

# ME PREPARANDO

PARA A PRÓXIMA CONSULTA



Um guia para mulheres com  
Câncer de Mama Metastático

Você pode estar confusa e achando que sua vida está de cabeça para baixo. Talvez muitos pensamentos estejam passando por sua cabeça e pode ser que você esteja se perguntando o que fazer e o que seu diagnóstico significa para sua vida e para sua família. Esclarecer suas dúvidas e **entender melhor seu diagnóstico** ajudará a tranquilizá-la durante este processo.

Durante sua próxima consulta com o médico, é **importante que você aprenda mais sobre seu diagnóstico** para que você esteja mais bem informada sobre as opções de tratamento, e para que você se sinta mais segura para tomar decisões a respeito disso. Este guia para mulheres com **Câncer de Mama Metastático** tem como objetivo ajudá-la a **se preparar para suas próximas consultas**.

Sua lista de perguntas vai te ajudar a aproveitar melhor o seu tempo de consulta e assim vai poder resolver com mais confiança as suas dúvidas.



## ME PREPARANDO PARA A PRÓXIMA CONSULTA

- Escreva todas as suas perguntas antes da consulta; identifique as mais importantes e carregue-as consigo.
- Leve todos os laudos e exames que foram realizados.
- Peça para que algum familiar ou amigo a acompanhe e a ajude a lembrar de todas as recomendações do médico.
- Faça anotações durante a conversa para poder se lembrar dos pontos mais importantes.
- Não deixe de fazer ao seu médico todas as perguntas antes de ir embora.
- Pergunte ao seu médico se há algum informativo que você possa levar para casa.
- Pergunte ao seu médico se ele conhece alguma ONG ou Associação de Paciente que você possa buscar apoio.
- Pergunte ao seu médico sobre quais outros profissionais de saúde você pode recorrer para contar seus medos e preocupações. Por exemplo, um psicólogo ou psico-oncologista.

ANOTAÇÕES: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

# PASSO 2

## FAÇA AS PERGUNTAS CERTAS

### DIAGNÓSTICO

#### Tipos de câncer de mama

Existem diversos tipos de câncer de mama e seu tratamento depende das características específicas e do grau de seu tumor. É importante perguntar ao seu médico sobre seu tumor e sobre o estágio que ele se encontra. Algumas das perguntas que podem ser úteis são:

- Qual tipo de câncer de mama eu tenho?
  - Receptor hormonal positivo
  - Receptor hormonal negativo
  - HER 2 positivo
  - HER 2 negativo
  - Triplo negativo
  - Outros? \_\_\_\_\_
- Qual é o estágio de meu tumor? \_\_\_\_\_
- Quais opções de tratamento eu tenho? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

#### Metástase

- O que é metástase? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Onde tenho metástase?
  - Ossos
  - Fígado
  - Pulmões
  - Cérebro
  - Outros? \_\_\_\_\_
- O que é recidiva? Qual é a diferença para uma metástase?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

#### Vivendo com Câncer de Mama Metastático

- Como posso dar a notícia à minha família?
- Posso continuar trabalhando?
- Posso engravidar?
- Posso ter uma vida sexual ativa normalmente? Preciso ter algum cuidado específico?
- Posso continuar sendo fisicamente ativa, ou seja, indo à academia, limpando a casa, pegando meus netos e filhos no colo?
- Como posso encontrar um psico-oncologista ou psicólogo?
- Terei acesso a outros profissionais como nutricionista, assistente social, fisioterapeuta?

## OPÇÕES DE TRATAMENTO

### Cirurgia

---

- Preciso fazer alguma cirurgia?
  - Se a resposta for sim, em qual órgão? Quais são os riscos?
  - Se houver necessidade de retirar as mamas, eu posso fazer a reconstrução mamária?
  - Qual seria o melhor momento para isso?
- Quem pode realizar esta reconstrução?
- Verifique se seu plano de saúde cobre seu tratamento.

ANOTAÇÕES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Radioterapia

---

- Preciso de radioterapia?
  - Antes da cirurgia
  - Depois da cirurgia
- Quanto tempo dura um ciclo de radioterapia?
- Quais eventos adversos são previstos?
- O que posso fazer para prevenir, reduzir ou lidar com os eventos adversos?

ANOTAÇÕES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



# PASSO 2

## FAÇA AS PERGUNTAS CERTAS

### OPÇÕES DE TRATAMENTO

#### Medicação / Tratamento

- Quais são minhas opções de tratamento?  
 Terapia hormonal    Quimioterapia    Terapia alvo  
 Outros? \_\_\_\_\_
- Como é administrado?  
 Oralmente (comprimidos) ou intravenosa/injetável  
 No consultório médico, no hospital ou em casa  
 Outros? \_\_\_\_\_
- Vou precisar usar um cateter?  
\_\_\_\_\_
- Em quanto tempo eu devo começar a me sentir melhor?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- O que posso esperar desse tratamento?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Se esse tratamento não funcionar, quais são as outras opções terapêuticas? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

ANOTAÇÕES: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## OPÇÕES DE TRATAMENTO

### Qualidade de vida durante meu tratamento

- Quais eventos adversos posso esperar?
  - Dor    Fadiga    Queda de cabelo    Diarreia    Vômito
  - Alterações de apetite    Imunidade baixa    Náusea
  - Outros? \_\_\_\_\_
- Quão intensos podem ser os efeitos e quanto tempo durarão?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- O que posso fazer para prevenir ou reduzir os eventos adversos?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Posso interromper o tratamento se tiver alguma dificuldade de lidar com os eventos adversos? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Há alguma opção além de meu tratamento? Como são as terapias complementares? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- O que devo comer durante o tratamento?  
\_\_\_\_\_
- O que não devo comer e beber durante o tratamento?  
\_\_\_\_\_
- Onde posso obter informações sobre nutrição ideal durante o tratamento? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

ANOTAÇÕES: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## PARTICIPAÇÃO EM UM ESTUDO CLÍNICO

---

Os estudos clínicos são conduzidos para comprovar a eficácia e segurança de algum tratamento novo que esteja em fase de pesquisa e desenvolvimento. Recomendamos que você faça as seguintes perguntas ao seu médico:

- Há algum estudo clínico do qual eu possa participar?  
\_\_\_\_\_
- Quais são meus direitos e responsabilidades como participante de um estudo? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Quais benefícios e inconvenientes devo considerar?  
\_\_\_\_\_
- Onde posso obter informações sobre estudos clínicos?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- É necessário assinar algum documento?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## TRATAMENTO DE METÁSTASES

---

- Como as metástases serão tratadas?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

ANOTAÇÕES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_





# PASSO 3

## REVISÃO E PREPARAÇÃO

### Perguntas a serem feitas a meu médico

- Quando começa meu tratamento?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Por quanto tempo eu usarei esse tratamento se a metástase estiver controlada? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Preciso fazer algo de diferente antes e depois do tratamento?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Que testes e exames de controle serão realizados?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Quais sintomas físicos devo considerar sérios para conversar com meu médico? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- O que posso perguntar ao meu médico sobre os sintomas e eventos adversos? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

ANOTAÇÕES: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



# PASSO 3

## REVISÃO E PREPARAÇÃO

### Perguntas a serem feitas a meu médico

---

- O oncologista que me trata é:

\_\_\_\_\_

Telefone: \_

- O psicólogo que me trata é:

\_\_\_\_\_

Telefone: \_

- O especialista a quem devo recorrer quanto tiver dor é:

\_\_\_\_\_

Telefone: \_

- Meu nutricionista é:

\_\_\_\_\_

Telefone: \_

- Meu enfermeiro é:

\_\_\_\_\_

Telefone: \_

- Como posso ter contato com grupos de pacientes?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- Posso considerar obter uma segunda opinião médica sobre minhas opções de tratamento?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ANOTAÇÕES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## **ANOTAÇÕES:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

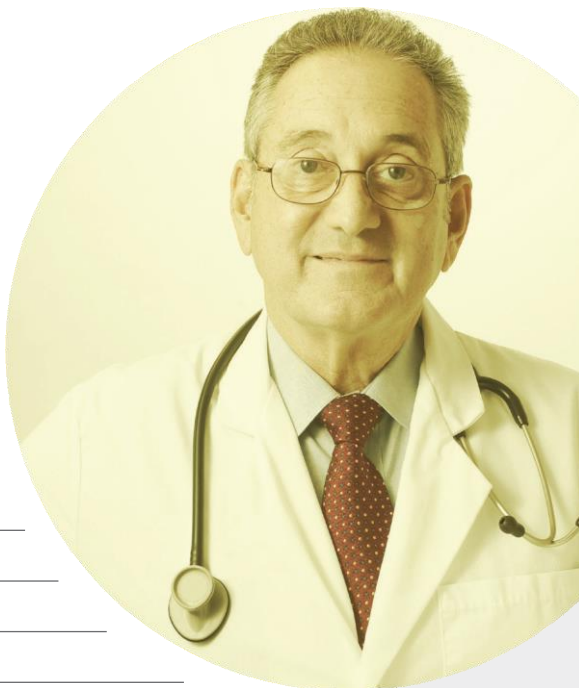
---

---

---

---

---



## **PARA MAIS INFORMAÇÕES, ENTRE EM CONTATO COM O GRUPO DE APOIO LOCAL**

Seguindo esse roteiro você terá mais informações sobre como viver com Câncer de Mama Metastático e terá acesso a materiais educativos sobre a doença e opções de tratamento.

Consulte seu médico em caso de dúvidas sobre o manual e busque informações sobre ONGs e Associações de Pacientes que podem te apoiar na sua região.



# MANUAL

## MEU MÉDICO E EU

---

**MÉDICO-PACIENTE**

Como falar sobre  
Câncer de Mama Metastático