

Cancro e coronavírus (covid)

Estas informações dizem respeito ao coronavírus (covid) no caso de ter cancro. Há coisas que pode fazer para se proteger a si e a outras pessoas contra a covid. Há também informações sobre as vacinas contra a covid.

Se tiver dúvidas sobre estas informações, consulte o seu médico ou enfermeiro do seu hospital.

Pode também contactar a Macmillan Cancer Support através do número gratuito **0808 808 00 00**, 7 dias por semana, das 8:00 às 20:00. Temos intérpretes disponíveis, por isso pode falar connosco no seu próprio idioma. Quando nos telefonar, diga em inglês qual o idioma pretendido.

Temos mais informações disponíveis sobre a covid no nosso site em macmillan.org.uk/coronavirus, bem como de informações sobre o cancro em português em macmillan.org.uk/translations

Este folheto informativo contém informações sobre:

- O que é a covid?
- E se eu tiver cancro?
- O que acontecerá ao meu tratamento contra o cancro?
- O que é a vacina contra a covid?
- Receber os cuidados e apoio adequados ao seu caso
- Como a Macmillan o/a pode ajudar
- Mais informações em português
- Referências e agradecimentos

O que é a covid?

A covid é por vezes chamada de COVID-19 ou coronavírus e trata-se de uma infeção viral. Este vírus pode agravar significativamente o seu estado de saúde. Algumas pessoas morrem devido ao mesmo.

Como é que as pessoas contraem a covid?

O vírus transmite-se de pessoa para pessoa, pelo que pode contraí-lo se estiver perto de alguém com o vírus. Também pode contraí-lo tocando numa superfície que tenha o vírus.

Se ficar infetado(a) pela covid, que sintomas poderei ter?

Se estiver com covid, pode sentir-se indisposto(a). Poderá:

- ter uma tosse que não para
- sentir-se quente ou a tremer e com uma temperatura elevada (superior a 37,5 °C [99,5°F])
- não ter um olfato ou paladar normais.

Algumas pessoas também poderão:

- ter falta de ar
- sentir cansaço extremo e falta de energia
- ter dores musculares
- ter falta de apetite ou não sentir fome
- ter dores de cabeça incomuns ou invulgarmente prolongadas
- ter dores de garganta ou nariz entupido ou a pingar
- ter diarreia
- sentir-se mal ou estar doente.

Se tiver cancro e não se sentir bem, contacte imediatamente o seu médico ou hospital oncológico para obter aconselhamento.

Se pensa que pode estar com covid, fique em casa. Desta forma, impede-se a propagação da covid a outras pessoas. Informe o seu médico caso acredite estar positivo(a) para a covid.

Como saberei se estou infetado(a)?

A maioria das pessoas já não precisa de fazer um teste à covid , ou seja, os designados testes de fluxo lateral (lateral flow assays, LFT). Estes são gratuitos para algumas pessoas. Incluindo se:

- tem um problema de saúde que lhe confere o direito a realizar tratamentos contra o novo coronavírus
- vai ser hospitalizado para tratamento

A sua equipa hospitalar irá analisar esta questão consigo. Para obter mais informações sobre como obter testes em:

- [Inglaterra – visite www.gov.uk para saber mais](http://www.gov.uk)
- [Escócia – visite www.gov.scot para saber mais](http://www.gov.scot)
- [País de Gales – visite www.gov.wales para saber mais](http://www.gov.wales)
- [Irlanda do Norte – visite www.publichealth.hscni.net para saber mais](http://www.publichealth.hscni.net)

E se eu tiver cancro?

Se tiver cancro, o risco de adoecer de forma muito acentuada é maior se tiver covid.

As partes do organismo que combatem os vírus e as infeções são chamadas de sistema imunitário. Alguns tipos de cancro e os respetivos tratamentos podem debilitar o seu sistema imunitário de tal forma que o seu organismo poder deixar de poder combater eficazmente o vírus da covid.

Se tiver cancro, como me posso proteger?

Existem medidas que pode tomar para se proteger:

- Tome as vacinas contra a covid sempre que estas lhe forem oferecidas.
- Use uma máscara quando estiver com outras pessoas ou fora de sua casa. A máscara deve abranger a boca e o nariz.
- Evite entrar e permanecer em locais com muitas pessoas.
- Não se aproxime de outras pessoas e tente manter um distanciamento de 2 metros.
- Lave frequentemente as mãos.
- Se estiver dentro de casa com pessoas que não pertençam ao seu agregado familiar, mantenha as portas e janelas abertas para o ar circular.

Isolamento

No início da pandemia, algumas pessoas foram aconselhadas a ficar em isolamento. Isto significava ficar sempre dentro de casa e longe de outras pessoas. Destinava-se a proteger pessoas com determinadas doenças que poderiam vir a adoecer gravemente se infetadas pelo coronavírus.

Segundo as recomendações emitidas pelo Estado, os cidadãos já não precisam de ficar em isolamento, no entanto, todos devem continuar a tomar as devidas precauções e a proteger-se. Isto inclui ter a vacinação contra a covid em dia, bem como consultar as indicações para a sua área geográfica. Poderá encontrar as normas mais recentes na Internet. Deverá conseguir obter as normas e conselhos em diferentes idiomas e formatos.

Visite os sites do Estado para obter orientações sobre como se manter em segurança:

- [Inglaterra](#)
- [Escócia](#)
- [País de Gales](#)
- [Irlanda do Norte](#)

Como posso cuidar de mim?

É muito importante tratar da sua saúde se tiver cancro. Existem várias formas que podem contribuir para fortalecer o seu sistema imunitário, ajudando-o(a) a lidar melhor com o tratamento contra o cancro. Eis as nossas melhores recomendações:

- comer de forma saudável
- beber muita água e/ou outros líquidos
- manter-se ativo(a)
- descansar o suficiente
- falar com outras pessoas sobre como se está a sentir.

Temos disponíveis mais informações sobre alimentação saudável em português em [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

O que acontecerá ao meu tratamento contra o cancro?

É normal que possa ter dúvidas quanto à realização de exames, tomografias ou do seu tratamento contra o cancro, mas é importante que estes procedimentos decorram como planeado. Se estiver preocupado com esta situação, fale com o seu médico e enfermeiro.

Poderá ter de ser testado para a covid antes de ser submetido a testes ou tratamentos num hospital ou clínica.

Poderá estar preocupado acerca das vacinas se estiver a fazer tratamento contra o cancro. É seguro tomar as vacinas. O seu médico pode falar consigo sobre o melhor momento para as tomar. As vacinas podem não resultar tão bem se estiver a fazer tratamentos contra o cancro. Mas ainda assim, vão protegê-lo contra a covid.

O que é a vacina contra a covid?

Uma vacina é um medicamento que ajuda a protegê-lo contra uma doença. É importante que receba uma vacina contra a covid, uma vez que ajudarão o seu sistema imunitário a protegê-lo(a). O que significa que é menos provável que fique muito mal se contrair covid.

Se tiver cancro, deve tomar a vacina logo que lhe oferecida, uma vez que, caso seja infetado(a) pela covid, o seu estado de saúde pode agravar-se rápida e significativamente. Os médicos testaram as vacinas para se certificarem de que são seguras.

O seu médico dir-lhe-á quando pode tomar a vacina. É importante tomar a vacina quando o seu médico lhe disser.

Como é que vou tomar a vacina?

Um médico ou enfermeiro administrar-lhe-á a vacina através de uma injeção no braço.

O que acontece depois de levar a vacina?

Ainda precisará de ter cuidado depois de ter tomado a vacina. A vacina não pode impedi-lo(a) de ser infetado pela covid, mas impede que o seu estado de saúde fique gravemente afetado. Deve ainda seguir as regras neste folheto informativo para se manter seguro(a) após lhe ser administrada a vacina.

Receber os cuidados e apoio adequados ao seu caso

Se é vítima de cancro e não fala inglês, é provável que se sinta preocupado(a) com a possibilidade de que tal venha a prejudicar o seu tratamento e cuidados de combate ao cancro. Mas a sua equipa de profissionais de saúde deve prestar-lhe os cuidados, o apoio e as informações que vão ao encontro das suas necessidades.

Sabemos que, por vezes, as pessoas podem enfrentar dificuldades particulares no que diz respeito a receber o apoio adequado. Por exemplo, se trabalha ou tem família, pode ser difícil encontrar tempo para ir a consultas hospitalares. Também pode ter alguns problemas relacionados com dinheiro e custos de transporte. Tudo isto pode ser desgastante e difícil de ultrapassar.

Mas existe ajuda disponível. A nossa linha de apoio gratuita **0808 808 00 00** pode prestar aconselhamento, no seu idioma, sobre a sua situação. Pode falar com enfermeiros, consultores financeiros, consultores especializados em direitos sociais e consultores de apoio ao trabalho.

Também oferecemos Subvenções Macmillan a pessoas vítimas de cancro. Tratam-se de pagamentos únicos que podem ser utilizados para fins de estacionamento em hospitais, custos de deslocação, despesas de creches ou de aquecimento.

Como a Macmillan o/a pode ajudar

Na Macmillan, sabemos como um diagnóstico de cancro pode interferir com a vida, pelo que estamos aqui para oferecer-lhe todo o nosso apoio.

Linha de Apoio da Macmillan

Temos intérpretes disponíveis, por isso pode falar connosco no seu idioma. Basta dizer em inglês o idioma que pretende utilizar. Podemos ajudar com questões médicas, fornecer-lhe informações sobre apoio financeiro ou estar disponíveis para o/a ouvir se precisar de alguém com quem falar. A linha telefónica gratuita e confidencial está disponível 7 dias por semana, das 8:00 às 20:00. Contacte-nos através do **0808 808 00 00**.

Enviar uma mensagem online

Pode enviar-nos uma mensagem online indicando que gostaria de ter um intérprete. Diga-nos, em inglês, o idioma desejado, e providenciaremos alguém para o/a contactar. Clique no botão "Chat to us" (Fale connosco), apresentado em todas as páginas do nosso site. Ou visite a página [macmillan.org.uk/talktous](https://www.macmillan.org.uk/talktous)

Site da Macmillan

O nosso site tem imensas informações em inglês sobre o cancro. No entanto, existem também mais informações noutros idiomas, em [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Também podemos disponibilizar traduções exclusivamente para si. Envie-nos um email para cancerinformationteam@macmillan.org.uk e diga-nos o que necessita.

Centros de informação

Os nossos centros de informação e apoio estão localizados em hospitais, bibliotecas e centros móveis. Visite um destes centros para obter as informações de que necessita e falar com alguém presencialmente. Encontre o centro mais próximo de si em macmillan.org.uk/informationcentres ou telefone-nos através do número **0808 808 00 00**.

Grupos de apoio locais

Nos grupos de apoio pode falar com outras pessoas afetadas pelo cancro. Informe-se sobre os grupos de apoio na sua área em macmillan.org.uk/supportgroups ou telefone-nos através do número **0808 808 00 00**.

Comunidade Online Macmillan

Também pode falar online com outras pessoas afetadas pelo cancro em macmillan.org.uk/community. Pode aceder a este site a qualquer altura do dia. Pode partilhar as suas experiências, fazer perguntas, ou simplesmente ler as publicações escritas pelos outros participantes

Mais informações em português

Temos informações disponíveis em português sobre estes tópicos:

Tipos de cancro	Lidar com o cancro
<ul style="list-style-type: none">• Cancro da mama• Cancro do colo do útero• Cancro do intestino grosso• Cancro do pulmão• Cancro da próstata	<ul style="list-style-type: none">• Se receber um diagnóstico de cancro – um guia rápido• Problemas de alimentação e cancro• Fim da vida• Apoio financeiro – subsídios• Apoio financeiro – ajuda com as despesas• Alimentação saudável• Cansaço (fadiga) e cancro• Efeitos secundários do tratamento do cancro• O que pode fazer para se ajudar a si próprio(a)
Tratamentos <ul style="list-style-type: none">• Quimioterapia• Radioterapia• Cirurgia	

Para consultar estas informações, visite macmillan.org.uk/translations

Referências e agradecimentos

Estas informações foram redigidas e editadas pela equipa de Desenvolvimento de Informação do Cancro do Macmillan Cancer Support. Foram traduzidas por uma agência de tradução.

A informação incluída é baseada na informação online da Macmillan sobre [cancro e coronavírus](https://www.macmillan.org.uk/cancer-and-coronavirus) em [macmillan.org.uk/coronavirus](https://www.macmillan.org.uk/coronavirus)

Estas informações foram revistas pelos peritos relevantes e aprovadas pelo Dr. Tim Iveson, Oncologista Médico Consultor e Editor-chefe Médico da Macmillan e a Dr.^a Rosie Loftus, Médica Chefe da Macmillan.

Todas as nossas informações baseiam-se na melhor evidência disponível. Para obter mais informações sobre as fontes que utilizamos, contacte-nos através do endereço de email cancerinformationteam@macmillan.org.uk

MAC18794_ Portuguese

Última revisão: 2022

Próxima revisão prevista para: 2024

Fazemos todos os esforços para garantir que as informações que fornecemos estão corretas e atualizadas, mas as mesmas não substituem o aconselhamento profissional especializado, adaptado à sua situação. Na medida do permitido por lei, a Macmillan não aceita responsabilidades relativamente à utilização de quaisquer informações contidas nesta publicação, nem por informações ou sites de terceiros incluídos ou nela referidos.

© Macmillan Cancer Support 2022, Instituição de solidariedade social registada em Inglaterra e no País de Gales (261017), Escócia (SC039907) e na Ilha de Man (604). Também a funcionar na Irlanda do Norte. Uma empresa de responsabilidade limitada, registada em Inglaterra e no País de Gales com o número 2400969. Número de empresa na Ilha de Man 4694F. Sede social: 89 Albert Embankment, Londres SE1 7UQ. NIF: 668265007



Cancer and coronavirus (covid)

This information is about coronavirus (covid) if you have cancer. There are things you can do to protect yourself and other people from covid. There is also information about covid vaccines.

If you have any questions about this information, ask your doctor or nurse at the hospital where you are having treatment.

You can also call Macmillan Cancer Support on freephone **0808 808 00 00**, 7 days a week, 8am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. When you call us, please tell us in English which language you need.

We have more information about covid on our website at [macmillan.org.uk/coronavirus](https://www.macmillan.org.uk/coronavirus) We also have more cancer information in your language at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

This information is about:

- What is covid?
- What if I have cancer?
- What will happen to my cancer treatment?
- What is the covid vaccine?
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- More information in your language
- References and thanks

What is covid?

Covid is sometimes called COVID-19 or coronavirus. It is a viral infection. This virus can make you very ill. Some people die from it.

How do people get covid?

The virus spreads from person to person. You can get it if you are near someone with the virus. You can also get it by touching a surface that has the virus on it.

How will covid make me feel?

If you have covid, you may feel unwell. You might:

- have a cough that does not stop
- feel hot or shivery with a high temperature (over 37.5°C [99.5°F])
- not be able to smell or taste properly.

Some people may also have:

- shortness of breath
- unexplained tiredness and lack of energy
- muscle aches or pains
- not wanting to eat or not feeling hungry
- a headache that's unusual or longer lasting than usual
- a sore throat, stuffy or runny nose
- diarrhoea
- feeling sick or being sick.

If you have cancer and feel unwell, call your cancer doctor or hospital right away for advice.

If you think you might have covid you must stay at home. This is to stop you spreading covid to others. Tell your doctor if you think you might have covid.

How will I know if I have covid?

Most people no longer need to take a covid test. These are called lateral flow tests (LFTs). They are free for some people. This includes if:

- you have a health condition that means you can have new covid treatments
- you are going into hospital for treatment

Your hospital team will discuss this with you. You can read more about getting tests in:

- [England – visit www.gov.uk to find out more](http://www.gov.uk)
- [Scotland – visit www.gov.scot to find out more](http://www.gov.scot)
- [Wales – visit www.gov.wales to find out more](http://www.gov.wales)
- [Northern Ireland – visit www.publichealth.hscni.net to find out more](http://www.publichealth.hscni.net)

What if I have cancer?

If you have cancer, you may be more at risk of becoming very ill if you have covid.

The parts of the body that fight viruses and infections are called the immune system. Some types of cancer and their treatments can weaken your immune system. This means your body may not fight the covid virus well.

How can I protect myself if I have cancer?

There are things you can do to protect yourself:

- Get covid vaccines when they are offered to you.
- Wear a mask when you are with other people or outside your house. This must cover your mouth and nose.
- Avoid very busy places.
- Do not stand close to people and try to stay 2 metres apart.
- Clean your hands often.
- If you are indoors with people who are not in your household, keep doors and windows open for fresh air.

Shielding

At the start of the pandemic, some people were told to shield. This meant staying indoors at all times and staying away from other people. It was to protect people with certain illnesses who might become very unwell if they had coronavirus.

Government advice is that people no longer need to shield. But you should still be careful and protect yourself. This includes having vaccines and checking any guidance for your local area. You can get the latest rules on the internet. You should be able to get the rules and advice in different languages and formats.

Visit government websites for guidance on how to keep yourself safe in:

- [England](#)
- [Scotland](#)
- [Wales](#)
- [Northern Ireland](#)

How can I take care of myself?

It is really important to look after your health if you have cancer. There are ways to make your immune system stronger. This can help you cope better with cancer treatment. The best things to do are:

- eat healthily
- drink lots of water or other fluids
- keep moving your body
- get enough rest
- talk about how you are feeling to other people.

We have more information about healthy eating in your language at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

What will happen to my cancer treatment?

You might be worried about having tests, scans or cancer treatment. But you should have these as planned. Talk to your doctor and nurse if you are worried about this.

You may be tested for covid before you have tests or treatment in a hospital or clinic.

You might be worried about getting a vaccine if you are having cancer treatment. It is safe to have the vaccines. Your doctor can talk to you about the best time to have them. The vaccines may not work as well if you are having some cancer treatments. But they will still help to protect you from covid.

What is the covid vaccine?

A vaccine is a medicine that helps to keep you safe from an illness. It is important that you get covid vaccines as these will help your immune system to protect you. This means that you are less likely to get very unwell with covid.

If you have cancer, you should have the vaccine when it is offered. This is because you may become very unwell if you get covid. Doctors have tested the vaccines to make sure they are safe to use.

Your doctor will tell you when you can get your vaccine. It is important to get the vaccine when your doctor tells you.

How will I get my vaccine?

A doctor or nurse will give you the vaccine as an injection (jab) in your arm.

What happens after I get the vaccine?

You will still need to be careful after you have had the vaccine. The vaccine may not stop you having covid. But it should stop you becoming very unwell. You must still follow the rules in this information to stay safe after getting your vaccine.

Getting the right care and support for you

If you have cancer and do not speak English, you may be worried that this will affect your cancer treatment and care. But your healthcare team should offer you care, support and information that meets your needs.

We know that sometimes people may face extra challenges in getting the right support. For example, if you work or have a family it can be hard to find time to go to hospital appointments. You might also have worries about money and transport costs. All of this can be stressful and hard to cope with.

But help is available. Our free support line **0808 808 00 00** can offer advice, in your language, about your situation. You can speak to nurses, financial guides, welfare rights advisers and work support advisers.

We also offer Macmillan Grants to people with cancer. These are one-off payments that can be used for things like hospital parking, travel costs, childcare or heating bills.

How Macmillan can help you

At Macmillan, we know how a cancer diagnosis can affect everything, and we are here to support you.

Macmillan Support Line

We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can help with medical questions, give you information about financial support, or be there to listen if you need someone to talk to. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm. Call us on **0808 808 00 00**.

Web chat

You can send us a web chat message saying you would like an interpreter. Tell us, in English, the language you need, and we will arrange for someone to contact you. Click on the 'Chat to us' button, which appears on pages across the website. Or go to [macmillan.org.uk/talktous](https://www.macmillan.org.uk/talktous)

Macmillan website

Our website has lots of information in English about cancer. There is also more information in other languages at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

We can also arrange translations just for you. Email us at cancerinformationteam@macmillan.org.uk to tell us what you need.

Information centres

Our information and support centres are based in hospitals, libraries and mobile centres. Visit one to get the information you need and speak with someone face to face. Find your nearest centre at macmillan.org.uk/informationcentres or call us on **0808 808 00 00**.

Local support groups

At a support group, you can talk to other people affected by cancer. Find out about support groups in your area at macmillan.org.uk/supportgroups or call us on **0808 808 00 00**.

Macmillan Online Community

You can also talk to other people affected by cancer online at macmillan.org.uk/community. You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read through people's posts.

More information in your language

We have information in your language about these topics:

Types of cancer <ul style="list-style-type: none">• Breast cancer• Cervical cancer• Large bowel cancer• Lung cancer• Prostate cancer Treatments <ul style="list-style-type: none">• Chemotherapy• Radiotherapy• Surgery	Coping with cancer <ul style="list-style-type: none">• If you are diagnosed with cancer – a quick guide• Eating problems and cancer• End of life• Financial support – benefits• Financial support – help with costs• Healthy eating• Tiredness (fatigue) and cancer• Side effects of cancer treatment• What you can do to help yourself
---	--

To see this information, go to macmillan.org.uk/translations

References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team. It has been translated by a translation company.

The information included is based on Macmillan's online information about [cancer and coronavirus](#) at macmillan.org.uk/coronavirus

This information has been reviewed by relevant experts and approved by Dr Tim Iveson, Consultant Medical Oncologist and Macmillan Chief Medical Editor and Rosie Loftus, Macmillan Chief Medical Officer.

All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at cancerinformationteam@macmillan.org.uk

MAC18794_Portuguese

Content reviewed: 2022

Next planned review: 2024

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate but it should not be relied upon to reflect the current state of medical research, which is constantly changing. If you are concerned about your health, you should consult your doctor. Macmillan cannot accept liability for any loss or damage resulting from any inaccuracy in this information or third-party information, such as information on websites to which we link.

© Macmillan Cancer Support 2022. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.