

Quadro 1

Diarreia

- Ingerir pequenas quantidades de alimentos ao longo do dia, em vez de refeições pesadas;
- **Evitar alimentos fritos, gordurosos e picantes;**
- Hidratação adequada: evitar bebidas alcoólicas, gaseificadas, chá, café e sumos artificiais;
- **Ingerir líquidos lentamente, em pequenas quantidades, mas várias vezes ao dia mantendo uma boa hidratação;**
- Evitar bebidas muito frescas; os líquidos devem estar preferencialmente à temperatura ambiente;

- **Evitar o leite e os laticínios, caso agravem a diarreia;**
- Ingerir alimentos com baixo teor de fibras, como por exemplo: pão branco, arroz branco ou massa, bananas maduras, fruta enlatada ou cozida sem casca, ovos, puré de batata ou batata assada sem casca, puré de legumes, peixe, frango ou peru sem pele
- **Evitar alimentos com alto teor de fibra que podem causar também cólicas: pão e cereais integrais, legumes crus, feijões, frutos secos, sementes, pipocas e alguns frutos frescos (ameixa, laranja, kiwi).**

Náuseas e vômitos

- Ingerir líquidos, pelo menos uma hora antes e depois das refeições, em vez de beber às refeições;
- Comer lentamente; mastigar bem os alimentos para uma melhor digestão;
- **Evitar odores muito fortes: cozinhados, fumo, perfume;**
- Ingerir os alimentos mais frios ou à temperatura ambiente para não sentir os cheiros mais intensamente;
- **Para os casos de náusea matinal, ingerir alimentos secos, como por exemplo, cereais, tostas, crackers antes de se levantar;** Comer cubos de gelo ou rebuçados quando sentir náuseas e respirar fundo e lentamente.

ALTERAÇÕES HEPÁTICAS

Necessidade de realizar análises antes e após o início do tratamento.

Atenção
Informe o seu médico sempre que haja alteração da sua medicação habitual.



Informação

Nintedanib

Para que serve o Nintedanib?
O Nintedanib é utilizado no tratamento de Fibrose Pulmonar Idiopática (FPI), ligeira a moderada nos adultos.

Como deve ser administrado?
A dose é de 150mg, duas vezes por dia, administrada em intervalo de 12 horas. Poderá ser reduzida para 100mg, duas vezes por dia, se os efeitos secundários forem intoleráveis, mas sempre com indicação médica.

As cápsulas devem ser tomadas às refeições (pequeno-almoço e jantar), se possível sempre à mesma hora.



SÃO JOÃO

Serviço de Pneumologia

Centro Hospitalar de **São João**, E.P.E.
Alameda Professor Hernâni Monteiro
4200-319 Porto
www.chsj.pt



Durante quanto tempo deve ser mantido o tratamento?

A duração do tratamento é determinada pelo seu médico, assim como a sua interrupção.

O que fazer se esquecer uma toma?

Caso se esqueça de uma toma deve avançá-la e fazer a toma seguinte à mesma hora.

Quais são os efeitos secundários mais comuns?

- Diarreia
- Náuseas (sensação de enjojo) e vómitos
- Dor abdominal
- Apetite diminuído
- Perda de peso
- Aumento das enzimas hepáticas
- Hemorragia
- Hipertensão

Como podem ser geridos os efeitos secundários?

DIARREIA

É o efeito indesejável mais comum. Geralmente, é de intensidade ligeira a moderada e é mais frequente nos três primeiros meses de tratamento.

1. Na consulta, quando iniciar o tratamento, o médico informa-lo-á da medicação que pode fazer para a diarreia (p.e. loperamida).



A dose poderá ser reduzida para 100mg, 2x/dia, ou a terapêutica suspensa.

2. Cuidados com a alimentação

- Hidratação adequada
- Evitar determinados alimentos e bebidas (ver quadro 1).

3. Não tomar outra medicação sem indicação médica (efeito laxante).

NÁUSEAS E VÓMITOS

1. O seu médico também lhe poderá indicar algum fármaco para estes sintomas.

Se estes sintomas persistirem deverá contactar o médico. A dose poderá ser reduzida para 100mg, 2x/dia ou o tratamento suspenso.

2. Cuidados com a alimentação

- Hidratação adequada;
- Evitar determinados alimentos e bebidas (ver quadro 1).

3. Medidas de conforto

- Usar roupas largas;
- Após as refeições, pode descansar numa cadeira, evitando deitar-se duas horas após o fim das mesmas.