

# Manual de Orientações a Familiares e Pacientes **COLOSTOMIZADOS**



**Tania das Graças de Souza Lima**



### **Sobre a autora:**

**Tania das Graças de Souza Lima** é Enfermeira Estomaterapeuta desde 1992 pela Universidade de São Paulo (USP), Responsável pelos Ambulatórios de Estomaterapia e Biofeedback do Hospital Universitário Clementino Fraga Filho (HUCFF) da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Mestre em Enfermagem pela Escola de Enfermagem Anna Nery, Doutora em Ciências pela Faculdade de Medicina da UFRJ, TiSobest, Presidente da Sessão Rio de Janeiro da Sociedade Brasileira DE Estomaterapia (Sobest), Membro do Conselho Mundial de Estomaterapia (WCET), da Sociedade de Enfermeiras em feridas, estomias e incontinências urinária e fecal (WOCN) e da Sociedade Internacional de Continência (ICS) e Diretora da Clínica By Care.

*Email: [tanielima.et@terra.com.br](mailto:tanielima.et@terra.com.br)*

### **Sobre a revisora:**

**Vera Lucia Conceição de Gouveia Santos** é Enfermeira Estomaterapeuta, Professora Associada do Departamento de Enfermagem Médico-Cirúrgica da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, PhD, TiSOBEST, Coordenadora do Comitê de Educação do Conselho Mundial de Estomaterapia (WCET), Membro do Conselho Científico da Sociedade Brasileira de Estomaterapia (SOBEST).

Ilustrações: Marcelo A.Ventura

[www.marceloaventura.art.br](http://www.marceloaventura.art.br)

## Prefácio

Este manual além de muito bem elaborado, com figuras esclarecedoras e linguagem simples de fácil compreensão para o paciente irá facilitar muito aqueles passarão a ter uma ostomia, seja temporária ou permanente.

O ostomizado passa por um processo de perda de autoestima muito importante. Inicialmente provocado pela própria doença (Câncer, Doenças Inflamatórias, Emergências Cirúrgicas, entre outras). A seguir o trauma do tratamento e quando o paciente vence ou supera sua doença passa a ter um outro problema, o estoma.

O manual desmistifica, e integra o paciente a sua vida cotidiana, inclusive sexualmente, mostrando que as adaptações não são complicadas e de rápida e fácil introdução. Facilita também a família e ajuda na quebra da discriminação, importante nesta fase.

Como médico que atua nesta área há muitos anos, sei como é difícil o início da vida de um ostomizado e este Manual sem dúvida é uma ferramenta importantíssima.

Parabéns Tania, você sem dúvida irá facilitar muito a vida destas pessoas.

***João de Aguiar Pupo Neto***

*Professor da Universidade Federal do Rio de Janeiro*

*Chefe do Serviço de Proctologia do*

*Hospital Universitário Clementino Fraga Filho*

*Ex Presidente da Sociedade Brasileira de Coloproctologia*

## Sumário

Prefácio.....	4
Apresentação.....	6
O que é uma colostomia.....	7
Antes da cirurgia.....	8
Depois da cirurgia.....	10
Escolha da bolsa.....	13
O que é importante saber.....	13
A alta hospitalar.....	14
Como trocar sua bolsa.....	15
Conselhos para a vida diária.....	18

*Este material é uma cortesia da Abbvie Farmacêutica Ltda e dos demais apoiadores.*

*O conteúdo desta publicação reflete exclusivamente a opinião dos autores, e não necessariamente a opinião da Abbvie Farmacêutica Ltda e dos demais apoiadores.*

**Este Manual não deverá substituir a consulta com um Estomaterapeuta, apenas irá auxiliá-lo neste momento da sua vida!**

## Apresentação

Este manual foi feito para informar e ensinar práticas simples que ajudarão você a superar as dificuldades iniciais e, assim ajudá-lo a viver com a sua nova realidade e retomar, aos poucos, as suas atividades diárias.

Todos os anos, milhares de pessoas no mundo inteiro fazem uma cirurgia para a criação de uma colostomia. Homens, mulheres, crianças, jovens e idosos podem fazer esta cirurgia.

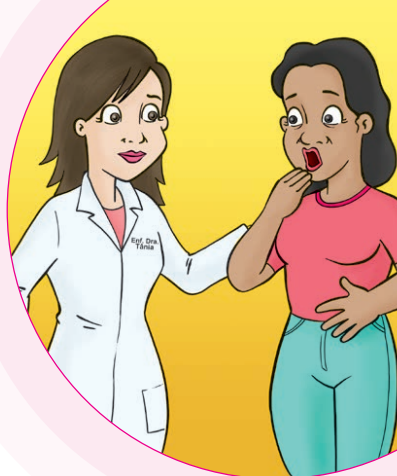
Ter uma colostomia temporária ou definitiva significa iniciar uma nova vida e aprender a viver com este novo corpo.

Lembre-se que dividir as suas angústias, ansiedades e medos com as pessoas que o rodeiam irá lhe dar força e que essas pessoas, assim como você, também necessitam de um tempo para ajustar-se a esta nova fase da sua vida.

Saiba que existe uma equipe de profissionais neste hospital, da qual fazem parte estomaterapeutas, médicos, enfermeiros e técnicos de enfermagem, que estão disponíveis e prontos para lhe dar apoio e acompanhar você e sua família neste momento da sua vida.

Você também poderá contar com o apoio de psicólogos, nutricionistas e assistentes sociais sempre que necessário e estes também poderão ajudá-los!

Boa leitura,

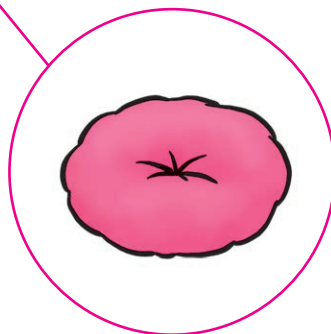
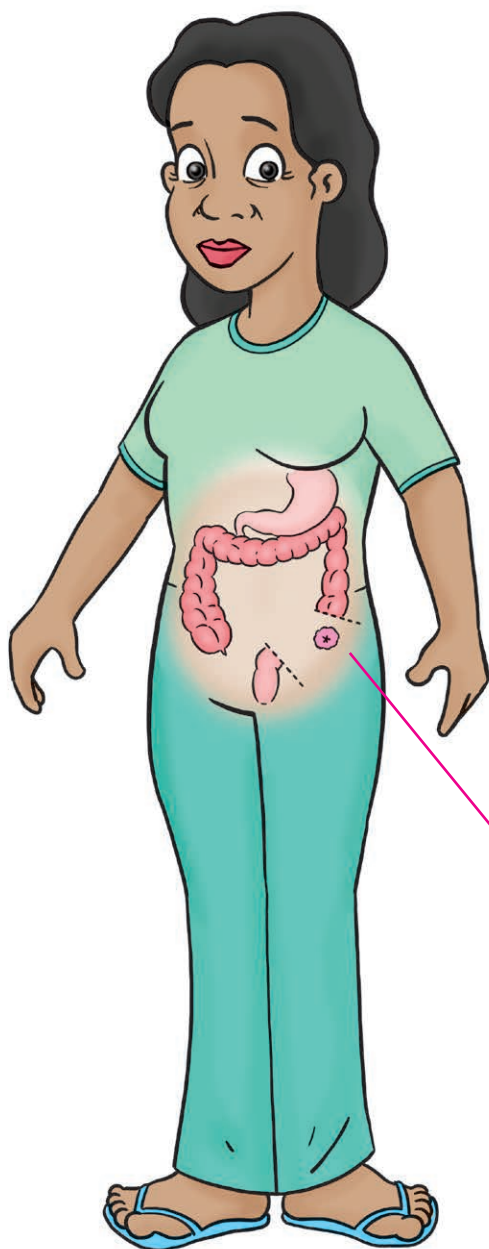


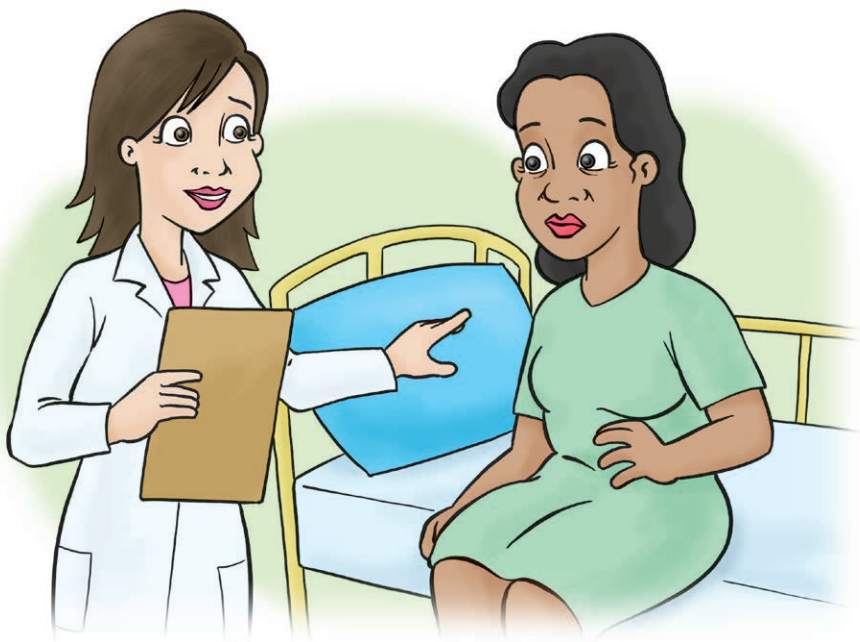
**Dra Tania Lima**  
*Enfermeira Estomaterapeuta do HUCFF/UFRJ*

# 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 as mais comuns são aquelas por câncer ou doenças inflamatórias (Doença de Crohn e Retocolite Ulcerativa) e Diverticulite.

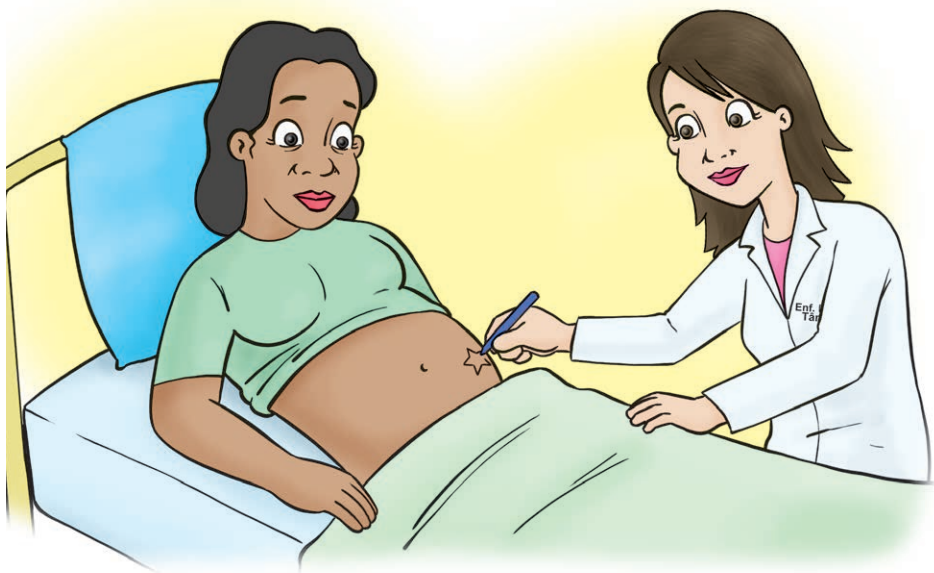
As colostomias podem ser temporárias ou definitivas e dependem de cada paciente ou da doença que o acometeu.





## 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 estomaterapeuta 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.

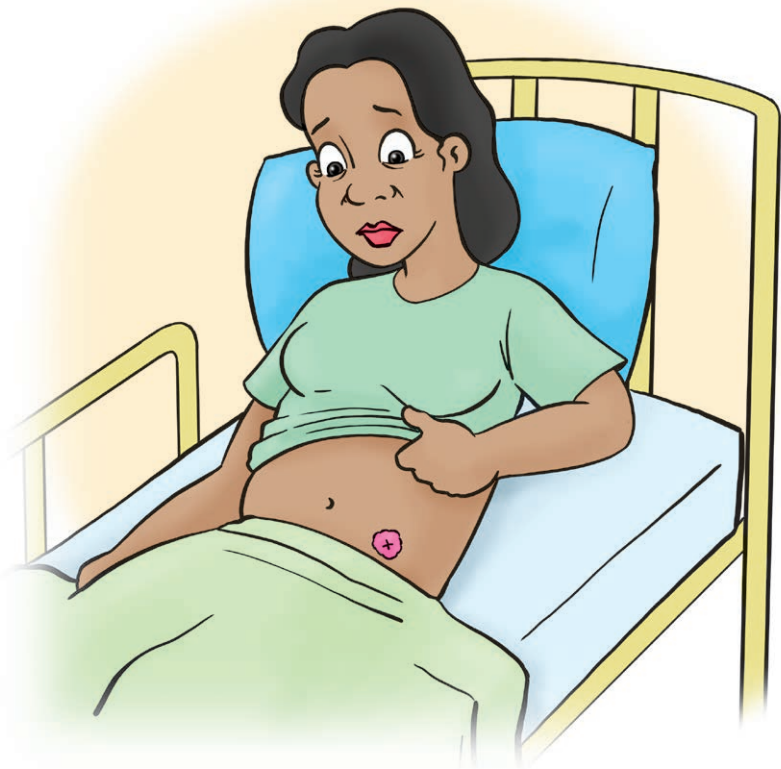
Neste momento, você e sua família também verão as opções de bolsas existentes no hospital e poderão se familiarizar melhor com o material que irá utilizar depois da cirurgia.

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 abdômen.



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, a 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



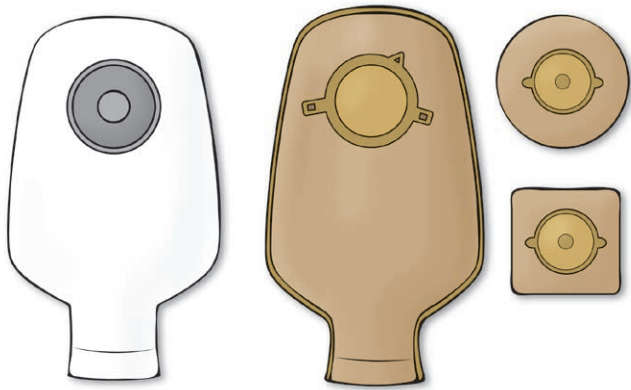
mesmo poderá fazer a drenagem das fezes diretamente no vaso sanitário. Após a sua alta a bolsa poderá ser opaca!



Lembre-se que, assim como qualquer outra pessoa, você fará a sua higiene de forma discreta e com privacidade!

## 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;

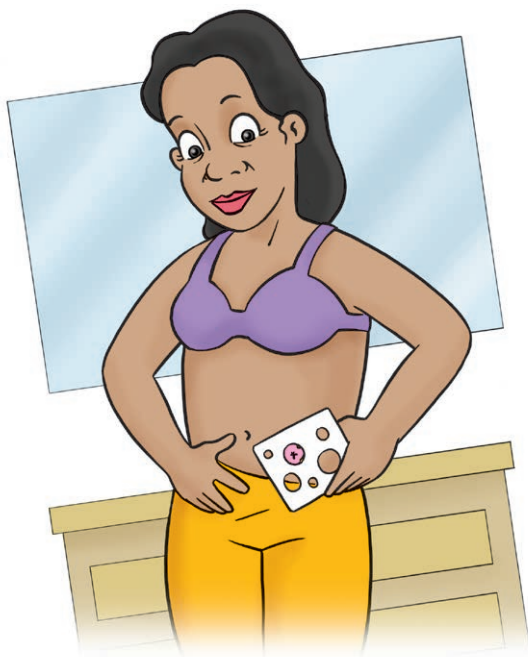
- Depois de conhecer quanto tempo dura a sua bolsa, é importante que você programe a troca dela, evitando situações que causem constrangimento, acidentes ou feridas na pele;
- Você também poderá tomar o seu banho sem bolsa especialmente nos dias em que fizer a troca;



## 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 no Ambulatório 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 tranqüila!



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.



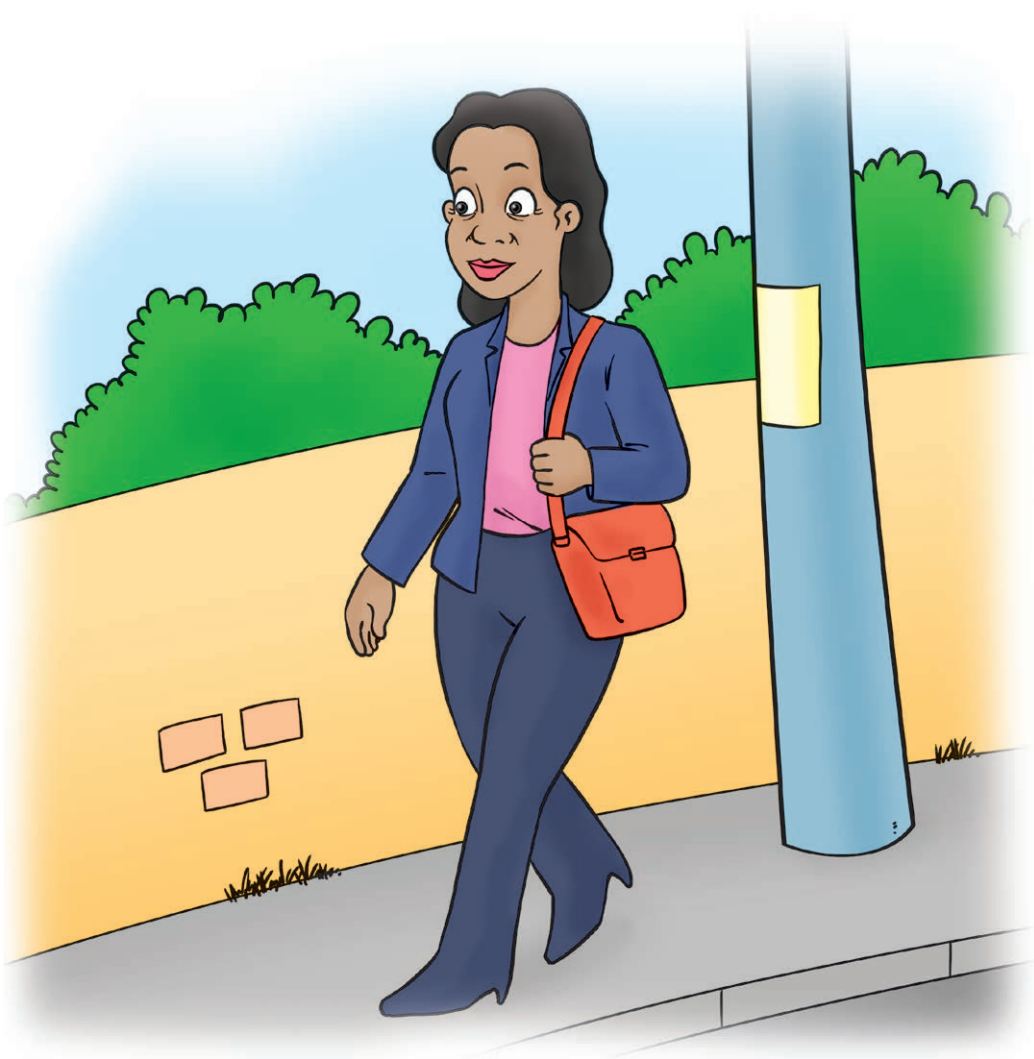


Para limpar a colostomia e a região ao redor não utilize substâncias irritantes como álcool, benjoim, acetona, perfume ou éter. Você não deve aplicar cremes ou pomadas na pele pois isto poderá dificultar a aderência da bolsa. Em situações especiais ou onde ocorrer alguma complicação fale com o seu médico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

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 à festas e visitar familiares e amigos porém, não deve pegar peso e assim diminuir os riscos de ter hérnia!

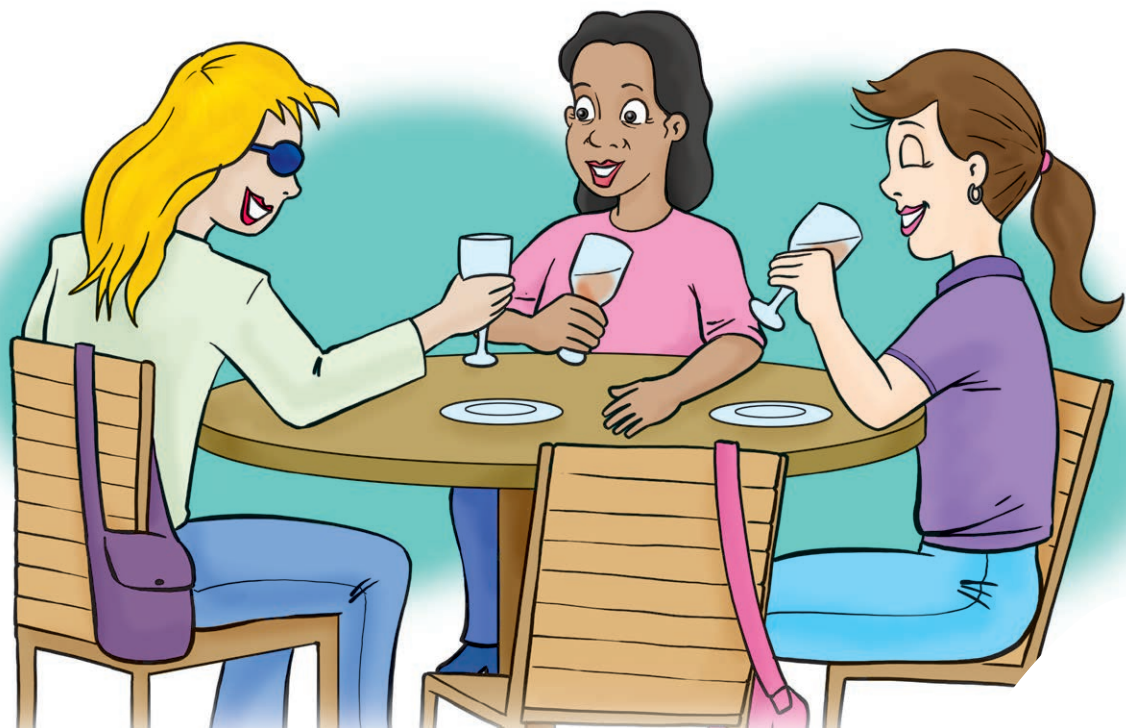
Algumas dicas podem ser úteis para a sua vida íntima:

- esvazie sua bolsa antes de começar a sua relação sexual;
- use uma bolsa pequena e opaca ou o obturador caso já tenha aprendido a 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 saiba 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:

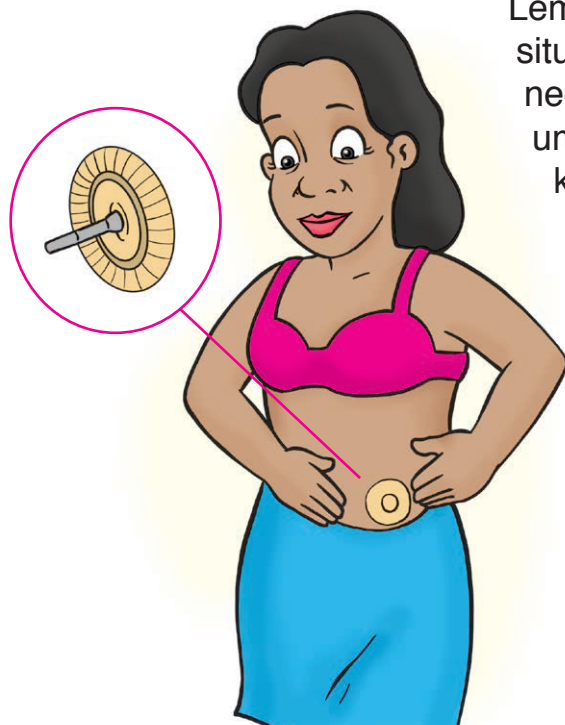
- após a sua recuperação da cirurgia, você poderá, aos poucos, comer os alimentos que goste, a menos que seu médico ou sua nutricionista lhe prescreva uma dieta especial. Alimentos que produzam gases e mal odor, devem ser evitados;



- 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:** 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!

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





[www.gediib.org.br](http://www.gediib.org.br) • (11) 3031-0804