

APLASIA DE MEDULA ÓSSEA: A IMPORTÂNCIA DO AUTOCUIDADO NA PANCITOPENIA

PATRICIA GARCIA GUILARDI; ADRIANA FERREIRA DA SILVA; DIOGO FERREIRA DUCATTI; BRUNA POCHMANN ZAMBONATO; TIANI GODINHO DA SILVA; ADRIANA CARDOSO BERNARDO

Introdução: A aplasia medular cursa com a falência das células tronco hematopoiéticas pluripotentes e também a falha das remanescentes, tendo como consequência a pancitopenia ameaçadora a vida. Mediante o diagnóstico, inicia-se a imunossupressão severa a fim de inibir a agressão por parte do sistema imunológico. **Objetivos:** Enfatizar a importância de educar o paciente para a realização do autocuidado durante a internação e após a alta hospitalar pancitopênica. **Relato de Experiência:** Frente ao diagnóstico, a testagem de doadores aparentados é um processo demorado e a possibilidade de não haver doador compatível é uma realidade. Assim, o paciente é inscrito no Registro Nacional de Doadores Voluntários de Medula Óssea, não havendo previsão do surgimento de doador, permanecerá pancitopênico por um longo período e receberá alta hospitalar nessa condição. **Discussão:** Na internação, as intervenções educativas devem iniciar o mais breve possível visando o autocuidado a longo prazo. Tais cuidados baseiam-se em buscar sinais e sintomas de infecção, já que os sinais clássicos de resposta inflamatória estão inibidos na neutropenia severa. Em relação a trombocitopenia, é necessária uma avaliação física em busca de pequenos sangramentos, petéquias, equimoses, hematomas, hemorragia conjuntival e gengival, epistaxe e coloração de excretas, seguido de sinais de sangramentos graves, principalmente de cunho neurológico, como vertigem, cefaléia, rigidez de nuca, alterações sensoriais e motoras. Já em casa, é necessário atentar para a sintomatologia, mas também aos cuidados com higiene, alimentação e o ambiente. Entre as orientações mais importantes estão a organização do ambiente da casa com apenas a mobília necessária, evitando tudo que acumule poeira, observar a presença de cimento exposto devido a proliferação de fungos, evitar ambientes fechados e aglomerações e utilizar máscara. Ingerir alimentos higienizados e água filtrada ou fervida. É contra indicado a realização de exercícios físicos. **Conclusão:** a orientação ao paciente pancitopênico é fundamental para manutenção da vida enquanto aguarda o desfecho do seu tratamento. A ansiedade no momento da alta pode impedir o entendimento das inúmeras informações, por isso, é necessário educar precocemente o paciente e a família e também fornecer esta orientação por escrito.

Palavras-chave: Aplasia, Pancitopenia, Educação, Medula óssea, Autocuidado.