

Ter  
câncer  
não  
significa  
ter dor!



# Ter câncer não significa ter dor!



Se você acredita que ter câncer significa ter dor, está na hora de quebrar esse mito! Para muitos pacientes oncológicos, a dor é uma realidade, cerca de 50% deles passam por isso. Mas toda dor pode ser tratada e a maioria pode ser controlada ou amenizada, melhorando muito a sua qualidade de vida.

**Não se esqueça: dor não é tudo igual**

Você nunca deve aceitar a dor como parte normal em uma doença como o câncer. Toda dor pode ser tratada e a maioria pode ser controlada ou, pelo menos, amenizada. Quando a dor é controlada, os pacientes dormem e se alimentam melhor, desfrutam

mais dos momentos com a família e amigos e, muito importante, não deixam de realizar suas atividades diárias.

Existem diferentes tipos de dor e nem sempre ela está diretamente associada ao câncer em si.

### Saiba diferenciá-las:

-  **Dor aguda:** costuma durar tempos mais curtos, mas ser mais intensa. É um sinal de que o corpo está sendo ferido de alguma forma. Melhora com a cicatrização do ferimento.
-  **Dor crônica:** varia entre leve e severa e costuma ser mais persistente, durando longos períodos. Pode atrapalhar a vida do paciente se não for tratada.
-  **Dor disruptiva:** pode surgir mesmo durante a administração de analgésicos. Rompe o alívio sentido com o uso do medicamento. Aparece de forma rápida, é bastante intensa e muitas vezes desaparece rapidamente.

## Mas você avalia a sua dor? Você sente dor diariamente? Como está a sua dor hoje?

Identificar o tipo de dor que você sente e a sua intensidade é fundamental para que possa receber o tratamento adequado.

**Pra lhe ajudar nisso, temos uma dica pra você!**

Com o auxílio da régua abaixo, você pode documentar o seu nível de dor. Quando retornar à consulta com seu oncologista, compartilhe com ele. Isso vai ajudá-lo a te ajudar!



# Você sabe quem pode cuidar da sua dor?

Existem alguns profissionais de diferentes especialidades que cuidam da dor.

Normalmente a dor é cuidada por reumatologistas, ortopedistas e anestesistas. Existe também o especialista em dor e, por fim, o seu próprio oncologista poderá cuidar da sua dor.

# Você não precisa sentir dor. Você pode tratá-la!

A dor pode influenciar e muito nas suas tarefas diárias. Por isso, ela pode e deve ser tratada. Afinal, conviver com dor 24 horas por dia, todos os dias da semana, não é normal! Sempre é possível fazer algo.

Existem várias alternativas para pacientes oncológicos administrarem a dor.



## Tratamentos medicamentosos



**Medicamentos analgésicos:** uma das formas que podem ser utilizadas no alívio deste sintoma incômodo.

**Medicamentos opioides:** a morfina é um dos principais exemplos de opioides contra a dor, mas também existem outros.



## Tratamentos complementares



São terapias complementares ou integrativas como a acupuntura, biofeedback, técnicas de distração, de imagem, hipnose, relaxamento, estimulação cutânea, entre outras, também podem ajudar no controle da dor.

---

Há a obrigatoriedade de os planos de saúde fornecerem medicamentos de uso oral também para o controle de efeitos adversos do tratamento, como a dor, segundo Resolução Normativa da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), RN nº 349.



Em casos mais graves de dor, pode ser necessária uma técnica intervencionista, como cirurgia, bloqueio nervoso, analgesia espinhal, injeção intratecal, neuroablação ou estimulação nervosa.

Fale sempre com seu médico antes de fazer o uso de qualquer tratamento ou método para aliviar sua dor.

# Não desista do tratamento para dor!

Começar a tratar a dor requer uma boa parceria com o seu médico, além de muita paciência e disciplina da sua parte, afinal, ajustes na dosagem podem ser necessários e/ou efeitos colaterais podem aparecer.



**Tenha calma e não abandone  
o seu tratamento**

**Sim, você pode precisar de ajustes na  
dose e você precisa do seu médico para isso**

**Não desista diante de efeitos colaterais,  
eles podem ser amenizados e controlados  
também com a ajuda do seu médico**

**Não deixe que o medo atrapalhe  
seu processo de adesão ao tratamento**

**Não se medique por conta própria**

**Você sabia que alguns mitos sobre medicamentos para dor fazem com que pacientes deixem de tratá-la? Então vamos esclarecê-los para que você possa cuidar da sua dor sem medo!**



**Remédios para dor sobrecarregam o fígado.**

 **MITO.** A maioria dos medicamentos são sim, metabolizados no fígado. Porém, os médicos sabem qual dosagem é segura, quanto pode tomar e qual o intervalo apropriado. Assim, siga as orientações do seu médico.

## Medicamentos para dor prendem o intestino.

 **VERDADE.** Isso pode acontecer principalmente quando o paciente faz uso de opiáceos. Mas com a ajuda do seu médico é possível lidar com o intestino preso de diferentes formas.

## Morfina é para sempre.

 **MITO.** O fato de iniciar o uso de morfina e outros opioides não significa que irá precisar deles para sempre. Quando a morfina é utilizada por causa da dor, é possível sim, após o fim do tratamento e controlada a dor, reduzir a dose até que ela seja totalmente retirada.

instituto  
**Oncoguia**

Programa Ligue Câncer - Apoio e orientação:

**0800 773 1666**

— f i t v in ONCOGUIA —

WWW.ONCOGUIA.ORG.BR

PATROCÍNIO:

