

Alimentação durante o tratamento oncológico infanto-juvenil

Gerliane Cavalcante
Nutricionista da Casa Durval Paiva
nutricionista@caccdurvalpaiva.org.br

Os alimentos desempenham diversas funções no organismo, sendo agrupados de acordo com as funções que exercem. Dessa forma, não existe nenhum alimento que seja completo, que sozinho forneça tudo o que nosso organismo precisa para ter um bom funcionamento. É necessária uma alimentação diária variada para contemplar todos os grupos alimentares e ingerir uma dieta equilibrada.

Crianças e adolescentes em tratamento oncológico poderão apresentar efeitos colaterais que muitas vezes influenciam diretamente na ingestão alimentar. Dentre eles estão a anorexia (falta de apetite), presença de ulceração na boca como mucosite e estomatite, náuseas, vômitos, diarreia e constipação.

Caso o paciente apresente algum efeito colateral, algumas mudanças no comportamento e hábitos alimentares diários podem auxiliar no combate desses sintomas, tais como: fazer seis refeições diariamente, em pequenos volumes, não passando mais que três horas sem se alimentar; comer devagar, mastigando bem os alimentos, evitando ingerir líquidos durante as refeições e deitar logo após as mesmas.

Para uma melhor aceitação da comida é importante respeitar os gostos e preferências do paciente e, quando necessário, a consistência da dieta pode ser modificada. A alimentação deve ser variada e os alimentos bem apresentados, a fim de se evitar monotonia.

Devem ser priorizados alimentos de fácil digestão, evitando os gordurosos e frituras em geral, além dos embutidos (salsicha, lingüiça, presunto, mortadela e carnes em conserva). Os alimentos irritantes (muito condimentados e ácidos) também devem ser evitados, assim como as bebidas gaseificadas (refrigerantes e água tônica) e os crustáceos em geral (camarão, caranguejo e lagosta).

A temperatura e o cheiro são outros itens a serem observados. É interessante dar preferência a alimentos frios, gelados ou em temperatura ambiente e evitar aqueles de odores fortes, sendo interessante afastar o paciente da cozinha durante o preparo dos alimentos.

As sessões de tratamento não devem ser iniciadas com o paciente em jejum. O ideal é fazer refeições leves antecipadamente. Caso os efeitos colaterais estejam dificultando a ingestão adequada da alimentação, o profissional nutricionista poderá adicionar um suplemento nutricional à dieta no intuito de melhorar a ingestão de nutrientes.

O acompanhamento nutricional do paciente oncológico atendido na Casa Durval Paiva acontece mensalmente, partindo da avaliação nutricional, sendo focalizado a anamnese alimentar (história do paciente), a antropometria, os sinais clínicos e os exames bioquímicos. As orientações dietoterápicas são feitas de acordo com o diagnóstico e particularidade de cada criança ou adolescente, havendo fornecimento de suplementos nutricionais para os casos em que haja necessidade.

O tratamento do câncer é complexo e leva a alterações físicas, psicológicas e sociais. Uma boa nutrição é importante e vital para o indivíduo, sendo essencial nesta fase. Lembrando que a quantidade de alimento a ser ingerido varia de indivíduo para indivíduo, pois cada um tem suas necessidades, sendo indispensável à orientação e acompanhamento do nutricionista. Pacientes oncológicos com bons hábitos alimentares podem ter mais disposição para enfrentar os efeitos colaterais do tratamento, adquirir menos infecções e estar apto a ter uma vida normal.