

GUIA DE CUIDADOS COM OSTOMIA



Salvador-BA
2024

COMPONENTES

Universidade:

Faculdade de Tecnologia e Ciências - UNIFTC

Docente:

Amanda Cibebe Gaspar dos Santos.

Discentes:

- Ana Carolina Andrade de Souza;
- Beatriz dos Santos Reis;
- Emily Fernanda Costa da Silva;
- Guilhermina Quadros Garcia Leão;
- Laís de Jesus Amorim;
- Livia Gomes Souza Alves;
- Marcelo Silva Pituba;
- Maria Darlene Moraes Ribeiro;
- Patrícia Dates Moreira.

Cursos:

- Enfermagem;
- Farmácia;
- Nutrição;
- Psicologia.

SUMÁRIO

Sumário.....	03
Apresentação.....	04
Introdução.....	05
Legislação.....	06
Você e um novo desafio.....	08
Cuidados com a pele ao redor da ostomia pós cirurgia..	09
Sinais de complicações.....	10
Produtos disponíveis no mercado.....	11
Caça-palavras.....	14
10 orientações nutricionais para viver bem.....	15
Posso praticar exercício físico ou esporte?.....	16
Palavras cruzadas.....	18
Importância de seguir prescrição de medicamentos.....	19
Importância da manutenção medicamentosa.....	20
Este espaço é seu.....	21
Adaptação psicológica e qualidade de vida.....	22
Redes de apoio.....	25
Momento aprendido.....	26
Vídeo.....	28
Conclusão.....	29
Referência.....	30



APRESENTAÇÃO

Este guia visa auxiliar as pessoas que vivem com uma ostomia, bem como seus cuidadores e familiares, a superar os desafios iniciais e retomar suas atividades diárias com confiança e segurança.

Neste guia, você encontrará informações detalhadas sobre adaptação à bolsa coletora de ostomia, técnicas de cuidados com a pele ao redor do estoma, sinais de complicações, produtos disponíveis no mercado e recursos de apoio para pessoas ostomizadas, etc.

Nosso intuito é empoderar você com o conhecimento necessário para viver de forma saudável, ativa e confiante.

Ao navegar por este guia, esperamos que você encontre respostas para suas perguntas, soluções para seus desafios e, acima de tudo, o apoio necessário para esta nova etapa da sua vida e com as orientações corretas e o suporte adequado, é possível viver plenamente com uma ostomia.

Agradecemos por confiar em nosso guia e desejamos que ele seja um recurso valioso em sua jornada.



INTRODUÇÃO

A ostomia é uma realidade em todo o mundo. Segundo o Ministério da Saúde, em 2018, é estimado que no Brasil sejam mais de 400 mil ostomizados. Esse processo ocorre a partir de uma abertura realizada através de uma cirurgia, onde se constrói um caminho alternativo para as seguintes situações: saída de fezes e urina, auxílio na respiração e alimentação.

Esse orifício é concretizado na traqueia ou abdômen, possibilitando qualidade de vida ao paciente e permitindo que um tratamento possa ser realizado. Normalmente, essa cirurgia é realizada com quem tem: câncer, doença de chagas e doença inflamatória intestinal.

Existem alguns tipos de estomas conforme as necessidades de cada pessoa, onde dependendo da situação eles podem ser provisórios ou definitivos. Os mais comuns são: colostomia, gastrostomia, ileostomia, traqueostomia e a urostomia.

Como se observa, é possível viver bem e com qualidade, o que dependerá muito da maneira de se encarar a situação, portanto, é fundamental a aceitação para uma rápida recuperação e a conquista da autonomia.



LEGISLAÇÃO

Ela desempenha um papel crucial na garantia dos direitos, na promoção da igualdade de oportunidades e na melhoria da qualidade de vida, ao mesmo tempo em que ajuda a combater o estigma e a discriminação associados a essa condição médica.

Lei 5.296/2004: Decreto Federal que classifica a ostomia como deficiência física.

Lei 11.506/2007: Institui o dia 16 de novembro como o Dia Nacional dos Ostomizados.

Convenção Internacional sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência e seu Protocolo Facultativo, aprovados pelo **Decreto Legislativo 186/2008**, com status de emenda constitucional, e promulgados pelo **Decreto 6.949/2009**.

Portaria SAS/MS nº 400/2009: Portaria de Atenção à Saúde das Pessoas Ostomizadas - normatiza o atendimento à pessoa ostomizada no SUS.

Resolução Normativa - RN nº 325 (18/04/2013): Regulamenta a **Lei 2.738/2012** tornando obrigatório o fornecimento de bolsas de colostomia, ileostomia e urostomia, sonda vesical de demora e coletor de urina com conector pelos Planos de Saúde.



LEGISLAÇÃO

Viver bem com ostomia tem seu início a partir dos direitos previstos na legislação, quando o ostomizado possui os mesmos benefícios das pessoas deficientes físicas, tais como: acesso preferencial em filas, isenção de alguns impostos, cota em universidades, cota no mercado de trabalho, benefício de salário-mínimo quando sem trabalho e transporte gratuito.

E têm direitos e deveres semelhantes aos de qualquer outra pessoa. Aqui estão alguns dos direitos e deveres comuns:

Direitos:

1. Dignidade e respeito;
2. Acesso a cuidados de saúde adequados;
3. Apoio psicossocial;
4. Acessibilidade;
5. Privacidade e confidencialidade.



Deveres:

1. Autocuidado;
2. Buscar conhecimento;
3. Participação ativa no tratamento;
4. Educação e sensibilização ao próximo;
5. Cumprimento das leis e regulamentos.



VOCÊ E UM NOVO DESAFIO

Manusear a bolsa coletora pode ser um desafio, mas com tempo e prática, é possível encontrar confiança e conforto durante o manejo. Aqui estão algumas orientações que podem ajudar na adaptação à bolsa:

Busque orientação e treinamento adequados com profissionais de saúde especializados em ostomia.



Esteja preparado para um período de ajuste e aprendizado, não se desanime se encontrar dificuldades no início.

Pratique trocar a bolsa regularmente para se familiarizar com o processo e ganhar confiança. Você pode começar praticando com bolsas vazias e gradualmente avançar para bolsas usadas.



Gradualmente, retome suas atividades diárias, hobbies e exercícios físicos conforme se sentir confortável e confiante. Pode ser necessário buscar apoio psicológico para restabelecer sua autoconfiança e autoestima.

Não hesite em entrar em contato com seu médico ou enfermeiro especializado em ostomia se tiver dúvidas, preocupações ou problemas com sua bolsa de ostomia.



CUIDADOS COM A PELE AO REDOR DA OSTOMIA PÓS-CIRURGIA

Cuidados com a pele ao redor da ostomia são necessárias para prevenir irritações, infecções e outros problemas dermatológicos. Aqui estão algumas técnicas importantes para cuidar da pele ao redor da ostomia após a cirurgia:

06 passos para o sucesso na pós-cirurgia

1. Manter a pele ao redor da ostomia limpa e seca, utilizando água morna com cautela e sabonete suave ou, se preferir, limpadores de pele sem enxágue, evitando produtos com álcool ou fragrâncias que possam irritar a pele.
2. Limpar completamente a pele ao redor da ostomia após a limpeza, usando uma toalha macia ou gaze delicadamente para evitar irritações na pele sensível.
3. Use produtos protetores da pele para criar uma barreira entre a pele e a bolsa coletora, evitando irritações devido ao contato prolongado com urina ou fezes.
4. Além das barreiras de pele, há produtos especializados que mantêm a pele saudável e protegida, como adesivos, pós-barreira e sprays de proteção.
5. Observe a pele ao redor da ostomia se apresenta sinais de infecção. Se notar qualquer alteração na pele, consulte seu médico ou enfermeiro especializado em ostomia.
6. Evite o uso de produtos abrasivos ou adesivos muito fortes que possam danificar a pele ao redor da ostomia.



SINAIS DE COMPLICAÇÕES

Monitorar se há alguma alteração na sua ostomia é fundamental para prevenir infecções na bolsa, segue dicas para identificar essas mudanças:

- Inchaço ou vermelhidão.
- Dor persistente ou intensa.
- Presença de secreção ou descarga da ostomia com um odor desagradável.
- Febre.
- Mudanças na aparência da ostomia, como a presença de pus, sangramento incomum ou alterações na cor do tecido ao redor da ostomia.
- Sensibilidade, irritação ou erupção cutânea.
- Alterações no padrão de eliminação, como diarreia persistente ou constipação grave.



Fonte: Google Fotos



Fonte: Google Fotos



Fonte: Google Fotos



PRODUTOS DISPONÍVEIS NO MERCADO

Segue alguns tipos de produtos para cuidados projetados para ajudar a manter a pele ao redor do estoma saudável, garantir a aderência segura da bolsa coletora de ostomia e facilitar o seu manejo.

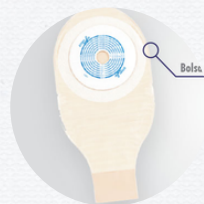
Uma bolsa de ostomia consiste em uma placa e um reservatório, disponível em dois modelos:

- **Bolsa de uma peça:**

A placa é integrada à bolsa, formando uma unidade única.

- **Bolsa de duas peças:**

A placa e o reservatório são separados, permitindo desencaixar, higienizar e acoplar novamente após o uso.



Bolsas drenáveis ou não-drenáveis



Fonte: Google Fotos

Drenável: possui uma abertura manual que permite esvaziá-la sem removê-la, reduzindo lesões na pele e aumentando a durabilidade.

Não-drenável: precisa ser retirada para ser esvaziada, o que pode causar lesões na pele, levando muitas pessoas a usá-la como material descartável.



PRODUTOS DISPONÍVEIS NO MERCADO

Bolsas transparentes ou opacas



Fonte: Google Fotos

Transparente: facilita monitorar o nível de capacidade e a detecção de alterações ou elementos estranhos na urina ou nas fezes.

Opaca: oculta o conteúdo interno, enquanto a transparente permite visualizá-lo.

Bolsas com encaixe para cinto



Fonte: Google Fotos

Para proporcionar maior segurança ao paciente, existem dispositivos de coleta para ostomia que vêm com cintos de suspensão. Alguns modelos possuem encaixe para o cinto, enquanto outros não têm essa opção.

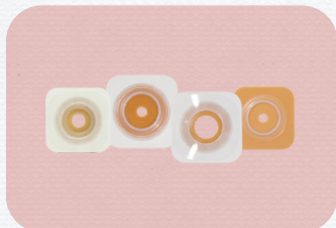
Bolsas com filtro para gases



Fonte: Google Fotos

A bolsa pode ter filtro para gases, que reduz odores e o tamanho da bolsa. No entanto, pacientes com fezes líquidas podem preferir bolsas sem filtro para evitar vazamentos.

Placas de base ou barreiras de pele



Fonte: Google Fotos

A manutenção da pele ao redor do estoma é crucial para sua saúde e conforto. A melhor defesa contra complicações e vazamentos na pele é o uso de uma placa adesiva protetora adequada e bem ajustada ao estoma

PRODUTOS DISPONÍVEIS NO MERCADO

Demais opções

Para garantir melhores cuidados com a pele ao redor do estoma, existem algumas opções, como:

Sprays ou lenços



Para uma limpeza
em peles
sensíveis

Fonte: Google Fotos

Removedores de Adesivos



Facilita a
remoção da
placa base
adesiva

Fonte: Google Fotos

Bolsas de drenagem noturna



Noturnadrenável
com tubulação
de evacuação
longa

Fonte: Google Fotos

Anéis de vedação



Criar uma melhor
vedação entre o
estoma e o
equipamento

Fonte: Google Fotos

Protetores de Estoma



Proteger a pele da
fricção de roupas e
lençóis, prevenir
assaduras

Fonte: Google Fotos

Cintos de suporte



Ajuda a manter
com segurança a
bolsa no lugar

Fonte: Google Fotos



CAÇA-PALAVRAS

Preparamos para você um desafio de caça-palavras relacionado à cirurgia de ostomia e aos cuidados pós-operatórios.

*“A cirurgia de **ostomia** cria uma abertura no abdômen, chamada **estoma**, para eliminar resíduos do **corpo** quando parte do **sistema digestivo** é removida ou não pode funcionar adequadamente. Após a cirurgia, os pacientes precisam **aprender a cuidar** do estoma e da bolsa coletora de ostomia, enfrentando desafios como **vazamentos**, irritação da pele e odores. Com o apoio da equipe médica e familiares, muitos pacientes conseguem superar esses **obstáculos** e retomar suas rotinas diárias.”*

D	A	L	T	E	D	Y	A	W	J	R	O	S	N	R	E	D	N
A	G	P	L	N	H	O	S	T	O	M	I	A	R	U	C	H	E
P	N	I	R	M	A	T	T	C	A	F	I	L	N	T	G	O	E
W	N	P	S	E	B	E	E	F	A	L	E	S	T	O	M	A	R
E	E	O	T	E	N	M	U	G	N	I	R	C	B	R	O	O	N
C	O	R	P	O	U	D	O	N	L	R	R	B	U	O	T	S	W
E	A	V	A	Z	A	M	E	N	T	O	S	T	R	I	L	O	G
O	I	A	A	S	S	R	R	R	E	O	T	W	N	A	D	S	H
M	P	T	T	E	P	D	A	N	S	I	P	A	E	E	P	A	A
S	I	S	T	E	M	A	D	I	G	E	S	T	I	V	O	N	R
E	E	O	B	S	T	Á	C	U	L	O	S	S	C	S	E	C	A
D	I	E	A	Y	D	A	S	S	F	H	O	O	J	O	A	C	T



10 ORIENTAÇÕES NUTRICIONAIS PARÁ VIVER BEM

- 1 Beber água regularmente ao longo do dia;
- 2 Introduza os alimentos aos poucos e sempre observe como você irá se sentir após;
- 3 Caso sinta alguma reação e/ou desconforto ao introduzir os alimentos, evite-os;
- 4 Alimentos que causam gases, odores ou obstruções deve-se evitar grande consumo;
- 5 Caso opte por comer leguminosas, opte por deixa-los de molho de um dia para o outro;
- 6 Mantenha seus exames atualizados para monitorar possíveis deficiências de vitaminas;
- 7 Fracione as suas refeições ao longo do dia;
- 8 Mastigue bem os alimentos, para que a digestão seja facilitada e não haja formação de gases;
- 9 Estabeleça uma rotina para as refeições pois ajuda a regular os movimentos intestinais;
- 10 Procure um nutricionista para que receba um plano nutricional e orientação.

Uma boa nutrição é vital para sua saúde, qualidade de vida e boa recuperação pós-cirúrgica.



POSSO PRATICAR EXERCÍCIO FÍSICO OU ESPORTE?

Com autorização de um profissional de saúde, pode praticar exercício físico ou esporte. A prática de atividades físicas possui muitos benefícios à saúde.

Benefícios da atividade física para pessoas ostomizadas

- Aumenta flexibilidade, força muscular e resistência.
- Reduz o estresse, melhora o humor e promove uma sensação de bem-estar.
- Ajuda a manter um peso saudável, o que pode ser benéfico para o manejo da ostomia.
- Melhora a saúde do coração e a circulação sanguínea.
- Oferece oportunidades de interação social e suporte comunitário.

Precauções adicionais

Evitar esportes de contato: Esportes como futebol, rugby ou artes marciais podem aumentar o risco de lesões na área da ostomia.

Planejamento de refeições: Evita desconforto gastrointestinal durante a prática de atividades físicas.

Produtos de cuidado com a pele ao redor da ostomia: Use produtos adequados para prevenir irritações.



POSSO PRATICAR EXERCÍCIO FÍSICO OU ESPORTE?

Atividades recomendadas

Caminhada: Ótima para iniciantes.

Natação: Excelente para a resistência cardiovascular e de baixo impacto nas articulações.

Ciclismo: Pode ser em bicicleta ergométrica e/ou livre.

Ioga e Pilates: Ajudam a melhorar a flexibilidade, a força e o controle da respiração.

Musculação leve: Fortalece os músculos e pode ser adaptada para evitar pressão na área da ostomia.

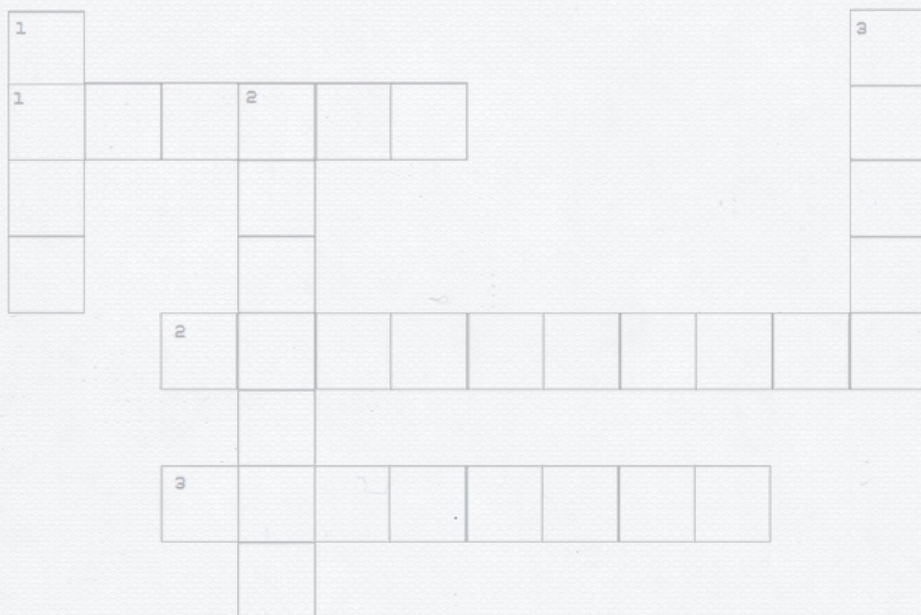
07 Considerações importantes

- 1) Consulte seu médico antes de iniciar qualquer programa de exercícios.
- 2) Prefira atividades recomendadas de baixo impacto.
- 3) Use roupas que não pressionem a área da ostomia e considere cintas de suporte ou faixas abdominais.
- 4) Utilize bolsas de ostomia projetadas para atividades físicas e certifique-se de que a bolsa está bem fixada e esvaziada antes da atividade.
- 5) Mantenha-se bem hidratado.
- 6) Qualquer sinal de desconforto, ajuste a intensidade ou tipo de exercício conforme necessário.
- 7) Não exponha o ostoma à água muito quente porque ele não tem terminações nervosas e pode queimá-lo.



PALAVRAS-CRUZADAS

Preparamos para você um desafio de palavras cruzadas relacionado à informações gerais do nosso assunto.



HORIZONTAIS

- 1** Abertura criada cirurgicamente para eliminar resíduos do corpo.
- 2** Tipo de ostomia que desvia o intestino grosso para a parede abdominal.
- 3** Procedimento médico para criar um estoma.

VERTICAIS

- 1** Área ao redor do estoma que requer cuidados específicos para evitar irritações.
- 2** Cirurgia que cria uma abertura no corpo para a saída de fezes ou urina.
- 3** Utilizada para coletar os resíduos eliminados pelo estoma.



IMPORTÂNCIA DE SEGUIR PRESCRIÇÃO DE MEDICAMENTOS

Seguir a prescrição de medicamentos rigorosamente é crucial para as pessoas que passaram pela cirurgia de ostomia. Pois, através dela, é possível:

- Prevenção de complicações como obstruções intestinais e problemas na pele ao redor do estoma.
- Ajuda a controlar condições subjacentes, como câncer, doença de crohn ou colite ulcerativa.
- Medicamentos como suplementos vitamínicos e minerais são frequentemente prescritos para prevenir deficiências nutricionais.
- Redução da dor e desconforto pós-cirúrgico ou associado a condições inflamatórias crônicas.
- Promoção da cicatrização adequada, evitando complicações que podem requerer intervenções adicionais.
- Estabilidade psicológica e emocional.
- Melhoria na qualidade de vida.



CURIOSIDADES

É IMPORTANTE QUE TENHA A COMUNICAÇÃO EFETIVA COM O MÉDICO, RELATANDO ASSIM QUALQUER EFEITO COLATERAL OU PREOCUPAÇÃO RELACIONADA À MEDICAÇÃO, PERMITINDO QUE O MÉDICO AJUSTE O TRATAMENTO CONFORME NECESSÁRIO.



IMPORTÂNCIA DA MANUTENÇÃO MEDICAMENTOSA

A manutenção medicamentosa é crucial para garantir a eficácia do tratamento e também para:

- Ajuda a prevenir complicações, garantindo que o estoma permaneça saudável e funcional.
- Controle eficaz da dor, facilitando a recuperação.
- Previne infecções graves.
- Mantém equilíbrio nutricional e hidratação
- Apoio psicossocial.
- Acompanhamento regular de saúde, facilitando a detecção de quaisquer problemas potenciais.
- Reduz a inflamação ao redor da bolsa.
- Alguns pacientes podem ter diabetes ou pressão alta, que requerem medicação contínua. A manutenção medicamentosa ajuda a gerenciar essas condições de saúde e a manter o bem-estar geral.
- Acompanha a necessidade do uso de curativos tópicos ou pomadas.



CURIOSIDADE
**A MANUTENÇÃO ADEQUADA DA MEDICAÇÃO
ANTIBIÓTICA NÃO SÓ CURA A INFECÇÃO ATUAL, MAS
TAMBÉM AJUDA A PREVENIR A DISSEMINAÇÃO DE
BACTÉRIAS RESISTENTES, PROTEGENDO SUA SAÚDE A
LONGO PRAZO.**



ESTE ESPAÇO É SEU

Anote aqui quais são seus objetivos, à longo prazo, em relação à sua saúde e qualidade de vida com uma ostomia:



ADAPTAÇÃO PSICOLÓGICA E QUALIDADE DE VIDA

Você passou por uma intervenção cirúrgica importante, e está em um processo de adaptação a uma nova vida. Diante disso, é normal ter muitas dúvidas sobre o seu atual cenário, tanto físico, quanto psicológico. As dúvidas são variadas e de diversos aspectos:

- O que será que posso comer?
- Será que aquele prato que adoro vai me fazer mal?
- Posso fazer atividade física?
- Posso ir a praia?
- Vou ter que jogar fora minhas roupas antigas?
- Como vou conseguir namorar?
- Ainda não sei trocar essa bolsa, como vou aprender?

Ansiedade, medo, tristezas e inseguranças também podem surgir como “inimigos” momentâneos, mas você pode superar esses desafios, e com ajuda devida e especializada, também poderá desfrutar desse novo momento com maior autoconhecimento e autoaceitação.



Fonte: Google Fotos



Fonte: Google Fotos



Fonte: Google Fotos



ADAPTAÇÃO PSICOLÓGICA E QUALIDADE DE VIDA

Você X Família e Socialização

- Essa é uma nova fase pra você e também para as pessoas que estão ao seu lado. Sua família e amigos precisarão aprender como podem te ajudar e você pode ajudá-los nessa tarefa
- Pedir ajuda não significa "dar trabalho" ou um sinal de fraqueza. A participação de todos no processo de aprendizado permitirá que familiares e amigos saibam de suas dificuldades, de como você se sente e possam tornar esse momento de adaptação mais fácil e rápido
- A manutenção dos seus vínculos de amizade é fundamental para uma melhor recuperação e retorno das atividades diárias. Conversar, sorrir, se divertir... socializar é importante para que você perceba que continua sendo a mesma pessoa, e que sua nova rotina aos poucos estará estabelecida



Fonte: Google Fotos



Fonte: Google Fotos



Fonte: Google Fotos



ADAPTAÇÃO PSICOLÓGICA E QUALIDADE DE VIDA

Dicas para superar a ansiedade, a tristeza e o medo

- Estabeleça uma rotina diária em que consiga encontrar previsibilidade, ajudando assim, na diminuição da ansiedade.
- Faça atividade física regularmente. “Corpo forte, mente forte.”
- Aproveite e realize antigas e novas atividades em grupo. Artes e esportes são sempre bem vindos!
- Desenvolva bons hábitos, principalmente os de comer e dormir bem.
- Foque na sua respiração! Meditação e Yoga ajudam também no autoconhecimento e autoestima!
- Cultive pensamentos positivos. Eles são a porta de entrada para os nossos sentimentos, e consequentemente, comportamentos.
- Esteja com a terapia em dia!



ATENÇÃO:
A DESINFORMAÇÃO, INSEGURANÇA, PREOCUPAÇÃO, DENTRE OUTRAS EMOÇÕES PODEM ATRAPALHAR A SUA RECUPERAÇÃO. CASO ESSE CENÁRIO SEJA INTENSO OU PROLONGADO, LEMBRE-SE QUE VOCÊ PODE PEDIR AJUDA AO SEU MÉDICO OU PSICÓLOGO.





REDES DE APOIO

Conviver com a ostomia é um desafio e saiba que você não está sozinho, encontrar apoio e orientação pode fazer toda a diferença na jornada de adaptação e cuidados com sua ostomia.

Conheça aqui organizações e sites que oferecem auxílio psicológico gratuito.



Associação Brasileira de Ostomizados (ABO)

Uma organização brasileira que oferece suporte, orientação e recursos para pessoas ostomizadas e seus cuidadores.



Mapa de Saúde Mental



Além de produzir materiais de apoio, o Mapa reúne centenas de serviços públicos e privados em todo o país voltados à saúde mental e ofertados.

Programa de Apoio aos Pacientes Ostomizados (PASPO)

Presta cuidados e disponibiliza bolsas e sondas a pessoas que passaram por cirurgias de colostomia ou urostomia.

Ostomy Lifestyle

Um site dedicado a fornecer informações e suporte para pessoas ostomizadas e seus cuidadores.

Associação Brasileira de Colite Ulcerativa e Doença de Crohn (ABCD)

Uma entidade sem fins lucrativos que conecta pacientes e profissionais para trocar experiências e facilitar o acesso a informações e tratamentos, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos pacientes.



MOMENTO APRENDIZADO

Bem-vindo ao nosso quiz sobre ostomia, este é um espaço dedicado para testar seus conhecimentos. Marque (V) para Verdadeiro ou (F) para Falso.

1) Enfermagem

- a. () O estoma deve ser medido para troca de bolsa de colostomia.
- b. () A cirurgia de colostomia é o fim da vida normal.
- c. () O calor corporal ajuda a melhorar a aderência e amacia uma barreira cutânea rígida.
- d. () A bolsa deve ser adaptada ao estoma de forma bem apertada, para evitar vazamento de matéria fecal.

2) Nutrição

- a. () A pessoa com ostomia precisa de uma dieta restritiva.
- b. () Alimentos com fibras devem ser evitados.
- c. () É necessário suplementar a dieta com vitaminas e minerais.
- d. () Hidratação adequada é importante.



MOMENTO APRENDIZADO

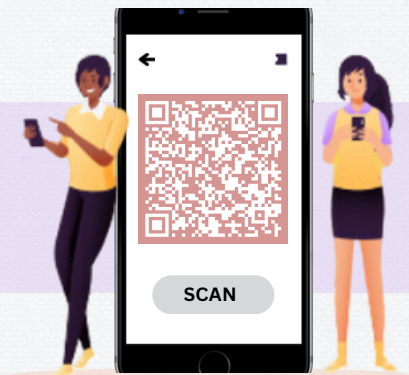
3) Farmácia

- a. () A manutenção medicamentosa garante a eficácia do tratamento, prevenindo infecções bacterianas e fúngicas.
- b. () Os medicamentos prescritos, como analgésicos para pacientes ostomizados, ajudam na prevenção de trombose venosa profunda.
- c. () Os medicamentos podem causar vazamentos na bolsa de ostomia.
- d. () Medicamentos líquidos podem ser mais fáceis de administrar.

4) Psicologia

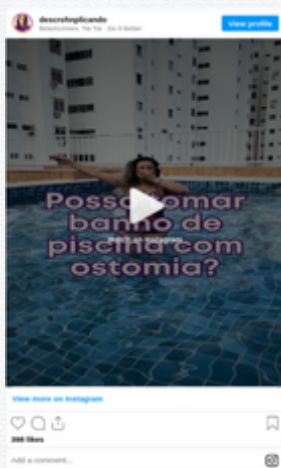
- a. () Adaptação emocional pode ser desafiadora.
- b. () A vida social é impossível com uma ostomia.
- c. () É normal ter preocupações e dúvidas.
- d. () A ostomia pode afetar a autoimagem.

**PARABÉNS POR TER
RESPONDIDO!
AS RESPOSTAS DO QUIZ ESTÁ
NO QR CODE AQUI AO LADO.**



VÍDEO

Bem-vindos! Apresentamos a você, em parceria com o perfil Descrohnplcando, vídeos instrutivos com dicas para aprender a manusear uma bolsa de colostomia de maneira segura e eficaz. Seja você um paciente ou um cuidador, este vídeo foi desenvolvido para oferecer suporte e informações valiosas. Vale lembrar que aqui compartilhamos a minha rotina, mas a de cada paciente pode ser diferente.



Você tem ideia de que os vazamentos podem ser evitados?



Descubra o Segredo para um encaixe Perfeito.



Posso tomar banho de piscina com ostomia?



CONCLUSÃO

A criação desta revista de cuidados voltada para pessoas ostomizadas e seus cuidadores representa um passo significativo na promoção da saúde e bem-estar dessa população. Ao longo do projeto, exploramos diversos aspectos essenciais para a qualidade de vida dos ostomizados, desde cuidados básicos e dicas práticas até o suporte emocional e integração social.

Nosso objetivo principal foi fornecer uma fonte acessível, informativa e de apoio, preenchendo lacunas existentes na disseminação de informações sobre ostomia.

Agradecimento, equipe DII CARE.



REFERÊNCIAS

ARRUDA, Sabrina Santos; REGO, Maria Jomara Almeida; LUNA, Cicilia Raquel da Silva; MARCOLINO, Emanuella de Castro. Assistência de Enfermagem a pacientes ostomizados: conhecimento, autocuidado e adaptação desses pacientes. Congresso Brasileiro de Ciências da saúde.

SAMPAIO, F. A. A; AQUINO, P. S; ARAUJO, T. L; GALVÃO, M. T. G. Assistência de Enfermagem a paciente com colostomia: aplicação da teoria de Orem. Acta Paulista de Enfermagem, v. 21, n. 1, p 94-100, 2007.

CODARIN, Maria Alice Franzini; PRADA, Maria Camila Abramides. Orientações nutricionais: colostomia. Manual de orientações nutricionais. 2020.

Aguiar, F. A. S. D., Jesus, B. P. D., Rocha, F. C., Cruz, I. B., Andrade Neto, G. R. D., Rios, B. R. M., Pires, A. P., & Andrade, D. L. B. (2019). Colostomia e autocuidado: significados por pacientes estomizados. Rev. enferm. UFPE on line, 105-110.

Dantas, D. C., da Costa Magalhães, A. G., Ribeiro, Y. C., Diaz, D. P. G., Xavier, B. L., & Barreto, A. C. M. (2020). Práticas de educação em saúde dos profissionais de enfermagem para o autocuidado de pacientes com colostomia: scoping review. Research, Society and Development, 9(11), e65691110241- e65691110241.

