

Durante seu tratamento, é possível que ocorra um maior acúmulo de líquidos no seu corpo. Isso poderá ser percebido por um aumento de seu peso e inchaço (ou chamado edema) principalmente nos pés e pernas, mas que também podem ocorrer nas mãos e no rosto. Decorre de efeito de alguns medicamentos, do acúmulo de hidratação, de falta de proteína por deficiência de nutrição e certos tipos de doenças. Geralmente esse problema é completamente reversível, sem maiores consequências.

Cuidados para melhor lidar com a retenção hídrica:

- ✓ Reduza a quantidade de sal na dieta, incluindo alimentos processados com excesso de sódio.
- ✓ Andar ajuda a impulsionar o líquido retido nas pernas.
- ✓ Manter as pernas elevadas no final do dia pode ajudar. Ao sentar-se, mantenha as pernas elevadas apoiadas em um banco.
- ✓ Meias elásticas e luvas compressivas podem reduzir o inchaço.

Lembre-se:

- ✓ A retenção hídrica costuma levar a inchaços que são semelhantes em ambos os lados do corpo. O surgimento de um edema rápido em um curto período de tempo ou que seja desproporcional em um dos lados do corpo deve fazer você entrar em contato com nossa equipe.