

MEU FAMILIAR TEM CÂNCER. E AGORA?

Guia informativo oncológico



Gabriela C. da Costa Lima

Andréia Carla Veiga

Maurício Bittencourt Rosa

Mário Augusto Cray da Costa

Ana Carolina M. F. de Souza

Universidade Estadual de Ponta Grossa

Reitor

Miguel Sanches Neto

Vice-reitor

Ivo Mottin Demiate

Pró-Reitoria de Extensão e Assuntos Culturais

Maria Salete Marcon Gomes Vaz

Projeto de Extensão

Atendimento e Acompanhamento de Pacientes na Cardiologia e
Cirurgia Cardíaca em Instituições de Saúde nos Campos Gerais

Revisão de língua portuguesa

Emilson Richard Werner

M597 Meu familiar tem câncer. E agora? Guia informativo oncológico [Livro eletrônico] / Gabriela C. da Costa Lima et al. (org.). Ponta Grossa: UEPG/PROEX, 2023. 19p. Livro eletrônico.

ISBN: 978-65-86967-64-7

1. Cartilhas. 2. Oncologia. 3. Saúde pública. I. Lima, Gabriela C. da (org.). II. Veiga, Andreia Carla (org.). III. Rosa, Mauricio Bittencourt (org.). IV. Costa, Mário Augusto Cray da (org.). V. Souza, Ana Carolina M. Fontoura de (org.). VI. T.

CDD: 372.3

Sumário



Se preferir, clique no tópico que deseja ler para ser direcionado à página

1. Meu familiar tem câncer. E agora?.....	4
2. Posso pesquisar sobre o câncer na internet?	5
3. Por que o câncer é tão temido?	6
4. Por que a família teme falar com o paciente sobre o câncer?.....	7
5. O que acontece quando se escondem informações?	8
6. Não falo, não vejo e não escuto. Logo, o câncer não existe. Será mesmo?	9
7. Quando o câncer não tem possibilidade terapêutica de eliminação completa. O que fazer quando nos deparamos com a finitude?	10
8. O mito de que falar a verdade tira a esperança. Ora, a esperança limita-se à cura?.....	11
9. Como ajudar alguém que está sofrendo por causa do câncer?.....	12
10. Como conversar sobre o câncer com as crianças da família?.....	13

DICAS PRÁTICAS PARA AJUDAR A QUEM TEM CÂNCER

1- Como agir quando em visita ao paciente oncológico?.....	14
1.1- O que falar?.....	14
1.2- Como começar um assunto.....	15
1.3- O que eu não devo falar?	16

1



Meu familiar tem câncer. E agora?

Agora, respire fundo que vamos auxiliá-lo a enfrentar esse desafio!

O diagnóstico do câncer vem acompanhado de modificações na rotina das pessoas. As demandas relacionadas à doença e ao seu tratamento geram grande impacto na vida pessoal e profissional de quem se descobre doente. Sentimentos como medo, angústia, ansiedade e dúvida em relação ao futuro passam ser cotidianos ao indivíduo, o que contribui para que o enfrentamento à doença seja desafiador.

Posso pesquisar sobre o câncer na internet?

2

Com o amplo acesso ao mundo digital, é habitual se pesquisar sobre qualquer tema na internet, e durante a pesquisa podem surgir ainda mais dúvidas, visto que muitas vezes o leigo tem dificuldade em interpretar o resultado de sua busca.

Ressalte-se que um mesmo tipo de câncer pode ter diferentes desdobramentos, cada caso é único, portanto a melhor fonte de informação é a equipe multiprofissional! Você até pode pesquisar na internet, mas tire todas as dúvidas com os médicos e demais profissionais da equipe.



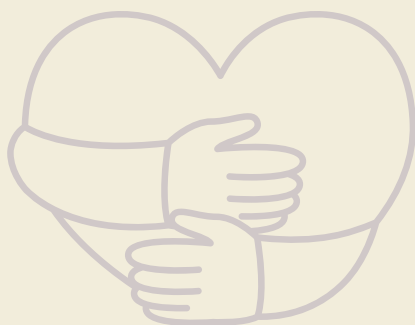
3

Por que o câncer é tão temido?

É de conhecimento público o fato de que o câncer pode causar sofrimento e limitações. Embora o aprimoramento dos tratamentos oncológicos específicos tenha modificado consideravelmente tal cenário nos últimos anos, mitos e tabus ainda envolvem o câncer e seus tratamentos.

Além disso, o fato de que o câncer ainda é uma das principais causas de morte no mundo assusta muito quem recebe esse diagnóstico.

Este guia pretende desmistificar os tabus no enfrentamento ao câncer, com o objetivo de auxiliar pacientes e familiares a lidarem com a doença e seus desafios de forma mais leve.



Por que a família teme falar com o paciente sobre o câncer?

4

A família tem medo da reação do paciente! Existe uma crença de que esconder informações protege a pessoa doente do sofrimento. Essa ideia apresenta-se como uma barreira para a criação de um canal de comunicação. A situação é mais frequente com idosos e em casos de câncer disseminado, quando a abordagem é mais complexa. Por outro lado, preza-se a importância de respeitar o direito do paciente em saber sobre seu quadro de saúde.

Para resolver esse dilema, a equipe de psicologia apresenta-se como um ponto de apoio para a construção de uma via de comunicação acolhedora e eficaz.

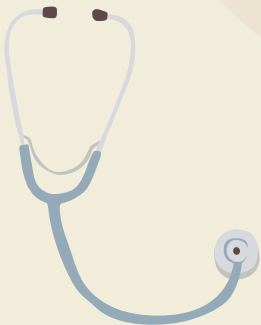


5

O que acontece quando se escondem informações?

Evitar falar sobre o câncer gera complicações para todos os envolvidos no processo: o paciente perde sua autonomia, a família se sente culpada por esconder algo tão grande e a equipe médica não consegue alinhar as melhores intervenções e tratamentos.

Quando o paciente se percebe excluído de conversas entre a família e o médico, há quebra de vínculo de confiança tanto com a família quanto com a equipe.



Não falo, não vejo e não escuto. Logo, o câncer não existe.

Será mesmo?

6

Conforme a doença e o tratamento evoluem, a pessoa se percebe mais frágil e pode fantasiar que seu quadro é pior do que é na realidade. Essa situação gera isolamento do doente, que não tem com quem compartilhar seus medos e angústias.

A ausência de comunicação entre família, paciente e equipe é chamada círculo do silêncio.



7

O que falar quando o câncer não tem possibilidade terapêutica de eliminação completa? O que fazer quando nos deparamos de frente com a finitude?

Cada pessoa encara sua fragilidade e sua mortalidade de forma totalmente particular, baseada em seus valores e crenças. Portanto, não existe fórmula mágica que possa auxiliar a todos os doentes. Ouvir os doentes os ajudará a compreenderem quais são seus medos e angústias e, especialmente, quais são suas vontades e pendências.

Ouvir é a regra de ouro. Esteja presente, mesmo não dizendo nada. Boas formas de iniciar esse diálogo são: “Eu estarei aqui, se quiser conversar...”, “Saiba que pode contar comigo...” e “Eu estarei ao seu lado.”

Nessa fase da vida, algumas pessoas buscam resolver pendências financeiras, outras buscam reconciliações, outras ainda perdão, e outras querem apenas receber afeto.

Não esqueça de olhar e dirigir-se ao doente com câncer como sempre fez, ele continua sendo a mesma pessoa.

Não diga “Vai ficar tudo bem!” se você não sabe o que realmente vai acontecer, seja um realista esperançoso, diga: “Independente do que acontecer, eu estarei por perto.”

8

O mito de que falar a verdade tira a esperança.
Ora, a esperança limita-se à cura?

A esperança é um sentimento de quem vê como possível a realização daquilo que deseja. Quando a cura não é uma possibilidade, há necessidade de ressignificar a esperança, o desejo. Por meio da verdade compassiva busca-se um ponto de aceitação e paz, colocando o paciente no centro do cuidado e como protagonista de sua história.



Como ajudar alguém que está sofrendo por causa do câncer?

Pessoas com câncer não querem falar apenas sobre a doença, querem falar sobre um fato que aconteceu, um sonho ou uma receita nova. Coloque-se à disposição para ouvir, seja qual for o assunto, respeitando cada momento.

Cuidado com os conselhos, a não ser que sejam solicitados pelo paciente, segure o impulso de dar a sua opinião sobre o que ele precisa fazer.

Seja paciente, a pessoa está passando por um momento complicado, pode haver momentos em que ele(a) se sinta irritado(a) e frustrado(a), o que pode se refletir nos demais.

Não diga que sabe o que o outro está passando, cada pessoa é única e tem sua maneira particular de lidar com as situações de dificuldade. Respeite as decisões do paciente, mesmo que não concorde com elas.

Não esqueça de se cuidar! Você também precisa de apoio, mas não do seu ente querido que está com câncer. Procure alguém de confiança para conversar e, se sentir necessidade, busque auxílio profissional especializado. Lembre-se de que a doença é um pedaço do que está acontecendo, mas a pessoa não se resume a isso, continua sendo seu mesmo ente querido, com todos os sonhos e medos, que vão além do adoecimento.



Como conversar sobre o câncer com as crianças da família?

De maneira geral, as crianças são excluídas do processo de saúde e adoecimento de seus familiares.

Estas 4 dicas práticas podem auxiliar:

1. As conversas devem ser conduzidas por alguém próximo e de confiança da criança.
2. Faça com que a criança se sinta segura e amparada.
3. Compartilhe o que você sabe de forma simples e deixe espaço aberto para que a criança questione tudo; é importante dar esse espaço, pois quando não sabe ao certo o que está acontecendo, a criança pode imaginar além;
4. Seja honesto quanto a seus sentimentos; caso a criança venha a chorar, acolha. Não diga frases como “Você não deve chorar!” ou “Você tem que ser forte!”, todos nós precisamos de momentos para colocar para fora o que sentimos, inclusive você.



DICAS PRÁTICAS PARA AJUDAR A QUEM TEM CÂNCER

11

Como agir quando em visita ao paciente oncológico?



O paciente espera um abraço, uma palavra positiva e apoio. Para ajudar a quem tem câncer, coloque-se à disposição para auxiliar em pequenas tarefas, deixe o doente decidir o quanto quer compartilhar e se gostaria de falar sobre a experiência.

O que falar?

1. Para iniciar um diálogo saudável, é necessário estar atento às emoções do paciente e estar preparado para acolher todas as suas necessidades. (Se você está abalado, talvez não seja o momento ideal.)
2. Ouvir é mais importante que falar; busque compreender os sentimentos do paciente com perguntas simples e abertas: “Como você se sente com relação ao que está acontecendo?”, “Você se preocupa com o seu futuro?”, “Tem algo que gostaria de conversar comigo, estou aberto a ouvir.”...
3. Busque compreender os conhecimentos do paciente sobre o seu quadro de saúde e o que sabe sobre o câncer, mas principalmente quais são suas dúvidas. Faça isso de forma clara e usando perguntas simples: “Tem algo sobre sua doença que você gostaria de compreender melhor?”, “Nós podemos fazer uma lista com suas dúvidas para conversarmos com o médico”...
4. Ofereça informações de forma clara e gradual, priorizando responder às dúvidas que se apresentam.
5. Busque auxílio externo, o acompanhamento da equipe multiprofissional será o suporte para o acolhimento das dificuldades que surgirem.

DICAS PRÁTICAS PARA AJUDAR A QUEM TEM CÂNCER

Como começar um assunto?

Quando visitar uma pessoa em tratamento oncológico, você pode começar o assunto com as seguintes frases:

- ✓ *“Que bom ver você hoje, espero que esteja bem para conversarmos, mas caso não se sinta disposto eu vou compreender perfeitamente e posso retornar em outra ocasião.”...*
- ✓ *Converse sobre temas sobre os quais sempre conversaram antes do câncer. Faça isso de forma natural.*
- ✓ *Seja sincero caso não saiba o que dizer: “Eu confesso que fiquei um pouco abalado(a) com a notícia de sua doença e não sei muito bem como agir nesses casos, mas gostaria que você soubesse que tenho muita estima por você e gostaria de oferecer meu apoio.”...*
- ✓ *Peça desculpas se sentir que disse algo errado.*
- ✓ *Se não souber o que dizer ouça: “Se você quiser desabafar, pode conversar comigo.”*



13

DICAS PRÁTICAS PARA AJUDAR A QUEM TEM CÂNCER

O que eu não devo falar?



Evite frases como:

✘ “Seu cabelo não vai cair? Será que essa quimioterapia está funcionando mesmo?”

Cada tipo de câncer demanda um tratamento diferente, nem sempre há a perda do cabelo.

✘ “Nem parece que você está doente, está ótimo(a)!”

Ter câncer não significa que a pessoa estará abatida.

✘ “Você buscou opinião com outro médico? Tem certeza de que é isso mesmo?”

Questionar o diagnóstico e o prognóstico dado pela equipe médica gera quebra de vínculo de confiança com o médico, além da criação de um sentimento de insegurança no doente.

✘ “Eu conheço a amiga de uma prima minha que morreu disso...”

Em vez disso, diga: “Eu não posso imaginar quão difícil seja isso para você, mas estou aqui para dar-lhe o meu apoio.”

✘ “Esse câncer que você está tratando tem cura?”

Em vez disso, pergunte: “Como posso auxiliar você a enfrentar os desafios de estar com câncer?”

A cura não é o único objetivo do tratamento. Quando alguém está doente, precisa enfrentar vários desafios, como mudanças corporais, efeitos colaterais causados pelo tratamento, mudança no papel social e familiar, além do medo da morte e da perda de funcionalidade e da dependência para cuidados básicos. Tente ampliar seu foco e enxergar além do câncer. Quando o foco é exclusivamente a cura, a doença se reduz a uma batalha entre a vida e a morte. Quando o foco é a pessoa doente, se consegue compreender de forma ampla os desafios do doente, oferecendo-lhe suporte e apoio irrestrito multidimensional.

Conte conosco
nessa missão!
Busque apoio em
nossa equipe.

@dra.gabrielacostalima
@oncologia_s
@mariocraydacosta.cardio
@psi.andreiaveiga



REFERÊNCIAS

BRASIL. Instituto Nacional do Câncer. Ministério da Saúde. **O que é câncer?** 2020. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/o-que-e-cancer>. Acesso em: 18 fev. 2021.

CAGNIN, E. R. G.; LISTON, N. M.; DUPAS, G. Representação social da criança sobre o câncer. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo-SP, v. 38, n. 1, p. 51-60, 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0080-62342004000100007>. Acesso em: 18 fev. 2021.

POUSA, C. R. L.; ALBUQUERQUE, I. J. A.; SOUZA, S. G. M. O papel da enfermagem na abordagem ao paciente oncológico em estado terminal. **Brasil Escola**. 2017. Disponível em: <https://monografias.brasilecola.uol.com.br/enfermagem/papel-da-enfermagem-na-abordagem-ao-paciente-oncologico-em-estado-terminal.htm#:~:text=No%20caso%20de%20c%C3%A2ncer%20terminal,que%20ameace%20a%20vida%2C%20por>. Acesso em: 10 mar. 2021.

EQUIPE ONCOGUIA. 13 coisas para lembrar quando alguém que amamos tem câncer. **Instituto Oncoguia**. 30 mar. 2016. Disponível em: <http://www.oncoguia.org.br/conteudo/13-coisas-para-lembrar-quando-alguem-que-amamos-tem-cancer/8912/69/>. Acesso em: 3 mar. 2021.

REFERÊNCIAS

MALTA V. T.; SCHALL, V. T.; REIS, J. C.; MODENA, C. M., J D S; SCHALL. Quando falar é difícil: a narrativa de crianças com câncer. **Pediatria Moderna**, São Paulo-SP, v. 45, n. 5, set./out. 2009, p. 194-198. Disponível em:

https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/handle/icict/15340/JULIA_MALTA_etal_CPqRR_2009.pdf;jsessionid=39E8F34D9C7C41DCA6F828FD548F7435?sequence=3. Acesso em: 3 mar. 2021.

SALCI, M. A.; MARCON, S. S. A convivência com o fantasma do câncer. **Revista Gaúcha de Enfermagem / EENFUFGRS**, Porto Alegre-RS, v. 31, n. 1, p. 18-25, 2010. Disponível em:

<https://doi.org/10.1590/s1983-14472010000100003>. Acesso em: 3 mar. 2021.

SALCI, M. A.; MARCON, S. S. Enfrentamento do câncer em família. **Texto & Contexto - Enfermagem**, Florianópolis-SC, v. 20, n. spe, p. 178-186, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0104-0707201100050002>. Acesso em: 3 mar. 2021.

Os autores



Dra. Gabriela C. da Costa Lima

Médica Geriatra- CRM - SC 21458

Pós-graduanda em cuidados paliativos

*Membro da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG) e da Academia Nacional de Cuidados Paliativos (ANCP)
Fundadora da Comissão de Cuidados Paliativos do Hospital e Maternidade Sagrada Família em São Bento do Sul - SC*

Psicóloga Andréia Carla Veiga

Psicóloga CRP 12/18004

*Pós-graduanda em Psicologia da Saúde e Hospitalar na Faculdade Pequeno Príncipe
Formada em Tanatologia pela Rede Nacional de Tanatologia*



Dr. Maurício Bittencourt Rosa

Médico Oncologista Clínico- CRM/ SC 10319

*Fundador da Bittencourt Centro de Pesquisa Clínica
Membro da Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica (SBOC)
Responsável técnico pela Oncoclínica São Bento, em São Bento do Sul - SC*

Dr. Mário Augusto Cray da Costa

Cirurgião Torácico e Cardiovascular- CRM - PR 13550

Mestrado e doutorado em clínica cirúrgica

Fellow da Sociedade Europeia de Cardiologia

Professor Associado do Departamento de Medicina e do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde da Universidade Estadual de Ponta Grossa



Ana Carolina M. Fontoura de Souza

Graduanda do Curso de Medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa - PR

Presidente da Liga Acadêmica de Cardiologia e Cirurgia Cardíaca

Coordenadora Local da Federação Internacional de Estudantes de Medicina (IFMSA Brazil UEPG)