

Mantendo seu Rim Único Saudável

Os rins são órgãos vitais responsáveis por filtrar os resíduos do sangue, controlar a pressão arterial e estimular a produção dos glóbulos vermelhos. Alguns tratamentos de câncer infantil incluem a remoção de um dos rins (nefrectomia). Apesar de ser possível viver uma vida saudável com um rim só, é necessário ter alguns cuidados para deixar o rim remanescente o mais saudável possível.

Quais são as recomendações de seguimento médico?

- **Passar por consulta médica pelo menos uma vez no ano.** Ela deve incluir a aferição de pressão arterial e análise de urina.
- **Faça um exame de sangue para verificar a função renal (ureia, creatinina) e eletrólitos (sais e minerais do sangue) na sua primeira consulta de acompanhamento de longo prazo** (pelo menos 2 anos após concluir o tratamento do câncer) e, em seguida, faça exames anuais para monitorar a função renal.
- Caso você apresente pressão alta, presença de proteínas na urina ou algum outro sinal de lesão renal, você deverá ser **avaliado por um nefrologista** (médico especialista em rim).

O que eu posso fazer para manter meu rim saudável?

- **Beber muita água**, especialmente quando estiver praticando atividade física, sob o sol ou se o tempo estiver quente.
- **Ligar para seu profissional de saúde imediatamente caso esteja com sintomas de infecção do trato urinário** (queimação quando urinar, aumento da frequência das micções, sensação de urgência para urinar)
- **Checar com seu médico ou farmacêutico antes de fazer uso de novas medicações** (prescrições duvidosas ou de produtos herbais). Assegure-se que o prescritor ou farmacêutico está ciente de que você possui um rim só.
- **Use anti-inflamatórios não esteroides com cautela.** Isso inclui medicamentos para dor ou febre (de venda livre e com receita) que contêm aspirina, ibuprofeno ou naproxeno. Esses medicamentos são conhecidos por causar danos renais (nefropatia analgésica), especialmente quando tomados em altas doses ou por longos períodos de tempo (mais de 10 dias). Se você precisar de medicamentos a longo prazo para o controle da dor, certifique-se de discutir as alternativas com seu médico e escolher medicamentos que sejam seguros para seus rins.
- **Atividade física, incluindo esportes, são bons para sua saúde.** Injúrias renais por esporte são incomuns e raramente cursam com dano renal permanente ou perda do rim. Em geral, a maioria das atividades físicas apresentam pouco ou nenhum risco de

dano ao rim e são fortemente recomendadas para manter uma boa saúde. Converse com seu médico sobre a saúde do seu rim para ajudar a decidir sobre participar ou não de certos esportes.

- **Danos renais sérios são raros.** Quando ocorrem, geralmente são causados por acidentes automobilísticos ou quedas. Para proteger o seu rim único, sempre use cinto de segurança ao andar em qualquer transporte. O cinto deve ficar ao redor do quadril, não da cintura. Caso você se envolva em algum acidente e exista a suspeita de dano renal, procure um médico imediatamente.

Existem outros fatores de risco de problemas renais?

Alguns tratamentos para o câncer infantil podem machucar o rim. Eles incluem a radiação direcionada ao rim, alguns quimioterápicos que afetam o rim (cisplatina, carboplatina e/ou ifosfamida), outras medicações que afetam o rim (alguns antibióticos ou medicações usadas para tratamento de doença do enxerto contra o hospedeiro) ou drogas usadas durante o período de transplante de células hematopoéticas. Além disso, outros fatores de risco que podem aumentar a chance de problema renal incluem algumas condições médicas como pressão alta, diabetes, alterações do trato urinário como infecções de repetição, refluxo urinário ou remoção da bexiga (cistectomia). Caso você tenha algum destes fatores de risco, por favor leia o link de Saúde Renal.

Escrito por: Wendy Landier, PhD, CPNP, Children's Hospital of Alabama, Birmingham, AL.

Revisado por: Maki Okada, CPNP, FNP-BC, CPON®, Miller Children's and Women's Hospital Long Beach, Long Beach, CA.

Analisado por: Kayla L. Foster, MD, MPH; and Melissa Acquazzino, MD, MS.

Traduzido por: Isabela R. Neves, MD; Luiza D. P. Pacheco e Silva, MD, Hospital do GRAACC, São Paulo-SP, Brazil.

Traducción revisada por: Monica Cypriano, MD, Hospital do GRAACC, São Paulo-SP, Brazil.

Este texto foi adaptado da versão original em inglês (Americano) das Diretrizes de Acompanhamento a Longo Prazo de Sobreviventes de Cânceres na Infância, Adolescência e Início da Idade Adulta do Children's Oncology Group (COG), Versão 6.0, e dos Links de Saúde relacionados, traduzidos para Português Brasileiro com a autorização do COG. Nem o COG, nem suas organizações, pesquisadores ou outras pessoas afiliadas são responsáveis por erros de tradução ou interpretações incorretas contidas em quaisquer versões traduzidas. Observe que qualquer isenção de responsabilidade contida na versão original é incorporada por referência às versões traduzidas mencionadas acima. A versão original das Diretrizes de Acompanhamento a Longo Prazo de Sobreviventes de Cânceres na Infância, Adolescência e Início da Idade Adulta do COG e os Links de Saúde relacionados podem ser baixados em www.survivorshipguidelines.org.

Informações adicionais sobre saúde para sobreviventes de câncer infantil estão disponíveis em www.survivorshipguidelines.org

Nota: Ao longo desta série de *Links de Saúde*, o termo "câncer infantil" é usado para designar cânceres pediátricos que podem ocorrer durante a infância, adolescência ou início da vida adulta. Os Links de Saúde foram criados para fornecer informações sobre saúde para sobreviventes de câncer pediátrico, independentemente de o câncer ter ocorrido durante a infância, adolescência ou início da vida adulta.

Aviso de Isenção de Responsabilidade e Direitos de Propriedade

Introdução às Diretrizes de Efeitos Tardios e Links de Saúde: As *Diretrizes de Acompanhamento a Longo Prazo para Sobreviventes de Câncer na Infância, Adolescência e Início da Idade Adulta* e os *Links de Saúde* que as acompanham foram desenvolvidos pelo Children's Oncology Group como um esforço colaborativo do Comitê de Efeitos Tardios e da Disciplina de Enfermagem, e são mantidos e atualizados pelo Comitê Central das Diretrizes de Acompanhamento a Longo Prazo do Children's Oncology Group e seus Grupos de Trabalho associados.

Aos pacientes com câncer (e, no caso de crianças, seus pais ou responsáveis legais): Por favor, consultem um médico ou outro profissional de saúde qualificado para esclarecer quaisquer dúvidas que possam ter sobre uma condição médica e não se baseiem apenas no conteúdo informativo. O Children's Oncology Group é uma organização de pesquisa e não oferece atendimento ou tratamento médico individualizado.

Aos médicos e demais profissionais de saúde: O conteúdo informativo não se destina a substituir julgamento clínico independente e aconselhamento médico nem a excluir outros critérios legítimos para triagem, aconselhamento de saúde ou intervenção para complicações específicas do tratamento do câncer infantil. O conteúdo informativo também não se destina a excluir outros procedimentos alternativos de acompanhamento. O conteúdo informativo é fornecido como uma cortesia, mas não se destina a ser a única fonte de orientação na avaliação de sobreviventes de câncer infantil. O Children's Oncology Group reconhece que as decisões específicas sobre o cuidado do paciente são prerrogativa do paciente, da família e do profissional de saúde.

O Conteúdo Informativo, o Children's Oncology Group, ou qualquer parte afiliada ou membro do Children's Oncology Group, não endossa quaisquer testes, produtos ou procedimentos específicos.

Ausência de garantia de exatidão ou integridade: Embora o Children's Oncology Group tenha feito todos os esforços para garantir que o Conteúdo Informativo seja preciso e completo na data de publicação, nenhuma garantia ou declaração, expressa ou implícita, é feita quanto à exatidão, confiabilidade, integridade, relevância ou atualidade de tal Conteúdo Informativo.

Isonção de Responsabilidade por Parte do Children's Oncology Group e Partes Relacionadas/Acordo de Indenização e Exoneração do Children's Oncology Group e Partes Relacionadas: O Children's Oncology Group ou qualquer parte afiliada ou membro deste não assume qualquer responsabilidade por danos resultantes do uso, revisão ou acesso ao Conteúdo Informativo. Você concorda com os seguintes termos de indenização: (i) "Partes Indenizadas" incluem autores e colaboradores do Conteúdo Informativo, todos os diretores, representantes, funcionários, agentes e membros do Children's Oncology Group e organizações afiliadas; (ii) ao usar, revisar ou acessar o Conteúdo Informativo, você concorda, às suas próprias custas, em indenizar, defender e exonerar as Partes Indenizadas de quaisquer perdas, responsabilidades ou danos (incluindo honorários advocatícios e custas judiciais) resultantes de quaisquer reivindicações, ações judiciais, processos ou demandas relacionados ou decorrentes do uso, revisão ou acesso ao Conteúdo Informativo.

Direitos de Propriedade: O Conteúdo Informativo está sujeito à proteção das leis de direitos autorais e outras leis de propriedade intelectual nos Estados Unidos e em todo o mundo. O Children's Oncology Group detém os direitos autorais exclusivos e outros direitos, títulos e interesses sobre o Conteúdo Informativo e reivindica todos os direitos de propriedade intelectual disponíveis por lei. Você concorda em ajudar o Children's Oncology Group a garantir todos os direitos autorais e de propriedade intelectual em benefício do Children's Oncology Group, tomando medidas adicionais posteriormente, que podem incluir a assinatura de termos de consentimento e documentos legais e a limitação da disseminação ou reprodução do Conteúdo Informativo.