

CUIDADOS COM A PELE DURANTE O TRATAMENTO ONCOLÓGICO

Durante o tratamento sua pele pode sofrer algumas alterações como ressecamento, manchas, feridas, coceiras. O mais importante é informar seu médico ou a equipe assim que notar qualquer alteração.

Alguns cuidados podem minimizar ou prevenir:

- Use roupas feitas de fibras naturais macias como o algodão. Se possível, evite tecidos sintéticos e lã pesada.
- Tome banho com água morna, utilize sabonete de limpeza suave.
- Seque suavemente a pele com uma toalha macia em vez de esfregá-la.
- Mantenha as regiões de dobras da pele secas como as virilhas, por exemplo.
- Pergunte à equipe que tipo de creme usar para hidratar a pele. Hidrate todo o corpo pelo menos uma vez ao dia. É importante não se esquecer das mãos e dos pés. Comece antes do início do tratamento, mesmo antes de notar qualquer alteração na pele.



- Evite o sol tanto quanto possível. Quando não puder, use protetor solar com FPS pelo menos 30, reaplicando durante o dia.
- Sempre use protetor solar em conjunto com outras formas de proteção solar, como bonés e chapéus, roupas de manga comprida, óculos de sol, sombrinha.
- Mantenha as unhas aparadas, não muito curtas.
- Evite traumas repetidos nas unhas, como cortar cutículas, unhas artificiais, roer unhas ou fazer manicure.
- Evite sapatos apertados
- Use luvas de borracha ao lavar a louça, trabalhos domésticos ou jardinagem.
- Consulte a equipe antes de usar sabonete, perfume, desodorante, pó de talco, cremes ou cosméticos na área tratada, principalmente na presença de feridas.
- Dê preferência para produtos hipoalergênico sem álcool e sem fragrância.

Problemas com sua pele ou unhas podem ser prevenidos, tratados ou aliviados. Procure ajuda da equipe assim que os sintomas ocorrerem.



FERNANDA YAMAMOTO
DERMATOLOGIA