



# Falar com o seu médico ou equipe de tratamento de câncer

A boa comunicação é importante quando se faz parte de uma equipe. A boa comunicação entre você e sua equipe de tratamento de câncer é um elemento fundamental para você receber o atendimento que é melhor para você.

Você terá uma equipe de pessoas qualificadas para ajudá-lo a lidar com seu câncer. Esta equipe incluirá médicos e outros profissionais de saúde, tais como enfermeiros, clínicos gerais, farmacêuticos, assistentes sociais, enfermeiros clínicos ou de quimioterapia, técnicos, assistentes médicos, nutricionistas e navegadores de pacientes. Cada um deles tem uma função própria e, se você fizer uma pergunta que eles não possam responder, saberão indicar quem pode ajudar.

## Quanto quero saber?

Algumas pessoas talvez queiram saber muito sobre o seu tipo de câncer porque se sentem mais em controle do que está acontecendo quando sabem todos os fatos. Pode ser que queiram receber muitas informações e detalhes sobre seu tratamento.

Outras pessoas talvez não queiram receber tantas informações ao mesmo tempo e podem se sentir estressadas ou sobrecarregadas com detalhes. Algumas pessoas podem preferir deixar a maioria das decisões para o médico. Diga a sua equipe de tratamento a abordagem que funciona melhor para você.

## Faça perguntas

É importante lembrar que o tipo de cuidado e tratamento que você recebe depende de você. Saber mais sobre o tipo de câncer que você tem e sobre o tratamento pode ajudar você a tomar essas decisões com seu médico.

Não tenha medo de fazer perguntas. Muitos médicos esperam que você faça as perguntas, mas pode ser que você não saiba o que perguntar. É fácil esquecer o que quer perguntar, então anote as perguntas que conseguir pensar e leve-as com você quando tiver consultas.

Estas são algumas das perguntas mais comuns que as pessoas fazem sobre o câncer:

- Que tipo de câncer eu tenho?
- Qual é o tamanho do câncer? Onde ele está? Ele se espalhou para outras partes do meu corpo?
- Vou precisar de uma biópsia ou de outros exames?
- Que tratamento você sugere?
- Com quem eu faria esse tratamento?
- Existem outros tratamentos que poderiam me ajudar?
- Que medicamentos eu vou receber? Para que eles servem?
- Quais são os riscos e efeitos colaterais de cada tipo de tratamento?
- Como vou me sentir durante o tratamento?
- Existe algum efeito colateral ou sinal incomum sobre os quais preciso informá-lo imediatamente?
- O que pode ser feito a respeito dos efeitos colaterais?
- Qual é o melhor momento para ligar se eu tiver uma pergunta ou problema? Quanto tempo devo esperar até receber o seu retorno?
- O que devo fazer se eu tiver um problema sério quando seu consultório estiver fechado?
- Devo obter uma segunda opinião? De quem?

Sua equipe de tratamento para o câncer deve levar suas perguntas a sério. Devem estar disponíveis para ouvir as suas preocupações e não devem apressá-lo. Se não o atenderem dessa maneira, é importante informá-los.

## Dicas para se lembrar do que a equipe de tratamento lhe diz

É difícil lembrar de tudo o que é dito durante a consulta. Seria útil se você puder trazer a mesma pessoa com você todas as vezes. Essa pessoa pode lembrar as perguntas que você quer fazer e ajudá-lo a não esquecer o que foi dito.

Certifique-se de que você ou a pessoa que está com você tome nota do que foi conversado durante as consultas. Se você quiser, pergunte ao seu médico ou a outro membro da equipe se não haveria problemas em gravar a conversa.

Se você precisar de mais detalhes, diga. Às vezes, os membros da equipe de tratamento de câncer usam palavras que são difíceis de entender. Se você não entender algo, peça que expliquem novamente. Pode ser útil também pedir gravuras, materiais impressos, sites ou links de vídeo, ou outras coisas que você possa ver quando chegar a casa.

Quando receber instruções, tome nota. Tenha certeza de que entendeu tudo antes de sair do consultório. Depois, siga as instruções à risca. Não há problema se tiver que ligar para consultório do médico mais tarde caso tenha mais perguntas.

## Encontre a pessoa certa

Sua relação com seu médico é importante, e cada um tem sua própria maneira de se comunicar e trocar informações. É por isso que o melhor médico para

uma pessoa pode não ser uma boa opção para outra. Algumas pessoas preferem um médico que passe informações como um especialista ou profissional. Não esperam que o médico seja seu amigo. Outras pessoas preferem um médico com quem possam se aproximar. Tente descobrir o que você precisa e informe a seu médico.

Se surgirem problemas de comunicação, fale com seu médico sobre isso. Seja honesto sobre suas preocupações e seus desejos. Se você não estiver satisfeito com seu relacionamento, não há problema em ter que mudar de médico. Informe o seu médico sobre sua decisão e as razões para isso. Peça a ajuda dele para passar o seu caso para o novo médico.

## É a SUA equipe de tratamento

Você é parte importante de sua equipe de tratamento de câncer. A equipe conta com você para ser um parceiro ativo. Isto significa ir ao consultório, tomar medicação como receitado, informar sua equipe sobre qualquer problema ou preocupação que você esteja tendo, responder às perguntas deles, fazer suas próprias perguntas e ajudá-los a tomar decisões sobre o seu atendimento de saúde.

Você e seus entes queridos são os únicos que podem ajudar a decidir o que é melhor para você. Pode ser que demore para que você aprenda a ser um membro ativo da equipe, mas você pode se surpreender com o quanto você e seus entes queridos serão bons nisso.

Para informações sobre câncer, ajuda no dia a dia e apoio, ligue para a American Cancer Society no número **1-800-227-2345** ou acesse o nosso site em **cancer.org**.  
Estamos aqui quando você precisar.



cancer.org | 1.800.227.2345

PORTUGUESE  
©2021, American Cancer Society, Inc.  
Nº 0044.96-Rev.11/21

