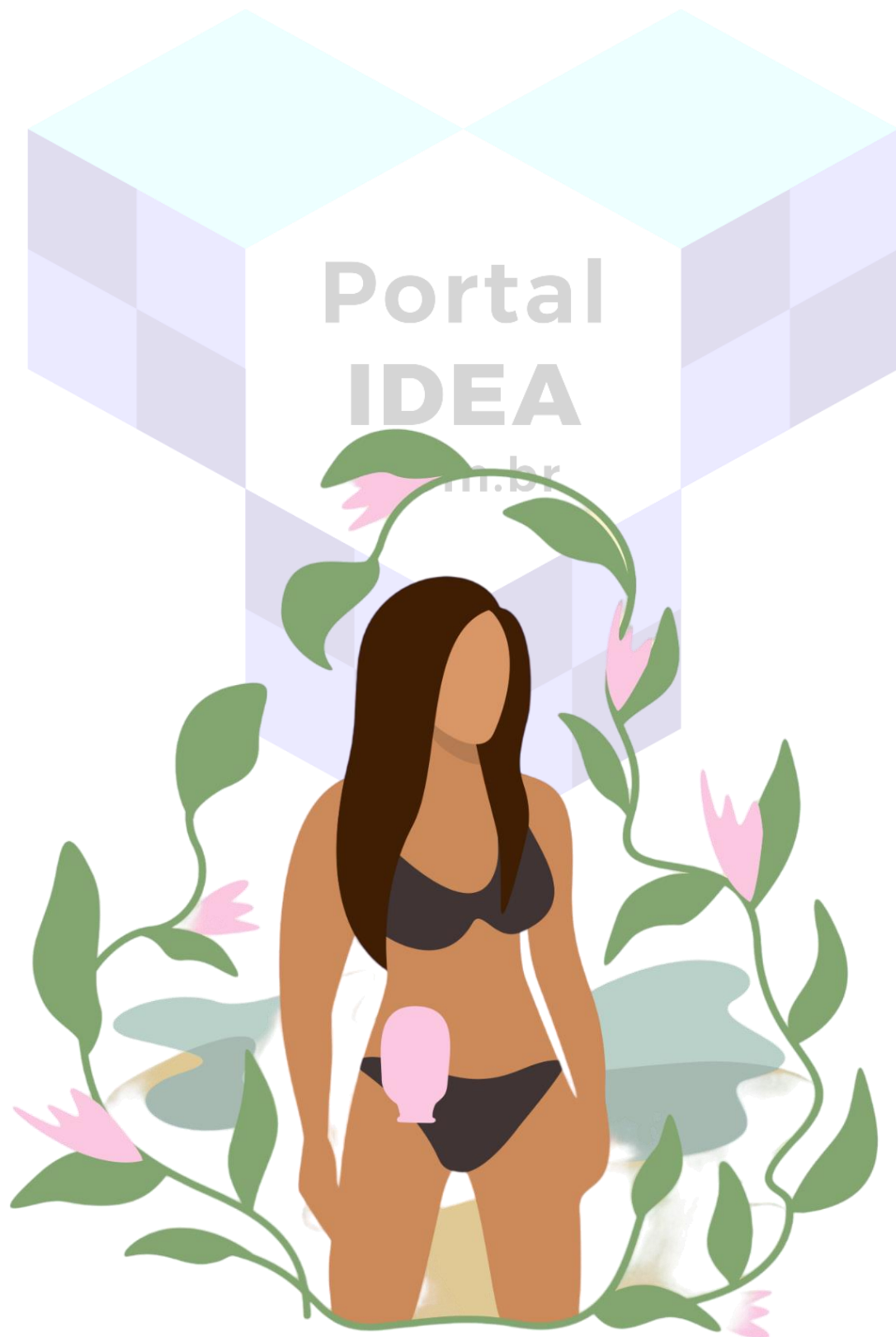


BÁSICO DE ESTOMATERAPEUTA



Cuidados com Estomas

Tipos de Estomas

Definição de Estomas

Estomas são aberturas cirúrgicas criadas na superfície do corpo para permitir a saída de fezes ou urina quando as vias naturais de eliminação estão comprometidas devido a doenças, lesões ou outras condições médicas. Estas aberturas são conectadas a órgãos internos como o intestino ou a bexiga, e são essenciais para manter a funcionalidade excretora do corpo. Existem três tipos principais de estomas: colostomia, ileostomia e urostomia, cada um com suas indicações específicas e características.

Tipos de Estomas

1. Colostomia

- **Definição:** A colostomia é uma abertura criada cirurgicamente no cólon (intestino grosso) através da parede abdominal. Esta abertura permite a eliminação das fezes diretamente do intestino para fora do corpo, contornando o ânus.
- **Indicações:** Indicada para pacientes com câncer colorretal, diverticulite, doenças inflamatórias intestinais, traumas abdominais ou obstrução intestinal. Pode ser temporária ou permanente, dependendo da condição subjacente.

- **Características:**

- **Localização:** Geralmente localizada no lado esquerdo do abdômen, mas pode variar.
- **Consistência das Fezes:** As fezes tendem a ser mais formadas, pois passam por uma parte maior do intestino grosso antes de serem eliminadas.
- **Cuidados Específicos:** Envolvem a limpeza regular e a troca do dispositivo de ostomia, além de monitoramento de sinais de complicações, como irritação da pele ao redor do estoma.

2. Ileostomia

- **Definição:** A ileostomia é uma abertura cirúrgica criada no íleo (parte final do intestino delgado) através da parede abdominal. Permite a eliminação do conteúdo intestinal diretamente do intestino delgado.
- **Indicações:** Indicada para pacientes com doenças inflamatórias intestinais severas, como a doença de Crohn e a colite ulcerativa, câncer intestinal, ou após a remoção do cólon. Pode ser temporária ou permanente.
- **Características:**
 - **Localização:** Geralmente localizada no lado direito do abdômen.
 - **Consistência das Fezes:** As fezes tendem a ser mais líquidas e contêm enzimas digestivas, pois não passam pelo intestino grosso, que absorve água.

- **Cuidados Específicos:** Requer cuidados meticulosos para prevenir irritações e lesões na pele devido à natureza cáustica das fezes. A hidratação adequada é crucial devido à maior perda de líquidos.

3. Urostomia

- **Definição:** A urostomia é uma abertura cirúrgica criada para desviar a urina da bexiga ou dos rins diretamente para fora do corpo, através de um segmento do intestino.
- **Indicações:** Indicada para pacientes com câncer de bexiga, lesões traumáticas, malformações congênitas ou doenças que afetam a função urinária. Pode ser permanente.
- **Características:**
 - **Localização:** Geralmente localizada no abdômen inferior.
 - **Consistência da Urina:** A urina é eliminada continuamente através do estoma.
 - **Cuidados Específicos:** Incluem a manutenção da limpeza do estoma, a troca regular do dispositivo coletor e a monitorização de sinais de infecção ou irritação da pele. Manter um sistema de coleta bem ajustado é essencial para evitar vazamentos.

Conclusão

Os estomas são intervenções cirúrgicas vitais para a gestão de condições que comprometem a eliminação natural de resíduos do corpo. Cada tipo de estoma — colostomia, ileostomia e urostomia — tem suas próprias indicações, características e requisitos de cuidado. A compreensão dessas diferenças é essencial para fornecer cuidados adequados e melhorar a qualidade de vida dos pacientes estomizados. O manejo eficiente dos estomas envolve educação contínua dos pacientes e de seus cuidadores, garantindo uma adaptação positiva e a prevenção de complicações.



Indicações para a Criação de Estomas

A criação de estomas é uma intervenção cirúrgica realizada por diversas razões médicas que comprometem a função normal dos intestinos ou do sistema urinário. As principais indicações para a criação de estomas incluem:

1. Doenças Inflamatórias Intestinais:

- **Doença de Crohn e Colite Ulcerativa:** Pacientes com inflamação severa, complicações ou falha no tratamento conservador podem necessitar de um estoma temporário ou permanente para permitir a cicatrização do intestino ou a remoção das áreas afetadas.

2. Câncer:

- **Câncer Colorretal:** Tumores no cólon ou reto podem requerer a remoção de partes do intestino, levando à necessidade de uma colostomia para desviar as fezes.
- **Câncer de Bexiga:** A remoção da bexiga (cistectomia) pode necessitar de uma urostomia para desviar a urina.

3. Obstrução Intestinal:

- **Bloqueios Fecais ou Tumorais:** Obstruções que não podem ser resolvidas por métodos menos invasivos podem exigir a criação de um estoma para permitir a passagem das fezes.

4. Trauma Abdominal:

- **Lesões Traumáticas:** Ferimentos graves no abdômen que danificam o intestino ou a bexiga podem necessitar de estomas

para desviar o trânsito intestinal ou urinário enquanto os tecidos cicatrizam.

5. Perfuração Intestinal:

- **Perfurações por Diverticulite ou Outras Condições:** Perfurações podem levar à peritonite, necessitando de desvio fecal para evitar infecção enquanto a área afetada é tratada.

6. Anomalias Congênitas:

- **Malformações Anorretais:** Anomalias presentes desde o nascimento que afetam a estrutura ou a função do intestino ou do sistema urinário podem requerer a criação de estomas para permitir a eliminação adequada.

7. Fístulas Intestinais:

- **Fístulas Complexas:** Conexões anormais entre partes do intestino ou entre o intestino e outros órgãos podem ser tratadas com estomas para desviar o trânsito intestinal e permitir a cicatrização.

Aspectos Anatômicos e Fisiológicos dos Estomas

Aspectos Anatômicos

1. Estrutura do Estoma:

- **Borda do Estoma:** O estoma é criado trazendo uma alça do intestino ou do ureter através da parede abdominal e suturando-o à pele. A borda do estoma deve ser saudável e bem vascularizada para garantir sua funcionalidade.
- **Localização:** A localização do estoma varia dependendo do tipo (colostomia, ileostomia, urostomia) e da condição subjacente.

A colostomia é geralmente situada no quadrante inferior esquerdo do abdômen, a ileostomia no quadrante inferior direito, e a urostomia na parte inferior do abdômen.

2. Tipos de Estomas:

- **Estoma Terminal:** Criado quando o intestino é seccionado e a extremidade proximal é trazida para a superfície. A extremidade distal pode ser removida ou deixada fechada dentro do abdômen.
- **Estoma em Alça:** Uma alça do intestino é trazida para a superfície e aberta, criando duas aberturas no mesmo estoma. É frequentemente usado como um estoma temporário.

Aspectos Fisiológicos

1. Função do Estoma:

- **Colostomia:** Desvia o conteúdo fecal do cólon para fora do corpo. A consistência das fezes pode variar de semissólida a sólida, dependendo da localização do estoma no cólon.
- **Ileostomia:** Desvia o conteúdo do íleo, resultando em fezes líquidas a pastosas, ricas em enzimas digestivas que podem irritar a pele ao redor do estoma.
- **Urostomia:** Desvia a urina do sistema urinário para fora do corpo. A urina é coletada em um dispositivo externo.

2. Produção e Eliminação:

- **Fezes:** A natureza e a frequência das fezes variam dependendo da parte do intestino envolvida. Pacientes com ileostomia têm maior risco de desidratação devido à perda de líquidos e eletrólitos.

- **Urina:** A urostomia resulta na eliminação contínua de urina. É crucial manter a integridade da pele ao redor do estoma para evitar infecções e irritações.

3. Impacto na Digestão e Absorção:

- **Nutrição:** Pacientes com estomas podem precisar ajustar sua dieta para controlar a consistência das fezes, evitar obstruções e garantir uma nutrição adequada.
- **Hidratação:** A ingestão de líquidos deve ser monitorada de perto, especialmente em pacientes com ileostomia, para prevenir desidratação.

Cuidados Específicos

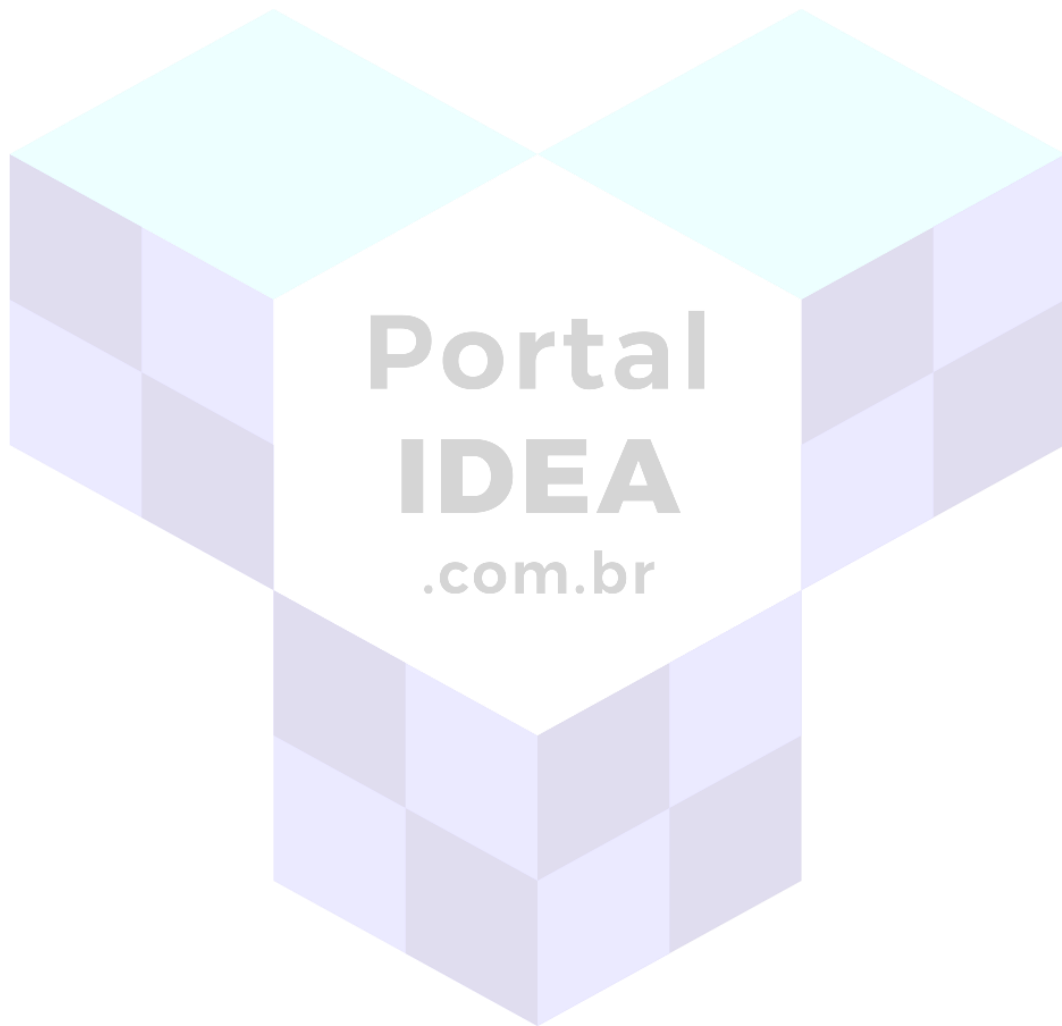
1. Manutenção do Estoma:

- **Higiene:** Limpeza regular do estoma e da pele ao redor é essencial para prevenir infecções e irritações.
- **Dispositivos de Ostomia:** Uso adequado de bolsas coletoras e dispositivos de ostomia para garantir a coleta segura de fezes ou urina.

2. Monitoramento de Complicações:

- **Complicações:** Incluem estenose (estreitamento do estoma), prolapso (protrusão do intestino através do estoma), e irritação da pele ao redor do estoma.
- **Intervenções:** Podem ser necessárias para tratar complicações e garantir a funcionalidade do estoma.

Em resumo, os estomas são intervenções cirúrgicas vitais para a gestão de diversas condições médicas que comprometem a função normal de eliminação do corpo. Entender as indicações para a criação de estomas, bem como os aspectos anatômicos e fisiológicos, é essencial para fornecer cuidados adequados e melhorar a qualidade de vida dos pacientes estomizados.



Manejo e Cuidado com Estomas

O manejo e cuidado com estomas são cruciais para garantir a saúde e o bem-estar dos pacientes estomizados. O cuidado adequado inclui técnicas de manejo, uso de dispositivos e acessórios apropriados, e a prevenção e tratamento de complicações comuns. A seguir, detalhamos cada um desses aspectos.

Técnicas de Manejo de Estomas

1. Higiene e Limpeza do Estoma:

- **Limpeza Regular:** Lavar a área ao redor do estoma com água morna e sabão neutro, evitando produtos que possam irritar a pele. A pele deve ser seca suavemente com uma toalha macia.
- **Inspeção:** Verificar regularmente a aparência do estoma e da pele circundante para detectar sinais de irritação, infecção ou outras anormalidades.
- **Troca de Dispositivo:** A troca regular da bolsa coletora e dos dispositivos de ostomia é essencial para manter a área limpa e prevenir vazamentos.

2. Troca de Bolsas Coletoras:

- **Frequência:** A frequência da troca depende do tipo de estoma e da produção de exsudato. Bolsas de colostomia podem ser trocadas a cada 3-7 dias, enquanto bolsas de ileostomia e urostomia podem precisar de trocas mais frequentes.

- **Procedimento:** Lavar as mãos antes de iniciar o procedimento. Retirar cuidadosamente a bolsa usada, limpar o estoma e a pele ao redor, e aplicar uma nova bolsa com adesivo adequado.

3. Adaptação de Dispositivos:

- **Medida do Estoma:** Medir o estoma regularmente para garantir que o tamanho da abertura da bolsa esteja adequado, evitando irritações na pele.
- **Uso de Barreiras Protetoras:** Aplicar barreiras protetoras na pele ao redor do estoma para prevenir danos causados por exsudato e adesivos.

4. Gerenciamento da Dieta:

- **Dieta Balanceada:** Manter uma dieta equilibrada para regular a consistência das fezes e prevenir complicações como obstruções. Beber bastante líquido é especialmente importante para pacientes com ileostomia.
- **Alimentos a Evitar:** Identificar e evitar alimentos que possam causar gases, odores desagradáveis ou obstruções intestinais.

Tipos de Dispositivos e Acessórios para Estomas

1. Bolsas Coletoras:

- **Bolsas de Uma Peça:** Combinação de adesivo e bolsa em um único sistema, fácil de aplicar e trocar.
- **Bolsas de Duas Peças:** Separação entre a base adesiva (flange) e a bolsa coletora, permitindo trocas frequentes da bolsa sem remover a base.

2. Barreiras Cutâneas:

- **Pasta de Barreira:** Usada para preencher irregularidades na pele ao redor do estoma, proporcionando uma superfície lisa para a adesão do dispositivo.
- **Anéis de Barreira:** Moldados ao redor do estoma para prevenir vazamentos e proteger a pele.

3. Filtros de Gases:

- **Filtro de Carvão Ativado:** Incorporado nas bolsas para reduzir odores associados aos gases intestinais.

4. Capas Protetoras:

- **Capas de Proteção:** Usadas durante atividades específicas, como natação ou banho, para proteger o estoma e manter a segurança do dispositivo coletor.

5. Cintos de Suporte:

- **Cintos de Ostomia:** Proporcionam suporte adicional à bolsa coletora, especialmente útil durante atividades físicas.

Complicações Comuns e suas Soluções

1. Irritação e Dermatite Periestomal:

- **Causas:** Exposição da pele ao exsudato, uso inadequado de adesivos ou dispositivos mal ajustados.
- **Soluções:** Limpeza adequada, uso de barreiras protetoras e ajuste correto dos dispositivos. Consultar um profissional de saúde para produtos específicos para pele sensível.

2. **Hernia Parastomal:**

- **Causas:** Enfraquecimento da parede abdominal ao redor do estoma.
- **Soluções:** Uso de cintos de suporte, evitar levantar objetos pesados e realizar exercícios para fortalecer a musculatura abdominal. Em casos graves, pode ser necessário tratamento cirúrgico.

3. **Prolapso Estomal:**

- **Causas:** Intestino projetando-se para fora do estoma devido ao aumento da pressão intra-abdominal.
- **Soluções:** Reduzir o prolapso manualmente, uso de dispositivos adequados e, se necessário, intervenção cirúrgica.

4. **Estoma Retraído:**

- **Causas:** Retração do estoma para dentro da cavidade abdominal.
- **Soluções:** Uso de dispositivos convexos para melhorar a adesão e prevenir vazamentos. Avaliação médica para considerar uma possível revisão cirúrgica.

5. **Obstrução Intestinal:**

- **Causas:** Acúmulo de alimentos não digeridos, adesões ou estenoses.
- **Soluções:** Manter uma dieta adequada, mastigar bem os alimentos e beber bastante líquido. Em caso de obstrução grave, procurar atendimento médico imediatamente.

Conclusão

O manejo e cuidado com estomas requerem uma abordagem detalhada e personalizada, considerando as necessidades individuais de cada paciente. Técnicas adequadas de manejo, uso correto de dispositivos e acessórios, e a prevenção e tratamento de complicações são essenciais para garantir a saúde e o bem-estar dos pacientes estomizados. Educar os pacientes sobre os cuidados com o estoma e fornecer suporte contínuo são componentes chave para promover uma adaptação positiva e melhorar a qualidade de vida.



Educação e Suporte ao Paciente Estomizado

Orientação e Educação do Paciente e Familiares

A educação e a orientação dos pacientes stomizados e seus familiares são essenciais para garantir a adaptação e a qualidade de vida após a criação de um estoma. A informação clara e o treinamento adequado permitem que os pacientes assumam o autocuidado com confiança e eficácia.

1. Informação Inicial:

- **Explicação do Procedimento:** Fornecer informações detalhadas sobre o motivo da cirurgia, o que é um estoma, e o que esperar antes, durante e após o procedimento.
- **Demonstração Prática:** Ensinar o paciente e os familiares a cuidar do estoma, incluindo técnicas de limpeza, troca de bolsas coletoras, e manutenção da higiene adequada.

2. Treinamento de Autocuidado:

- **Manejo Diário:** Instruir sobre a rotina de cuidados diários, como verificar o estoma, identificar sinais de complicações e manter a pele ao redor do estoma saudável.
- **Uso de Dispositivos:** Orientar sobre a escolha e uso correto dos dispositivos e acessórios de ostomia, como bolsas coletoras, barreiras cutâneas e cintos de suporte.

3. Dieta e Nutrição:

- **Recomendações Alimentares:** Fornecer orientações sobre dieta e nutrição, incluindo alimentos que devem ser evitados, a importância da hidratação e como manter uma dieta balanceada para prevenir complicações como obstruções intestinais.

4. Gerenciamento de Complicações:

- **Sinais de Alerta:** Ensinar a reconhecer sinais de complicações, como infecção, irritação da pele, hérnia parastomal e obstrução intestinal, e a importância de buscar atendimento médico quando necessário.
- **Prevenção e Soluções:** Oferecer estratégias para prevenir complicações comuns e instruções sobre o que fazer se ocorrerem problemas.

Suporte Psicológico e Emocional

O impacto psicológico e emocional de viver com um estoma pode ser significativo. Fornecer suporte emocional e psicológico é crucial para ajudar os pacientes a lidar com as mudanças e promover uma adaptação positiva.

1. Apoio Profissional:

- **Aconselhamento Psicológico:** Recomendar sessões com psicólogos ou terapeutas especializados para ajudar os pacientes a enfrentar a ansiedade, depressão e preocupações com a autoimagem.
- **Grupos de Apoio:** Incentivar a participação em grupos de apoio onde os pacientes possam compartilhar experiências, trocar informações e obter suporte emocional de outros que estão enfrentando situações semelhantes.

2. **Envolvimento Familiar:**

- **Educação Familiar:** Envolver a família no processo de educação e treinamento para que possam oferecer suporte adequado ao paciente.
- **Comunicação Aberta:** Promover a comunicação aberta e honesta entre o paciente e seus familiares, abordando medos, preocupações e expectativas.

3. **Reintegração Social:**

- **Adaptabilidade:** Incentivar o paciente a retomar suas atividades diárias, hobbies e interações sociais, respeitando seu próprio ritmo.
- **Confiança e Autoestima:** Trabalhar na construção da confiança e da autoestima do paciente, ajudando-o a aceitar e se adaptar às mudanças em sua vida.

Recursos e Redes de Apoio para Pacientes Estomizados

O acesso a recursos e redes de apoio é fundamental para fornecer um suporte abrangente e contínuo aos pacientes estomizados.

1. **Organizações de Suporte:**

- **Associações e Fundações:** Conectar os pacientes a organizações como a Sociedade Brasileira de Estomaterapia (SOBEST) e outras entidades que oferecem recursos, informação e apoio para pacientes estomizados.
- **Programas de Educação:** Participar de programas de educação continuada oferecidos por essas organizações, que podem incluir workshops, seminários e materiais educativos.

2. Recursos Online:

- **Sites e Fóruns:** Utilizar sites confiáveis e fóruns online para obter informações, compartilhar experiências e buscar conselhos sobre cuidados com estomas.
- **Materiais Educativos:** Acesso a vídeos, guias e manuais que fornecem instruções detalhadas sobre o manejo de estomas e soluções para problemas comuns.

3. Serviços de Enfermagem Especializada:

- **Consultoria de Estomaterapeutas:** Buscar a orientação de estomaterapeutas especializados para avaliações regulares, ajustes de cuidados e suporte personalizado.
- **Visitas Domiciliares:** Programas de visitas domiciliares por profissionais de saúde para auxiliar os pacientes no ambiente familiar, oferecendo suporte adicional e monitoramento contínuo.

4. Programas Governamentais e de Saúde:

- **Assistência Médica:** Utilizar serviços oferecidos pelo sistema público de saúde ou planos de saúde que incluam apoio e fornecimento de materiais de ostomia.
- **Benefícios Sociais:** Explorar benefícios sociais e programas de assistência que podem oferecer suporte financeiro ou material para pacientes estomizados.

Conclusão

A educação e o suporte aos pacientes estomizados são essenciais para promover a adaptação, a saúde e o bem-estar. Orientar e educar os pacientes e seus familiares, fornecer suporte psicológico e emocional, e conectar os pacientes a recursos e redes de apoio são fundamentais para garantir que eles possam viver de maneira plena e saudável. A combinação de cuidados abrangentes e suporte contínuo capacita os pacientes a enfrentar os desafios de viver com um estoma com confiança e resiliência.

