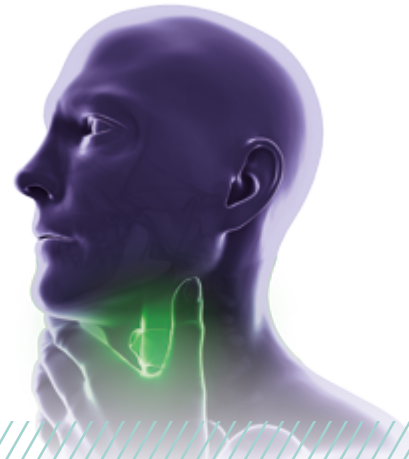


Cuidados nutricionais com pacientes com câncer de cabeça e pescoço



OS PACIENTES COM CÂNCER DE CABEÇA E PESCOÇO APRESENTAM:¹



Hábitos alimentares inadequados



Consumo excessivo de álcool e tabaco



Ingestão alimentar devido a:^a

disfagia | odinofagia | trismo | alterações do paladar

^aDependendo da localização do tumor.¹

É POSSÍVEL AMENIZAR OS PROBLEMAS ALIMENTARES PARA QUE SEJA GARANTIDA A INGESTÃO NECESSÁRIA DE NUTRIENTES.²

Uma intervenção nutricional adequada está associada a:²



Taxa de reinternação



Taxa de sobrevida

Melhora na:

capacidade funcional | qualidade de vida | adaptação aos programas de reabilitação

Adaptado de: SBCCP¹ e Ministério da Saúde do Brasil.²

CONFIRA ALGUMAS DICAS PARA AJUDAR OS PACIENTES COM CÂNCER DE CABEÇA E PESCOÇO A SE ALIMENTAREM MELHOR:¹



Ofertar um maior número de refeições, conforme a tolerância dos pacientes



Oferecer refeições mais úmidas e pastosas



Pedir para que os pacientes ingiram pequenas quantidades de líquidos frequentemente



Enriquecer a alimentação com leite em pó e creme de leite, entre outros



Se possível, utilizar um suplemento nutricional específico caso os pacientes não consigam atingir suas necessidades diárias e estejam perdendo peso

Adaptado de: SBCCP¹

COMO A ALIMENTAÇÃO AJUDA NO CONTROLE DOS EVENTOS ADVERSOS MAIS COMUNS NO TRATAMENTO DO CÂNCER DE CABEÇA E PESCOÇO:



Perda de apetite

Deve-se incentivar o consumo de alimentos ricos em proteínas. Caso os pacientes não consigam consumir alimentos sólidos, deve-se ofertar sucos, batidas de frutas ou sopas.³



Vômitos

Deve-se evitar alimentos com muito tempero ou muito gordurosos, e bebidas alcoólicas.⁴



Diarreia

Recomenda-se a ingestão de líquidos e alimentos que ajudam a "segurar" o intestino.⁴



Perda de peso

Deve-se consumir alimentos que ajudam a aumentar o peso.⁴



Enjoo

Deve-se consumir os alimentos em pequenas quantidades e com maior frequência. Recomenda-se também consumir alimentos secos. Bolas a base de hortelã, água mineral gelada com limão, bebidas com gás e sorvetes podem ajudar a melhorar esse tipo de desconforto.^{3,4}

Adaptado de: NHI³ e INCA.⁴

PACIENTES QUE APRESENTAM PROBLEMAS DE DEGLUTIÇÃO OU DOR NA GARGANTA:³

podem consumir:

alimentos com molhos ou caldos, macios e fáceis de mastigar e engolir, como ovos mexidos, aveia e outros cereais cozidos

devem evitar:

alimentos secos, quentes, picantes, ácidos e com corantes

Referências: 1. Sociedade Brasileira de Cirurgia de Cabeça e Pescoço (SBCCP). Como deve ser a alimentação de um paciente? Como deve ser a alimentação de um paciente com câncer na região da cabeça e pescoço? Disponível em: <<http://sbccp.org.br/sua-saude/perguntas-e-respostas/nutricao-em-cirurgia-de-cabeca-e-pescoco/como-deve-ser-a-alimentacao-de-um-paciente/>>. Acessado em 08 de fevereiro de 2022. 2. Ministério da Saúde do Brasil, Instituto Nacional de Câncer (INCA). Consenso nacional de nutrição oncológica. 2015. Disponível em: <www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/consenso-nacional-de-nutricao-oncologica-2-edicao-2015.pdf>. Acessado em 08 de fevereiro de 2022. 3. National Cancer Institute (NHI). Nutrition in cancer care (PDQ®). Patient version. 2022. Disponível em: <www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/appetite-loss/nutrition-pdq#section/all>. Acessado em 08 de fevereiro de 2022. 4. Instituto Nacional de Câncer (INCA). Perguntas frequentes: quimioterapia. Quais os efeitos colaterais da quimioterapia? Disponível em: <<https://www.inca.gov.br/perguntas-frequentes/quimioterapia>>. Acessado em 08 de fevereiro de 2022.

Este material informativo não substitui a conversa com um médico, pois apenas esse profissional poderá orientá-lo(a) sobre a prevenção de doenças e o uso adequado de medicamentos. Não tome nenhum medicamento sem ter recebido orientação médica.