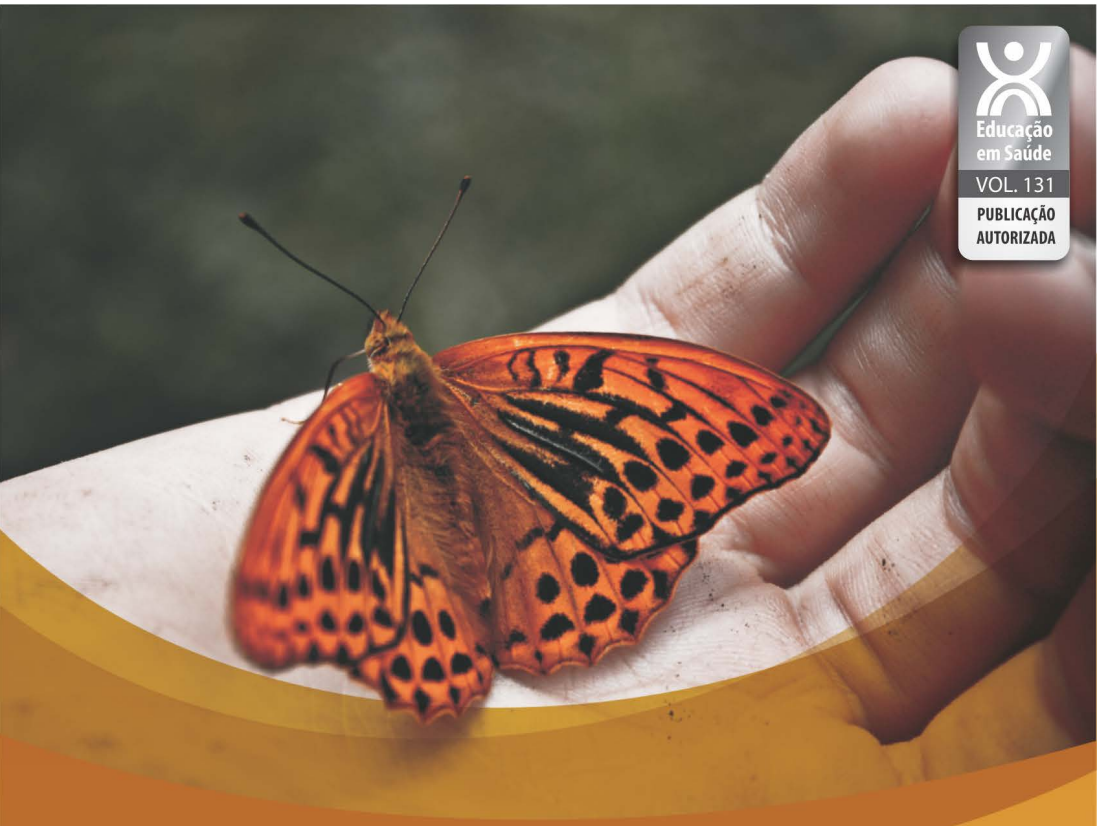


Educação em Saúde
VOL. 131
PUBLICAÇÃO AUTORIZADA

Neutropenia

Orientações para pacientes e cuidadores

HOSPITAL DE CLÍNICAS
PORTO ALEGRE RS

Neutropenia

Orientações para pacientes e cuidadores

Serviço de Enfermagem Cardiovascular, Nefrologia e Imagem
Serviço de Enfermagem Onco-Hematólogica

Este manual contou com a colaboração de: Isabel Cristina Echer, Rita Maria Soares, Manoela Rodrigues, Fernanda Guarilha Boni, Joice Zuckermann, Ana Maria Keller Joichims e Yasmin Lorenz da Rosa.

Sumário

APRESENTAÇÃO 5

O que é neutropenia? 7

Origem do sangue 7

Causas da neutropenia 8

Efeitos da neutropenia 10

Prevenção de infecções 10

- **A) Durante a internação hospitalar** 11
- **B) Após a alta hospitalar** 16

Finalizando 22

ANOTAÇÕES 24

Apresentação

Este manual foi criado para orientar você e seus cuidadores em relação aos cuidados que devem ser seguidos durante a neutropenia, período em que as defesas do organismo estão diminuídas.

As informações deste manual foram organizadas através de revisão de literatura, da experiência de profissionais que atuam na área e da colaboração de pacientes e cuidadores que já vivenciaram a situação de neutropenia.

Neste manual serão abordados os seguintes temas:

- O que é neutropenia
- Origem do sangue
- Causas da neutropenia
- Efeitos da neutropenia
- Prevenção de infecções

Nosso objetivo é esclarecer dúvidas e, assim, contribuir no processo da sua recuperação. Lembramos que a cooperação e participação do paciente e seus cuidadores nas diversas fases do tratamento são fundamentais.

O que é neutropenia?

O neutrófilo é um tipo de glóbulo branco. Os glóbulos brancos são células de defesa do organismo que entram em ação para combater bactérias, vírus ou fungos que o atacam, defendendo o corpo de infecções. Ao tentar destruir o invasor, os neutrófilos acabam morrendo e transformando-se em pus.

Quando ocorre diminuição significativa no número de neutrófilos no sangue, dizemos que o indivíduo está passando por uma fase de neutropenia, ou seja, está neutropênico.

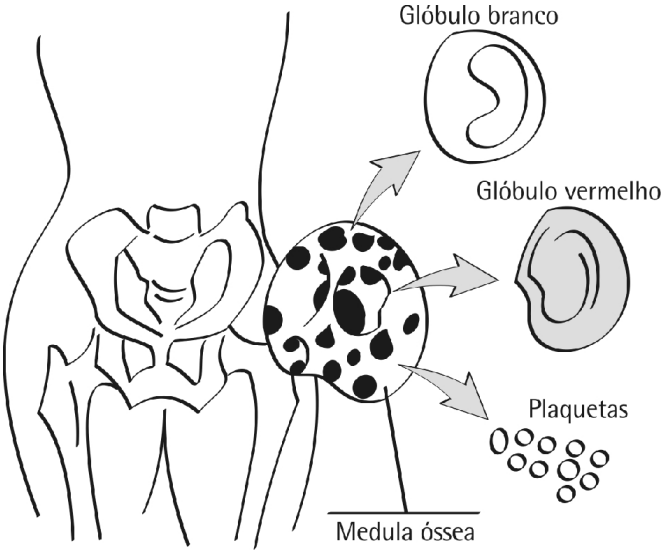
Por isso, enquanto você estiver neutropênico, com as defesas baixas, estará mais exposto a infecções e complicações, razão pela qual você deverá tomar alguns cuidados.

Origem do sangue

A medula óssea é um tecido esponjoso localizado dentro de alguns ossos. Nelas são produzidas as células tronco, também conhecidas por células-mãe, que dão origem ao sangue.

As células e elementos do sangue são divididos em:

- **Glóbulos vermelhos:** levam o oxigênio dos pulmões para as células do corpo.
- **Glóbulos brancos:** defendem o corpo de bactérias, vírus, fungos, e outros germes que possam causar infecções.
- **Plaquetas:** coagulam o sangue para evitar sangramentos.

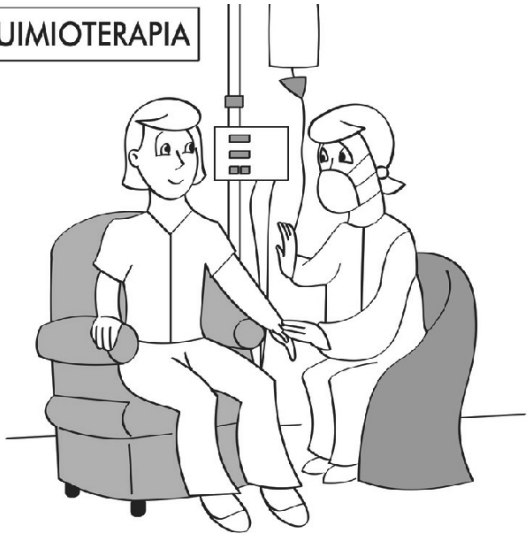


Causas da neutropenia

A medula está produzindo menos neutrófilos do que deveria: isso acontece quando a pessoa tem alguma doença no sangue que impede que a medula óssea produza um número suficiente de neutrófilos, como é o caso de pacientes portadores de leucemias, linfomas, síndrome mielodisplásica, anemia aplástica e outras.

Os neutrófilos não funcionam adequadamente e deixam de proteger o corpo contra as infecções.

A radioterapia, ao destruir as células cancerosas, também queima, fere e danifica as células saudáveis, como as células do sangue, os tecidos e os órgãos.



Na quimioterapia são utilizados medicamentos para eliminar as células doentes dos pacientes com câncer, destruindo também as células normais devido a semelhança entre elas.

A destruição das células normais tem efeitos desagradáveis como: mucosites (lesões nos lábios, na boca, na garganta e no tubo digestivo), perda de cabelos, anemia (cansaço, palidez), plaquetopenia (diminuição do número de plaquetas com risco de sangramento) e a neutropenia.

Efeitos da neutropenia

A neutropenia é identificada por um exame de sangue chamado hemograma. No resultado deste exame, quanto menor o número de neutrófilos, menores as defesas do corpo e maior a possibilidade de adquirir alguma infecção.

Prevenção de infecções

A neutropenia requer cuidados importantes com relação à prevenção de infecções tanto durante a internação como também após a alta hospitalar.

A) Durante a internação hospitalar

Devido à sua condição de baixa imunidade, os pacientes com neutropenia ficam internados preferencialmente na Unidade de Ambiente Protegido (5° andar - Ala Sul) do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA). Nessa unidade, a preocupação com o ambiente é percebida já na entrada, onde é necessária a lavagem rigorosa das mãos e a limpeza de objetos com desinfetante.

- A unidade conta com uma equipe preparada para atender às necessidades dos pacientes em neutropenia.
- Os quartos dispõem de ar condicionado central com filtro especial para captar ácaros, fungos e bactérias, o que ajuda a prevenir infecções.
- Somente é permitida a entrada de visitantes ou acompanhantes em perfeitas condições de saúde, e que não tiveram contato com pessoas acometidas de doenças transmissíveis e contagiosas.

• O paciente, ao sair de seu quarto para qualquer finalidade, deve usar máscara especial.

• Não é permitido que os acompanhantes ou visitantes frequentem outros quartos.

• Não é permitida a entrada de crianças, pois elas podem ser portadoras de viroses, e também transmitir vírus após serem vacinadas, por um período aproximado de 30 dias.

Os cuidados com o ambiente proporcionam proteção para quem está com a imunidade baixa em consequência da neutropenia.

Cuidados de higiene

Está comprovado que a maioria das infecções hospitalares é transmitida pelas mãos. Os germes só vão de um lugar para o outro se alguém os levar. Por isso, lave bem as mãos e peça para que o acompanhante ou visitante faça o mesmo.

As mãos devem ser lavadas sempre, mesmo que a sujeira não seja visível:

• depois da ida ao banheiro;

• antes e depois das refeições;

• antes de manusear os medicamentos;

• ao entrar no quarto.

No corpo humano vivem os mais variados tipos de germes e bactérias que normalmente não nos causam infecções, mas podem vir a ser prejudiciais durante a neutropenia. Sendo assim, é importante alguns cuidados como:

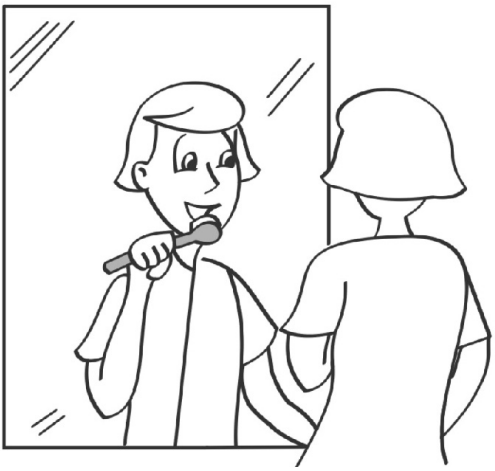
- tome banho diariamente;
- use xampu e sabonete neutro;
- inicie o banho da cabeça para os pés, deixando por último a área genital e anal;
- use desodorante aerosol sem cheiro, evitando os que contêm álcool, pois deixam as axilas secas e a pele fica irritada;
- evite usar cremes desodorante, pois eles fecham os canais por onde deve sair o suor;
- observe alterações na pele, como vermelhidão, lesões e secreção. Quando houver, comunique à sua equipe de saúde.

Escove bem os dentes!

Esse cuidado é importante para reduzir a quantidade de germes da boca e diminuir o risco de infecções e lesões pelo ressecamento da mucosa.

Para uma boa higiene bucal, siga as dicas à seguir:

- realize a escovação com água corrente e escova de dentes de cerdas macias, para não se machucar e não diminuir a proteção natural dos dentes, gengiva e boca;
- realize a escovação com pasta de dente não abrasiva após as refeições;
- use fio dental com delicadeza, mas somente quando não tiver risco de sangramentos, ou seja, depois que a equipe médica ou de enfermagem liberar;
- escove a língua suavemente para estimular a circulação do sangue e retirar restos de comida;
- caso você use prótese dentária, deve retirá-la para realizar a higiene oral e bochechos.



Atenção: Os pacientes que fazem quimioterapia podem ter lesões na boca e em todo o tubo digestivo até o ânus, são as chamadas **mucosites**. No caso de mucosite na boca, e também para evitar que ela ocorra, é recomendado bochecho com chá de camomila que possui propriedades calmantes. O laser também é aplicado profilaticamente e de forma terapêutica no paciente.

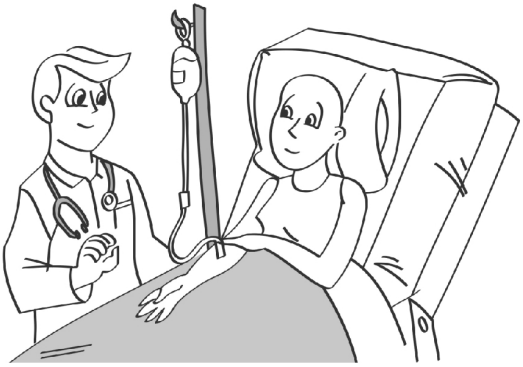
Consuma alimentos com segurança

Não ingira alimentos contaminados, que podem transmitir doenças. O cozimento elimina as bactérias presentes nos alimentos, diminuindo a possibilidade de causar infecções como gastroenterites. Algumas orientações:

- não é permitido trazer alimentos de fora do hospital durante a internação;
- consuma os alimentos dentro do prazo que consta na etiqueta de validade;
- consuma somente a água fornecida pela copa e não a use para escovação dos dentes, pois a enfermagem faz controle do que você ingere diariamente.
- não compartilhe seus alimentos e bebidas com seus familiares e acompanhantes.
- esclareça suas dúvidas com relação à alimentação com o nutricionista.

Cuide do cateter

O cateter é usado durante a internação para administrar soro, medicamentos, quimioterapia e para coletar amostras de sangue. Uma infecção de cateter pode prolongar a internação hospitalar.



Para evitar infecções deste tipo:

• não abra e não mexa nas conexões do cateter e extensões;

• solicite à enfermagem para proteger o curativo do cateter antes do banho, evitando molhá-lo;

• cuide para não deixar cair comida sobre o cateter;

• solicite à equipe de enfermagem a troca imediata do curativo do cateter sempre que estiver molhado ou sujo;

• não deixe o equipo do soro encostar no chão;

• não toque na pele próximo à região do cateter;

• observe e avise à equipe de saúde sempre que notar dor, vermelhidão, inchaço no local onde foi colocado o cateter.

Fique atento aos cuidados com as eliminações

• Limpe a tampa do vaso sanitário com desinfetante antes e após o uso.

• Caso ocorra irritação da mucosa anal, use apenas água e compressas para a higiene ou lenços umedecidos sem álcool.

• Chame a equipe de enfermagem sempre que observar urina e fezes de cor, cheiro ou aspecto anormal, antes de dar a descarga.

• Sempre que solicitado, não despeje no vaso sanitário urina, fezes e vômitos, pois a enfermagem irá medir.

• Lave as mãos sempre antes e após urinar, evacuar e fazer higiene íntima.

Outros cuidados

- Mantenha limpos todos os objetos utilizados tais como poltronas, cadeiras, celular, controle remoto e mesa de refeição.
- A restrição de visitas e acompanhantes é necessária para o controle de infecção hospitalar.
- Tome os medicamentos no horário que a Enfermagem solicitar, pois atrasos interferem na eficácia do tratamento.
- Mantenha suas unhas curtas utilizando cortador de unhas ou lixa de metal. Lembre-se de utilizar aparelhos individuais ou esterilizados para este cuidado.
- Evite usar esmaltes e acetonas, retirar cutículas, cortar cantos e provocar ferimentos.
- Quando houver queda de cabelos procure aparar o cabelo para manter a higiene do ambiente.

B) Após a alta hospitalar

Para evitar infecções em casa é importante dar continuidade a alguns cuidados iniciados no hospital e acrescentar outros, levando sempre em consideração que o propósito é impedir, ao máximo, o contato com germes, bactérias e fungos.

Higiene e conforto

- Além dos cuidados já mencionados em relação à higiene das mãos, lembre-se de lavá-las após atividades de troca do lixo, manuseio de alimentos e contato direto com animais.
- Troque diariamente a roupa íntima.

• Troque de pijama duas vezes por semana ou quando for preciso.

• Ande de calçados limpos.

Alimente-se com segurança

• É necessário seguir as orientações para a prática segura nos processos de manipulação e preparo dos alimentos.

• Observe a data de validade e a integridade das embalagens dos alimentos industrializados e mantenha o uso individual.

• Prepare porções pequenas e não guarde as sobras para comer depois. Mesmo dentro do refrigerador, o alimento pode desenvolver micróbios.

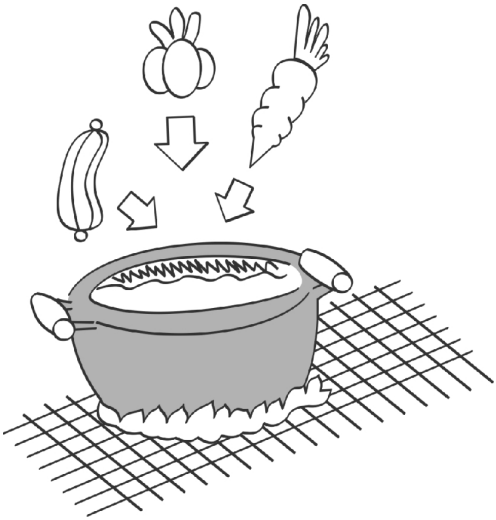
• Lave bem as frutas antes de descascar.

• Evite consumo de carne assada em carvão.

• Evite o chimarrão, pois pode haver fungos tanto na erva, quanto na cuia e na bomba.

• Evite alimentos que você não sabe como foram preparados ou armazenados.

• Use água fervida ou mineral para preparar as refeições. Não usar água mineral acima de 20l, pelo risco de contaminar pelo tempo que irá ser utilizada.



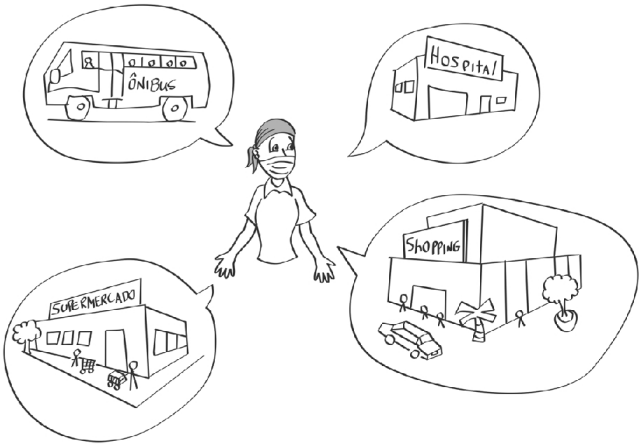
Mantenha a casa limpa

Cuidar da higiene de sua casa é tão importante quanto cuidar do seu corpo. Essa tarefa deve ser feita preferencialmente por outra pessoa e você deve permanecer afastado do local que está sendo limpo. Se você precisar fazer o trabalho, utilize máscara e luvas.

- Limpe diariamente a casa.
- Retire a poeira de móveis, prateleiras e chão, com pano úmido. Evite o uso de espanador e vassouras.
- Mantenha os cômodos bem arejados.
- Troque as roupas de cama uma vez por semana, as toalhas de banho e de rosto duas vezes por semana, ou mais se necessário.
- Evite o contato direto ou muito próximo com plantas e flores, devido ao risco de contaminações por fungos.

Proteja-se

Evite locais com muitas pessoas, pouco ventilados, bem como o contato com pessoas com suspeita de doenças infecciosas.



A diminuição do número de neutrófilos torna o indivíduo mais frágil para o desenvolvimento de doenças. Por isso, use máscara:

- sempre que entrar no hospital, ônibus, elevador ou qualquer outro local fechado;
- quando estiver perto de pessoas com doenças contagiosas;
- quando estiver em contato com poeira.

Tenha cuidado no contato com animais

Os animais podem ser portadores de parasitas, fungos ou estarem doentes. Portanto:

- mantenha seu animal limpo e com as vacinas em dia;
- em caso de contato direto, lave bem as mãos.

Cuide da pele

A pele é um dos órgãos que sofre com a diminuição das defesas do organismo, ficando mais frágil, sensível a queimaduras, irritação e escurecimento, principalmente após a realização de quimioterapia. Por isso:

- use protetor solar a partir do fator 30 ao sair de casa;
- use boné, chapéu ou lenço para proteger a cabeça e o rosto;
- evite sair nos horários de sol forte, principalmente no verão, das 10h às 16h;
- evite entrar em piscinas, mar, riachos, rios e banheira.

Faça sexo com camisinha

Relações sexuais são permitidas, desde que liberadas pela equipe de saúde.

- Use sempre camisinha.
- Evite o sexo anal para impedir contato com resíduos fecais e o sexo oral devido à quantidade de germes presentes na boca.

Tome os medicamentos

Para a efetividade do tratamento, é importante tomar os medicamentos prescritos, nos horários e doses certas e cuidar para que estejam dentro do prazo de validade.

O uso correto das medicações possibilita diminuição dos riscos de infecção e dos sintomas como dor, náuseas e vômitos.

Mantenha os medicamentos em sua embalagem original e guarde em local fresco, seco e protegido da luz. Não os deixe em locais úmidos como banheiro ou cozinha, pois eles podem perder suas propriedades.

Mantenha fora do alcance de crianças e animais para evitar ingestão acidental.

Não misture álcool com medicamentos.

Fracionamento: Somente comprimidos sulcados podem ser fracionados. As demais formas farmacêuticas (cápsulas, drágeas, comprimidos revestidos) não devem ser fracionados. Caso seja necessário, converse com o farmacêutico.

Sulco de divisão

Comprimido sulcado

Procure o posto de descarte mais próximo do seu domicilio para descartar medicamentos vencidos ou que possam estar estragados.

Evite quedas e ferimentos

Mesmo que os níveis de neutrófilos tenham aumentado, os níveis de plaquetas e hemácias levam um tempo maior para voltarem à normalidade. Cabe lembrar que uma queda pode provocar sangramentos e ferimentos graves ou mesmo fatais. Por isso, tome cuidado!

- Use chinelos de borracha durante o banho.
- Evite atividades de impacto e/ou muito cansativas.

Compareça às consultas

O acompanhamento ambulatorial com sua equipe de saúde é muito importante. Para você se recuperar plenamente após a alta hospitalar:

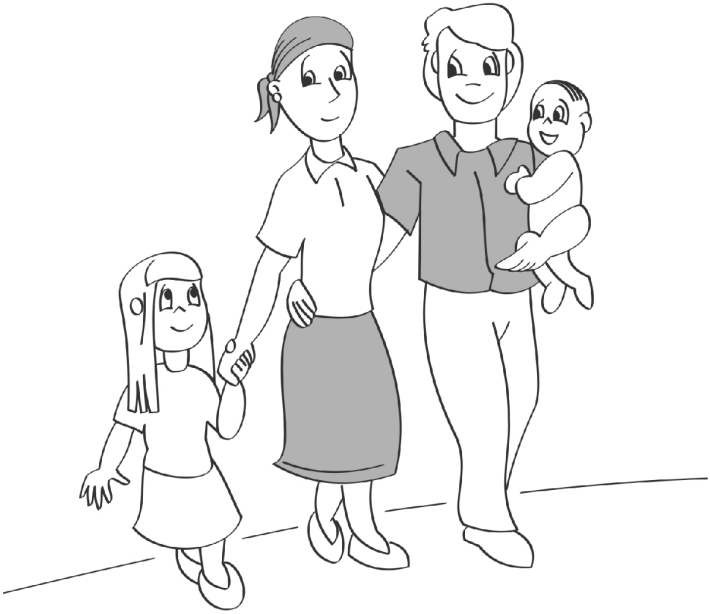
- anote em algum lugar visível a data e a hora das consultas ou peça a algum amigo ou familiar para lembrá-lo das consultas;
- qualquer problema ou dúvida entre em contato com sua equipe de saúde;
- traga nas consultas as receitas dos medicamentos em uso e os exames realizados.

Finalizando

Este manual procurou abordar alguns cuidados e ações que podem ajudar você a alcançar e manter uma qualidade de vida melhor amenizando e evitando problemas relacionados à baixa imunidade.

A família tem um papel muito importante na recuperação do paciente,

tanto quando estimula a seguir as orientações recebidas, quanto participa e colabora com os cuidados descritos neste manual.



Anotações

Coordenadoria de Comunicação do HCPA -novembro/24 - PES 131 - 305653
Aprovado pelo Conselho Editorial em novembro/24

SERVIÇO DE ENFERMAGEM CARDIOVASCULAR, NEFROLOGIA E IMAGEM
SERVIÇO DE ENFERMAGEM ONCO-HEMATÓLOGICA

Rua Ramiro Barcelos, 2350
Largo Eduardo Z. Faraco
Porto Alegre/RS 90035-903
Fone (51) 3359.8000
www.hcpa.edu.br