

UMA LINHA TÊNUE SEPARA O CONTROLE DO RISCO¹



Diário de sintomas para pessoas com policitemia vera (PV)

Como usar seu Diário de Sintomas de policitemia vera (PV)

A Policitemia vera (PV) pode causar sintomas que passam despercebidos ou são confundidos com estresse ou envelhecimento.^{2,3} É essencial reconhecer e acompanhar regularmente seus sintomas para identificar padrões — por exemplo, quando o cansaço piora ou o que desencadeia coceira, confusão mental ou dor de cabeça. O diário pode ajudar você a compreender seus sintomas habituais, perceber mudanças e identificar quais são os mais incômodos.

Os sintomas da policitemia vera (PV) podem incluir:*



Sintomas de deficiência de ferro^{4,5}

- ▶ Cansaço (fadiga)
- ▶ Problemas de concentração ("névoa mental")
- ▶ Inatividade física
- ▶ Fraqueza e tontura



Sintomas relacionados ao aumento do baço⁶⁻⁸

- ▶ Sensação de saciedade precoce
- ▶ Dor ou desconforto abdominal
- ▶ Tosse



Sintomas sistêmicos⁸

- ▶ Suores noturnos
- ▶ Coceira (prurido), especialmente após o banho
- ▶ Dor óssea
- ▶ Febre
- ▶ Perda de peso não intencional (mais de 4,5 kg nos últimos 6 meses)

* Um subgrupo de pessoas pode ser assintomático ou apresentar sintomas leves.⁹

Use este guia para avaliar a intensidade dos seus sintomas usando a escala fornecida. No final de cada página, você também pode descrever seus sintomas com mais detalhes (por exemplo, quando acontecem, quanto tempo duram e como afetam seu dia) e o que pode tê-los agravado (por exemplo, uma doença ou o estresse).¹⁰

Para usar este diário digitalmente, salve o arquivo e preencha suas respostas diretamente nele. Se precisar de páginas adicionais, salve uma nova cópia para continuar seu registro. Se preferir usar uma versão impressa, imprima as páginas necessárias para registrar seus sintomas semanalmente. Uma vez que você tenha registrado os seus sintomas, você terá informações valiosas para compartilhar com seu médico. Use o Guia de Discussão com Médico para ajudar a focar a conversa nos sintomas que estão mudando ou que mais afetam você.¹⁰



GUIA PARA CONVERSAR COM O MÉDICO

Semana de:

Data do tratamento:

☐

Sem tratamento nesta semana

☐

Recebeu tratamento (tipo/observações):

Avalie a intensidade dos seus sintomas e anote abaixo como eles afetam seu dia a dia, se for o caso — incluindo sua capacidade de realizar atividades cotidianas, como trabalhar, manter relações sociais e cumprir tarefas.

0 = não interfere; 10 = interfere completamente.

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM	PONTUAÇÃO MÉDIA*
--	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	---------------------

SINTOMAS DE DEFICIÊNCIA DE FERRO^{4,5}

Fadiga

Cansaço, exaustão,
sensação de indisposição

Névoa mental

Dificuldade de
concentração

Fraqueza e tontura

Descreva

Frequência, horário,
como afeta seu dia etc.

*Some as pontuações da semana e divida pelo número de dias.

SINTOMAS RELACIONADOS AO AUMENTO DO BAÇO⁶⁻⁸

Saciedade precoce

(Sente-se satisfeito[a]
rapidamente ao comer)

Dor ou desconforto abdominal

Tosse

Descreva

Frequência, horário,
como afeta seu dia etc.

*Some as pontuações da semana e divida pelo número de dias.

Avalie a intensidade dos seus sintomas e anote abaixo como afetam seu dia a dia, se for o caso — incluindo sua capacidade de realizar atividades cotidianas, como trabalhar, manter relações sociais e cumprir tarefas.

0 = não interfere; 10 = interfere completamente.

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM	PONTUAÇÃO MÉDIA*
Sudorese noturna								
Coceira (prurido)								
Dor óssea (difusa, não dor articular nem artrite)								(Se sim, informe a faixa de temperatura atual)
Febre (pelo menos uma vez por semana)								
Outros sintomas (dor de cabeça, suor, zumbido nos ouvidos etc.)								
Perda de peso não intencional superior a 4,5 kg nos últimos 6 meses	☐ SIM ☐ NÃO							(Se sim, registre a perda real)

Descreva

Frequência, horário,
como afeta seu dia etc.

*Some as pontuações da semana e divida pelo número de dias.

IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA

Como a policitemia vera (PV) e seus sintomas afetam os aspectos abaixo?

0 = não interfere; 10 = interfere completamente.

Qualidade de vida geral							
Nível de atividade (Capacidade de realizar tarefas domésticas, exercícios etc.)							
Humor							
Capacidade de trabalhar/ manter o emprego							
Relacionamentos com outras pessoas (família, vida social etc.)							

Descreva

Frequência, horário,
como afeta seu dia etc.

*Some as pontuações da semana e divida pelo número de dias.

Resumo do diário de sintomas

Depois de acompanhar seus sintomas por _____ [dias/semanas/meses], use esta página para refletir sobre seu progresso e se preparar para a próxima consulta médica.

Avaliação das pontuações dos sintomas

1. Durante o período de acompanhamento, quantos dias bons você teve (quando você sentiu que os sintomas estavam leves ou melhorando)?

2. Algum **sintoma piorou** durante o período de acompanhamento?

☐ Sim ☐ Não Se sim, qual(is)? _____

3. Algum **sintoma melhorou** durante o período de acompanhamento?

☐ Sim ☐ Não Se sim, qual(is)? _____

Avaliação das pontuações de qualidade de vida

1. Durante o período de acompanhamento dos sintomas, suas pontuações médias tenderam a:

☐ Diminuir (melhora) ☐ Permanecer estáveis ☐ Aumentar (piora)

2. Nos últimos _____ [dias/semanas/meses], qual foi a pontuação média de **quanto a policitemia vera (PV) interferiu** em seus relacionamentos, vida social, trabalho ou rotina diária?

PONTUAÇÃO MÉDIA: _____

Quais sintomas mais contribuíram para afetar sua qualidade de vida?

☐ Fadiga	☐ Dor abdominal	☐ Névoa mental	☐ Desconforto
☐ Fraqueza	☐ Febre	☐ Tontura	☐ Dores ósseas
☐ Humor	☐ Outro(s): _____		

Quando você e seu médico se comunicam abertamente, isso ajuda a construir uma parceria mais forte, pode reduzir a ansiedade durante as conversas e contribuir para um atendimento mais personalizado e eficaz.

Acesse repensepv.com.br e confira informações importantes sobre os sintomas da policitemia vera (PV), o diagnóstico, o manejo da doença e o papel do ferro na policitemia vera (PV).

> CLIQUE AQUI

Referências bibliográficas: 1. Marchioli R, Finazzi G, Specchia G, et al. Cardiovascular events and intensity of treatment in polycythemia vera. *N Engl J Med*. 2013;368(1):22–33. doi:10.1056/NEJMoa1208500. 2. Mesa RA, Miller CB, Thyne M, et al. Differences in treatment goals and perception of symptom burden between patients with myeloproliferative neoplasms (MPNs) and hematologists/oncologists in the United States: findings from the MPN Landmark survey. *Cancer*. 2017;123(3):449–458. doi:10.1002/cncr.30325. 3. Bradford A, et al. Disabled, invisible and dismissed—the lived experience of fatigue in people with myeloproliferative neoplasms. *Cancer Rep (Hoboken)*. 2023;6(1):e1655. doi:10.1002/cnr2.1655. 4. Ginzburg YZ, Feola M, Zimran E, et al. Dysregulated iron metabolism in polycythemia vera: etiology and consequences. *Leukemia*. 2018;32(10):2105–2116. doi:10.1038/s41375-018-0207-9. 5. Verstovsek S, Harrison CN, Kiladjian JJ, et al. Markers of iron deficiency in patients with polycythemia vera receiving ruxolitinib or best available therapy. *Leuk Res*. 2017;56:52–59. doi:10.1016/j.leukres.2017.01.032. 6. National Organization for Rare Disorders (NORD). Polycythemia vera. Revised March, 2026. Accessed June, 2026. Available at: <https://rarediseases.org/rare-diseases/polycythemia-vera/>. 7. Mesa R, Miller CB, Thyne M, et al. Myeloproliferative neoplasms (MPNs) have a significant impact on patients' overall health and productivity: the MPN Landmark survey. *BMC Cancer*. 2016;16:167. doi:10.1186/s12885-016-2208-2. 8. Mesa RA, Schwager S, Radia D, et al. The Myelofibrosis Symptom Assessment Form (MFSAF): an evidence-based brief inventory to measure quality of life and symptomatic response to treatment in myelofibrosis. *Leuk Res*. 2009;33(9):1199–1203. doi:10.1016/j.leukres.2009.01.035. 9. Grunwald MR, Burke JM, Kuter DJ, et al. Symptom burden and blood counts in patients with polycythemia vera in the United States: an analysis from the REVEAL study. *Clin Lymphoma Myeloma Leuk*. 2019;19(9):579–584.e1. doi:10.1016/j.clml.2019.06.001. 10. Manz K, et al. Comparison of recognition of symptom burden in MPN between patient- and physician-reported assessment—an intraindividual analysis by the German Study Group for MPN (GSG-MPN). *Leukemia*. 2025;39:864–875. doi:10.1038/s41375-025-02524-7.