



# Conociendo la ostomía

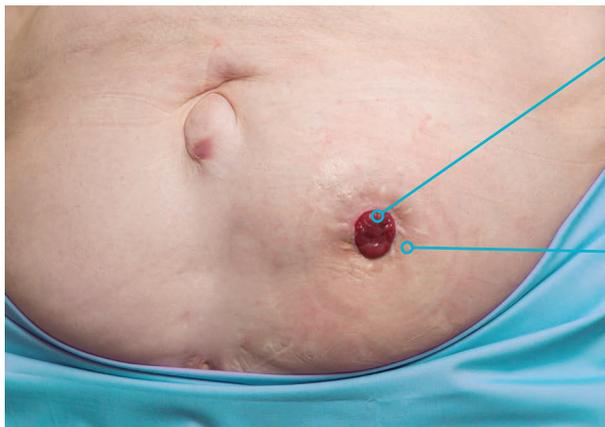


## ¿Qué es?

Exteriorización del colon a través de la pared abdominal.  
Podrá ser temporal o definitiva.  
Habitualmente se localizan en el lado izquierdo del abdomen.  
Suelen aparecer heces sólidas con un hábito regular y periódico.

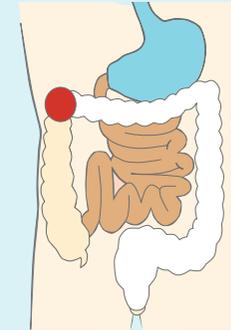
## Principales complicaciones

Fugas.  
Dermatitis e irritación de la piel peri-estomal.  
Lesiones superficiales.

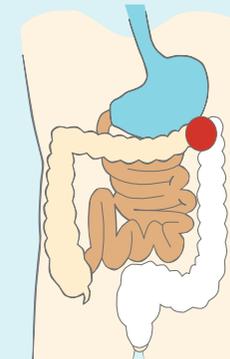


**Estoma:**  
Parte del intestino que queda a la vista, de color rojo.  
No presenta terminaciones nerviosas ni sensibilidad.

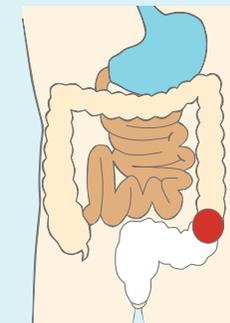
**Área o piel periestomal:**  
Zona que rodea el estoma.  
Puesto que estará en contacto con las heces es fundamental cuidarla, limpiarla y protegerla para evitar posibles irritaciones.



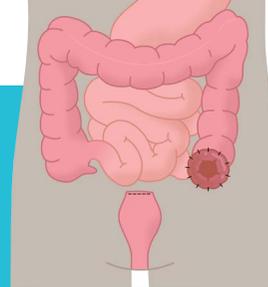
Colostomía Ascendente



Colostomía Transversa



Colostomía Descendente



## Principales Consejos

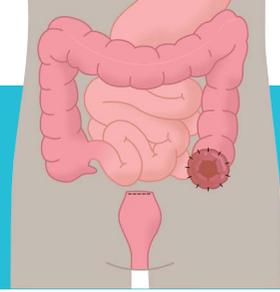
- El estoma se suele reducir durante los primeros meses después de la intervención, por lo que habrá que medirlo habitualmente para ir reduciendo el diámetro del adhesivo paralelamente, así nos aseguraremos que nuestro dispositivo se ajusta perfectamente al estoma y que no queda piel expuesta a las heces.
- Si su estoma es oval, podrá fabricarse una plantilla con la hoja transparente que se incluye en el Kit. Esta plantilla le ayudará a dibujar la forma de su estoma sobre el adhesivo para así recortarlo con más facilidad.
- Suavice los bordes del disco con los dedos ya que es normal que al recortarlo quede con alguna irregularidad.



## Alimentación con una colostomía

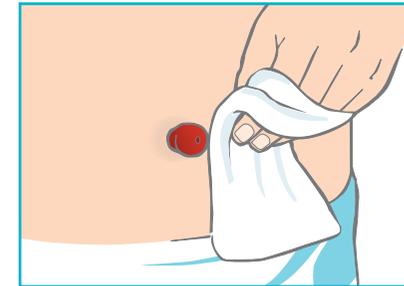
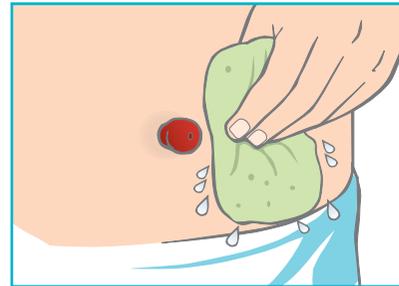
- Al principio incorporar los alimentos poco a poco según tolerancia.
- Comer pequeñas cantidades y fraccionar la dieta en 5,6 tomas.
- Masticar bien los alimentos. Realizar la cena 2 horas antes de acostarse.
- La dieta rica en proteínas, en especial después de la intervención, ayuda a una correcta cicatrización.
- Se recomienda una ingesta de agua de 2L/día.
- La intolerancia a la lactosa suele ser común. Si nota gas, distensión abdominal, aumento del desecho líquido o diarrea después de ingerir un producto lácteo elimine de su dieta la leche.
- Consuma leche sin lactosa o leche vegetal (almendras, arroz, avena, etc.).
- La tolerancia a las verduras y hortalizas se debe probar introduciéndolas inicialmente en forma de puré y en pequeñas cantidades.
- Las frutas deben incorporarse inicialmente en forma de zumos naturales, colados, y frutas muy maduras (manzana, pera, plátano).
- Los alimentos con edulcorantes tipo sacarina, sorbitol, manitol, etc., producen gas, distensión abdominal, y/o diarrea.





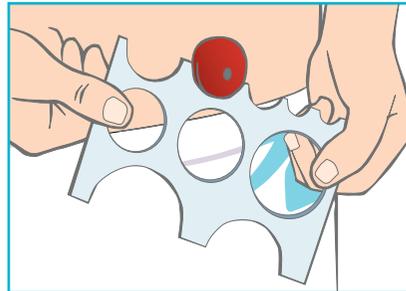
## Higiene

- Esponja suave y jabón neutro
- Evitar fricciones en secado
- No rasurar, cortar con tijeras
- Utilizar toallitas sin alaninas como Brava® Toallitas limpiadoras.
- Para una protección de la piel usar Brava® Spray Barrera cutánea



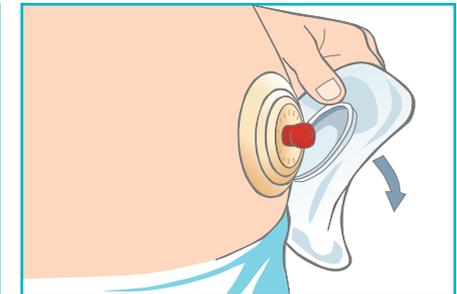
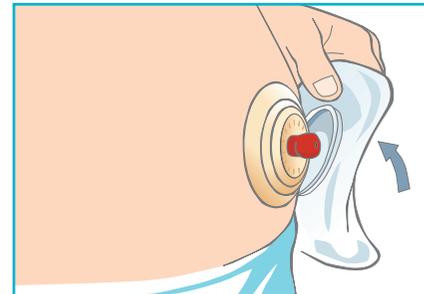
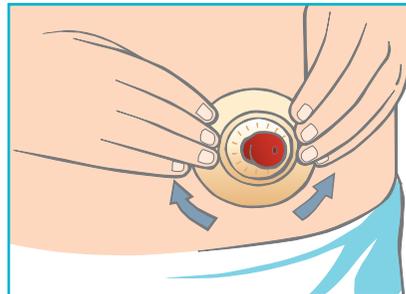
## Medición

- Al principio el estoma está inflamado por la cirugía
- Ajustar tamaño del dispositivo al estoma "como anillo al dedo"



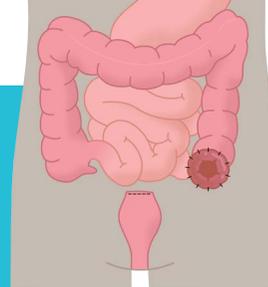
## Manejo

- **Colocación (abajo hacia arriba)**
- Aplicar calor
- **Retirada (arriba hacia abajo)**
- Cambio bolsa (max 24 h)
- Cambio disco (max cada 3 días)
- Para una fácil retirada usar Brava® Spray Elimina adhesivos



# Conociendo tu colostomía

4



## Uso habitual con piel íntegra

Cerrada 1 pieza



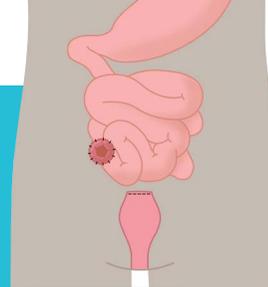
## En caso de piel delicada o dermatitis

Cerrada 3 piezas



Cerrada 2 piezas





## ¿Qué es?

Exteriorización del ileon a través de la pared abdominal.

Podrá ser temporal o definitiva.

Habitualmente se localizan en el lado derecho del abdomen.

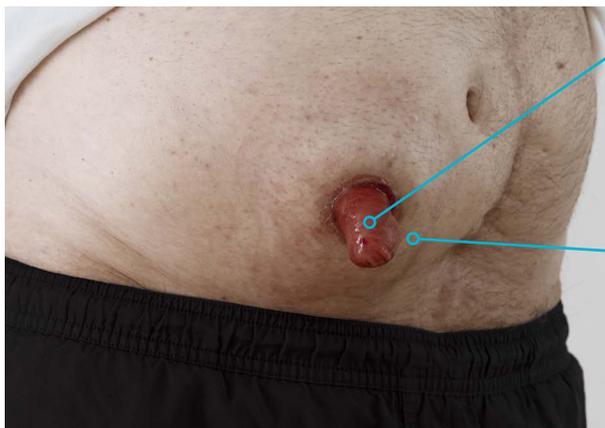
Suelen aparecer heces sólidas con un hábito regular y periódico.

## Principales complicaciones

Fugas.

Dermatitis e irritación de la piel peri-estomal por heces irritativas.

Lesiones superficiales/profundas.



### **Estoma:**

Parte del intestino que queda a la vista, de color rojo.

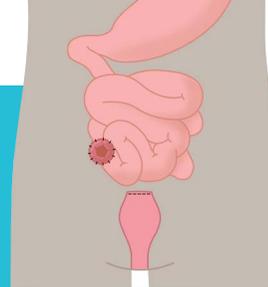
No presenta terminaciones nerviosas ni sensibilidad.

### **Área o piel periestomal:**

Zona que rodea el estoma.

Puesto que estará en contacto con las heces es fundamental cuidarla, limpiarla y protegerla para evitar posibles irritaciones.





## Principales Consejos

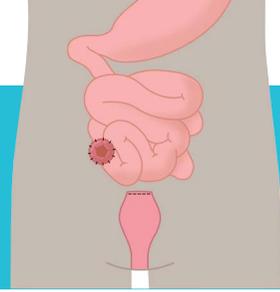
- No secar la piel de alrededor del estoma con secador (para no lesionar ni la piel ni el estoma).
- Si existiera vello alrededor del estoma, recórtelo con tijeras, nunca use maquinilla.
- Para limpiar la piel de alrededor del estoma no utilice toallitas limpiadoras comunes como las de los bebés, puesto que presentan cremas que dificultarían la adhesión del dispositivo. Brava® Toallitas Limpiadoras sí se pueden utilizar porque están específicamente diseñadas para la limpieza de la zona periestomal.



## Alimentación con una ileostomía

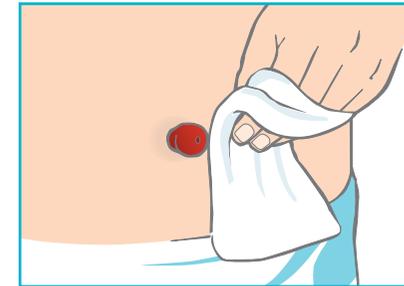
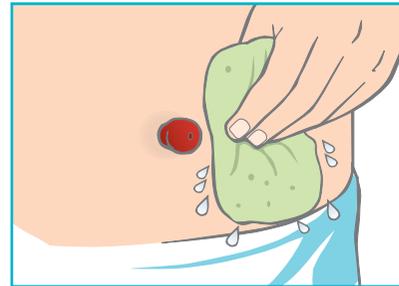
- Al principio incorporar los alimentos poco a poco según tolerancia.
- Comer pequeñas cantidades y fraccionar la dieta en 5,6 tomas.
- Masticar bien los alimentos. Realizar la cena 2 horas antes de acostarse.
- La dieta rica en proteínas, en especial después de la intervención, ayuda a una correcta cicatrización.
- Se recomienda una ingesta de agua de 2L/día.
- La intolerancia a la lactosa suele ser común. Si nota gas, distensión abdominal, aumento del desecho líquido o diarrea después de ingerir un producto lácteo elimine de su dieta la leche.
- Consuma leche sin lactosa o leche vegetal (almendras, arroz, avena, etc.).
- La tolerancia a las verduras y hortalizas se debe probar introduciéndolas inicialmente en forma de puré y en pequeñas cantidades.
- Las frutas deben incorporarse inicialmente en forma de zumos naturales, colados, y frutas muy maduras (manzana, pera, plátano).
- Los alimentos con edulcorantes tipo sacarina, sorbitol, manitol, etc., producen gas, distensión abdominal, y/o diarrea.





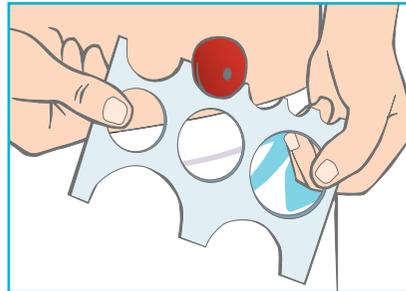
## Higiene

- Esponja suave y jabón neutro
- Evitar fricciones en secado
- No rasurar, cortar con tijeras
- Utilizar toallitas sin alaninas como Brava® Toallitas limpiadoras.
- Para una protección de la piel usar Brava® Spray Barrera cutánea



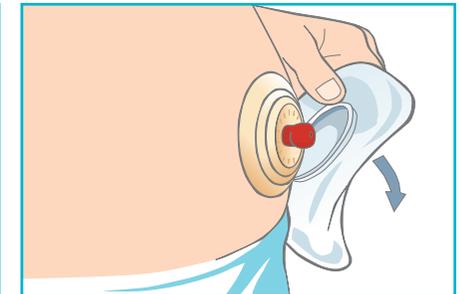
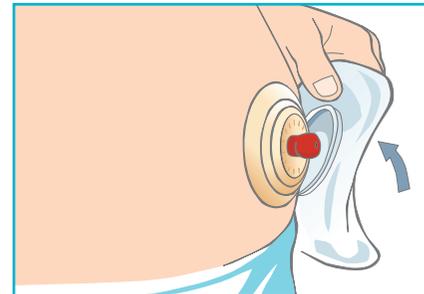
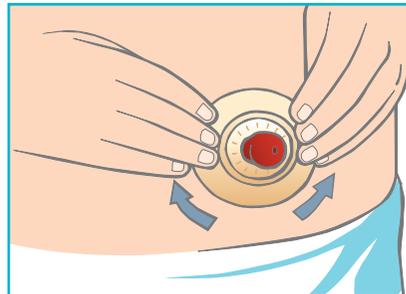
## Medición

- Al principio el estoma está inflamado por la cirugía
- Ajustar tamaño del dispositivo al estoma "como anillo al dedo"



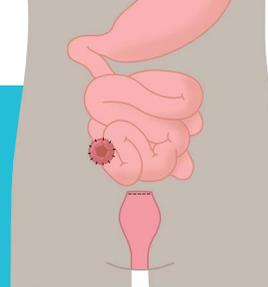
## Manejo

- **Colocación (abajo hacia arriba)**
- Aplicar calor
- **Retirada (arriba hacia abajo)**
- Cambio bolsa (max 24 h)
- Cambio disco (max cada 3 días)
- Para una fácil retirada usar Brava® Spray Elimina adhesivos



# Conociendo tu ileostomía

4



## Ocasionalmente (ileostomía o colostomía)

Abierta 1 pieza



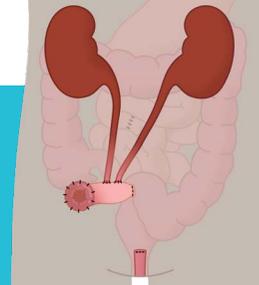
## Uso habitual. Piel delicada, dermatitis o diarrea

Abierta 3 piezas



Abierta 2 piezas



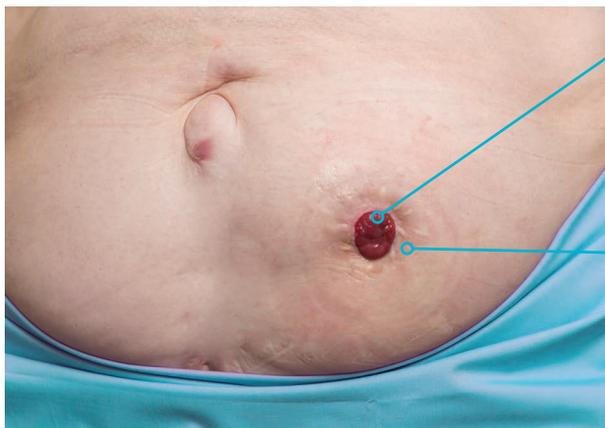


## ¿Qué es?

Desviación del curso normal de la orina a la piel o al intestino. Habitualmente se localizan en el cuadrante derecho del abdomen. La urostomía Bricker es lo más frecuente (conducto ileal). Flujo de orina constante. PH de la orina puedes ser neutro o ácido.

## Principales complicaciones

Fugas.  
Dermatitis e irritación de la piel peri-estomal por orina.  
Lesiones superficiales/profundas.  
Acumulación de oxalatos de calcio.



### **Urostomía:**

Mucosa de color rojo por la que sale la orina

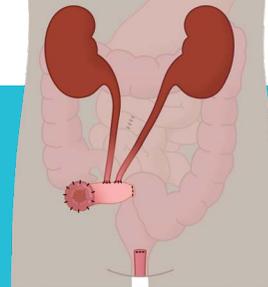
No presenta terminaciones nerviosas ni sensibilidad.

### **Área o piel periestomal:**

Zona que rodea el estoma.

Puesto que estará en contacto con la orina es fundamental cuidarla, limpiarla y protegerla para evitar posibles irritaciones.





## Principales Consejos

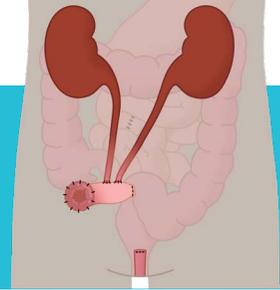
- Siempre que salga de casa lleve una muda, varios recambios de dispositivo ya recortado y una pequeña bolsa de plástico para desechar la bolsa usada. Además, lleve toallitas o material para la higiene del estoma.
- Durante las primeras semanas no haga esfuerzos físicos, ni coja cosas pesadas.
- En verano, por el calor, su piel transpirará más por lo que será normal que se tenga que cambiar el adhesivo con más frecuencia.



## Alimentación con una urostomía

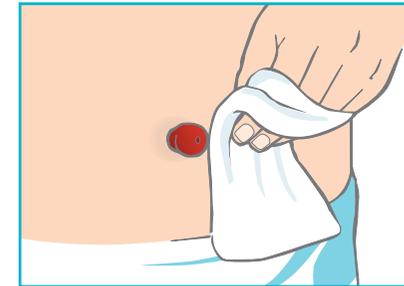
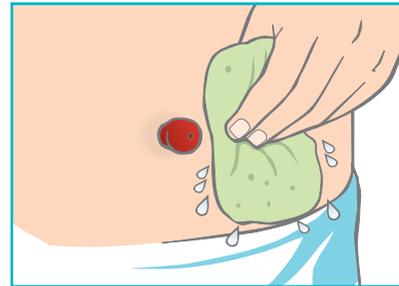
- Al principio incorporar los alimentos poco a poco según tolerancia.
- Algunos pescados y los espárragos producen un fuerte olor en la orina.
- Masticar bien los alimentos. Realizar la cena 2 horas antes de acostarse.
- La dieta rica en proteínas, en especial después de la intervención, ayuda a una correcta cicatrización.
- Se recomienda una ingesta de agua de 1,5-2L/día.
- *Se recomienda tomar carotenos, frutas y verduras ricas en vitamina C porque previenen las infecciones de orina. Los arándanos al natural o en zumo son muy recomendables porque también previenen las infecciones de orina.*





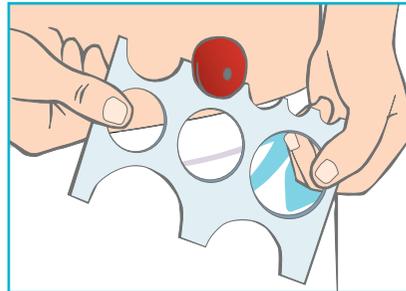
## Higiene

- Esponja suave y jabón neutro
- Evitar fricciones en secado
- No rasurar, cortar con tijeras
- Utilizar toallitas sin alaninas como Brava® Toallitas limpiadoras.
- Para una protección de la piel usar Brava® Spray Barrera cutánea



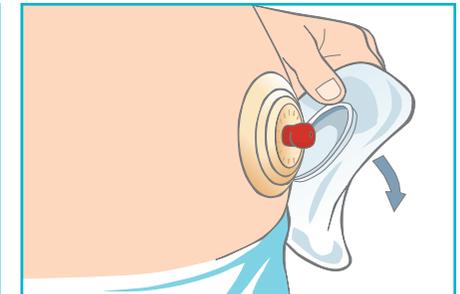
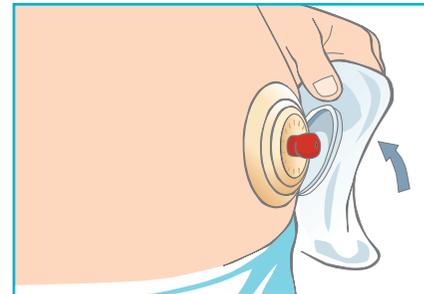
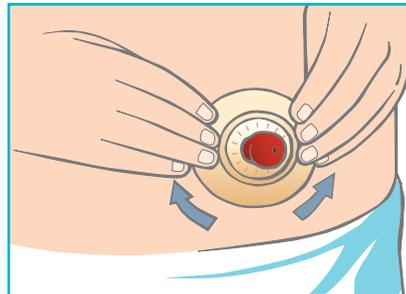
## Medición

- Al principio el estoma está inflamado por la cirugía
- Ajustar tamaño del dispositivo al estoma "como anillo al dedo"



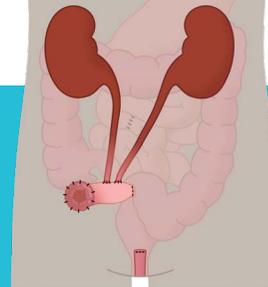
## Manejo

- **Colocación (abajo hacia arriba)**
- Aplicar calor
- **Retirada (arriba hacia abajo)**
- Cambio bolsa (max 24 h)
- Cambio disco (max cada 3 días)
- Para una fácil retirada usar Brava® Spray Elimina adhesivos



# Conociendo tu urostomía

4



## Ocasionalmente

Urostomía 1 pieza Multicanal



## Uso habitual. Piel delicada o dermatitis

Urostomía 3 piezas Multicanal



Ostomy Care | Continence Care | Wound and Skin Care | Interventional Urology | Voice and Respiratory Care

Todos los derechos reservados por Coloplast Productos Médicos, S. A. Condesa de Venadito 5, 4ª planta - 28027 Madrid. España.  
[www.coloplast.es](http://www.coloplast.es) Coloplast es una marca registrada por Coloplast A/S. © 2023/09

 LÍNEAS DE ASESORAMIENTO  
91.325.36.50  
91.325.36.51

