Hospital Universitario
SaludMadrid Infanta Leonor Hospital Virgen de la Torre

Guía visual para el paciente ostomizado

© 2021 Todos los derechos reservados.
Prohibida su reproducción total y/o parcial
sin autorización de los propietarios.

Pictogramas: ARASAAC (http://arasaac.org)
Licencia: CC (BY-NC-SA)
Propiedad: Gobierno de Aragón.

Limitación de responsabilidad:
Estos materiales están en fase de prueba y en ningún caso garantizan la perfecta comunicación entre el paciente y el profesional sanitario. Siendo este último el que valore la validez de la comunicación.

DL: M-19348-2021

ISBN: 978-84-09-24916-9

Documento aprobado por la Comisión Técnica de Coordinación de la Información del Hospital Universitario Infanta Leonor (junio 2021)

Hospital Universitario
Infanta Leonor
Hospital Virgen de la Torre

SaludMadrid

ÍNDICE

1. ¿Qué es una ostomía? 2

2. Cuidados higiénicos del estoma 3

3. Alimentación 12

4. Deporte 20

5. Vestimenta 21

6. Ocio 22

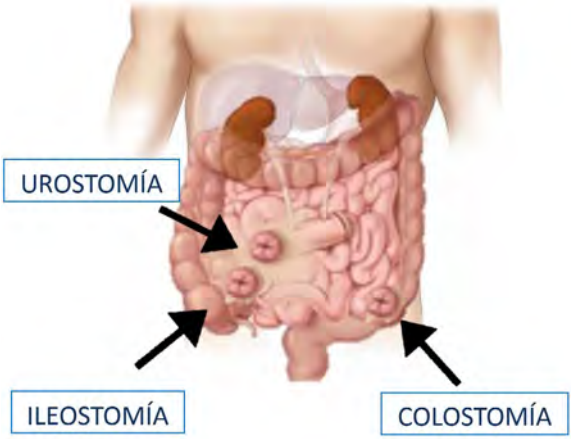
7. Recomendaciones 23

ARASAAC

Coloplast

1. ¿Qué es una Ostomía?

Orificio que comunica el aparato digestivo o urinario al exterior del abdomen, para eliminar heces u orina, cuando no es posible la forma natural.



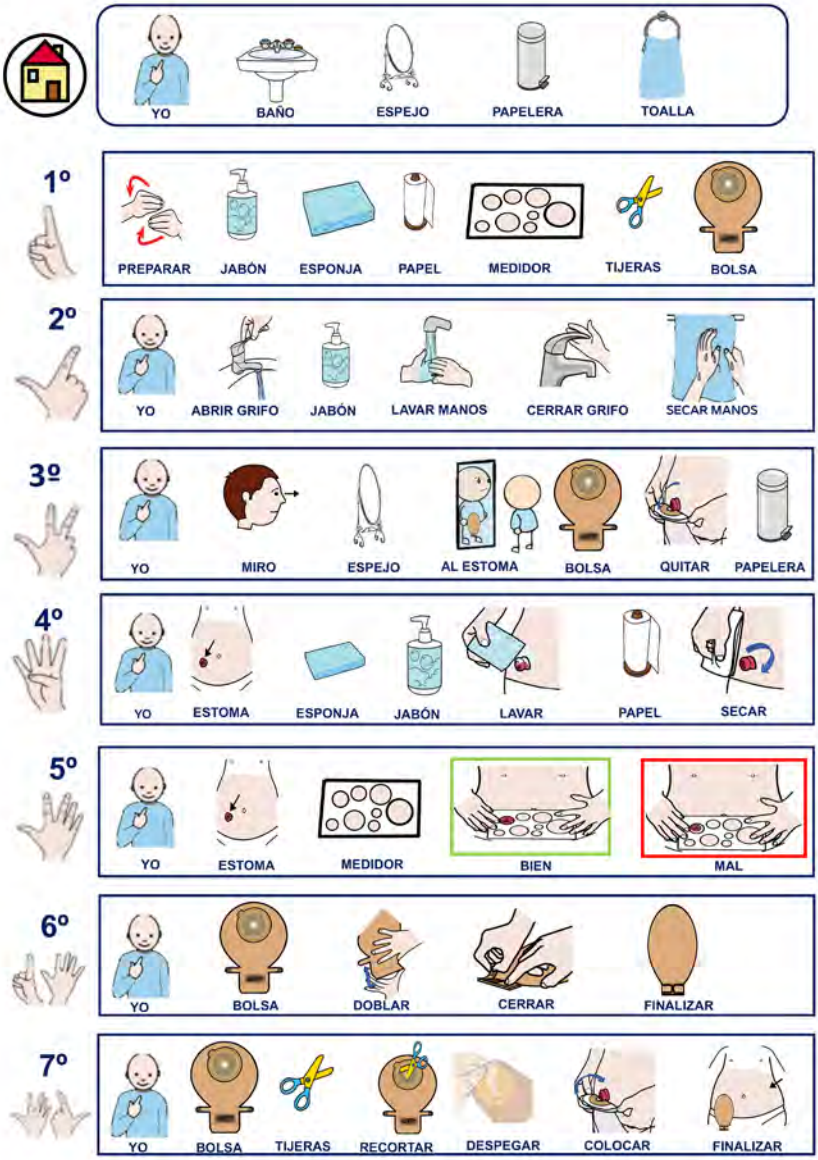
UROSTOMIA: eliminación de orina

ILEOSTOMÍA: eliminación de heces semilíquidas

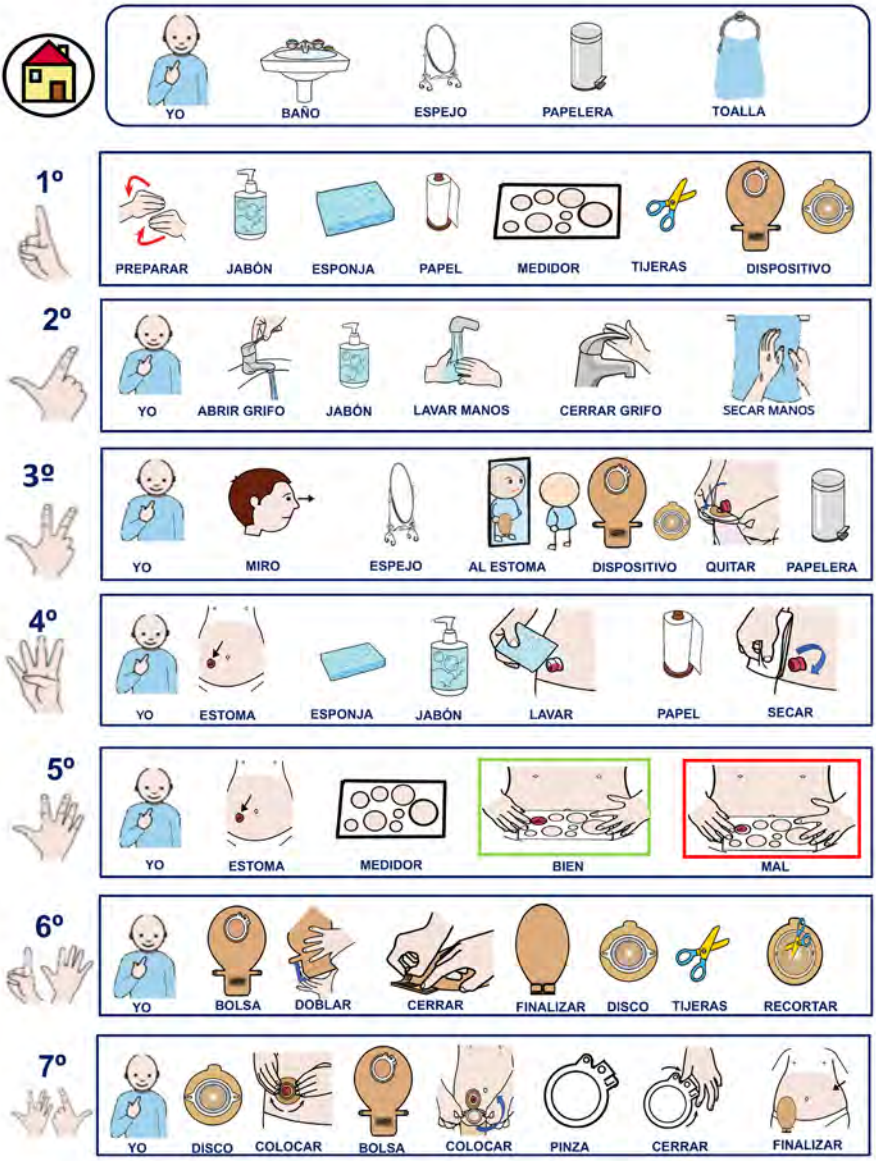
COLOSTOMÍA: eliminación de heces sólidas

2. Cuidados higiénicos del estoma
2.1. Cuidados en ileostomía

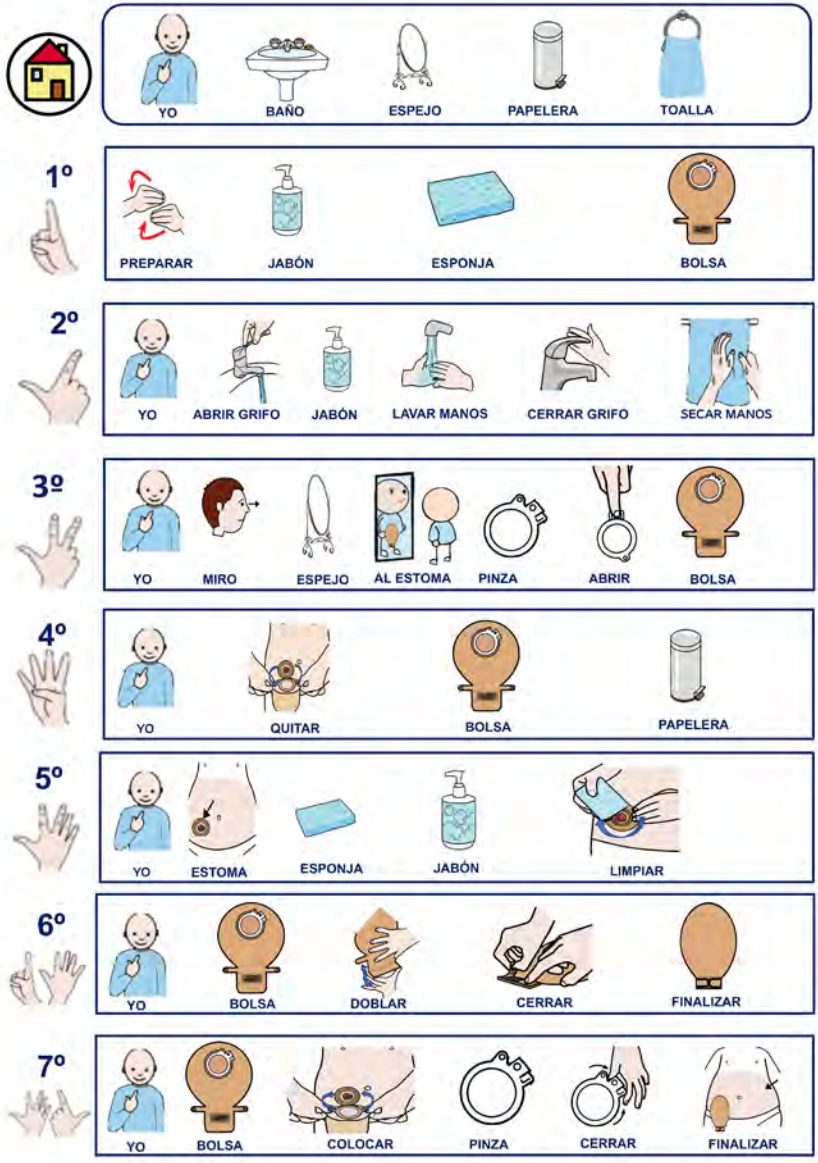
UNA PIEZA ABIERTA EN OSTOMÍA DIGESTIVA



DOS PIEZAS BOLSA ABIERTA EN OSTOMÍA DIGESTIVA



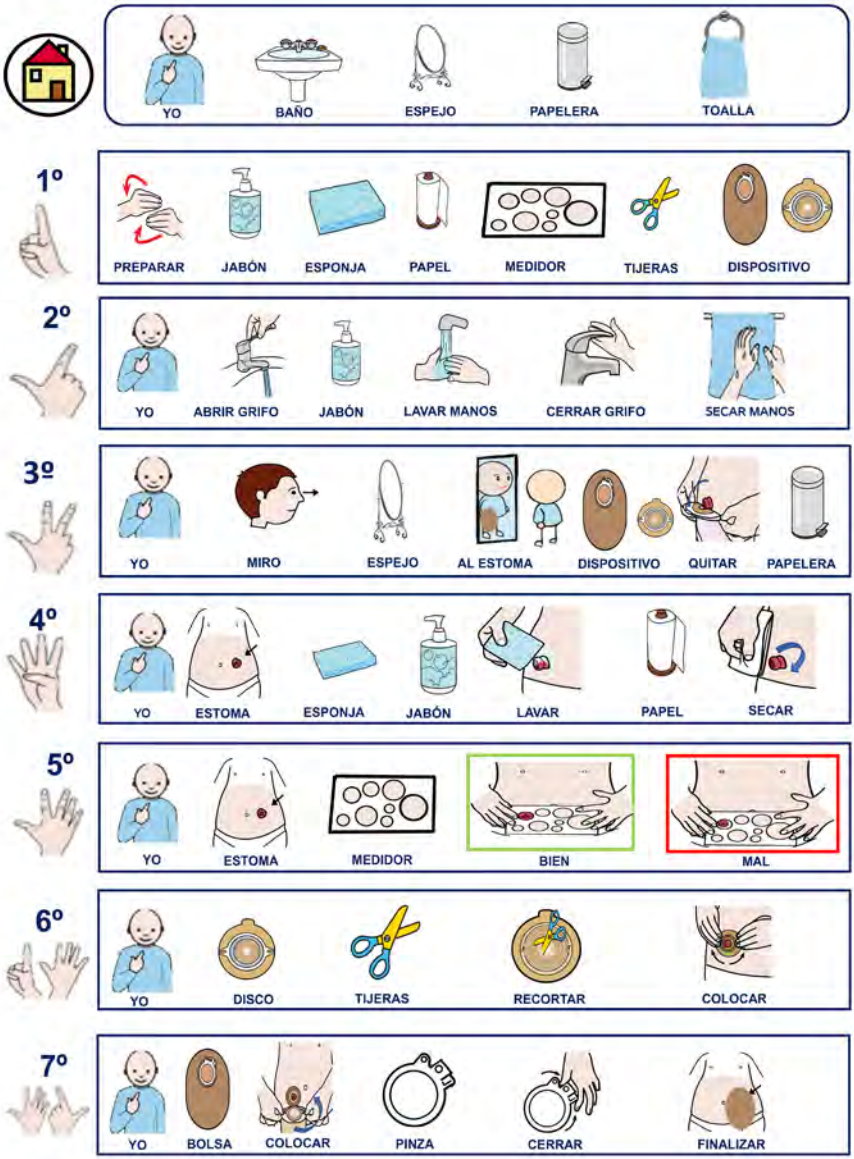
CAMBIO BOLSA ABIERTA EN DOS PIEZAS PARA OSTOMÍA DIGESTIVA



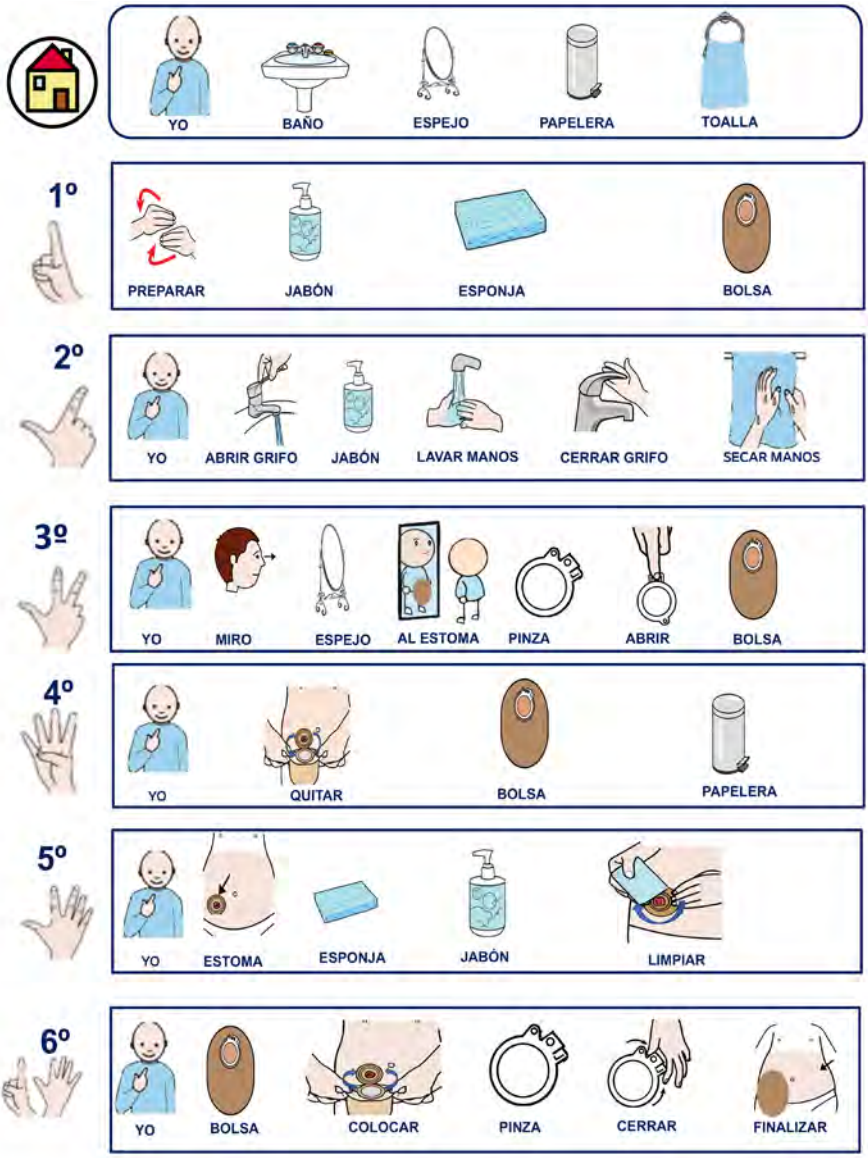
2.2. Cuidados en Colostomía

UNA PIEZA CERRADA EN OSTOMÍA DIGESTIVA

DOS PIEZAS BOLSA CERRADA EN OSTOMÍA DIGESTIVA

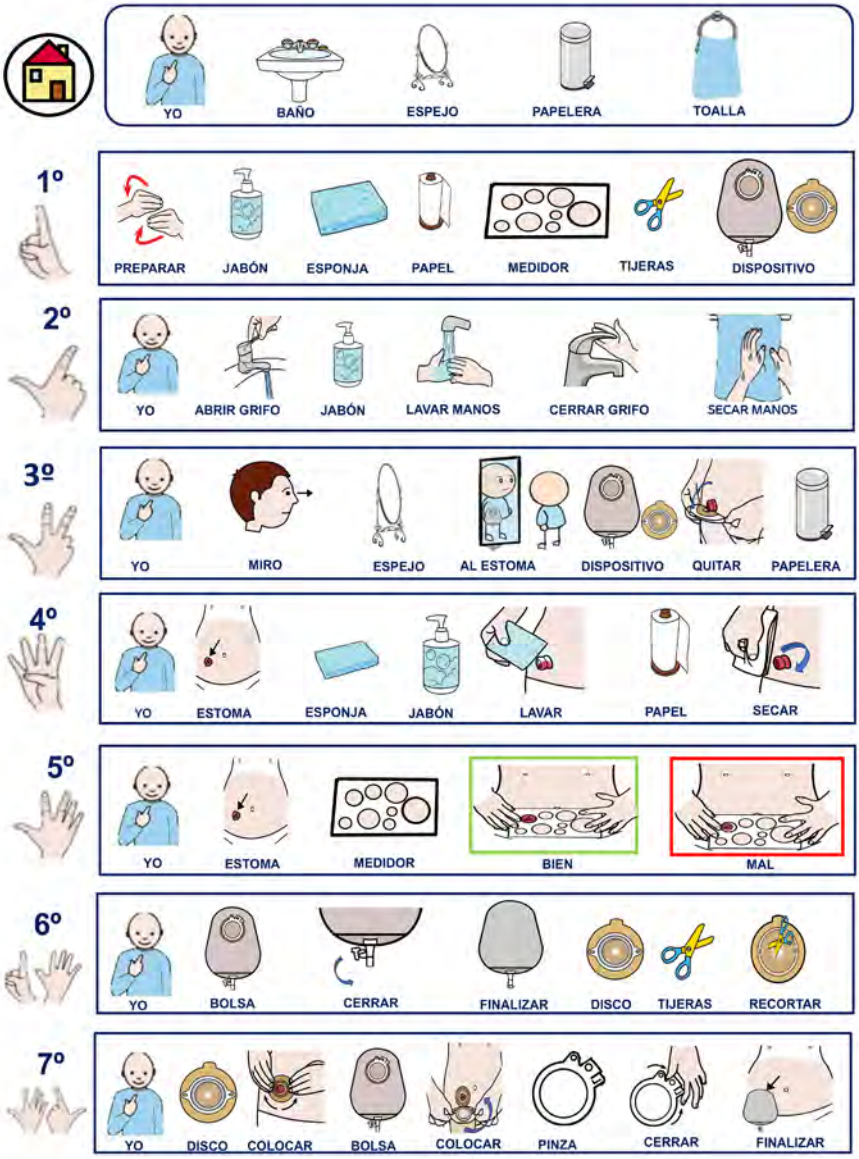


CAMBIO BOLSA CERRADA EN DOS PIEZAS PARA OSTOMÍA DIGESTIVA

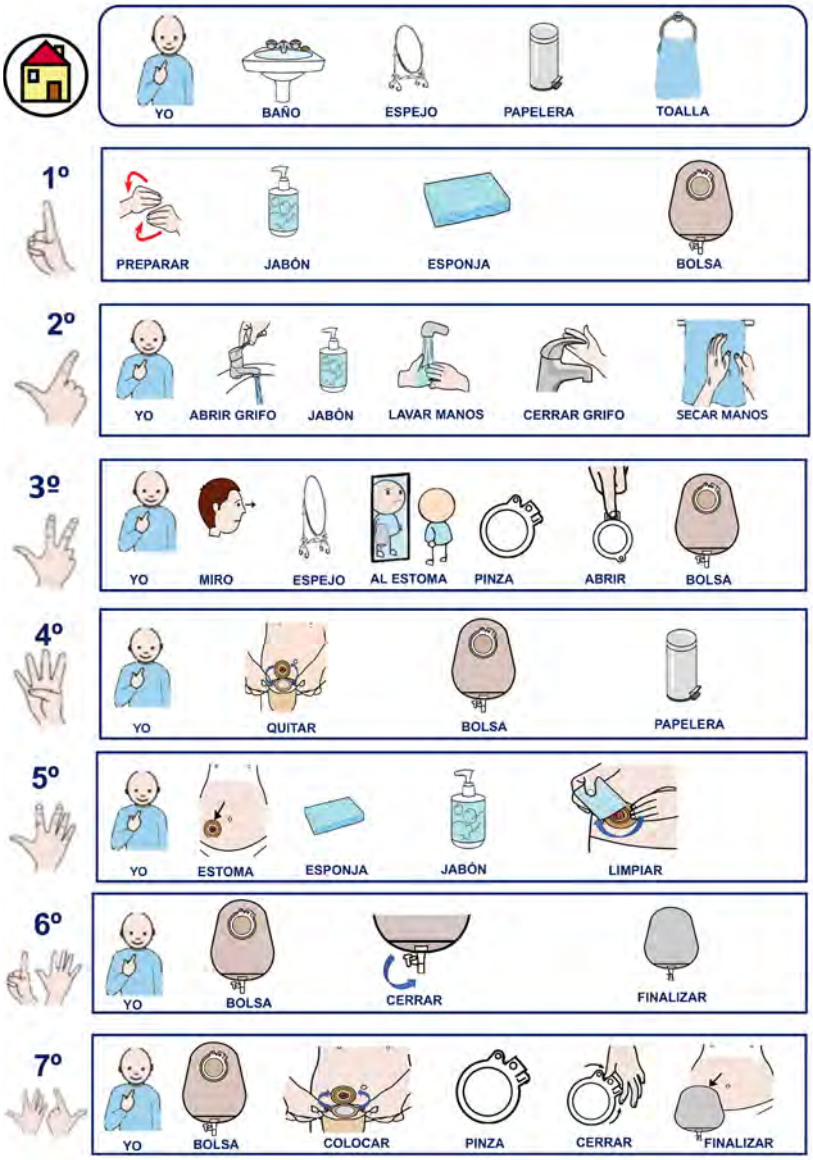


2.3. Cuidados en Urostomía

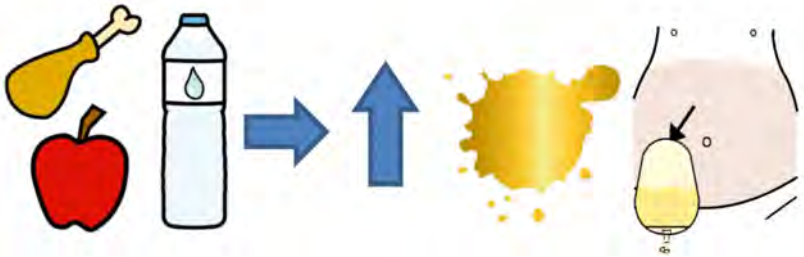
DOS PIEZAS EN OSTOMÍA URINARIA



CAMBIO BOLSA EN DOS PIEZAS PARA OSTOMÍA URINARIA

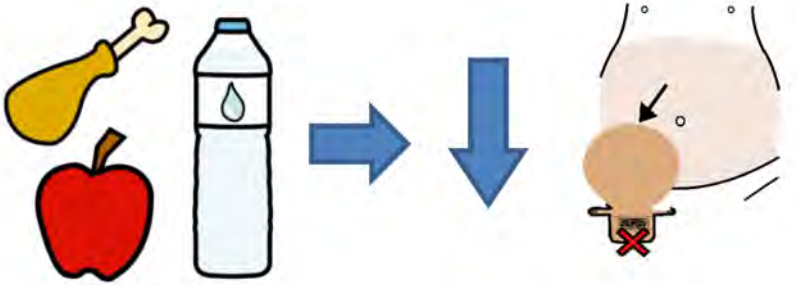


3. Alimentación

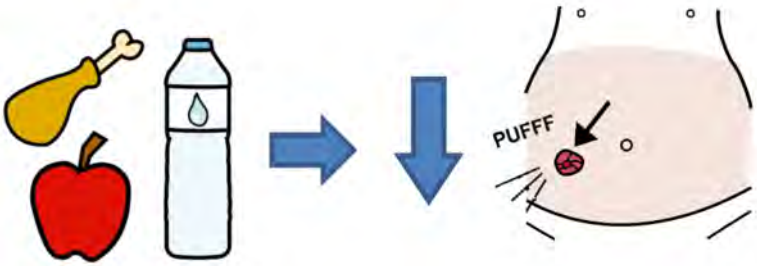


ALIMENTOS QUE AUMENTAN EL COLOR DE LA ORINA

ALIMENTOS EN CASO DE DIARREA



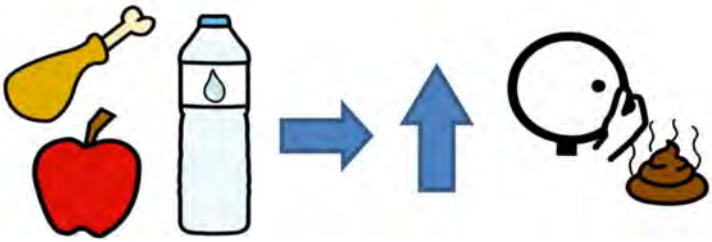
ALIMENTOS EN CASO DE ESTREÑIMIENTO



ALIMENTOS QUE DISMINUYEN LOS GASES

ALIMENTOS QUE PRODUCEN GASES

ALIMENTOS QUE DISMINUYEN EL OLOR DE LAS HECES



ALIMENTOS QUE AUMENTAN EL OLOR DE LAS HECES

4. Deporte

RECOMENDADO

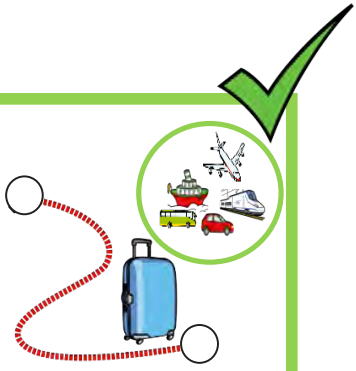
NO RECOMENDADO

5. Vestimenta

6. Ocio

AMIGOS

BAILAR



VIAJAR

MUSEO

TEATRO

PLAYA

BUCEAR

RESTAURANTE

CAMPING

7. Recomendaciones

Autoras:

Yovana Rodríguez Maldonado
Diplomada Universitaria de Enfermería. Estomaterapeuta.
Hospital Universitario Infanta Leonor. Madrid.

Vanesa Palet Rodríguez
Técnico Grado Medio en Cuidados de Enfermería.
Técnico Grado Superior en Mediación Comunicativa.
Hospital Universitario Infanta Leonor. Madrid.

Noelia Hurtado Reija
Diplomada Universitaria de Enfermería.
Hospital Central de la Defensa Gómez Ulla. Madrid.

Hospital Universitario Infanta Leonor
SaludMadrid
Hospital Virgen de la Torre

Con la colaboración de:

ARASAAC

Coloplast