

## Ileostomía de alta descarga

*Un estoma que produzca más de 2 litros (2000 ml) por día se considera de alta descarga.*

### Normal ●

Una descarga normal de ileostomía debería ser de una consistencia parecida a la pasta dental espesa o a la avena remojada.

- La bolsa de ostomía se debe vaciar de cuatro a seis veces por día.
- Es normal que la consistencia de las heces varíe durante el día en función de los alimentos que se consuman.
- Intente comer a intervalos regulares y evite saltarse comidas.
- Beba aproximadamente dos litros de líquidos por día.
- En el caso de descargas que varíen significativamente durante el día, considere mantener un registro de las comidas.

### Precaución ●

Las descargas acuosas durante un periodo de más de 12 horas se deben investigar en profundidad y se deben considerar algunos cambios en la alimentación.

- Si su bolsa requiere de vaciado más de seis veces por día, usted puede estar en riesgo de deshidratación.
- Incremente la ingesta de sodio con la ingesta de alimentos ricos en sodio como: caldos, vegetales enlatados y jugo de tomate.
- Siga una dieta a base de una cantidad moderada de grasas e hidratos de carbono de alta complejidad.
  - Almidones en: pan, donas, pan de maíz, pasta, arroz.
- Reduzca las frutas y los vegetales de hoja verde (incluidos los jugos de frutas).
- Separe la comida de la bebida: consuma líquidos media hora antes o después de las comidas.
- Observe el color de su orina: debe ser de un color amarillo claro.

### Riesgo alto de deshidratación ●

Las descargas acuosas durante más de 24 horas requieren de intervención de un profesional de la salud.

- Póngase en contacto con una enfermera especialista en ostomía o una enfermera de heridas, ostomía y continencia o un médico clínico.
- Conozca los signos y síntomas de deshidratación:
  - Sed en aumento, letargo, calambres musculares, sequedad en los labios, calambres abdominales, menor cantidad de orina y mareos al ponerse de pie.

## Ileostomía de alta descarga

### Seguimiento de la descarga de la ostomía

INGESTA			DESCARGA				
Fecha	Hora	Ingesta de líquidos (oz.)	Fecha	Hora	Deposiciones (oz.)	Cantidad de micciones	Color de la orina

Para solicitar una muestra, o si tiene consultas sobre el producto o preguntas clínicas específicas con respecto a nuestros productos en EE. UU., llame al **1.888.808.7456**. En Canadá, llame al **1.800.263.7400**.



**Referencia:**

J.E. Carmel, J.C. Colwell, M.T. Goldberg (Eds.), *WOCN Society Core Curriculum Ostomy Management* (p. 144). Philadelphia: Wolters Kluwer.

Medlin, S. (2012). *Nutritional and fluid requirements: High-output stomas*. *British Journal of Nursing*, 21(6)

Parrish, C. R. (2011). *A patient's guide to managing a short bowel*. Newark, DE: Growth.

Se recomienda hacer un seguimiento de rutina con un profesional de la salud.

Antes de usar cualquiera de los productos o accesorios de ostomía, asegúrese de leer todas las etiquetas y los prospectos del producto para conocer las indicaciones, contraindicaciones, riesgos, advertencias, precauciones e instrucciones de uso.

El logotipo de Hollister es una marca comercial de Hollister Incorporated.

© 2017 Hollister Incorporated. 923179-417

**Hollister Incorporated**  
2000 Hollister Drive  
Libertyville, Illinois 60048  
1.800.323.4060

[www.hollister.com](http://www.hollister.com)

**Hollister Limited**  
95 Mary Street  
Aurora, Ontario L4G 1G3  
1.800.263.7400