ORIENTAÇÃO AO PACIENTE · RADIOTERAPIA

Radioterapia na Pelve: Cuidados com Intestino e Bexiga

Para quem faz radioterapia da próstata, da bexiga, do reto ou de órgãos ginecológicos

A bexiga e a parte final do intestino ficam perto da área tratada e costumam reagir. Os sintomas em geral **começam após 2 a 3 semanas** de sessões, podem aumentar até o fim e **melhoram aos poucos nas semanas seguintes** (em esquemas curtos, de poucas sessões, podem aparecer só nos dias ou semanas depois da última aplicação): urinar mais vezes (inclusive à noite), urgência, ardência, jato fraco; intestino solto, gases, cólica, urgência para evacuar, sensação de evacuação incompleta e irritação no ânus (com um pouco de sangue vivo no papel). Conte tudo à equipe na consulta semanal.

> Quantidade de água, preparo, dieta e remédios são definidos pela **sua equipe de radioterapia**. Se a orientação dela for diferente desta folha, siga a equipe. Cuidados com a pele: ver a orientação sobre pele na radioterapia (drviniciuscarrera.com.br/radioterapia-pele). Tratamento ginecológico: siga também as orientações da equipe sobre a vagina, como o uso de dilatador.

FAÇA ANTES DE CADA SESSÃO

Bexiga cheia	Se o serviço pedir: urine e beba a quantidade de água orientada, no tempo combinado. Confortavelmente cheia, sem chegar à dor.
Reto vazio	Tente evacuar antes. Laxativo ou supositório só se o serviço indicar, exatamente como orientado. Evite alimentos que dão gases antes da sessão.
Mesma rotina	Repita o preparo do mesmo jeito todos os dias. Usa diurético ou tem restrição de líquidos? Avise a equipe; não mude remédios por conta própria.
Não falte	Atrasos podem diminuir a eficácia. Pausas, quando necessárias, são decididas pela equipe.

PREFIRA ALIMENTAÇÃO E BEBIDAS

Refeições	Regulares e menores, 5 a 6 vezes ao dia, com proteína (ovo, frango, peixe, carne magra). Sem jejum e sem dietas radicais por conta própria.
Fibras solúveis	Aveia, maçã e pera sem casca, arroz branco, batata e cenoura cozidas, banana. **Restrição de potássio?** Banana, batata e água de coco só com liberação da equipe.
Água	Distribuída ao longo do dia, na quantidade orientada (respeite restrição por coração ou rins). Se levanta muitas vezes à noite, beba menos nas 2 horas antes de deitar.

EVITE O QUE IRRITA INTESTINO E BEXIGA

Bexiga	Café, chá preto, chá-mate, bebida alcoólica, refrigerantes e bebidas com gás, frutas e sucos cítricos, apimentados.
Gases	Se houver gases ou cólica, reduza feijão, grão-de-bico, lentilha, repolho, brócolis, couve-flor, cebola crua.
Com diarreia	Fibra dura (cascas, bagaço, folhas cruas, integrais, milho, sementes, oleaginosas), frituras, carnes gordas e embutidos. Leite: reduza ou prefira sem lactose se piorar.
Por conta própria	Antidiarreico, remédio para ardência, pomada para hemorroidas e laxativo só com prescrição. Probióticos com lactobacilos: alguns estudos sugerem benefício, mas a evidência é limitada; pergunte antes, principalmente em quimioterapia.

FAÇA HIGIENE E DEPOIS DO TRATAMENTO

Região anal	Depois de evacuar, lave com água morna ou use lenço sem álcool e sem perfume; seque com toques leves, sem esfregar. Banho de assento morno se a equipe orientar.
Efeitos tardios	Meses ou anos depois pode surgir **sangue pelo ânus ou na urina** (proctite ou cistite actínica). Costuma ser leve e tratável, mas avise sempre a equipe.
Exames	Antes de colonoscopia, biópsia do reto, cistoscopia ou cirurgia urológica, **informe que fez radioterapia na pelve**.

PRONTO-SOCORRO IMEDIATAMENTE se não conseguir urinar, tiver sangramento volumoso (com coágulos) pelo ânus ou na urina, febre com calafrios ou tremores, diarreia com febre, dor abdominal forte, ou desidratação (tontura ao levantar, fraqueza intensa, urina muito escassa ou escura). **Em quimioterapia junto:** febre de 37,8°C ou mais é sempre urgência imediata.

AVISE A EQUIPE NO MESMO DIA se tiver diarreia de 7 ou mais evacuações por dia acima do habitual ou que não melhora com o plano combinado (**em quimioterapia junto: avise já com 4 ou mais evacuações acima do habitual e avise a equipe antes de tomar o próximo comprimido de quimioterapia, porque pode ser preciso ajustar a dose**); sangue nas fezes ou na urina que não seja só um pouco de sangue vivo no papel, que aumenta ou que persiste por mais de um ou dois dias; febre (37,8°C ou mais), ardência intensa ao urinar com febre, jato muito fraco com bexiga que não esvazia, ou dificuldade de comer e beber.

Aviso: este material tem finalidade exclusivamente educativa e não substitui a consulta, o diagnóstico ou a orientação individualizada do seu médico e da equipe de radioterapia. As recomendações podem ser ajustadas conforme a região tratada, as suas condições de saúde e os tratamentos em uso.

Dr. Vinicius Carrera Souza
Oncologista Clínico · CRM-BA 17.258 · RQE 8334

Versão online e atualizada:
drviniciuscarrera.com.br/radioterapia-pelve