



DR. VICTOR BERÇOT
REUMATOLOGISTA

E-BOOK

CICLOFOSFAMIDA

NA REUMATOLOGIA

Guia completo para pacientes
sobre o tratamento e seus cuidados.



CICLOFOSFAMIDA
USO INTRAVENOSO



TRATAMENTO
COM CONFIANÇA.



GUIA DO PACIENTE • E-BOOK

Ciclofosfamida na Reumatologia

Tudo o que você precisa saber para fazer seu
tratamento com segurança e tranquilidade

Este material foi preparado pelo **Dr. Victor Berçot — Reumatologia** para acompanhar você, paciente, em cada etapa do tratamento com ciclofosfamida. A ideia é simples: quanto mais você entende, menos surpresas, mais confiança e melhores resultados.



Aviso importante

Este e-book tem **caráter exclusivamente educativo** e não substitui a consulta médica, o exame clínico individual nem as orientações da sua equipe de saúde. Cada paciente é único: siga sempre a prescrição e as recomendações do seu médico. Em caso de dúvida ou sintoma novo, entre em contato com sua equipe.



O que você vai encontrar

Você pode ler do começo ao fim ou ir direto ao tema que mais te interessa agora. Cada capítulo é independente e cheio de quadros visuais.

01 O que é a ciclofosfamida? — o remédio e por que ele é seu aliado

02 Como ela age — o mecanismo, em linguagem simples

03 Por que foi indicada para você — as doenças que ela trata

04 Quanto tempo até melhorar? — a linha do tempo da resposta

05 Antes da primeira dose — exames essenciais

06 Vacinas — o que tomar antes de começar

07 O dia da infusão — diluição, tempo e pré-medicações

08 Hidratação e Mesna — protegendo sua bexiga

09 Dose cumulativa — o limite seguro de uma vida

10 Efeitos adversos — o que esperar e como agir

11 Exames durante o tratamento — o monitoramento de rotina

12 Contraindicações — quando ter cuidado redobrado

13 Gestação e fertilidade — planejamento e preservação

14 Álcool, tabaco e maconha — o que muda no tratamento

15 Remédios e suplementos — o que evitar

16 Alimentação segura — por que evitar sushi e crus

17 Controlando a ansiedade — técnicas para o dia da infusão

18 Acesso ao tratamento — SUS e planos de saúde

19 Mitos e verdades

20 Perguntas e respostas

21 Sinais de alerta — quando procurar ajuda agora

★ Referências científicas (normas de Vancouver)

O que é a ciclofosfamida?

A ciclofosfamida é um dos remédios mais importantes e estudados da reumatologia. Pense nela como um “bombeiro” potente: ela é chamada quando a sua doença está agindo de forma grave e precisa ser controlada com firmeza para proteger seus órgãos.

Ela pertence a um grupo de medicamentos chamados **imunossupressores alquilantes**. Em palavras simples: ela **desliga o excesso de atividade do seu sistema de defesa**. Em algumas doenças reumatológicas, o sistema imune fica “confuso” e passa a atacar o próprio corpo — rins, pulmões, vasos sanguíneos, nervos. A ciclofosfamida acalma esse ataque.

TIPO

Imunossupressor

Reduz a atividade exagerada da imunidade

VIA MAIS USADA

Intravenosa

Na veia, em “pulsos” espaçados

OBJETIVO

Induzir remissão

“Apagar o incêndio” da doença

Por que na reumatologia, se ela é “de quimioterapia”?

Você talvez já tenha ouvido que a ciclofosfamida é usada no câncer — e é verdade. Mas o mesmo remédio, em **doses menores e cuidadosamente controladas**, é uma ferramenta valiosa para doenças autoimunes graves. O alvo aqui não é um tumor: é o **sistema imune hiperativo**. Por isso, o tratamento reumatológico costuma ser mais curto e em doses mais baixas que no contexto oncológico.



Em uma frase

A ciclofosfamida é um “freio de emergência” do sistema imune, usado para proteger seus órgãos quando a doença está agressiva — e depois, normalmente, você passa para um remédio de manutenção mais suave.

Imunossupressor

Alquilante

Pró-fármaco

Uso intravenoso

Tratamento de indução

Como ela age no seu corpo

A ciclofosfamida chega ao corpo “adormecida” e só vira remédio ativo depois de passar pelo fígado. Lá, ela se transforma e passa a reduzir as células de defesa que estão atacando você por engano.

A jornada da medicação — passo a passo

1

Entra pela veia, ainda inativa

Ela é um “pró-fármaco”: ainda não funciona quando entra. É como uma carta lacrada.

2

É ativada no fígado

O fígado (enzimas do citocromo P450) “abre a carta” e transforma a ciclofosfamida na sua forma ativa.

3

Acalma as células de defesa

A forma ativa reduz especialmente os **linfócitos** hiperativos — as células que estão promovendo a inflamação e o ataque aos seus órgãos.

4

A doença desacelera

Com o tempo, a inflamação diminui e seus órgãos têm a chance de se recuperar.



Por que isso importa para você

Como ela depende do fígado para “ligar” e dos rins para ser eliminada, esses dois órgãos são monitorados de perto. E como ela mexe com as células de defesa, sua imunidade fica temporariamente mais baixa — o que explica muitos dos cuidados deste guia (vacinas, alimentação, evitar infecções).

Por que foi indicada para você

A ciclofosfamida não é usada em qualquer situação. Ela é reservada para doenças autoimunes **graves** ou que ameaçam órgãos importantes. Se ela foi escolhida para você, é porque o benefício de controlar a doença supera os riscos.^{1,2}

Principais doenças reumatológicas tratadas

Nefrite lúpica

Quando o lúpus ataca os rins. A ciclofosfamida é uma das terapias de primeira linha para proteger a função renal.

Vasculites ANCA

Granulomatose com poliangiite e poliangiite microscópica — inflamação grave dos vasos, rins e pulmões.

Esclerose sistêmica com pulmão

Quando há doença pulmonar intersticial associada, para frear a perda de função respiratória.

Lúpus neuropsiquiátrico

Manifestações graves do lúpus no sistema nervoso, como convulsões ou inflamação do cérebro.

Miopatias inflamatórias

Casos de inflamação muscular que não responderam aos tratamentos iniciais.

O ponto em comum

Todas são situações em que **esperar** poderia causar dano permanente a um órgão. Por isso, agir rápido e com firmeza vale a pena.



Cada caso é único

A sua dose, o número de aplicações e a duração do tratamento são definidos pelo seu médico de acordo com a sua doença, seu peso,

sua função renal e a sua resposta. Não compare seu tratamento com o de outra pessoa.

Quanto tempo até melhorar?

Esta talvez seja a pergunta mais importante — e a resposta exige um pouco de paciência. A ciclofosfamida **não age como um analgésico ou um antibiótico**. Ela modifica o curso da doença ao longo de **semanas a meses**.^{3,4}

O que esperar em cada fase

1

Primeiras 1 a 4 semanas

Melhora dos sintomas gerais — febre, mal-estar, cansaço. Boa parte disso vem do **corticoide** que costuma acompanhar o tratamento. Os exames específicos ainda podem não ter mudado. **Isso é normal — não desanime.**

2

De 4 a 12 semanas

Começam a melhorar os **exames de laboratório**: queda da proteína na urina, estabilização da função renal, normalização do complemento, redução de marcadores de inflamação.

3

Aos 3 a 6 meses

É o período de **indução da remissão**. A maioria dos pacientes alcança resposta parcial ou completa. Nas vasculites, cerca de 9 em cada 10 atingem remissão por volta de 6 meses com o tratamento adequado.

4

Depois dos 6 meses

Normalmente você faz a **transição para a manutenção** (remédios mais suaves, como azatioprina ou micofenolato) e reduz o corticoide. A recuperação continua de forma gradual.



A regra de ouro da paciência

A melhora é **progressiva, não abrupta**. Os exames frequentemente mostram que você está respondendo **antes** de você sentir a diferença. Por isso, mesmo que pareça lento no começo, é

fundamental completar o ciclo conforme prescrito e não interromper por conta própria.



Quando avisar a equipe

Se após cerca de 3 meses não houver nenhuma melhora, se a doença piorar apesar do tratamento, ou se surgirem sintomas novos — converse com seu médico. Às vezes é preciso ajustar a estratégia.

Antes da primeira dose

Antes de começar, fazemos um “check-up de segurança”. Esses exames mostram que seu corpo está pronto, servem de ponto de partida para as comparações futuras e ajudam a evitar surpresas.

Exames essenciais antes de iniciar

Exame	Para que serve
Hemograma completo	Conferir glóbulos brancos, vermelhos e plaquetas — base para acompanhar a medula óssea
Função renal (creatinina, ureia)	A dose depende dos rins, que também eliminam o remédio
Exame de urina (EAS) e proteinúria	Avaliar os rins e checar a bexiga antes de começar
Função hepática (TGO, TGP)	O fígado é quem “ativa” a ciclofosfamida
Sorologias: hepatite B e C, HIV	Infecções “adormecidas” podem reativar com a queda da imunidade
Rastreio de tuberculose	Quando indicado, para evitar reativação de TB latente
Teste de gravidez (β -hCG)	Obrigatório em mulheres com possibilidade de engravidar
Glicemia e eletrólitos	Avaliação geral e segurança da infusão



Conversa sobre fertilidade — antes de tudo

Se você ainda deseja ter filhos no futuro, **este é o momento de conversar** sobre preservação de fertilidade (congelamento de óvulos, sêmen ou uso de medicações protetoras). Veja o Capítulo 13. Não deixe para depois — algumas opções precisam ser feitas antes da primeira dose.

Vacinas: o que tomar antes

Durante o tratamento sua imunidade fica mais baixa. Por isso, o ideal é **atualizar suas vacinas antes de começar** — de preferência com pelo menos 2 a 4 semanas de antecedência, para o corpo ter tempo de criar defesa.

✓ Vacinas recomendadas (inativadas)

Seguras antes e durante o tratamento:

- Influenza (gripe) — todo ano
- Pneumocócica (pneumonia)
- Hepatite B
- COVID-19
- dTpa (difteria, tétano, coqueluche)
- Herpes-zóster recombinante (não vivo)

✗ Vacinas de vírus vivo — evitar durante

Devem ser feitas **antes** (≥ 4 semanas) e são contraindicadas durante:

- Tríplice viral (sarampo, caxumba, rubéola)
- Varicela (catapora)
- Febre amarela
- Herpes-zóster de vírus vivo



Proteja também quem mora com você

Manter a vacinação dos familiares em dia (a “proteção em volta”) ajuda a evitar que tragam infecções para casa. Quem mora com você pode tomar a maioria das vacinas normalmente — confirme com a equipe.

Leve seu cartão de vacinas às consultas. A equipe vai montar o calendário ideal para o seu caso.

O dia da infusão

A ciclofosfamida intravenosa é dada em “pulsos” — sessões espaçadas (em geral mensais ou quinzenais). Saber como funciona o dia ajuda a chegar mais tranquilo.

Como é a sessão, etapa por etapa

1

Pré-medicação

Antes da ciclofosfamida, você recebe **remédios contra enjoo** (como ondansetrona e, muitas vezes, um corticoide) para prevenir náuseas e vômitos.

2

Hidratação na veia

Soro é administrado antes e depois para “lavar” a bexiga e proteger os rins (veja o Capítulo 8).

3

Diluição e infusão

A ciclofosfamida é diluída em soro e infundida lentamente na veia. O **tempo costuma variar de cerca de 30 minutos a algumas horas**, conforme o protocolo e a dose.

4

Mesna (proteção da bexiga)

Em muitos protocolos, a mesna é administrada junto e/ou após a infusão para proteger a bexiga.

5

Observação e alta

Você fica em observação por um período e, na maioria das vezes, vai para casa no mesmo dia. Contando tudo, reserve algumas horas.

**Leve com você**

Roupa confortável, água, um lanche leve, fones de ouvido com uma playlist relaxante, um casaco (salas de infusão costumam ser frias) e algo para se distrair. No Capítulo 17 há técnicas para reduzir a ansiedade.

Hidratação e Mesna

Esta é uma das partes mais importantes da segurança do tratamento. Quando o corpo quebra a ciclofosfamida, produz uma substância chamada **acroleína**, que pode irritar a bexiga e causar sangramento (cistite hemorrágica). A boa notícia: isso é altamente evitável.

Hidratação

Beber bastante água antes, durante e nos dias seguintes **dilui** a acroleína e faz você urinar com frequência, “lavando” a bexiga.

Mesna

A mesna é um “escudo”: ela se liga à acroleína na urina e a **neutraliza**, protegendo a parede da bexiga.

Sua parte em casa

-  **Beba bastante líquido** no dia da infusão e por 1–2 dias depois (siga a meta que sua equipe indicar).
-  **Urine com frequência** — não segure. Esvaziar a bexiga regularmente reduz o contato da acroleína com a parede.
-  **Esvazie a bexiga antes de dormir**, já que à noite a urina fica mais tempo parada.



Avise a equipe imediatamente se notar

Sangue na urina, dor ou ardência ao urinar, ou vontade frequente e dolorosa de urinar. São sinais de irritação da bexiga que precisam de avaliação.

Dose cumulativa: o limite

A ciclofosfamida tem uma característica especial: o que importa não é só a dose de hoje, mas o **total acumulado ao longo da vida**. Quanto maior o total, maiores certos riscos a longo prazo — por isso o tratamento é planejado para usar o **mínimo necessário**.

Por que existe um limite

Doses acumuladas altas estão associadas a maior risco de **infertilidade**, de problemas na bexiga e de certos tumores (como câncer de bexiga) anos depois. Por isso a estratégia moderna é: usar a ciclofosfamida por um período **curto, de indução**, e depois trocar por remédios de manutenção mais suaves.



Protocolos modernos (ex.: Euro-Lupus) usam doses **menores** e ainda assim eficazes



Sua equipe **soma e registra** cada grama que você recebe ao longo do tempo



Tratamento **curto** de indução, depois manutenção mais leve



Guarde seu histórico

Anote (ou peça à equipe) quantas doses e qual a dose total acumulada você já recebeu de ciclofosfamida na vida. Se um dia você precisar usar de novo, ou trocar de médico, essa informação é valiosa para manter você dentro de uma margem segura.

Efeitos adversos

Como todo remédio potente, a ciclofosfamida pode ter efeitos colaterais. A maioria é **previsível, manejável e temporária** — e muitos podem ser prevenidos. Conhecer cada um tira o susto e ajuda você a agir cedo.

Os mais comuns — e o que fazer

Efeito	O que saber / o que fazer
Náusea e vômito	Geralmente bem controlados com os antieméticos da pré-medicação. Avise se persistirem.
Imunidade baixa / infecções	Cuidado com higiene, evite aglomerações e alimentos crus (Cap. 16). Febre é sinal de alerta.
Queda das células do sangue	Glóbulos brancos, vermelhos e plaquetas podem cair. Por isso o hemograma é repetido (Cap. 11).
Queda de cabelo	Pode afinar ou cair; costuma ser reversível após o fim do tratamento.
Cansaço e falta de apetite	Comuns nos dias seguintes à infusão. Descanse e mantenha boa hidratação.
Irritação da bexiga	Prevenida com hidratação e mesna (Cap. 8). Sangue na urina = avisar a equipe.

Riscos a longo prazo (relacionados à dose total)

Fertilidade

Pode reduzir a fertilidade — veja o Cap. 13 sobre preservação.

Bexiga

Doses altas acumuladas aumentam o risco de problemas na bexiga.

Tumores secundários

Risco pequeno, ligado à dose total — outra razão para usar o mínimo necessário.



Equilíbrio: risco x benefício

Lembre-se: a ciclofosfamida foi escolhida porque a sua doença, sem tratamento, traria riscos **maiores** que os do remédio. Todos esses efeitos são vigiados de perto pela equipe justamente para mantê-lo seguro.

Exames durante o tratamento

Durante o tratamento, exames de rotina funcionam como o painel de um carro: mostram se está tudo sob controle e permitem ajustar a dose antes que qualquer problema cresça. Comparecer aos exames é parte do tratamento.

O calendário típico de acompanhamento

Exame	Com que frequência
Hemograma completo	Antes de cada dose e nos intervalos — a queda das células costuma ser maior cerca de 7 a 14 dias após a infusão
Função renal (creatinina)	Regularmente, para ajustar a dose
Exame de urina	Periodicamente, para vigiar a bexiga e os rins
Função hepática	Periodicamente
Marcadores da doença	Conforme sua doença (ex.: proteinúria, complemento, anti-DNA, marcadores de inflamação)



Não pule o exame antes da dose

O hemograma antes de cada aplicação é o que permite à equipe liberar (ou adiar) a dose com segurança. Se as células estiverem muito baixas, pode ser necessário ajustar — e isso protege você.

A frequência exata é definida pelo seu médico conforme o seu protocolo e a sua resposta.

Contraindicações

Em algumas situações a ciclofosfamida não deve ser usada, ou exige cuidado redobrado. Por isso a avaliação antes de começar é tão importante.

Não usar (contraindicações)

-  Gravidez e amamentação
-  Infecção ativa grave não controlada
-  Queda muito acentuada das células do sangue
-  Alergia conhecida à ciclofosfamida
-  Obstrução à saída da urina

Usar com cautela

-  Função renal ou hepática reduzida (ajuste de dose)
-  Problemas prévios de bexiga
-  Histórico de infecções de repetição
-  Cirurgia/anestesia recente ou programada (avise o anestesista)



Antes de qualquer cirurgia

Informe ao anestesista se você usou ciclofosfamida nos últimos dias — ela pode interferir com certos anestésicos. Sempre avise todos os profissionais que você está em tratamento.

Gestação e fertilidade

Este é um tema delicado e muito importante. A ciclofosfamida pode prejudicar o bebê durante a gravidez e pode afetar a fertilidade. Com planejamento, há boas formas de se proteger e de preservar a chance de ter filhos no futuro.



Contracepção é obrigatória

Não se deve engravidar durante o tratamento. **Homens e mulheres** devem usar um método contraceptivo eficaz durante o uso e por um período após o término — converse com sua equipe sobre por quanto tempo no seu caso. Amamentar durante o tratamento também é contraindicado.

Preservação da fertilidade — opções

Para mulheres

Congelamento de óvulos ou embriões; medicações que protegem os ovários (análogos de GnRH) durante o tratamento.

Para homens

Congelamento de sêmen (banco de sêmen) antes de iniciar.

O fator tempo

Algumas opções precisam ser feitas **antes da 1ª dose**. Por isso, converse o quanto antes.



Pensando em engravidar no futuro?

É possível para muitas pessoas após o tratamento, mas o momento certo deve ser planejado com sua equipe — tanto pela segurança da medicação quanto pelo controle da doença. Não interrompa a contracepção sem orientação.

Álcool, tabaco e maconha

Algumas escolhas do dia a dia interagem diretamente com a ciclofosfamida — umas pesam no fígado (que ativa o remédio), outras aumentam riscos sérios como o da bexiga. Aqui vai o que realmente importa.

Álcool

Sobrecarrega o **fígado**, que é justamente quem processa a ciclofosfamida, e piora náuseas e desidratação. O ideal é **evitar** — pelo menos nos dias próximos à infusão.

Tabaco

O cigarro **multiplica o risco de câncer de bexiga** — risco que a ciclofosfamida já aumenta. Também piora pulmão, infecções e a resposta ao tratamento. **Parar de fumar é uma das melhores decisões.**

Maconha

Fumada, traz risco de infecção pulmonar (inclusive por fungos) em quem está imunossuprimido, pode interferir no fígado/metabolismo do remédio e atrapalhar a adesão. Recomenda-se **evitar**.



Sem julgamentos — fale a verdade

Se você usa qualquer uma dessas substâncias, conte para sua equipe com sinceridade. A informação é para a sua **segurança**, não para crítica. Se quiser apoio para parar de fumar, peça — existem tratamentos que ajudam muito.

Remédios e suplementos

Muita gente acha que “natural” é sinônimo de “seguro”. No tratamento com ciclofosfamida, **isso não é verdade**: alguns suplementos podem reduzir a eficácia do remédio ou aumentar seus efeitos colaterais.^{5,6,7}

Evitar

- ❌ **Erva de São João** — reduz muito o efeito do remédio. Nunca usar.
- ❌ **Antioxidantes em altas doses** (vit. A, C, E, betacaroteno, coenzima Q10)
- ❌ **Vitamina B12 e ferro** em suplemento (exceto deficiência comprovada)
- ❌ **Ginseng, alho em cápsula, black cohosh e fitoterápicos concentrados**

Permitido

- ✅ Multivitamínico simples (sem megadoses)
- ✅ Antioxidantes **dos alimentos** (frutas, verduras, chá)
- ✅ Alimentação variada e equilibrada
- ✅ Boa hidratação

Remédios que pedem atenção

Alguns medicamentos exigem monitoramento ou substituição quando usados junto com a ciclofosfamida — por exemplo certos anti-inflamatórios, amiodarona, metronidazol, anticoagulantes (varfarina) e alguns imunobiológicos. **Não pare nem inicie nada por conta própria**; quem ajusta é o seu médico.



A regra de ouro

Antes de tomar QUALQUER remédio novo, vitamina, suplemento, chá ou produto “natural”, pergunte à sua equipe. Leve as embalagens de tudo o que você usa nas consultas. “Natural” não quer dizer “sem risco”.

Comida segura (e o sushi)

Com a imunidade mais baixa, alimentos crus podem carregar bactérias, vírus ou parasitas que seu corpo normalmente venceria fácil — mas que agora podem causar infecções sérias. A boa notícia: dá para comer bem e com segurança.^{8,9}

Evitar durante o tratamento

- ❌ Sushi, sashimi, ceviche (peixe cru)
- ❌ Ostras e frutos do mar crus
- ❌ Carnes mal passadas e ovos com gema mole
- ❌ Queijos e leite não pasteurizados
- ❌ Saladas de buffet e comida de rua
- ❌ Sucos não pasteurizados e gelo de procedência duvidosa

Você PODE comer japonês!

- ✅ Sushi com camarão cozido, kani, tamago
- ✅ Tempurá, yakisoba, teriyaki
- ✅ Udon, ramen, gyoza, teppanyaki
- ✅ Edamame e legumes cozidos no vapor

Peça tudo **bem cozido** e sem contato com peixe cru.

Os 4 cuidados na cozinha

Limpar — lave bem as mãos, frutas, verduras e utensílios.

Separar — mantenha cru longe de pronto; tábuas diferentes.

Cozinhar — carnes, ovos e peixes bem cozidos.

Refrigerar — não deixe perecíveis fora da geladeira por mais de 2h.



A regra fácil de lembrar

“Se está cru, não coma. Se está bem cozido, está seguro. Na dúvida, não arrisque.” Quando o tratamento terminar e a imunidade se recuperar, você volta aos seus pratos favoritos.

Controlando a ansiedade

Sentir ansiedade antes da infusão é **normal e esperado** — não é sinal de fraqueza. E há boas notícias: técnicas simples, com evidência científica, ajudam muito a deixar o dia mais tranquilo.^{10,11}

Técnicas que funcionam

Respiração 4-7-8

Inspire pelo nariz contando até **4**, segure até **7**, solte pela boca até **8**. Repita 5 vezes. Acalma o corpo em minutos.

Música

Monte uma playlist relaxante e ouça com fones durante a infusão. Reduz ansiedade de forma comprovada.

Relaxamento muscular

Tensione e relaxe cada grupo de músculos, dos pés à cabeça. Pratique nos dias anteriores e no dia.

Acupressão (ponto P6)

Pressione o ponto a três dedos acima da dobra do punho, entre os tendões, por 1–3 min. Ajuda contra ansiedade e enjoo.

Imaginação guiada

Visualize um lugar seguro e tranquilo (praia, floresta), envolvendo todos os sentidos.

Aromaterapia

Um lenço com lavanda pode ajudar — confirme antes se a sala de infusão permite.



Pratique antes

Quanto mais familiar a técnica, melhor o resultado. Treine nos dias que antecedem a infusão. E lembre-se: essas técnicas **complementam** — não substituem — o tratamento. Se a ansiedade for intensa, existe também a opção de um medicamento; converse com a equipe.

Diga ao enfermeiro como você está se sentindo. A equipe pode ajustar luz, privacidade e ritmo para o seu conforto.

A ciclofosfamida está disponível no Brasil tanto pelo **SUS** quanto pelos **planos de saúde**. Conhecer o caminho de cada um evita atrasos e frustrações.^{12,13}

Pelo SUS

Fornecida gratuitamente para indicações reumatológicas graves, pelo Componente Especializado (farmácias de alto custo) e centros de infusão.

Você vai precisar de: prescrição de especialista do SUS, laudo (LME), documentos pessoais e cartão SUS, e exames que comprovem o diagnóstico. A autorização pode levar alguns dias a semanas.

Pelo plano de saúde

A cobertura é obrigatória quando há indicação médica documentada (Rol da ANS e Lei 9.656/98).

Você vai precisar de: prescrição detalhada, relatório médico com justificativa clínica, exames de apoio e solicitação formal de autorização prévia.



Negou? A negativa inicial não é o fim

Se o plano negar, você pode: pedir a **justificativa por escrito**, apresentar **recurso interno**, acionar a **ANS** (0800 701 9656 ou pelo site) e, em casos urgentes, buscar a via judicial. A Defensoria Pública oferece apoio gratuito. No SUS, a Ouvidoria (136) e o Ministério Público também podem ajudar a destravar casos urgentes.

Tenha sempre em mãos (organize uma pasta)

- Relatório médico detalhado com diagnóstico, CID, gravidade e **urgência**
- Receita com dose, via, frequência e duração
- Exames recentes (sangue, urina, imagem, biópsias quando houver)
- Documentos pessoais, cartão do plano/SUS e comprovante de residência
- Cópia dos protocolos e datas de cada solicitação (guarde tudo)



Persistência costuma vencer

Documentação completa e organizada aumenta muito a chance de aprovação — e, quando há recurso, as taxas de reversão de negativas são significativas. Não desista no primeiro “não”.

Mitos e verdades

Circula muita informação errada por aí. Vamos separar o que é fato do que é boato.

“Ciclofosfamida é só para câncer.”

MITO

O mesmo remédio, em doses menores e controladas, é uma terapia importante para doenças autoimunes graves. O alvo aqui é o sistema imune, não um tumor.

“Vou perder todo o cabelo, e para sempre.”

MITO

O cabelo pode afinar ou cair, mas costuma **voltar** após o fim do tratamento. A intensidade varia de pessoa para pessoa.

“Se eu não melhorar em duas semanas, não está funcionando.”

MITO

A ciclofosfamida age ao longo de semanas a meses. Muitas vezes os exames mostram melhora antes de você sentir. Paciência faz parte.

“Como minha imunidade está baixa, devo tomar muita vitamina C.”

MITO

Antioxidantes em altas doses podem **reduzir** a eficácia do tratamento. Prefira vitaminas dos alimentos e pergunte antes de suplementar.

“Beber muita água no dia da infusão é exagero.”

VERDADE... ao contrário!

A hidratação é uma **proteção real** da bexiga: dilui e elimina a substância que pode irritá-la. É parte do tratamento.

“Estou doente e sem vontade, posso parar a contracepção.”

MITO

A contracepção eficaz é **obrigatória** durante o tratamento, para homens e mulheres, pelo risco ao bebê. Não a interrompa sem orientação.

“Nunca mais vou poder comer comida japonesa.”

MITO

Você só deve evitar os **crus**. Opções cozidas (camarão, kani, tempurá, teriyaki) são liberadas. E, após o tratamento, tudo volta ao normal.

Perguntas e respostas

? **A infusão dói?**

A picada para colocar o acesso na veia é rápida, como em qualquer soro. A infusão em si geralmente não dói. Avise se sentir ardência no local.

? **Posso trabalhar e dirigir depois?**

Muitos voltam às atividades, mas é comum sentir cansaço ou enjoo nos dias seguintes. Planeje o dia da infusão com calma e, se possível, peça que alguém te acompanhe.

? **Posso tomar a vacina da gripe?**

Sim — a vacina da gripe (inativada) é recomendada. As vacinas a evitar durante o tratamento são as de vírus vivo (Cap. 6).

? **Vou ficar infértil?**

A fertilidade pode ser afetada, principalmente com doses altas acumuladas. Por isso existem opções de preservação (Cap. 13) que devem ser discutidas antes de começar.

? **Vou poder engravidar no futuro?**

Para muitas pessoas, sim, após o tratamento — mas o momento deve ser planejado com a equipe, pela segurança e pelo controle da doença.

? **Quanto tempo dura o tratamento?**

A fase de indução costuma durar alguns meses; depois, normalmente, vem a manutenção com remédios mais suaves. O plano exato é individual.

? **Posso beber álcool socialmente?**

O ideal é evitar, especialmente perto das infusões, porque o álcool sobrecarrega o fígado e piora náuseas. Converse sobre o seu caso.

? **E se eu tiver febre ou gripe?**

Febre em quem usa ciclofosfamida é um **sinal de alerta** (Cap. 21). Não espere passar: entre em contato com a equipe ou procure atendimento.

? Esqueci/perdi uma dose. E agora?

Avise a equipe o quanto antes para reagendar. Não tente “compensar” por conta própria.

? Posso conviver com crianças e animais?

Sim, com cuidados de higiene. Evite contato com fezes de animais (peça ajuda para limpar caixa de areia) e lave bem as mãos.

Sinais de alerta

Na maior parte do tempo, tudo corre bem. Mas alguns sinais pedem contato **imediato** com sua equipe ou ida ao pronto-socorro. Guarde esta página.



Procure ajuda agora se tiver:

-  **Febre de 38°C ou mais**, ou calafrios (pode indicar infecção grave)
-  Sangue na urina, dor ou ardência ao urinar
-  Sangramentos sem explicação, manchas roxas ou pontinhos vermelhos na pele
-  Falta de ar, tosse com sangue ou dor no peito
-  Vômitos ou diarreia que não param (risco de desidratação)
-  Sinais de infecção: ferida com pus, tosse com catarro, dor de garganta forte
-  Reação alérgica: inchaço, urticária, dificuldade para respirar



Tenha à mão

Deixe anotado o **telefone da sua equipe** e do serviço de infusão, e leve sempre um cartão dizendo que você está em tratamento com ciclofosfamida. Em emergências, isso agiliza o atendimento.

Meus contatos: Equipe/médico: _____ · Infusão:
_____ · Emergência: _____



As orientações deste guia baseiam-se em diretrizes e estudos científicos. Referências segundo as normas de Vancouver.

1. Hoi A, Igel T, Mok CC, Arnaud L. Systemic lupus erythematosus. [Lancet](#). 2024.
2. Quan XY, Chen HT, Liang SQ, et al. Revisited cyclophosphamide in the treatment of lupus nephritis. [Biomed Res Int](#). 2022;2022:8345737.
3. Siegel CH, Sammaritano LR. Systemic lupus erythematosus: a review. [JAMA](#). 2024.
4. KDIGO 2024 Clinical Practice Guideline for the Management of Antineutrophil Cytoplasmic Antibody (ANCA)-Associated Vasculitis. [Kidney Int](#). 2024.
5. Cyclophosphamide. FDA Drug Label. U.S. Food and Drug Administration; 2025.
6. Gougis P, Hilmi M, Geraud A, Mir O, Funck-Brentano C. Potential cytochrome P450-mediated pharmacokinetic interactions between herbs, food, and dietary supplements and cancer treatments. [Crit Rev Oncol Hematol](#). 2021.
7. Ambrosone CB, Zirpoli GR, Hutson AD, et al. Dietary supplement use during chemotherapy and survival outcomes of patients with breast cancer enrolled in a cooperative group clinical trial (SWOG S0221). [J Clin Oncol](#). 2020.
8. Avery RK, Michaels MG; AST Infectious Diseases Community of Practice. Strategies for safe living following solid organ transplantation. [Clin Transplant](#). 2019.
9. Doyle C, Kushi LH, Byers T, et al. Nutrition and physical activity during and after cancer treatment: an American Cancer Society guide for informed choices. [CA Cancer J Clin](#). 2006.
10. Gowin K, Muminovic M, Zick SM, et al. Integrative therapies in cancer care: an update on the guidelines. [Am Soc Clin Oncol Educ Book](#). 2024.
11. Oberoi S, Yang J, Woodgate RL, et al. Association of mindfulness-based interventions with anxiety severity in adults with cancer: a systematic review and meta-analysis. [JAMA Netw Open](#). 2020;3(8):e2012598.
12. Moraes RM, Santos MABD, Vieira FS, Almeida RT. Public policy coverage and access to medicines in Brazil. [Rev Saude Publica](#). 2022.
13. Boing AC, Andrade FB, Bertoldi AD, et al. Prevalence rates and inequalities in access to medicines by users of the Brazilian Unified National Health System in 2013 and 2019. [Cad Saude Publica](#). 2022.

Documento de caráter educativo, em conformidade com a Resolução CFM nº 2.336/2023. Não substitui a consulta médica nem a avaliação individual. As condutas finais são sempre definidas pelo médico assistente de acordo com o caso de cada paciente.



Você não está sozinho nessa jornada

Entender o tratamento é o primeiro passo para vivê-lo com tranquilidade. Sempre que tiver uma dúvida, traga-a para a consulta — perguntar faz parte do cuidado.

Dr. Victor Berçot

REUMATOLOGIA

CRM-SP 235.187 · RQE 104.367

Material educativo · Conformidade CFM 2.336/2023 · Referências Vancouver · 2026