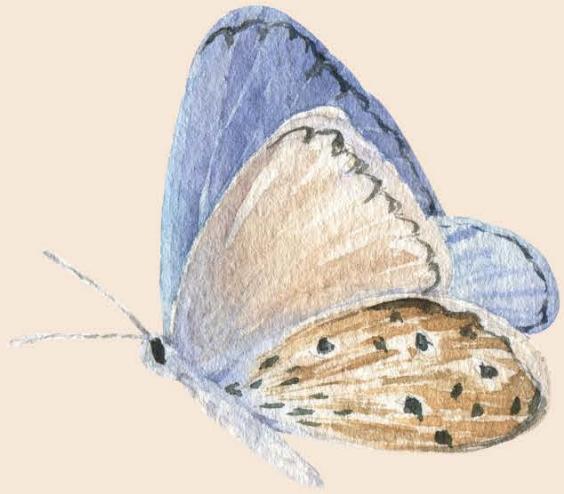


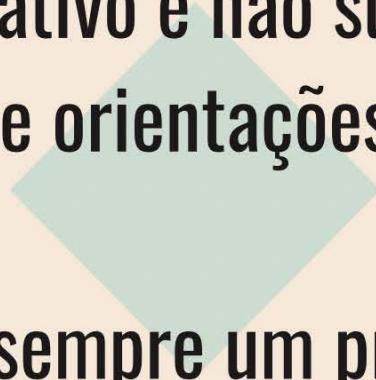
Estou com câncer. E agora?

Um guia humanizado sobre o início desta
jornada para pacientes e familiares



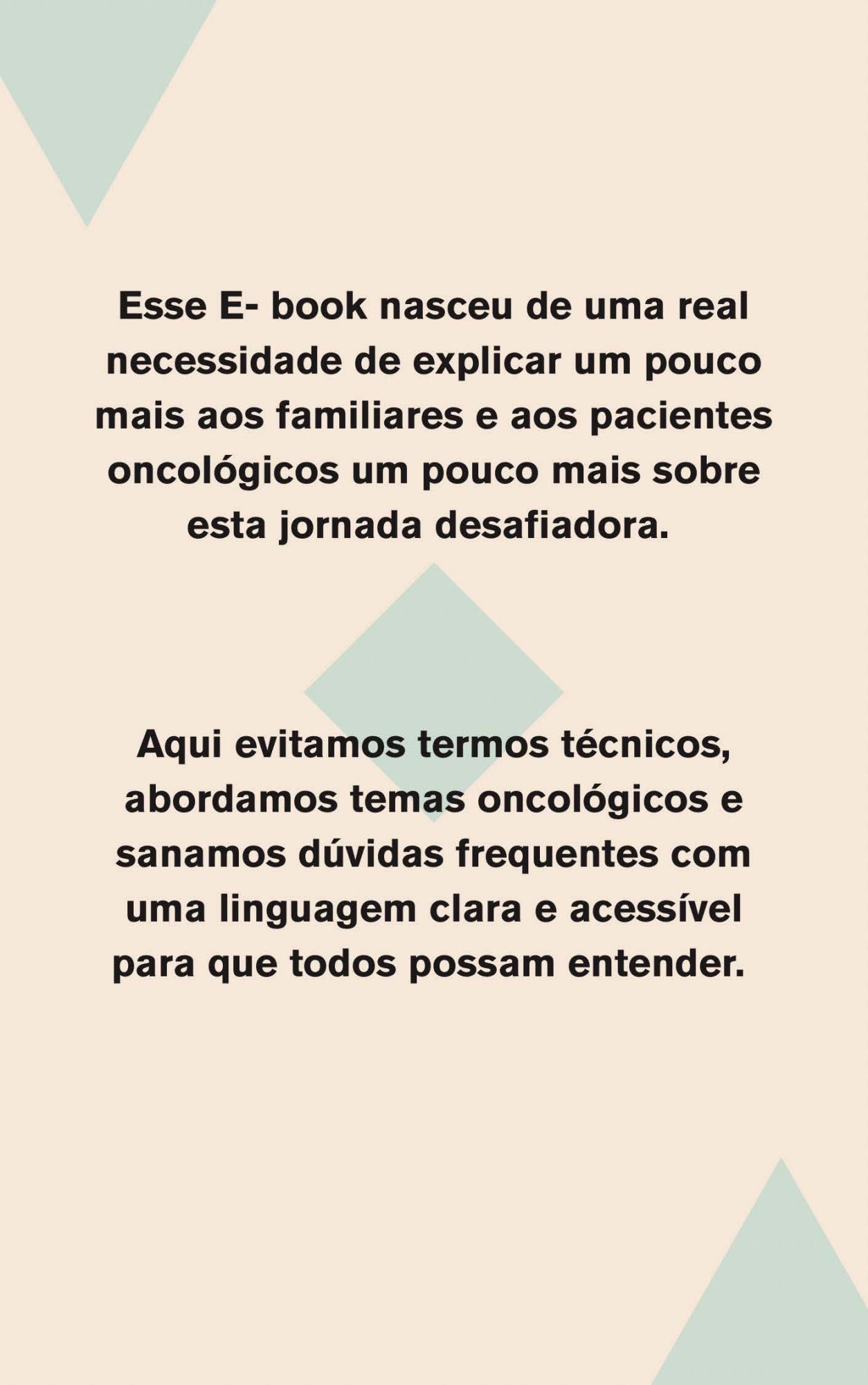
Dra Milena Degaspari Gonzales Lapate
Dra Vanessa Scontre





**Este material é apenas
informativo e não substitui
consultas e orientações médicas.**

**Consulte sempre um profissional
de saúde.**



Esse E-book nasceu de uma real necessidade de explicar um pouco mais aos familiares e aos pacientes oncológicos um pouco mais sobre esta jornada desafiadora.

Aqui evitamos termos técnicos, abordamos temas oncológicos e sanamos dúvidas frequentes com uma linguagem clara e acessível para que todos possam entender.

Aproveitem essas orientações iniciais!

Existem outros E-books disponíveis referentes a efeitos colaterais do tratamento oncológico, exames de screening indicados para a população em geral, exames genéticos, direitos do paciente oncológico, dentre outros.

Apresentações

Autoras:

Dra Milena Degaspari Gonzales Lapate:

Medicina pela FMUSP

Clínica Médica pela FMUSP

Oncologia Clínica pelo Hospital AC Camargo
Especialização em Predisposição Hereditária ao
Câncer pelo Hospital Israelita Albert Einstein

Dra Vanessa Scontre:

Medicina pela Faculdade de Medicina de Santos

Clínica Médica pelo Hospital Beneficência
Portuguesa

Pesquisa Clínica pela Invitare

Cuidados Paliativos pela Casa do Cuidar

MBA em Gestão de Saúde pela FGV

Oncologia Clínica pela FMABC

Mestrado em Ciências da Saúde pela FMABC

Doutorado em Oncologia pela FMUSP

**"O ontem já se foi. O amanhã
ainda não chegou. Temos apenas
o hoje. Vamos começar."**

Madre Tereza de Calcutá



Bem-vindo(a) a esta jornada de cuidado e esperança.

Este e-book foi criado com carinho para vocês, pacientes e familiares, porque acreditamos que informação clara e apoio fazem toda a diferença.

Aqui você encontrará orientações práticas, dicas de autocuidado e insights para enfrentar essa jornada com mais confiança e bem-estar.

Lembre-se: Cada palavra deste material foi pensada para acolher, esclarecer e fortalecer — sempre com o respeito e a seriedade que sua história merece.

Que estas páginas sejam uma luz no seu caminho. Vamos juntos?

Sinta-se acolhido....

Você não está sozinho(a) nesta jornada.

Receber um diagnóstico de câncer — seja ele localizado ou metastático — pode trazer uma onda de emoções: medo, incerteza, tristeza ou até mesmo uma estranha calma.

Tudo isso é válido.

Não existe um "jeito certo" de sentir. Saiba que, embora o caminho à frente possa ser desconhecido, você não precisa percorrê-lo sem apoio.

Sua história ainda está sendo escrita, e cada pequeno passo — seja um dia com menos dor, um momento de alegria inesperada ou a sensação de ser ouvido(a) — importa.

Você é mais do que uma doença!! Permita-se sentir, questionar, descansar e, quando possível, encontrar luz mesmo nos dias mais difíceis.

Estamos aqui para oferecer informação clara, suporte emocional e, acima de tudo, respeito pela sua coragem.

Um passo de cada vez. Sem pressão. Sem julgamentos. Você já está fazendo o mais importante: continuar.

O que é o câncer?

O câncer é uma doença complexa, mas entender seus fundamentos pode ajudar a enfrentá-lo com mais clareza e menos medo.

Ele ocorre quando células do corpo se multiplicam de forma descontrolada, invadem tecidos saudáveis e, em alguns casos, se espalham para outras partes do organismo (metástases).

Existem mais de 100 tipos de câncer, cada um com seu comportamento e tratamentos diferentes, e que podem surgir em qualquer orgão do nosso corpo.

Porque isso acontece?

As células normais seguem um "roteiro" preciso: nascem, cumprem sua função e morrem.

No câncer, esse processo falha devido a alterações no DNA (material genético), fazendo com que as células não morram no momento certo ou se multipliquem rapidamente, formando tumores.

Os chamados Fatores de Risco não necessariamente tem efeito direto no surgimento da doença, mas pode ajudá-lo a desenvolvê-lo.

Porque isso acontece?

Alguns Fatores de Risco são:

-Idade: mais comum em idosos, mas pode ocorrer em qualquer fase da vida)

-Genética (histórico familiar)

-Tabagismo

-Álcool em excesso

-Alimentação inadequada

-Sedentarismo

-Ambiental: Exposição a radiação, poluição ou substâncias químicas.

Como é feito o diagnóstico?

O diagnóstico pode ser feito através dos exames de rastreamento (em pacientes sem sintomas) - por exemplo o papanicolau, a colonoscopia e a mamografia - ou pode ocorrer após investigação médica, quando o paciente apresenta algum sintoma suspeito.

Por isso a avaliação de um bom médico é tão importante!!!

O diagnóstico de câncer é um processo que exige exame físico, exames de imagem e laboratoriais, entretanto, a biópsia é o único método capaz de confirmar a doença com certeza e guiar seu tratamento!!

E a biópsia?

É um procedimento médico que retira um pedacinho do tecido suspeito e é enviado para análise do patologista.

Pode ser feita com agulha (punção), cirurgia ou por exames endoscópicos. A melhor forma de biopsiar é avaliada pelo seu médico, caso a caso.

E o que o médico patologista analisa?

Ele avalia por microscópio e por reações químicas se as células tumorais são malignas ou benignas, qual tipo de câncer, (ex.: adenocarcinoma, carcinoma escamoso, sarcoma, melanoma, linfoma...), de onde pode ter surgido aquela célula maligna, qual o grau de agressividade dele, a taxa de replicação, etc...

Toda essa avaliação é fundamental para direcionar o tratamento da maior parte dos tumores.

Meu médico disse que é preciso estadiar a doença. O que é isso?

Na oncologia, o câncer é classificado em estágios (ex.: I a IV) para definir sua gravidade e tratamento.

Cada tipo de tumor tem um estadiamento próprio e exige exames específicos para tal, mas em linhas gerais, e de uma forma bem grosseira para melhor compreensão, consideramos:

Meu médico disse que é preciso estadiar a doença. O que é isso?

Localizado (I/II): Restrito ao órgão de origem.

Regional (estágio III): Atingiu estruturas próximas.

Metastático (estágio IV): Espalhou-se para outros órgãos.

Vale lembrar que um câncer metastático não é uma doença que não tenha nenhum tratamento.

Existem inúmeras possibilidades dependendo do tipo do tumor!

Muitos tratamentos podem controlar a doença e garantir qualidade de vida por anos!!

O diagnóstico e o tratamento oncológico exigem o acompanhamento obrigatório por um Médico **Oncologista!**

Este é o profissional que irá, junto com você e com uma **equipe multidisciplinar**, avaliar os possíveis tratamentos disponíveis e definir o que mais pode te ajudar!

A equipe pode ser formada, por exemplo, por profissionais como:
Enfermeiros, Nutricionistas,
Fisoterapeutas, Psicólogos,
Cirurgiões, Fonoaudiólogos...

Palavras finais....

Sabemos que enfrentar o câncer pode ser desafiador, mas cada passo que você dá — mesmo os pequenos — é uma prova de coragem e resiliência.

Ao cultivar uma atitude de aceitação e presença, é possível reduzir o sofrimento e encontrar paz mesmo em meio às dificuldades...

Resiliência...



Você não está sozinho(a): sua equipe médica, sua família e até mesmo este ebook estão aqui para lembrá-lo(a) de que a **esperança** é uma companheira poderosa, mesmo nos dias mais difíceis.

Lembre-se: você é mais **forte** do que imagina. Permita-se sentir, descansar e celebrar cada vitória, porque todas importam.

A medicina avança todos os dias, e sua história ainda está sendo escrita — com desafios, sim, mas também com momentos de luz e superação.

Que você encontre força naquilo que te inspira e se acolha nos que te amam. Siga em frente. Um dia de cada vez.



"A vida não é esperar a tempestade passar, é aprender a dançar na chuva."

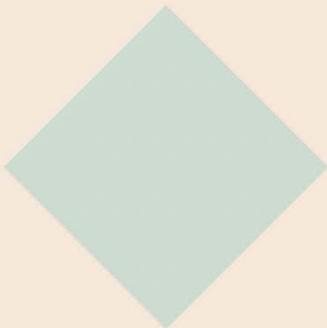
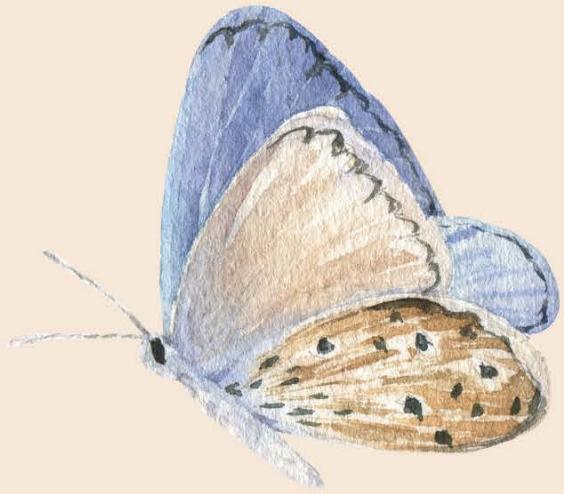
(Vivian Greene)



Com todo nosso apoio e carinho

Dra Milena D. Gonzales Lapate @Dra_Mi_Onco

Dra Vanessa Scontre @dravanessascontre





@dra_mi_onco



@dravanessascontre