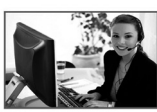
Vivian C. Santos Coski de Melo | Igor Renato L. B. de Abreu

ONCOLOGIA INTEGRATIVA

Um novo olhar para o câncer



EDITORA ATHENEU CULTURA



SAL

SERVIÇO DE ATENDIMENTO AO LEITOR

Tel.: 08000267753

www.atheneu.com.br

(21) 99165-6798 Facebook.com/editoraatheneu Twitter.com/editoraatheneu Youtube.com/atheneueditora

ONCOLOGIA INTEGRATIVA

Um novo olhar para o câncer

EDITORES

VIVIAN C. SANTOS COSKI DE MELO

IGOR RENATO L. B. DE ABREU

Atheneu

Rio de Janeiro • São Paulo

2021

EDITORA ATHENEU

São Paulo	—	*Rua Avanhandava, 126 – 8º andar* *Tel.: (11)2858-8750* *E-mail: atheneu@atheneu.com.br*
Rio de Janeiro	—	*Rua Bambina, 74* *Tel.: (21)3094-1295* *E-mail: atheneu@atheneu.com.br*

CAPA: Equipe Atheneu
PRODUÇÃO EDITORIAL/DIAGRAMAÇÃO: Villa d'Artes

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ

O67
2. ed.

Oncologia integrativa : um novo olhar para o câncer / editores Vivian C. Santos Coski de Melo, Igor Renato L. B. de Abreu ; [colaboração Adeli Lino Alfano ... [et al.]]. - 1. ed. - Rio de Janeiro : Atheneu, 2021.
168 p. ; 21 cm.

Inclui bibliografia e índice
ISBN 978-65-5586-285-0

1. Medicina integrativa. 2. Oncologia. 3. Câncer - Pacientes - Cuidado e tratamento. 4. Bem-estar. 5. Qualidade de vida. I. Melo, Vivian C. Santos Coski de. II. Abreu, Igor Renato L. B. de. III. Alfano, Adeli Lino.

21-71776

CDD: 616.994
CDU: 616-006

Leandra Felix da Cruz Candido - Bibliotecária - CRB-7/6135

30/06/2021 30/06/2021

MELO, V. C. S. C.; ABREU, I. R. L. B.
Oncologia Integrativa – Um Novo Olhar para o Câncer

© Direitos reservados à EDITORA ATHENEU – Rio de Janeiro, São Paulo, 2021.

Editores

Vivian C. Santos Coski de Melo

Médica Especialista em Cancerologia e Clínica Médica pelo Hospital do Servidor Estadual de São Paulo (IAMSPE). Título de Especialista em Cancerologia Clínica e em Oncologia Clínica. Oncologista da Oncocenter em São Paulo. Sócia Fundadora do Instituto Trismegisto de Medicina Integral.

Igor Renato L. B. de Abreu

Doutor em Ciências pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP). Médico Cirurgião Torácico pela FMUSP. Membro da *International Association for Study of Lung Cancer* (IALSC). Pós-graduado em Acupuntura Médica pela Associação Médica Brasileira de Acupuntura (AMBA). Sócio Fundador do Instituto Trismegisto de Medicina Integral.

Colaboradores

Adeli Lino Alfano

Coordenadora da Residência Médica de Anestesiologia do Grupo de Anestesiologistas Associados Paulista (GAAP). Pós-graduada em Avaliação e Tratamento Interdisciplinar da Dor.

Aldo Toschi

Dermatologista. Sócio Efetivo e Conselheiro das Sociedades de Dermatologia e Cirurgia Dermatológica. Coordenador do Grupo de Oncodermatologia do Instituto Brasileiro de Controle do Câncer (IBCC).

Alisson Ribeiro

Atua em São Paulo e Itapecerica da Serra/SP com Desintoxicação em Drogadição. Formado em Medicina pela Universidade Iguaçu/RJ (Unig). Pós-graduado em Análises Clínicas e Toxicológicas pela Faculdade Oswaldo Cruz/SP.

Anne Rose Ebbinghaus Carrari

Paciente de câncer de ovário desde 2015. Graduanda em Saúde Pública pela Universidade de São Paulo (USP). Voluntária no Instituto Oncoguia.

Cesar Augusto Pastori Blanco

Cofundador da Legal Online Mediation (LEONM) – Plataforma global 100% online de mediação de conflitos interempresariais. Advogado colaborativo, mediador de conflitos, pesquisador de estudos de paz, administrador de empresas com ênfase em Tecnologia da Informação (TI) e empreendedor social. Mestrando na Cátedra da Unesco para Estudos de Paz, Desenvolvimento, Segurança e Transformação Internacional de Conflitos na Universidade de Innsbruck.

Cinthia Passos Damasceno

Anestesiologia na Faculdade de Medicina do ABC com Título de Especialista SBA. Pós-graduação em Avaliação e Tratamento Interdisciplinar da Dor no Hospital Sírio-Libanês (HSL), com Título de Especialista pela Associação Médica Brasileira (AMB).

Cristina Bianchi

Especialista em Ginecologia e Obstetrícia pela Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo). Pós-graduação em Medicina Estética pelas Faculdades BWS. Residência Médica em Ginecologia e Obstetrícia no Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (HCFMUSP).

Elias Khadira

Orientador de meditação. Membro da equipe terapêutica do Ponto de Luz – Centro de Realização do Ser.

Fábio Puentes

Hipnólogo colaborador do Departamento de Neurologia do Grupo de Dor do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (HCFMUSP). Hipnólogo Clínico. Ph.D. em Hipnose Clínica pela Universidade Privada Navarra, Espanha, com chancela autenticada em cartório da Comunidade Europeia.

Giovana Abete

Formada em Educação Física pelas Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU). Pós-graduada em Atividade Física Adaptada e Saúde (FMU).

Igor Renato L. B. de Abreu

Doutor em Ciências pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP). Médico Cirurgião Torácico pela FMUSP. Membro da International Association for Study of Lung Cancer (IALSC). Pós-graduado em Acupuntura Médica pela Associação Médica Brasileira de Acupuntura (Amba). Sócio Fundador do Instituto Trismegisto de Medicina Integral.

Isaac Soares do Nascimento

Ex-paciente de câncer de testículo. Fundador do Clube Oncológico (programa *online* para reduzir a fadiga oncológica e ajudar mulheres com câncer de mama). Palestrante motivacional com participação em campanhas nacionais no combate ao câncer. Voluntário do Oncoguia. Bacharel em Educação Física. Especialista em fisiologia do exercício com ênfase em grupos especiais. Formação em Pilates e vários cursos de capacitação.

Karina Moreira Silva de Abreu

Médica Pediatra. Especialista em Hematologia Infantil pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP). Membro associado da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). Pós-graduada em Acupuntura Médica pela Associação Médica Brasileira de Acupuntura (Amba). Sócia Fundadora do Instituto Trismegisto de Medicina Integral.

Leandro Abete

Graduado em Educação Física com Excelência e Cidadania pela Organização Santamarense de Educação e Cultura (OSEC/SP). Pós-graduado em Educação Motora pelas Faculdades Integradas de Santo André e Universidade Estadual de Campinas (Fefisa/Unicamp). Diretor Técnico da L A Ciência & Esporte. Treinador voluntário da Associação Talentos do Capão. Treinador especializado em *Training Peaks*.

Natália Torchio

Terapeuta holística com formação em Constelação Familiar, Reiki, Thetahealing®, Meditação e Terapia de Florais. Pós-graduação em Comunicação pela Escola Superior de Propaganda e Marketing (ESPM). Graduação em Relações Internacionais pela Fundação Armando Alvares Penteado (FAAP).

Simone Tamae Kikuchi

Nutricionista. Líder de Nutrição das Unidades Oncológicas do Hospital Sírio-Libanês (HSL). Coordenadora do grupo de estudos NutriOnco. Especialista em Nutrição em Doenças Cronicodegenerativas pelo Hospital Israelita Albert Einstein (HIAE), com aprimoramento em Nutrição Oncológica pelo Instituto Adriana Garófolo (IAG). Especialista em preceptoria com aperfeiçoamento em processos educacionais para adultos pelo HSL.

Taluana Helena El Jamel

Fisioterapeuta no Serviço Social da Indústria (Sesi/SP). Movimentadora no Congresso "Todos Juntos Contra o Câncer" (TJCC). Ex-paciente de câncer de mama.

Thiago José Martins Gonçalves

Médico Nutrólogo. Especialista em Nutrologia pela Associação Brasileira de Nutrologia (ABRAN). Especialista em Terapia Nutricional Parenteral e Enteral pela Brazilian Society of Parenteral and Enteral Nutrition (BRASPEN). Doutorado em Ciências Médicas pela Universidade Nove de Julho. Coordenador Clínico das Equipes Multidisciplinares em Terapia Nutricional (EMTNs) dos Hospitais Sancta Maggiore. Tutor Nacional de Nutrologia da Rede Prevent Senior.

Dedicatória

Dedicamos esta obra a todas as pessoas que têm ou tiveram câncer e que passaram pelas nossas vidas, permitindo adquirirmos mais conhecimento e nos tornarmos seres humanos melhores.

Agradecimento

Agradecemos a todos aqueles que contribuíram de alguma forma para a execução deste projeto e tornaram possível o sonho de escrever este livro, transformando-o em realidade.

Prefácio

É com grande prazer que vejo chegar ao público uma obra sobre medicina integrativa.

Infelizmente, esse termo tem sido usado com diversos e mesmo antagônicos significados, o que tem causado certa confusão e compreensível preconceito tanto por parte do público leigo como dos profissionais da área da saúde.

Integrar conhecimentos, e suas consequentes técnicas, buscando maior segurança e qualidade no tratamento, à luz da ciência e dos métodos mais recentes, é o cenário ideal.

Grupos de profissionais de saúde ao redor do mundo unem-se no esforço de verificar a eficácia de métodos chamados integrativos. Como consequência desse trabalho, tratados médicos sobre fitologia, fito-aromaterapia, aromacologia, auriculoterapia francesa, técnicas de massagem, hipnose, ventosas, acupuntura, Qi-Qong, meditação etc. baseados em evidências científicas têm sido publicados.

É importante ressaltar que determinadas técnicas chamadas de integrativas, mas que não passaram pelo crivo da verificação de eficácia científica, ou que não foram testadas sob o rigor da ciência, não devem ainda ser incluídas nesse grupo terapêutico. Devem, sim, constituir fonte de inspiração para que profissionais habilitados possam estudá-las de forma adequada. Que, no futuro, aquelas que se mostrem realmente eficazes venham a ajudar no tratamento de nossos pacientes.

Curioso notar que certas técnicas integrativas apresentam grau de evidência científica e de recomendação mais alto do que determinados tratamentos cirúrgicos ou farmacológicos que se realizam hoje em dia, alguns deles indicados em *guidelines* seriamente compilados.

Agradeço aos profissionais que se dedicam a estudar o tema, e desejo a todos uma ótima leitura.

João Carlos das Neves Pereira
Paris, 2 de fevereiro de 2021.

Apresentação

Milhões de pessoas recebem diagnóstico de câncer todos os anos. É inevitável, ao ouvirmos uma notícia como essa, ficarmos consternados. O primeiro pensamento que vem à mente é inevitável: "Será que vou morrer?".

Nesse contexto, é perfeitamente natural que doentes oncológicos busquem não só o tratamento com os profissionais especialistas no assunto mas também o "algo a mais" que poderia ajudá-los a recuperar-se mais rapidamente da doença, algo que minimize os efeitos adversos dos tratamentos e que, acima de tudo, acalme a angústia e os sentimentos ruins trazidos pela insegurança e pelas dúvidas em relação ao próprio futuro.

Esse é o cenário em que as práticas integrativas ganham força e cada vez mais adeptos no meio oncológico. Sem dúvida, existe uma gama enorme de tratamentos complementares que podem ser usados em conjunto com os tratamentos oncológicos convencionais para agregar qualidade de vida, reduzir efeitos adversos e contribuir para o bem-estar daqueles que fazem quimioterapia, terapia-alvo, imunoterapia, radioterapia e cirurgias para vencer o câncer, muitos deles com comprovação de eficácia demonstrada na literatura médica, mas é preciso se precaver contra o uso mal-intencionado de terapias ainda não comprovadas, explorando a fragilidade e a vulnerabilidade dos pacientes apenas em nome do lucro.

Como dizem os estoicos, se temos um obstáculo, devemos usá-lo como impulso para nos projetarmos adiante. Cabe aos homens mudar as adversidades que podem ser vencidas pelos homens; quanto àquilo que não podemos vencer, só nos cabe a aceitação.

Não podemos vencer a morte, então temos que aceitar o fato de que um dia ela chegará, mas isso não nos impede de buscar uma vida plena, saudável e com qualidade.

O principal objetivo deste livro é fornecer conhecimentos aos pacientes oncológicos para que busquem essa vida plena e digna, encarando o tratamento oncológico como um impulso para seguir adiante.

Esperamos que o leitor encontre nesta obra uma leitura saborosa e informativa sobre as modalidades de terapias integrativas que realmente têm comprovação de efetividade no tratamento de pacientes com câncer, e que adquira o conhecimento necessário para distingui-las do mero charlatanismo.

"Se você está sofrendo por coisas externas, não são elas que estão te perturbando, mas o seu próprio julgamento sobre elas. E está em seu poder anular esse julgamento agora."
***Marco Aurélio** (121 d. C. – 180 d. C.)*

Os editores

Sumário

1 A Importância do Cuidado Integral para os Pacientes com Câncer, 1
Vivian C. Santos Coski de Melo

2 O Uso da Medicina Integrativa no Tratamento do Câncer Infantil, 15
Karina Moreira Silva de Abreu

3 Quais São as Modalidades de Dieta Recomendadas para Pacientes com Câncer?, 19
Thiago José Martins Gonçalves

3.1 A Dieta Cetogênica e o Câncer, 27
Simone Tamae Kikuchi

4 Alimentos que Auxiliam os Efeitos Adversos do Tratamento, 31
Simone Tamae Kikuchi

4.1 Desmistificando os Alimentos, 36

5 Como Elaborar uma Dieta Balanceada durante o Tratamento do Câncer, 41
Simone Tamae Kikuchi

6 A Atividade Física na Prevenção, Tratamento e Recuperação de Pacientes com Câncer, 45
Giovana Abete
Leandro Abete

7 A Fisioterapia na Reabilitação dos Pacientes Oncológicos, 55
Taluana Helena El Jamel

8 Manejo da Dor no Paciente Oncológico, 67
Adeli Lino Alfano
Cinthia Passos Damasceno

9 Os Benefícios do Uso da Acupuntura em Pacientes Oncológicos, 73
Igor Renato L. B. de Abreu

10 Hipnose: Ferramenta Eficaz como Terapia Integrativa no Tratamento da Dor, 79
Fábio Puentes

10.1 Quais São os Tipos de Dor Que se Podem Tratar mediante o Uso da Hipnose?, 82

11 A Meditação e Sua Aplicação aos Pacientes com Doenças Crônicas, 89
Elias Khadira

12 O Que Está além da Superfície?, 95
Cesar Augusto Pastori Blanco

13 O Poder da Espiritualidade no Tratamento do Câncer, 103
Cesar Augusto Pastori Blanco

14 A Aplicação Prática da Espiritualidade na Busca da Cura, 113
Alisson Ribeiro

15 Terapias Holísticas no Tratamento do Câncer, 117
Natália Torchio

16 A Pele e as Terapias contra o Câncer, 125
Aldo Toschi

17 A Saúde Íntima da Paciente Oncológica e o Controle dos Efeitos da Menopausa, 135
Cristina Bianchi

18 Histórias Inspiradoras, 141

18.1 O Câncer Ressignificou a Minha Vida!, 141
Anne Rose Ebbinghaus Carrari

18.2 Um Convite para Conhecer a Minha História, 145
Isaac Soares do Nascimento

18.3 O Câncer como Ponto de Mutação, 149
Taluana Helena El Jamel

Índice Remissivo, 155