

O que fazer com a Neuropatia Periférica

What to Do for Peripheral Neuropathy - Portuguese

A neuropatia periférica (também denominada NP, neuropatia e neuropatia periférica induzida pela quimioterapia, ou NPIQ) é um tipo de dano nos nervos que controlam as sensações e os movimentos dos braços, pernas, mãos e pés. Alguns medicamentos quimioterápicos podem causar neuropatia periférica.

Talvez não seja possível prevenir a NPIQ, mas é importante entrar em contato com a equipe de tratamento de câncer assim que você notar ou sentir qualquer uma das alterações abaixo nas mãos ou nos pés:

- Formigamento (ou sensação de “agulhadas”)
- Ardência ou sensação de calor
- Dormência
- Fraqueza
- Desconforto ou dor
- Diminuição da sensação de calor e frio
- Cãibras (nos pés)



O que causa neuropatia em pessoas que têm câncer?

Determinados tipos de medicamentos quimioterápicos podem causar NPIQ.

Quando surgirão sintomas de NPIQ

– e a gravidade desses sintomas – depende da dose de quimioterapia e da frequência com que é administrada. Geralmente piora com o decorrer do tratamento ou se a dose for aumentada.

Pode também ser causada por:

- Outros tratamentos contra o câncer, como cirurgia ou radiação
- Tumores que pressionam os nervos
- Infecções que afetam os nervos
- Lesões na medula espinhal
- Diabetes
- Abuso de bebidas alcoólicas
- Herpes-zóster
- Baixos níveis de vitamina B
- Alguns distúrbios autoimunes

- Infecção de HIV (vírus da imunodeficiência humana)
- Má circulação (doença vascular periférica)



Dicas para controlar a NPIQ

Até o momento, não há forma segura de prevenir a NPIQ. Trata-se de um problema comum para algumas pessoas e que pode durar semanas, meses ou até mesmo anos após o término do tratamento. No entanto, existem coisas que você pode fazer para controlar os sintomas, que devem ser iniciadas imediatamente para evitar danos de longo prazo que podem não melhorar com o tempo.

- Tome os analgésicos receitados para NPIQ conforme indicado pela equipe de tratamento de câncer. A maioria dos medicamentos para dor funciona melhor se forem tomados antes que a dor fique muito intensa.
- Evite lesões e evite fazer coisas que parecem piorar os sintomas, como tocar em objetos quentes ou frios com as mãos e os pés descalços ou usar roupas ou sapatos muito apertados.
- Se você tiver diabetes, controle o açúcar no sangue para evitar causar mais danos aos nervos.
- Se você tiver NPIQ nas mãos, tenha muito cuidado ao usar facas, tesouras, cortadores de caixa e outros objetos pontiagudos. Use-os somente quando você puder dedicar toda a sua atenção ao que está fazendo.
- Proteja suas mãos usando luvas quando você fizer limpeza, trabalhar do lado de fora ou fizer reparos.
- Cuide de seus pés. Observe-os uma vez por dia para ver se não há alguma lesão ou ferida aberta.
- Use sempre sapatos fechados quando estiver andando, mesmo em casa. Converse com a equipe de tratamento de câncer sobre sapatos ou palmilhas especiais que podem ajudar a proteger os pés.

- Certifique-se de ter maneiras para se apoiar se tiver problemas com tropeços ao caminhar. Corrimãos nos corredores e banheiros podem ajudar você a manter o equilíbrio. Um andador ou bengala também podem proporcionar um apoio extra.
- Use uma luz noturna ou lanterna ao se levantar no escuro.
- Proteja-se contra lesões provocadas pelo calor. Ajuste os aquecedores de água quente entre 105° e 120°F para reduzir o risco de queimar as mãos ao lavá-las.
- Use luvas térmicas e suportes de panelas ao manusear pratos, grelhas ou panelas quentes.
- Se tomar banho de imersão, verifique a temperatura da água com um termômetro.
- Evite bebidas alcoólicas, pois podem agravar a NPIQ.



Tratamento

O tratamento mais comum utilizado é aliviar a dor decorrente da NPIQ. Os pesquisadores ainda estão analisando que medicamentos

funcionam melhor para aliviar esse tipo de dor. Pode ser necessário mais de um tipo de medicamento ou tratamento para descobrir o que funciona melhor para você.

Alguns dos medicamentos e outros tratamentos que podem ser solicitados são:

- Sua equipe de tratamento do câncer pode interromper temporariamente a quimioterapia ou ajustar a dose se a NPIQ se tornar muito incômoda ou grave.
- Esteroides, mas apenas por pouco tempo até que um plano de tratamento de longo prazo seja estabelecido.

- Adesivos ou pomadas que contenham anestésicos podem ser colocados diretamente sobre a área dolorida (por exemplo, adesivos de lidocaína ou pomada de capsaicina).
- Medicamentos antidepressivos em doses menores que as usadas para tratar a depressão.
- Medicamentos anticonvulsivos, que são usados no tratamento de outros tipos de dores nos nervos.
- Opioides ou narcóticos, quando a dor for muito intensa.
- Estudos clínicos podem ajudar os pesquisadores a saber mais sobre o que funciona. Converse com a equipe de tratamento de câncer se tiver interesse em encontrar algum estudo clínico.
- Outros tratamentos, como estímulos elétricos para os nervos, fisioterapia ou terapia ocupacional, relaxamento ou acupuntura são algumas das maneiras de aliviar a dor nos nervos.

É importante trabalhar em conjunto com a equipe de tratamento de câncer para controlar a neuropatia periférica causada pela quimioterapia.



Converse com sua equipe de tratamento de câncer

Informe a sua equipe de tratamento do câncer sobre as alterações de neuropatia que está sentindo. Diga quando você notou as alterações, com o que está tendo problemas ou coisas que pioram ou melhoram as alterações.



Para informações e respostas sobre o câncer, acesse o site da American Cancer Society [cancer.org](https://www.cancer.org) ou ligue para **1-800-227-2345**. Estamos aqui quando você precisar.

