

# Informação sobre o seu Tratamento: OXALIPLATINA + CAPECITABINA (CAPOX)

Possíveis Efeitos Secundários	Recomendações
<b>Náuseas e Vômitos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Deve fazer terapêutica prescrita pelo médico.</li> <li>– Ingira pequenas quantidades de líquidos e comida, mas várias vezes ao longo do dia.</li> <li>– Consuma líquidos pouco açucarados e alimentos pouco gordos.</li> <li>– Mastigue bem e coma devagar</li> </ul>
<b>Perda de apetite</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Pode ocorrer no dia do tratamento ou nos dias seguintes.</li> <li>– Mantenha uma alimentação saudável, ingira alimentos da sua preferência, atrativos e de fácil digestão.</li> <li>– Pode ocorrer alteração do paladar.</li> <li>– Não estar mais do que 3-4 horas sem se alimentar, com exceção dos períodos de sono.</li> </ul>
<b>Diminuição da energia/ Cansaço</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– É importante manter atividade física (ex.: caminhadas) ajustada às suas capacidades.</li> <li>– Adeque o ritmo do seu quotidiano às suas necessidades. Descanse quando necessitar.</li> <li>– A atividade profissional deve ser discutida com o médico assistente tendo em conta a disponibilidade para os tratamentos e à forma como se sente.</li> </ul>
<b>Febre / Calafrios</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Os níveis de células do sangue começam a baixar alguns dias após a administração de quimioterapia.</li> <li>– O número de glóbulos brancos pode descer tornando-o mais suscetível a infeções. Deve evitar o contacto com pessoas doentes (exemplo: gripe, gastroenterites, varicela, etc.).</li> <li>– Vigie a sua temperatura uma vez por dia, se temperatura superior a 38°C (febre) deve contactar telefonicamente a equipa clínica ou recorrer ao serviço de urgência da sua área de residência.</li> </ul>
<b>Diarreia/ Obstipação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Se tiver alteração dos hábitos intestinais, diarreia (são mais de três dejeções líquidas em 24 horas), ou obstipação (defecação pouco frequente ou de difícil passagem, fezes secas e duras) entre em contacto com a equipa médica</li> <li>– É importante manter uma boa ingestão de líquidos, cerca de 1.5 L/dia</li> <li>– Tome a medicação prescrita pelo seu médico para a diarreia ou obstipação</li> </ul>
<b>Pele seca e descamativa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– A pele fica mais sensível, e mais propensa a queimaduras solares (fotossensibilidade).</li> <li>– É aconselhável utilizar loção hidratante diariamente, indicado para pele sensível e pouco perfumado. Preferir cremes com ureia.</li> <li>– A pele pode ficar mais escura (hiperpigmentação)</li> </ul>
<b>Fotossensibilidade</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Deve evitar exposição solar, principalmente nas horas de maior intensidade do sol.</li> <li>– Aplicar protetor solar SPF 50+ antes de sair de casa diariamente nas áreas expostas, que para além da face e do pescoço também inclui o dorso das mãos</li> <li>– Este fenómeno de fotossensibilidade pode manter-se no período de dois a três meses após terminar os tratamentos.</li> <li>– Pode ficar com os olhos a lacrimejar ou secos</li> </ul>
<b>Feridas na boca (Mucosite)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– A boca e gengivas podem ficar vermelhas, irritadas ou com aftas (mucosite).</li> <li>– Deve efetuar uma boa higiene oral, com uso de escovas de dentes macias e bochechos sem álcool. A lavagem dos dentes e higienização da boca após cada refeição é essencial.</li> <li>– Se ocorrer agravamento dos sintomas, contactar equipa clínica, para avaliar necessidade de terapêutica específica.</li> <li>– Deve adequar alimentação: comida mole, cozida e não ácida.</li> </ul>
<b>Alteração na sexualidade</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– A gravidez é desaconselhada.</li> <li>– O método usado é o de proteção - preservativo, que também é uma barreira que previne possível contaminação.</li> </ul>
<b>Síndrome mão-pé ou palmo-plantar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Pode surgir dor, pele seca e descamativa, assim como vermelhidão nas palmas das mãos e planta dos pés, e aumento da sensibilidade</li> <li>– Pode surgir formigueiro e adormecimento das extremidades das mão e pés.</li> <li>– Está indicado aplicar creme hidratante nas mãos e os pés frequentemente.</li> <li>– Evitar exposição a temperaturas extrema (quente e frio).</li> <li>– Lavagem com água tépida.</li> <li>– Use meias viradas do avesso.</li> </ul>

# Informação sobre o seu Tratamento: OXALIPLATINA + CAPECITABINA (CAPOX)

<b>Dores musculares e nas articulações</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– É importante manter atividade física (ex.: caminhadas) ajustada às suas capacidades.</li> <li>– Adeque o ritmo do seu quotidiano às suas necessidades. Descanse quando necessitar.</li> </ul>
<b>Neurotoxicidade</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Ocorre mais frequentemente no primeiro dia do tratamento.</li> <li>– Pode causar sensação de picada na garganta ou, por vezes, uma sensação de falta de ar, normalmente dura poucos minutos.</li> <li>– Pode causar formigueiros nas mãos e/ou pés</li> <li>– Evitar exposição ao frio. Não beber bebidas frias e não comer alimentos gelados (nos primeiros 3 a 5 dias após cada tratamento)</li> <li>– Não tocar em superfícies frias para minimizar o desconforto da mão.</li> </ul>
<b>Perda de cabelo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– O cabelo pode tornar-se mais fraco, mas é pouco frequente que ocorra a perda total</li> </ul>
<b>Hemorragia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Pode ocorrer hemorragias pelo nariz, gengivas, (em regra auto-limitadas) ou hematomas. Se persistente ou grave deve contactar a equipa clínica ou recorrer ao serviço de urgência da sua área de residência.</li> </ul>

## OUTRAS INFORMAÇÕES:

- Os Comprimidos de **Capecitabina** devem ser tomados de **manhã e à noite**. Devem ser tomados 30 minutos após o final da refeição (pequeno-almoço e jantar). Não mastigar, os comprimidos devem ser engolidos inteiros com água.
- Com o tratamento pode ocorrer o aparecimento de hematomas, gengivorragias e perda de sangue pelo nariz. Se hemorragia persistente deve contactar equipa clínica.
- É importante reforçar a ingestão de líquidos, cerca de 1,5l/dia.
- O cabelo vai tornar-se mais fraco, mas é pouco provável que ocorra a perda total.
- Pode sentir dores de cabeça durante o período de tratamento.
- Pode sentir alteração do paladar.

Para esclarecimento de dúvidas relacionadas com [a terapêutica oral e receitas de ambulatório](#) pode contactar o Serviço de Farmácia Hospitalar do IPO de Coimbra, [das 14 h às 16h](#), através do número [96 713 21 93](#).