Oncomédica

Para cuidar juntos.



Guia para famílias sobre cuidados paliativos.

Informação, acolhimento
e apoio para cada etapa
dessa jornada.

01

INTRODUÇÃO

Você não está sozinho.

Receber o diagnóstico de uma doença grave pode trazer muitas dúvidas, medos e mudanças na rotina. Este guia foi criado para ajudar você e sua família a entenderem melhor os cuidados paliativos e como participar desse cuidado de forma ativa e consciente.



Cuidar também é estar ao lado em todas as fases.

Afinal, o que são cuidados paliativos?

Cuidados paliativos são uma abordagem que tem como objetivo melhorar a qualidade de vida de pessoas que vivem com doenças graves, aliviando sintomas, oferecendo suporte físico, emocional, social e espiritual — para o paciente e para a família.

Cuidados paliativos não significam:

- Desistir do tratamento
- Que não há mais opções
- Que é apenas para os últimos dias de vida.

Cuidados paliativos significam:

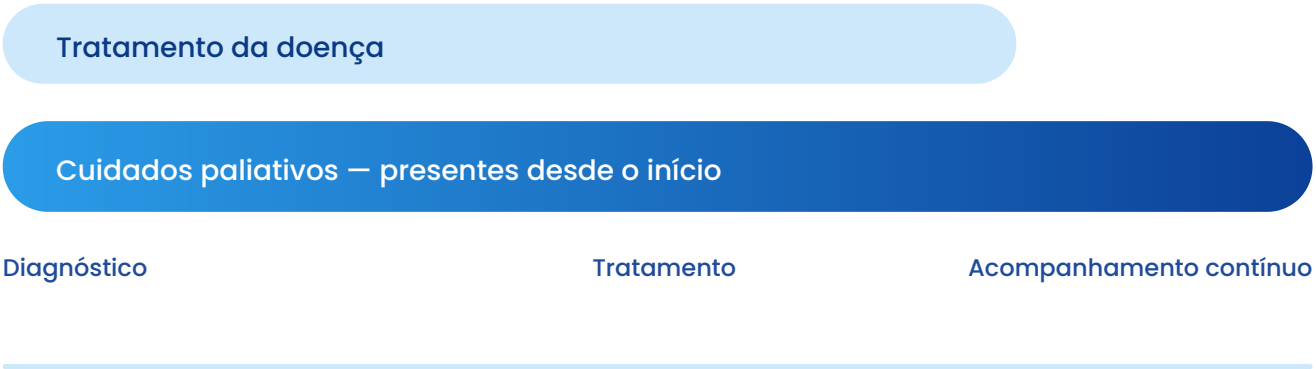
- Mais qualidade de vida
- Alívio da dor e de outros sintomas
- Cuidado para o paciente e para a família

03

QUANDO COMEÇAR

Quanto antes, melhor.

Os cuidados paliativos podem começar já no diagnóstico, junto com o tratamento da doença. Não é preciso esperar a doença avançar para pedir apoio.



Sinais de que é hora de conversar com a equipe:

- Dor ou outros sintomas difíceis de controlar.
- Cansaço, falta de ar, náuseas ou perda de apetite.
- Ansiedade, tristeza ou medo constantes.
- Dúvidas sobre os próximos passos do tratamento.

Uma equipe para cuidar de cada dimensão.

O cuidado vai além do corpo. A equipe olha para as necessidades do paciente e da família em quatro dimensões:

Física

Alívio da dor e de outros sintomas.

Emocional

Escuta, acolhimento e apoio psicológico.

Social

Orientação sobre rotina, direitos e rede de apoio.

Espiritual

Respeito às crenças e ao sentido de cada pessoa.

A equipe pode incluir médicos, enfermeiros, psicólogos, assistentes sociais, fisioterapeutas, nutricionistas e outros profissionais.

Pequenas atitudes fazem grande diferença.



Observar e compartilhar mudanças no comportamento.



Perguntar e tirar dúvidas com a equipe de saúde.



Respeitar as preferências e vontades do paciente.



Estar presente, da forma que for possível.

Cuidar de quem cuida.

Cuidar de alguém querido é um ato de amor, mas também pode ser cansativo. O seu bem-estar importa.

1. Peça e aceite ajuda de outras pessoas.
2. Divida tarefas com familiares e amigos.
3. Reserve tempo para descansar, comer bem e se movimentar.
4. Mantenha contato com quem lhe faz bem.
5. Procure apoio psicológico quando sentir que precisa.

Você também pode pedir apoio à equipe de saúde.

Como conversar com quem você ama.



Não existe uma forma certa de conversar, mas algumas atitudes podem ajudar:

Em vez de		Podemos tentar
“Você precisa ser forte.”	→	“Como você está se sentindo hoje?”
“Não pense nisso.”	→	“Quer conversar sobre isso?”
“Está tudo bem.”	→	“Estou aqui com você.”
“Eu sei o que você está sentindo.”	→	“Quero te ouvir.”

Decidir em conjunto.

Conversar sobre desejos e valores ajuda a equipe e a família a respeitar o que é importante para o paciente. Algumas perguntas podem orientar essa conversa:

1. O que traz conforto e tranquilidade?
2. Onde a pessoa prefere ser cuidada?
3. Quem deve participar das decisões?
4. Quais são as maiores preocupações e desejos?

Registre essas preferências e compartilhe com a equipe de saúde.

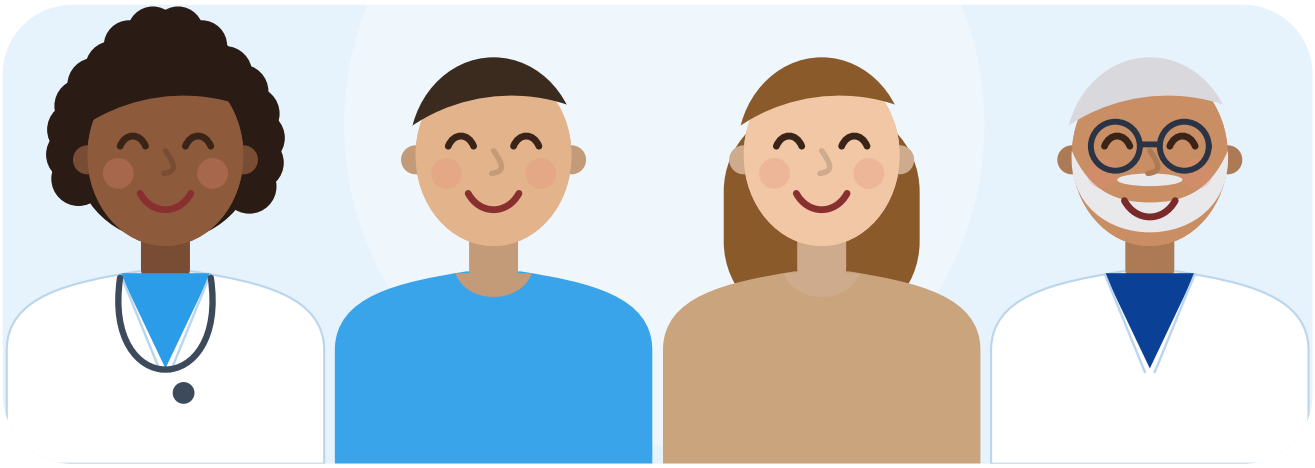
Checklist da família

Use este checklist para se preparar para a próxima conversa com a equipe de saúde.

- [ ] Anote todas as dúvidas.
- [ ] Observe mudanças no comportamento e nos sintomas.
- [ ] Pergunte sobre o controle da dor e de outros sintomas.
- [ ] Converse sobre preferências do paciente.
- [ ] Tire dúvidas sobre próximos passos.
- [ ] Pergunte sobre apoios disponíveis para a família.

Você pode contar com a Oncomédica.

Nossa equipe está preparada para oferecer um cuidado humanizado, com informação clara e suporte em todas as etapas.



Em caso de dúvidas, fale com a equipe responsável pelo seu atendimento.

Oncomédica