

*O que devemos
saber sobre*

Linfoma



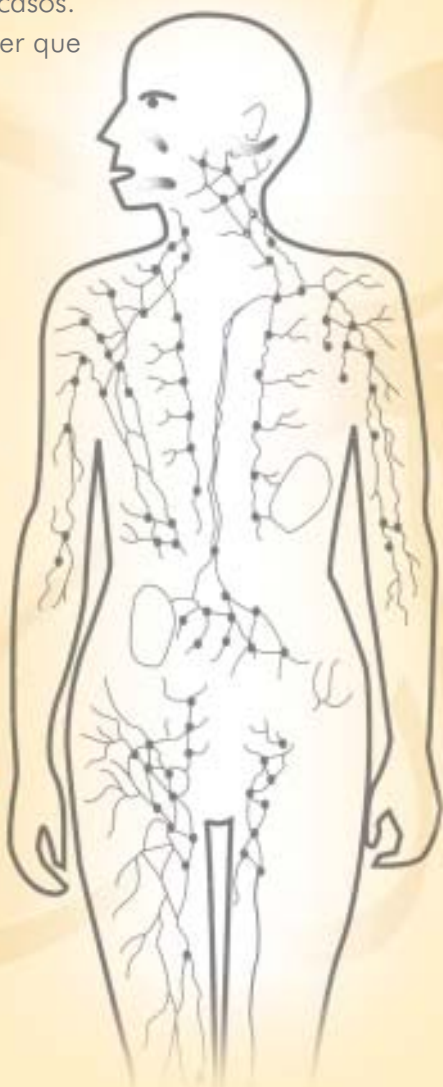
Antenor, 77 anos,
paciente de linfoma

QUE É O LINFOMA?

O linfoma é um tipo de câncer que afeta o sistema linfático.

Os linfomas podem ocorrer em pessoas de qualquer idade. Ainda não se sabe como prevenir o linfoma, mas a doença já pode ser tratada e curada em um grande número de casos.

O linfoma é o câncer que se desenvolve no sistema linfático.



Para muitos pacientes, novos tratamentos significam novas chances de sobrevivência e melhoria na qualidade de vida.

QUAIS SÃO OS SINTOMAS?

- **Aumento indolor dos gânglios:**

Na maioria dos casos ocorre aumento dos gânglios linfáticos (denominados linfonodos) em regiões como pescoço, região acima da clavícula (supraclavicular), dentro do tórax (mediastino) e virilha são os locais mais comuns de aparecimento, mas podem aparecer inicialmente em qualquer região do corpo.

Os gânglios aumentados podem ser detectados durante exames médicos de rotina.

- **Febre**
- **Sudorese noturna**
- **Perda de peso**
- **Coceira na pele**

É possível que, em alguns casos, os pacientes não cheguem a perceber nenhum sintoma e que a doença seja descoberta por acaso, em algum exame feito por outro motivo, por exemplo, um exame de sangue ou um raio-X de tórax feitos antes de uma cirurgia.



POR QUE AS PESSOAS DESENVOLVEM LINFOMA?

Ainda não se sabe ao certo, mas já há pesquisas em andamento para definir as várias causas dessa doença.

O risco pode ser maior em pessoas que

- apresentam alguma doença que enfraqueça seu sistema imunológico (exemplo: infecção pelo HIV, o vírus que causa a aids);
- receberam transplantes de órgãos e necessitam de medicamentos para evitar a rejeição.

Atividades de risco

- O trabalho com produtos químicos, inseticidas, herbicidas e madeira aumenta o risco de linfoma não-Hodgkin. Porém, a maioria das pessoas que trabalham com esses produtos pode não desenvolver a doença.

Hereditariedade

- Os cientistas estão continuamente procurando descobrir se fatores genéticos também podem influenciar o desenvolvimento de linfomas, mas isso ainda não foi comprovado.

O QUE É SISTEMA LINFÁTICO?

É parte essencial do sistema imunológico, (sistema de defesa do organismo contra infecções).

O Sistema Linfático é composto por vasos distribuídos por todo o corpo e também por gânglios linfáticos ou linfonodos.

Gânglios linfáticos

São nódulos ou órgãos do tamanho de um grão de arroz, encontrados em todo o corpo. Eles se localizam em regiões como pescoço, axilas, peito, abdome e virilha. (vide desenho da página 2)

Linfócitos

São tipos de glóbulos brancos que se localizam nos gânglios linfáticos em sua maioria e no sangue periférico em menor número. Têm como principal função manter a imunidade.

Vasos linfáticos

São vasos que conectam os gânglios. Eles contêm linfa, uma espécie de fluido que transporta os linfócitos e funcionam como “vias expressas” para o trânsito dos linfócitos.

Outras partes do corpo que integram o sistema linfático

- amídalas;
- baço;
- medula óssea (a porção interna dos ossos);
- intestinos;
- pele.

O linfoma é formado a partir de linfócitos anormais, que podem se espalhar por meio do sistema linfático e do sangue periférico.

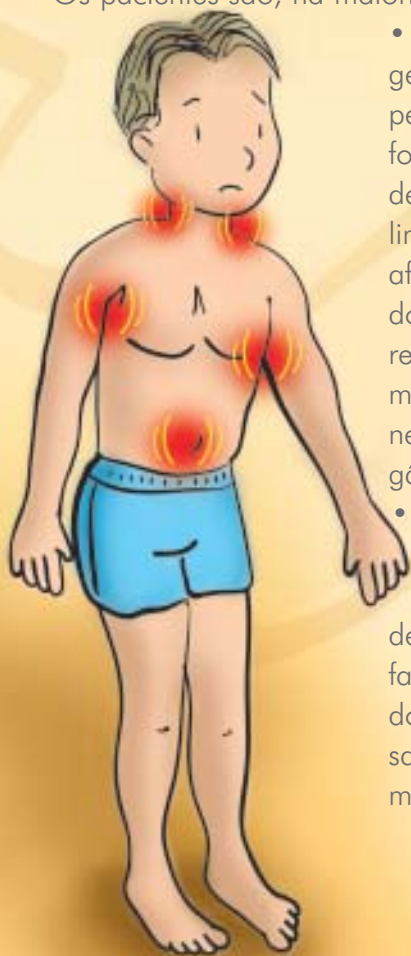
OS LINFOMAS SÃO DIVIDIDOS EM DUAS CATEGORIAS PRINCIPAIS:

1. Linfoma de Hodgkin

- Os pacientes são, muitas vezes, adolescentes ou adultos jovens;
- O linfoma de Hodgkin apresenta células muito peculiares, chamadas de células de Reed Sternberg, que podem ser observadas ao microscópio;
- O linfoma de Hodgkin geralmente se espalha a partir de um gânglio linfático para outros gânglios vizinhos, por meio dos vasos linfáticos.

2. Linfoma não-Hodgkin

- Compreende todos os outros subtipos de linfomas;
- Os pacientes são, na maioria dos casos, adultos;
- O Linfoma não-Hodgkin geralmente se espalha pelo sistema linfático de forma diferente do linfoma de Hodgkin: o gânglio linfático inicialmente afetado pode espalhar a doença para outras regiões do corpo, por meio do sangue, sem necessariamente atingir gânglios vizinhos;
- Os pacientes podem ter boas chances de recuperação, dependendo de diversos fatores como o estágio da doença e o estado de saúde geral da pessoa no momento do diagnóstico.



COMO DIAGNOSTICAR O LINFOMA?

Exame físico

- Avaliação médica;
- Verificação de possíveis gânglios aumentados, no exame clínico;

Biópsia

- Obtenção de uma pequena amostra de tecido da área afetada, que é analisada em um microscópio.



Exame de sangue para detectar

- Células cancerígenas no sangue;
- Alterações em outros órgãos.

Diagnóstico por imagem

- Radiografia;
- Tomografia computadorizada;
- Ressonância magnética;
- PET scanning.

Caso o paciente desenvolva um linfoma, é preciso determinar qual seu tipo para que o tratamento adequado seja recomendado.



Estágio da doença

É necessário que sejam verificados:

- onde se localizam os linfonodos afetados (exemplo: somente no tórax, ou no abdome, ou tanto no tórax quanto no abdome);
- se há células cancerígenas fora dos linfonodos ou do sistema linfático, por exemplo, na pele, nos ossos, no estômago. Na verdade, qualquer órgão do corpo pode apresentar linfoma, no entanto o aparecimento da doença em linfonodos é a forma mais comum.

Outras informações importantes

Todas essas informações são muito importantes para que a equipe médica decida o melhor tratamento:

- tipo das células ao microscópio;
- rapidez com que o linfoma cresce, ou seja, a velocidade com que as células malignas se proliferam.

COMO É O TRATAMENTO?

O tratamento vai depender principalmente do tipo e do estágio do linfoma diagnosticado.

Quimioterapia

- Utiliza medicamentos para destruir as células cancerígenas presentes no corpo. Essa medicação pode ser administrada por via oral, endovenosa ou intramuscular;
- O tratamento geralmente compreende vários ciclos, que duram cerca de 3 a 4 semanas cada um, com períodos de tratamento e repouso.

Anticorpos monoclonais

São um dos maiores avanços no tratamento do câncer:

- Diferente da quimioterapia, eles atacam somente as células envolvidas com a doença. Não há perda de cabelo ou efeitos tóxicos comuns à quimioterapia;
- Os anticorpos monoclonais podem ser usados combinados com a quimioterapia. Isso pode aumentar as chances de cura e possibilitar a remissão da doença por mais tempo.

Radioterapia

- Utiliza raios de alta energia para destruir ou diminuir a ação das células cancerígenas em certa área. A aplicação deste tratamento é feita por um equipamento semelhante a uma máquina de raio-X, e o paciente não sente nenhum desconforto durante o procedimento;
- Normalmente o tratamento é feito uma vez por semana, durante aproximadamente de cinco semanas.

Transplante de medula óssea

• **Transplante autólogo de medula óssea:**

Este procedimento consiste na remoção de uma certa quantidade de medula óssea do paciente antes dele iniciar o tratamento. Após a quimioterapia de altas doses, as células removidas são infundidas de volta no paciente, como se fosse uma transfusão de sangue, e a medula será reconstituída em alguns dias.



Esse tipo de procedimento é recomendado em alguns pacientes, sendo a sua realização feita por indicação médica. Por exemplo nos casos quais ocorre uma recidiva (recaída da doença).

- **Transplante alogênico de medula óssea:**

Outra forma de realizar o transplante é por meio da coleta de medula óssea de um doador compatível saudável, que pode ser da família do paciente ou proveniente de um banco de doadores.

A decisão sobre qual tipo de transplante utilizar depende de cada situação e é tomada pelo médico, em conjunto com o paciente e sua família.

Efeitos colaterais do tratamento

A quimioterapia e a radioterapia podem afetar também as células normais, causando efeitos colaterais.

A curto prazo, os principais efeitos colaterais do tratamento podem ser:

- náusea;
- cansaço;
- diminuição do apetite;
- perda temporária de cabelo;
- risco de infecções.

A longo prazo, os efeitos colaterais podem aparecer como:

- dificuldades para engravidar;
- desenvolvimento de outro tipo de câncer.

A quimioterapia e a radiação podem afetar também as células normais, causando efeitos colaterais. Converse com seu médico a respeito desses e de outros possíveis efeitos colaterais do tratamento e sobre a melhor forma de lidar com eles.

TRABALHO EM EQUIPE

A confiança na equipe de saúde pode auxiliar no sucesso do tratamento, por isso é muito importante que o paciente, seus familiares e toda a equipe estejam integrados.

A equipe de saúde deve incluir:

- médicos especialistas (hematologistas e oncologistas);
- enfermeiros;
- nutricionistas;
- dentistas;
- terapeutas ocupacionais e fisioterapeutas;
- assistentes sociais;
- psicólogos.



Faça perguntas sobre o tratamento

- O que envolve o tratamento?
- Quanto tempo vai durar o tratamento?
- Com que frequência o tratamento é feito?
- Quais são os possíveis riscos e efeitos colaterais?
- Que tipo de acompanhamento é necessário?
- Como tudo isso afeta o trabalho ou outras atividades?

Participação em estudos clínicos

A cura do linfoma é uma realidade em torno de 80% dos pacientes com a doença de Hodgkin. Cerca de 70% dos pacientes de linfoma não-Hodgkin podem ser curados da sua doença.

Hábitos saudáveis

- Consuma grande variedade de alimentos saudáveis diariamente e opte por fazer pequenas refeições várias vezes ao longo do dia;
- Não fume;
- Pratique atividade física e descanse adequadamente (procure orientação antes de começar qualquer programa de exercícios);
- Compareça a todas as consultas de acompanhamento;
- Siga as recomendações de seu médico para prevenir infecções ou outras complicações.



Se suas dúvidas persistirem, lembre-se de que uma segunda opinião médica pode ser útil.

Apoio externo

O diagnóstico pode gerar apreensão, desânimo, não-aceitação e diversos outros tipos de sentimentos. Por isso, é extremamente importante que o paciente e seus familiares busquem apoio e esclarecimentos nesse momento vulnerável.

Busque apoio emocional com:

- sua família e seus amigos;
- grupos de apoio, como a ABRALE;
- líderes religiosos;
- bons livros e filmes.

A família e os amigos podem ajudar de muitas maneiras:

- encorajando os pacientes a compartilhar seus sentimentos;
- oferecendo-se como acompanhante nas consultas;
- aprendendo como auxiliar nos cuidados terapêuticos;
- colaborando nas tarefas diárias.



A ABRALE

A Associação Brasileira de Linfoma e

Leucemia é uma organização da sociedade civil, sem fins lucrativos, com atuação nacional. Fundada em setembro de 2002 e dirigida por pacientes e familiares. Nossa missão é divulgar informações e oferecer suporte a pacientes com linfoma e leucemia, mobilizando parceiros para que o melhor tratamento esteja disponível no Brasil.

O que a ABRALE faz:

- Programas educacionais: são organizados Encontros ABRALE semanais, Jornadas e Conferência Internacional de Onco-Hematologia.
- Ligação gratuita: por meio do telefone 0800 7739973, pacientes e familiares de todo o Brasil podem solicitar informações e manuais informativos.
- Portal na internet: www.abrale.org.br, o paciente e os profissionais da saúde encontram informações atualizadas diariamente sobre as doenças, seus tratamentos e pesquisas.
- Apoio psicológico: o atendimento é gratuito e realizado na sede da ABRALE, em São Paulo, com uma equipe experiente.
- Apoio jurídico: o departamento jurídico move ações para garantir que o paciente tenha acesso gratuito a medicamentos de alto custo e a exames que não estejam disponíveis em seu centro de tratamento.
- Publicações: são editados, anualmente, 12 manuais informativos revisados por médicos do Comitê Científico Nacional de Linfoma e Leucemia.
- Atuação política: a ABRALE lidera negociações políticas com o governo para incentivar mudanças na legislação e beneficiar os pacientes onco-hematológicos.
- Projeto Medula - Visa aumentar as chances de cura e vida para pacientes com doenças hematológicas por meio do cadastramento de doadores voluntários de medula óssea e células-tronco.

**Esta é uma publicação informativa
distribuída gratuitamente pela
ABRALE – Associação Brasileira de Linfoma
e Leucemia. Edição 2006.**

Dia do Linfoma



15 de setembro
a ABRALE é membro da Coalisão Linfoma



ABRALE

Associação Brasileira de Linfoma e Leucemia

www.abrale.org.br

Rua Pamplona, 518 • 5º andar • Jardim Paulista
São Paulo • SP • CEP 01405-000
Tel.: (11) 3149-5190 • abrale@abrale.org.br
0800 773 99 73