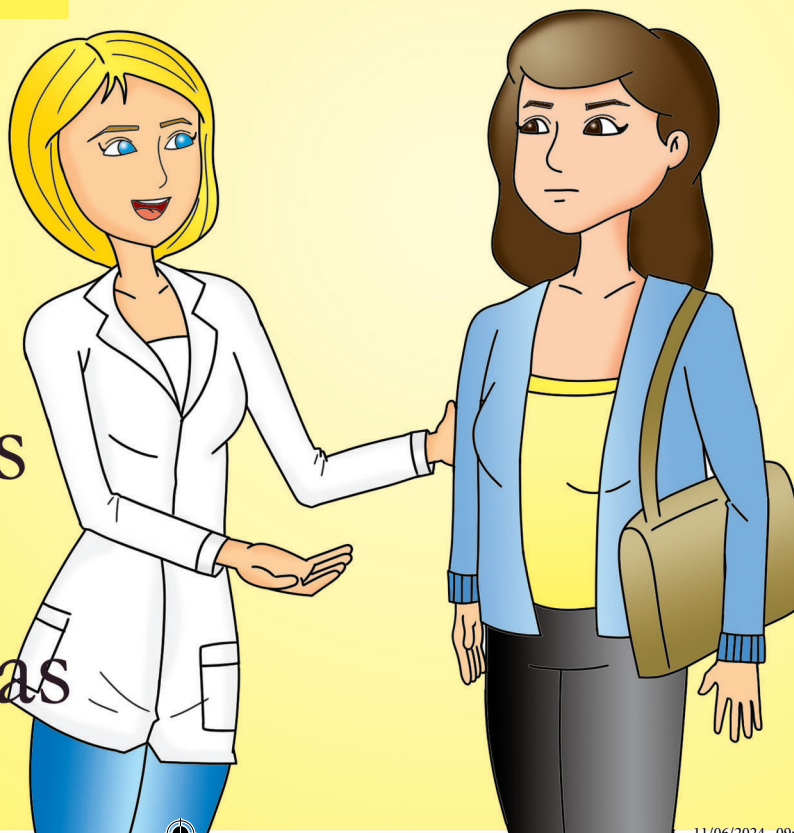


# Cartilhas

## GEDIIB

Manual de  
orientações  
sobre  
Colostomias





Copyright © GEDIIB - Organização Brasileira de Doença de Crohn e Colite. “A edição desta obra foi financiada com recursos do GEDIIB como projeto de iniciativa científica educacional, publicada em 2023

Editores Científicos:

Tania das Graças de Souza Lima | Silvia Alves da Silva Carvalho | Lucia Helena Lourenço | Antonia Mauryne Lopes | José Luiz Gonzaga Júnior | Jaqueline Ribeiro de Barros

Projeto Gráfico e diagramação: Alex Franco | franco.alex@gmail.com

Ilustrações: Sérgio Tanaka | sergio.artdesign@hotmail.com

Coordenação Editorial: GEDIIB | Fátima Lombardi

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Manual de orientações sobre colostomias / Tania das Graças de Souza Lima... (et.al.) ;  
Ilustração Sergio Tanaka. – 1. Ed. – São Paulo : Assertiva Editorial : GEDIIB – Organização Brasileira de  
Doença de Crohn e Colite, 2024.

Outros autores : Antonia Mauryne Lopes, Jaqueline Ribeiro de Barros, Lucia Helena Lourenço, José Luiz  
Gonzaga Júnior, Silvia Alves da Silva Carvalho.

Bibliografia.

ISBN 978-85-69310-09-9

1. Colostomia 2. Doença de Crohn 3. Gastroenterologia 4. Retocolite ulcerativa 5. Intestinos  
– Cirurgia 6. Sistema gastrointestinal – Doenças I. Lima, Tania das Graças de Souza. II. Lopes, Antonia  
Mauryne. III. Barros, Jaqueline Ribeiro de. IV. Lourenço, Lucia Helena. V. Gonzaga Júnior, José Luiz. VI.  
Carvalho, Silvia Alves da Silva. VII. Tanaka Sergio.

24-210365

CDD-616.33

NLM-WI-141

Índice para catálogo sistemático :

1.Gastroenterologia : Diagnóstico e tratamento : Medicina 616.33

Aline Grazielle Benitez – Bibliotecária – CRB-1/3129





## Prefácio

É com imenso prazer que o GEDIIB lança a atualização das cartilhas de ileostomia e colostomia para os portadores de doenças inflamatórias intestinais (DII). O objetivo das cartilhas é fornecer informações seguras de fontes confiáveis para facilitar a vida dos portadores de DII que necessitam de uma estomia em algum momento da vida, seja a estomia temporária ou definitiva.

Sabemos de todas as dúvidas e medos que permeiam a necessidade de uma estomia, mas temos certeza de que a educação e a informação dos pacientes, familiares e da equipe de saúde são fundamentais para o sucesso do tratamento e para a prevenção de complicações da bolsa, culminando com melhor qualidade de vida e capacidade funcional.

Convidamos todos os pacientes, familiares, cuidadores, médicos, enfermeiros, e outras pessoas próximas e profissionais da equipe de saúde a lerem essas cartilhas para conhecerem melhor o tema, tirarem suas dúvidas e aprenderem a lidar de uma forma mais tranquila e segura com o manejo da bolsa de ileostomia/colostomia e com o paciente ostomizado.



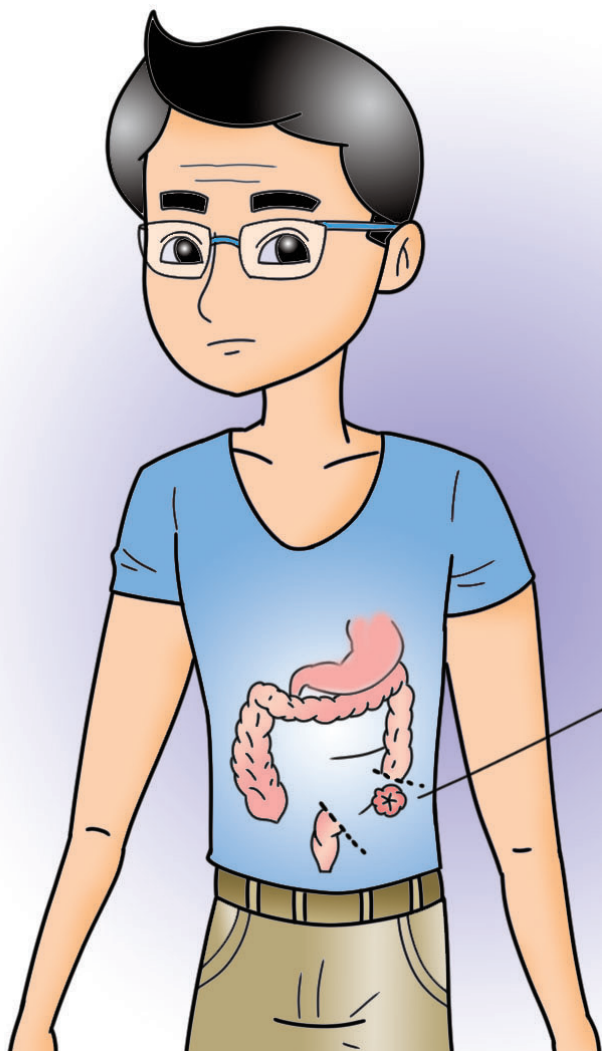
Esperamos que essas informações sejam úteis e possam ajudar a melhorar a vida de todas as pessoas envolvidas com a doença inflamatória intestinal.

### Boa leitura!

*Ligia Yukie Sasaki. Gastroenterologista. Professora Doutora da Faculdade de Medicina de Botucatu. Membro da Diretoria do GEDIIB.*

*Rogério Saad-Hossne. Coloproctologista. Professor Titular da Faculdade de Medicina de Botucatu. Presidente do GEDIIB.*





## O que é uma Colostomia

Colostomia é uma abertura no intestino grosso, através da barriga (abdômen) feita com o objetivo de eliminar as fezes. Geralmente fica no lado esquerdo da barriga e funciona poucas vezes por dia. Esta cirurgia pode ser feita por diversos motivos porém os mais comuns são o câncer ou as Doenças Inflamatórias Intestinais (Doença de Crohn e Retocolite Ulcerativa) ou ainda a Diverticulite. As colostomias podem ser temporárias ou definitivas e dependem de cada paciente ou da doença que o acometeu.

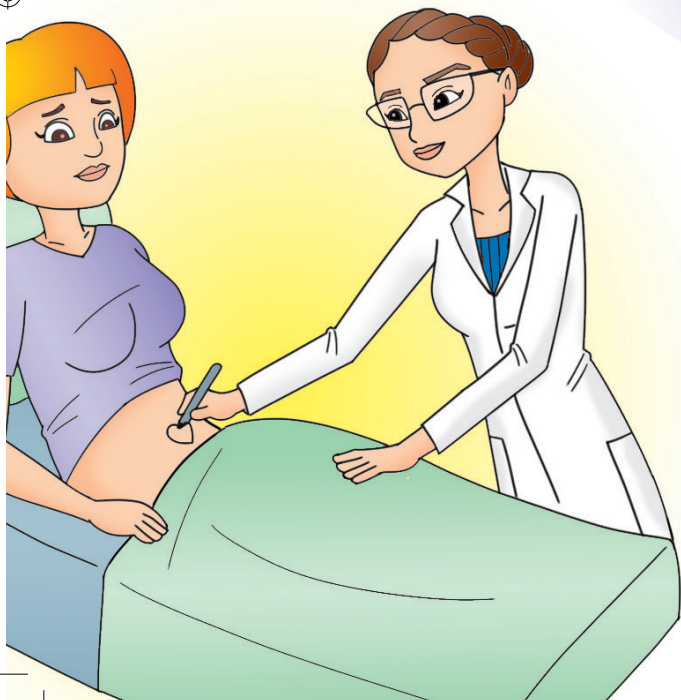




## Antes da cirurgia

Sempre que possível, nas cirurgias programadas, o ideal é que se faça uma marca no abdômen com uma caneta apropriada no local onde será feita a colostomia.

Este procedimento é feito pelo estomate-rapeuta ou pelo enfermeiro, treinado de preferência junto com o médico, um ou dois dias antes da cirurgia e tem a finalidade de escolher o melhor local onde será feita a colostomia.



Neste momento, você e sua família também verão as opções de bolsas existentes no hospital e poderão se familiarizar melhor com o material que irá utilizar depois da cirurgia.

Imagens e fotos de pessoas colostomizadas também poderão ser mostradas caso você queira ver.



## Depois da cirurgia

Nesta fase é comum que algumas pessoas tenham dificuldade para aceitar a colostomia e até olhar para o seu próprio abdome.

Tenha calma pois, se este for o seu caso, você certamente irá superar este momento e compreender que o mais importante é estar sem o sofrimento de antes e poder ficar junto aos seus familiares e pessoas que ama.

Lembre-se: milhões de pessoas também passam por momentos difíceis em diversas outras situações de doenças e a superam! Você também será capaz de superar!

Durante a sua internação no hospital é importante que você, assim que possível, participe dos cuidados com a sua colostomia e aprenda a cuidar dela e da sua bolsa o quanto antes. Isto o tornará independente e mais tranquilo quanto ao futuro.

Durante a sua internação, sua bolsa será transparente para tornar mais fácil para que o pessoal da Enfermagem, para o médico e para você ver a ileostomia e as fezes observando se há alguma complicação. Além disso, a bolsa ficará virada para o lado a fim de facilitar que a equipe de enfermagem faça a limpeza da bolsa, mas assim que você puder levantar-se e cuidar da sua própria higiene, a sua bolsa será colocada para baixo e você mesmo poderá fazer a drenagem das fezes diretamente no vaso sanitário. Após a sua alta a bolsa poderá ser opaca!





## Escolha da bolsa

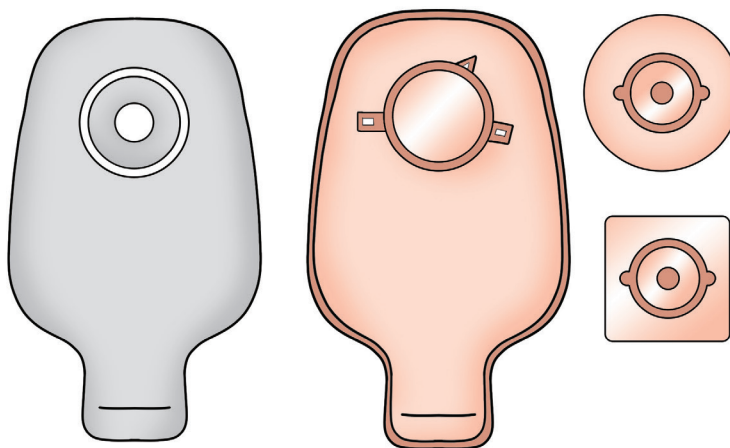
### Existem vários tipos e marcas de bolsas coletoras

Elas podem ser de uma ou duas peças (placa e bolsa), transparentes ou opacas, fechadas ou abertas (drenáveis).

De uma forma geral a bolsa de uma peça deve ser trocada a cada 2 ou 3 dias e a de duas peças, nesse tipo de estomia, poderá permanecer até sete dias exceto quando houver vazamentos por debaixo da placa. Também podem ser usadas as bolsas fechadas, desde que ela dure 12 a 24 horas, ou seja, sejam utilizadas 1 a 2 bolsas por dia no máximo.

### O que é importante saber

- Normalmente a colostomia é de cor rosa ou vermelho brilhante, tem aspecto molhado e pode ter muco;
- Pode apresentar pequeno sangramento



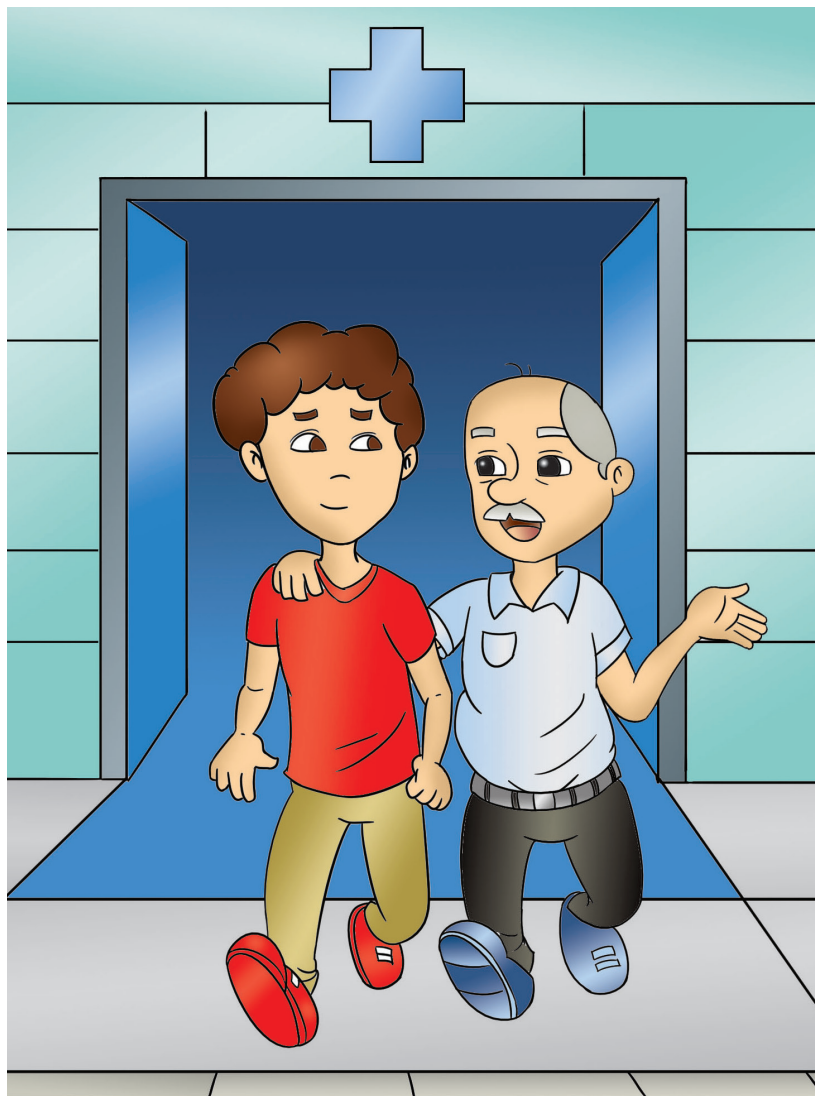
durante a higiene, isto é normal e não deve preocupar

- Tocar na colostomia não causa dor;
- Você poderá molhar a colostomia durante o banho pois não há nenhum risco nisso;
- Depois de conhecer quanto tempo dura a sua bolsa, é importante que você programe a troca dela, evitando situações que causem constrangimento, acidentes ou feridas na pele;
- Você também poderá tomar o seu banho sem bolsa, especialmente nos dias em que fizer a troca;



## A alta do hospital

- Quando você tiver alta do hospital, o Estomaterapeuta ou a enfermeira treinada lhe dará algumas bolsas de reserva até que você possa retornar ao ambulatório para a consulta de Estomaterapia.
- Você receberá também um molde ou saberá o tamanho da sua colostomia para fazer a troca da bolsa em sua casa.
- É importante que você recorte a bolsa no tamanho mais próximo possível da sua colostomia pois isso diminuirá o risco de feridas na pele (dermatite), pelo contato das fezes.
- Verifique periodicamente se o tamanho do recorte da bolsa ou da placa ainda é o mesmo pois, depois de algum tempo, é comum que o diâmetro da colostomia diminua.



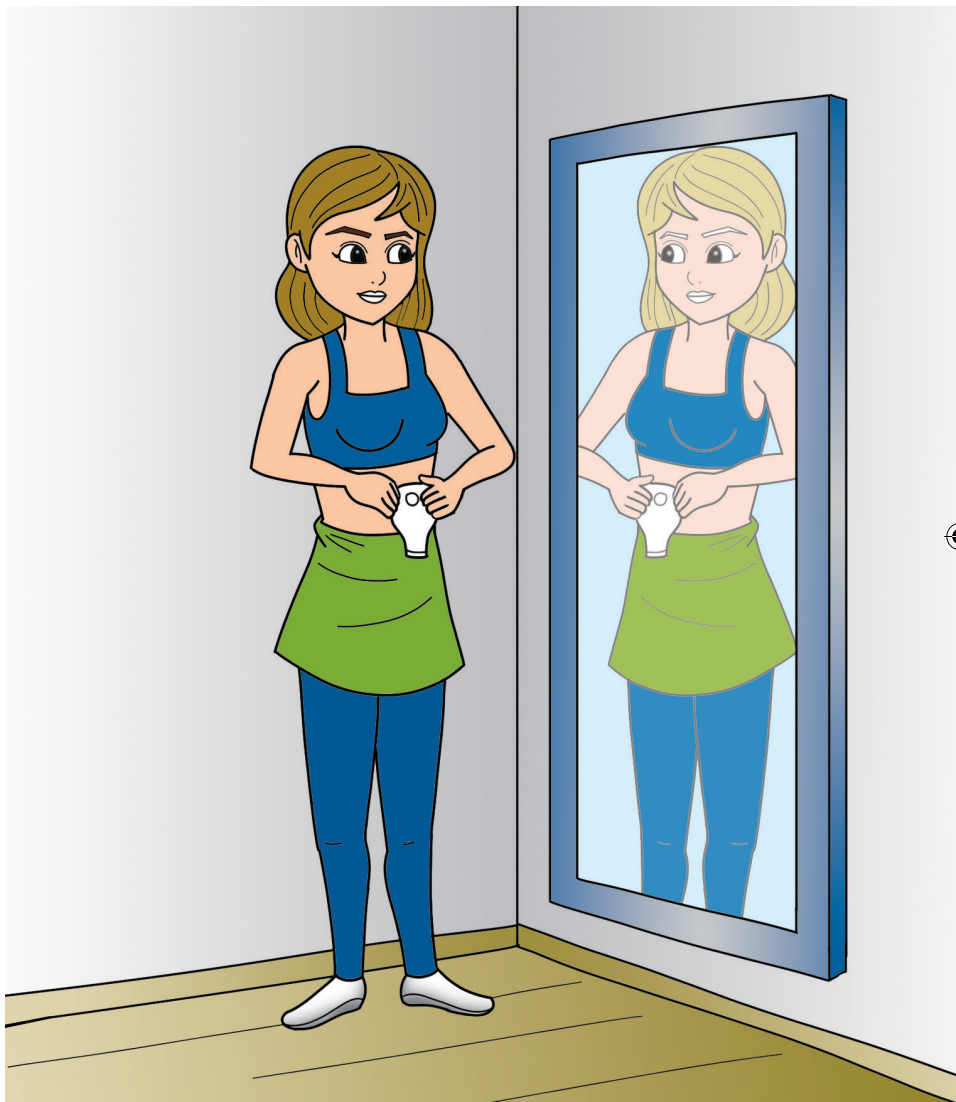


## Como trocar a sua bolsa

Sempre que trocar a bolsa aproveite para lavar a colostomia e a pele ao redor do estoma. Utilize água e sabão neutro e faça a limpeza de forma suave! Utilize também água para tirar todo o sabonete.

Inicialmente faça a troca da sua bolsa em frente a um espelho para ter melhor visão. Após algum tempo você conseguirá trocar a sua bolsa sozinho e de forma tranquila!

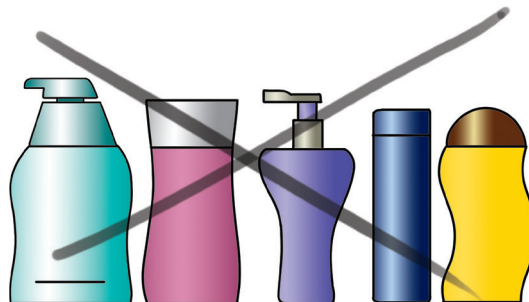
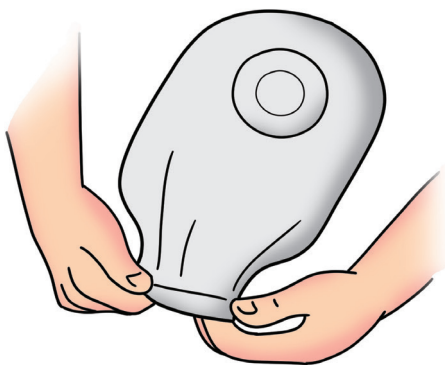
Nas primeiras trocas você poderá ficar ansioso, mas aos poucos, irá tornar-se cada vez mais seguro e independente e não terá qualquer dificuldade. Caso continue com alguma dificuldade, procure ajuda do Estomaterapeuta ou do Enfermeiro treinado.

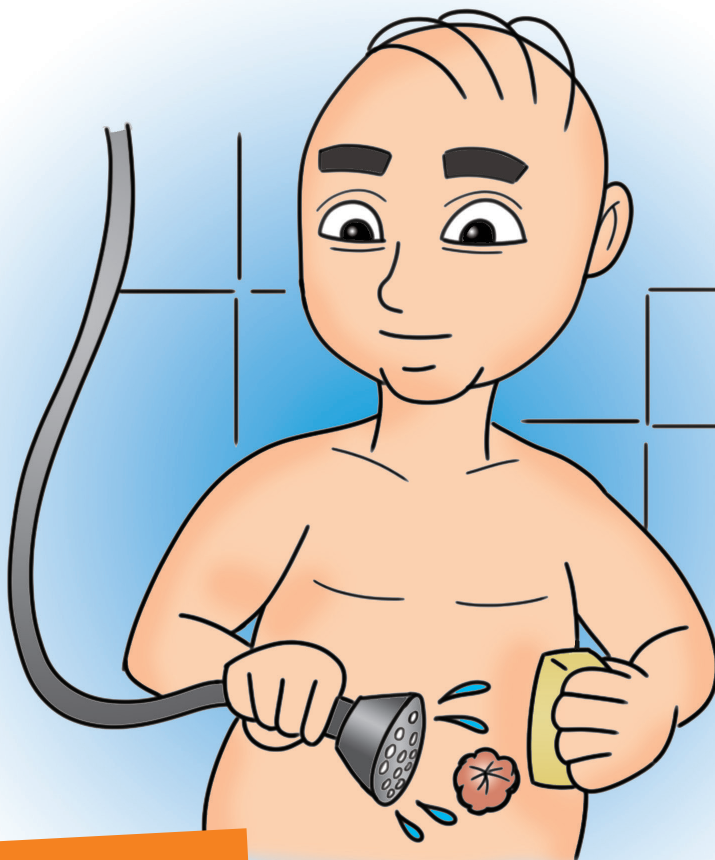




Não utilize desinfetantes para lavar a bolsa ou a sua colostomia, use apenas água e sabonete neutro.

Para limpar a colostomia e a região ao redor não utilize substâncias irritantes como álcool, benjoim, acetona, perfume ou éter. Você não deve aplicar cremes ou pomadas na pele, pois isto poderá dificultar a aderência da bolsa. Em situações especiais ou onde ocorrer alguma complicação fale com o seu médico ou Estomaterapeuta.





## Lembre-se

Assim como qualquer outra pessoa, você paciente, fará a sua higiene de forma discreta e com privacidade!

Evite usar sabões que deixem algum resíduo pois estes podem interferir com a aderência da bolsa na pele. Sabonetes que contem fragrâncias também podem irritar a pele.





## Conselhos para a vida diária

O fato de você ter uma colostomia não deve alterar as suas atividades diárias. Aos poucos você poderá retomar as suas atividades, mas não se esqueça de seguir os conselhos de seu médico assim como as orientações de sua Estomaterapeuta!

Você poderá namorar, sair para fazer compras, ir ao shopping, ir a festas e visitar familiares e amigos porém, não deve pegar peso e assim diminuir os riscos de ter hérnia!

### Algumas dicas podem ser úteis para a sua vida íntima

- Esvazie sua bolsa antes de começar a sua relação sexual;
- Use uma bolsa pequena e opaca ou o obturador caso já tenha aprendido fazer irrigação da colostomia;
- cubra a sua bolsa com uma cinta ou, no caso das mulheres, pode usar uma lingerie ou uma echarpe;
- é importante que você e seu parceiro ou parceira saibam que relações sexuais não irão traumatizar o seu

estoma. Pergunte ao seu médico quando você poderá voltar a ter relação sexual após a cirurgia;

- importante também saber que estoma não deve ser utilizado para a relação sexual. Isto poderá machucá-lo e dificultar a saída das fezes;





### Quanto ao seu estilo de vida e dieta:

- após a sua recuperação da cirurgia, você poderá, aos poucos, comer os alimentos que mais gosta, a menos que seu médico ou sua nutricionista lhe prescreva uma dieta especial. Alimentos que produzam gases e mal odor, devem ser evitados;
- você poderá usar uma bolsa com filtro ou ainda desodorantes próprios para bolsa coletora;
- você não precisa mudar a maneira de se vestir. Em breve você verá que as suas roupas ainda poderão ser usadas!



Se você tem uma colostomia definitiva e do lado esquerdo da barriga, converse com o seu médico ou com o seu estomaterapeuta.

Você poderá aprender a fazer a irrigação da colostomia e usar um obturador ao invés da bolsa!

Lembre-se que, em qualquer situação, ao sair de casa é necessário levar sempre um “kit emergência”. Este kit poderá ser organizado

em uma pequena bolsinha onde você deverá

guardar uma bolsa já recortada, algumas gazes ou uma toalhinha, um lenço umedecido e um pequeno saco plástico para a colocação da bolsa suja.

Lembre-se: a possibilidade de que a sua vida e tudo o mais seja igual ou próximo ao que era antes da colostomia, dependerá do grau de independência que você consiga desenvolver!

Veja, a sua vida não é somente uma colostomia! Você é muito mais!!!!



## Referências

1. <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/livro-cuidados-com-a-sua-estomia.pdf>
2. [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_atencao\\_saude\\_pessoa\\_estomia.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atencao_saude_pessoa_estomia.pdf)
3. <https://www.scielo.br/j/reben/a/7FmhKfqNvck8BcSPYNpM7xd/abstract/?lang=pt>
4. Cesaretti IUR. Novas tecnologias e novas técnicas no cuidado dos estomas Rev. Bras. Enferm. 49(2). junho de 1996.
5. Alencar TMF, Sales2, JKD; Sales3 JKD. Cuidados de Enfermagem aos Pacientes com Estomia: Análise a luz da teoria de Orem. Rev Enferm Atual In Derme v. 96, n. 37, 2022 .
6. Luz MHBA, Andrade DS, Amaral HO, Bezerra SMG, Benício CDAV, Leal ACA CARACTERIZAÇÃO DOS PACIENTES SUBMETIDOS A ESTOMAS INTESTINAIS EM UM HOSPITAL PÚBLICO DE TERESINA-PI Texto Contexto Enferm, Florianópolis, 2009 Jan-Mar; 18(1): 140-6.
7. Bischoff SC, Escher J, Hébuterne X, Kłęk S, Krznaric Z, Schneider S, et al. ESPEN practical guideline: Clinical Nutrition in inflammatory bowel disease. Clin Nutr 2020;39(3):632-53.
8. Hebuterne X, Filippi J, Schneider SM. Nutrition in adult patients with inflammatory bowel disease. Curr Drug Targets 2014;15(11):1030-9.
9. Shamir R, Phillip M, Levine A. Growth retardation in pediatric Crohn's disease: pathogenesis and interventions. Inflamm Bowel Dis 2007;13(5):620-8.
10. Steell L, Gray SR, Russell RK, MacDonald J, Seenan JP, Wong SC, et al. Pathogenesis of Musculoskeletal Deficits in Children and Adults with Inflammatory Bowel Disease. Nutrients 2021;13(8).
11. Rempel J, Grover K, El-Matary W. Micronutrient Deficiencies and Anemia in Children with Inflammatory Bowel Disease. Nutrients 2021;13(1).
12. Piercy KL, Troiano RP, Ballard RM, Carlson SA, Fulton JE, Galuska DA, et al. The Physical Activity Guidelines for Americans. JAMA 2018;320(19):2020-8.
13. Chaput JP, Willumsen J, Bull F, Chou R, Ekelund U, Firth J, et al. 2020 WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour for children and adolescents aged 5-17 years: summary of the evidence. Int J Behav Nutr Phys Act 2020;17(1):141.
14. Saunders TJ, Vallance JK. Screen Time and Health Indicators Among Children and Youth: Current Evidence, Limitations and Future Directions. Appl Health Econ Health Policy 2017;15(3):323-31.
15. Sood A, Ahuja V, Kedia S, Midha V, Mahajan R, Mehta V, et al. Diet and inflammatory bowel disease: The Asian Working Group guidelines. Indian J Gastroenterol 2019;38(3):220-46.
16. Barazzoni R, Bischoff SC, Breda J, Wickramasinghe K, Krznaric Z, Nitzan D, et al. ESPEN expert statements and practical guidance for nutritional management of individuals with SARS-CoV-2 infection. Clin Nutr 2020.
17. Zhou YQ, Xu RY, Wan YP. The role of dietary factors in inflammatory bowel diseases: New perspectives. J Dig Dis 2019;20(1):11-7.
18. Sigall-Boneh R, Levine A, Lomer M, Wierdsma N, Allan P, Fiorino G, et al. Research Gaps in Diet and Nutrition in Inflammatory Bowel Disease. A Topical Review by D-ECCO Working Group [Dietitians of ECCO]. J Crohns Colitis 2017;11(12):1407-19.





**Tania das Graças de Souza**

**Lima:** Enfermeira Estomaterapeuta, TiSobest, Mestre e Doutora em Ciências pela Faculdade de Medicina da UFRJ, Membro da Comissão de Enfermagem do GEDIIB ( Organização Brasileira de Crohn e Colite), membro da Associação Brasileira de Estomaterapia (SOBEST), Membro da Sociedade de Enfermeiras em feridas, estomias e incontinências urinária e fecal (WOCN) e da Sociedade Internacional de Continência (ICS). Diretora da Clínica By Care.

ção de Enfermagem do GEDIIB ( Organização Brasileira de Crohn e Colite), membro da Associação Brasileira de Estomaterapia (SOBEST), Membro da Sociedade de Enfermeiras em feridas, estomias e incontinências urinária e fecal (WOCN) e da Sociedade Internacional de Continência (ICS). Diretora da Clínica By Care.



**Sílvia Alves da Silva**

**Carvalho:** Enfermeira Estomaterapeuta, graduanda em medicina pela UNAERP, Coordenadora da Comissão de Enfermagem do GEDIIB,

membro da Assoc. Brasileira de Estomaterapia – SOBEST, membro colaborador da Organizacion Panamericana de Crohn y Colitis – PANCCO , membro do Comitê de Ética e Pesquisa e do núcleo de auditoria médica do Complexo Hospitalar Pe. Bento de Guarulhos.



**Lucia Helena Lourenço:**

Enfermeira Mestre, Membro da Comissão de Enfermagem do GEDIIB, especialista em saúde pública.



**Antonia Mauryane Lopes:**

Enfermeira Mestre e Doutora em Enfermagem pela UFPI, Membro da Comissão de Enfermagem do GEDIIB, especialista em alta complexidade, pesquisadora, coordenadora do curso de graduação em enfermagem.

Enfermeira Mestre e Doutora em Enfermagem pela UFPI, Membro da Comissão de Enfermagem do GEDIIB, especialista em alta complexidade, pesquisadora, coordenadora do curso de graduação em enfermagem.



**José Luiz Gonzaga Junior:**

Enfermeiro Estomaterapeuta, graduando em medicina pela UNAERP e colaborador da Comissão de Enfermagem do GEDIIB.



**Jaqueline Ribeiro de**

**Barros:** Enfermeira, Doutora pela UNESP, com pesquisa em DIIs. Sócio Colaborador do GEDIIB.

Membro N-ECCO (Nurse - European Crohns and Colitis Organisation). Gerente de Enfermagem na Clínica Cliged/Rio de Janeiro



# Cartilhas



[www.gediib.org.br](http://www.gediib.org.br)

Copyright © gediib, 2022. Direitos totais reservados com exclusividade pelo Grupo de Estudos da Doença Inflamatória Intestinal do Brasil - GEDIIB. Reprodução total ou parcial proibida. [www.gediib.org.br](http://www.gediib.org.br)

