



De qué trata

la urostomía



Ostomy Care
Healthy skin. Positive outcomes.



La vida después de una cirugía de ostomía

Como alguien que vive con una ostomía, entiendo la importancia que tienen el apoyo y el aliento en esos días, semanas, incluso meses, que siguen a la cirugía de ostomía. También sé todo lo que la vida tiene para ofrecer y lo que significa continuar con mi vida como una persona feliz y productiva.

¿Puedo ducharme? ¿Puedo nadar?
¿Puedo continuar haciendo ejercicio físico? ¿Seguiré teniendo una vida amorosa saludable? Estas son las preguntas que cruzaban por mi mente mientras yacía en cama, recuperándome de la cirugía. En las semanas que siguieron, rápidamente descubrí que la respuesta a todas estas preguntas era ¡Sí! Yo era quien debía tomar las riendas y las medidas necesarias para seguir adelante después de mi estoma. Las personas que me cuidaban y amaban estarían allí para apoyarme a lo largo del progreso y la recuperación.

Cada uno hará un viaje diferente. Habrá altibajos. Pero, aunque nuestras experiencias sean diferentes, lo aliento a no dejar escapar esta oportunidad de comenzar de nuevo y a no sentir temor. Recuerde que tiene recursos y apoyo a su disposición. Usted no está solo. Nuestras experiencias forjan nuestro carácter y nos permiten crecer como persona. Haga el intento de crecer a partir de esta experiencia y ábrase al mundo que lo rodea.

Este manual ha sido diseñado cuidadosamente para usted: la persona, el cónyuge, el padre, la madre, los abuelos, el cuidador, la persona con un estoma.

Seguramente, lo ayudará a adquirir el conocimiento y las habilidades necesarias para seguir adelante después de la ostomía, y retomar su propia vida.

— BROCK MASTERS
TORONTO, CANADÁ

La información que se proporciona en este manual no es asesoramiento médico y no pretende reemplazar las recomendaciones de su médico ni de ningún otro profesional de la salud. No debe recurrir a este manual para buscar ayuda en caso de emergencia médica. Si se encuentra en una emergencia médica, pida tratamiento médico personalmente y de inmediato.



Si está por someterse a una cirugía de urostomía o se ha sometido a una en el último tiempo, este manual le ayudará a entender de qué se trata la urostomía y a manejarse durante el proceso. Cuanto más sepa, mejor podrá sortear algunas de las complicaciones de vivir con una urostomía.

Es importante que recuerde que no está solo. Año tras año, miles de personas se someten a una cirugía de urostomía. A algunas, les salva la vida.



Índice

4 Preparación para la cirugía

- El aparato urinario
- ¿Qué es una urostomía?
- Tipos de urostomías
- El estoma
- La orina de la urostomía

8 Una explicación sobre los sistemas de bolsa

- Sistemas de bolsa de una y dos piezas
- Válvula de drenaje
- Sistema recolector de drenaje de cabecera

10 Cuidado del paciente

- Cuidado de la piel
- Baño o ducha
- Dieta y líquidos
- Olor
- Prevención de infecciones urinarias

12 Cuidado de la urostomía

- Las relaciones sexuales y personales
- Las prendas de vestir
- El regreso al trabajo y los viajes
- Actividad, ejercicio físico y deportes
- Pautas para el cuidado de la urostomía

16 Cuidados de seguimiento

- Servicios Hollister Secure Start
- Suministro de artículos de ostomía
- Cuánto ordenar
- Cuándo llamar al enfermero WOC/ET (especialista en heridas, ostomía y continencia/terapeuta enterostomal)

20 Recursos

21 Glosario

Esta cirugía puede hacerse para reparar una lesión o extirpar un tumor. No importa cuál sea el motivo, tener dudas e inquietudes es parte natural del proceso.

Este manual es proporcionado por Hollister Education, y en él se amplía la información que le brindaron el profesional de la salud y el enfermero WOC o ET, un enfermero o una enfermera que se especializa en el cuidado de la ostomía.

Al final del manual se incluye un glosario que le ayudará a entender algunos términos que quizá no conozca.



Preparación para la cirugía

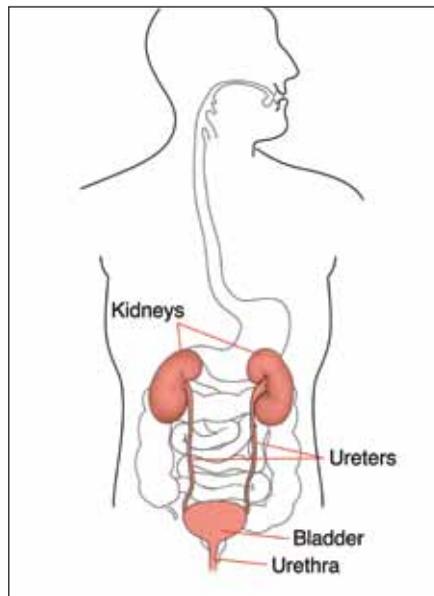
Determinar en qué lugar de su abdomen va a colocarse el estoma es una parte muy importante de la preparación para la cirugía. En general, el estoma de urostomía se coloca en el abdomen, en lo que llamamos el cuadrante derecho inferior. Es un área justo por debajo de la cintura, a la derecha del ombligo. El estoma para una colostomía, en cambio, se ubicaría generalmente en el cuadrante inferior izquierdo.

Antes de la cirugía, el enfermero WOC/ET y el cirujano determinarán cuál es la mejor ubicación para su estoma. Teóricamente, el estoma debería colocarse en un lugar donde la superficie de la piel sea suave y donde la persona pueda verlo fácilmente para cuidarlo ella misma.

El aparato urinario

El aparato urinario humano comienza en los riñones. Los riñones son dos órganos con forma de frijol que están ubicados justo por encima de la cintura y hacia la espalda. La orina o el desecho líquido fluye desde los riñones por dos tubos angostos llamados “uréteres” y se acumula en la vejiga. El flujo de orina es bastante constante.

Un músculo esfínter permite que la orina se almacene en la vejiga hasta que resulte conveniente vaciarla, es decir, orinar. Cuando una persona orina, el músculo esfínter se relaja y permite que la orina salga del cuerpo a través de un tubo estrecho llamado “uretra”.



CONSEJO

El término enfermero WOC/ET se refiere a un enfermero o una enfermera que se especializa en el cuidado de heridas, de la ostomía y la continencia. Esta persona puede formar parte de su equipo de atención de la salud y está exclusivamente cualificada para ofrecerle el apoyo y la información que usted y sus seres queridos necesiten antes y después de la cirugía de ostomía.

¿Qué es una urostomía?

Una urostomía (conocida también como “estoma del conducto ileal”) es una abertura creada mediante cirugía para drenar la orina. La urostomía permite que la orina salga del cuerpo cuando se ha extirpado la vejiga o se le ha hecho una derivación (bypass). También se la puede llamar “derivación urinaria”. Cuando se tiene una urostomía, la orina ya no se elimina por la uretra sino a través de la urostomía.

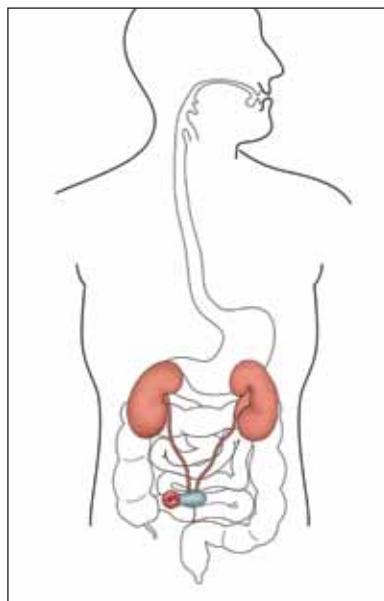
Dado que la urostomía no tiene un músculo esfínter, no es posible controlar voluntariamente la micción (la acción de orinar). En cambio, la orina se recogerá en una bolsa que usted llevará colocada.

Tipos de urostomías

El cirujano escogerá uno de varios métodos para crear la urostomía o derivación urinaria. El método más común es el que llamamos “conducto ileal”.

Para crear un conducto ileal, el cirujano extrae un pequeño segmento del intestino delgado (ileon), que usa como “cañería” (o conducto) para que la orina fluya hacia fuera del cuerpo. Las pocas pulgadas que el cirujano extrae para el conducto ileal no afectan la forma en que funciona el intestino. El cirujano volverá a conectar el intestino, que seguirá funcionando tal como lo hacía antes de la cirugía. El cirujano cerrará un extremo del conducto, insertará los uréteres en el conducto y traerá el extremo abierto del conducto a través de la pared abdominal. Esta nueva abertura en el abdomen se llama “estoma”.

Otro tipo de derivación urinaria es lo que llamamos un “conducto colónico”. El conducto colónico se crea de manera muy parecida a la que se usa para el conducto ileal, con una diferencia importante. Para crear un conducto colónico, el cirujano usa un pequeño segmento del intestino grueso (colon) y trae el extremo abierto del conducto a través de la pared abdominal. Y así crea una abertura en el abdomen que llamamos “estoma”.



Conducto ileal

El estoma

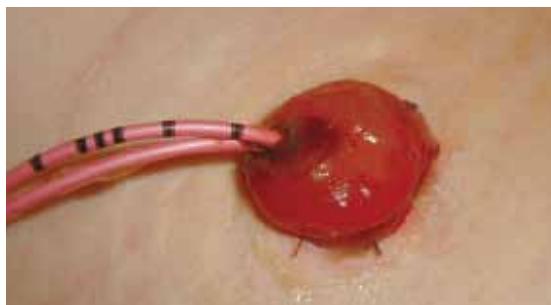
Después de la cirugía, el estoma puede presentar hinchazón. Que el estoma se encoja hasta adoptar su tamaño permanente puede llevar varias semanas o meses. Si bien los estomas pueden presentar una variedad de tamaños y formas, un estoma sano:

- Es rosado o rojo, y ligeramente húmedo.
- No causa dolor.
- Sangra con facilidad si se lo frota o golpea (por ejemplo, cuando se lo lava), situación que debe resolverse rápidamente. Si el sangrado continúa, comuníquese con el enfermero WOC/ET o con el profesional de la salud.



Ya sea que el estoma sea grande o pequeño, que sobresalga con claridad o esté liso al nivel de la piel, el drenaje debe vaciarse en la bolsa sin que haya filtración por debajo de la barrera de piel. Si la orina que sale del estoma es sanguinolenta, debe comunicarse con el enfermero WOC/ET o el profesional de la salud.

Es posible que, durante la cirugía, se le inserten pequeños tubos llamados endoprótesis (“stents”), que se retirarán varias semanas después de la cirugía. Las endoprótesis asoman hacia fuera del estoma y aseguran el flujo de orina hacia la bolsa. El enfermero WOC/ET o el profesional de la salud serán quienes se encarguen de retirarlos luego.



La orina de la urostomía

La orina comenzará a fluir desde el estoma inmediatamente después de la cirugía. Al principio, es posible que presente un color levemente rojizo, pero después de unos días, debería recuperar su color normal.

Si tiene un conducto ileal o uno colónico, observará moco en la orina cuando esta se acumule en la bolsa. El moco proviene del segmento del intestino que se utilizó para formar el conducto.



Una explicación sobre los sistemas de bolsa

Con frecuencia, el sistema de bolsa de urostomía que se elige para usar en el hospital es básico. Una vez en casa, puede probar diferentes sistemas de bolsa de urostomía a fin de encontrar el que le resulte más conveniente.

El sistema de bolsa consiste de dos partes principales: la barrera de protección cutánea y la bolsa.

La barrera de protección cutánea es la porción adhesiva del sistema de bolsa que entra en contacto directo con el contorno del estoma. Protege la piel y mantiene el sistema de bolsa en su lugar. A veces se la llama parche.

Hay dos tipos de sistemas de bolsas (ambas incluyen una barrera de protección cutánea):

Sistema de bolsa de una pieza

En este tipo de sistema, la barrera de protección cutánea y la bolsa integran una unidad.

Sistema de bolsa de dos piezas

En este tipo de sistema, la barrera de protección cutánea y la bolsa son dos piezas separadas, y el anillo plástico que se usa para conectar las dos partes se llama “brida”.

Válvula de drenaje

Todas las bolsas de urostomía tienen una válvula de drenaje en la parte de abajo de la bolsa, para que se la pueda vaciar cada vez que sea necesario. Durante el día, la mayoría de las personas necesitan vaciar su bolsa cuando está llena en un tercio o la mitad de su capacidad.

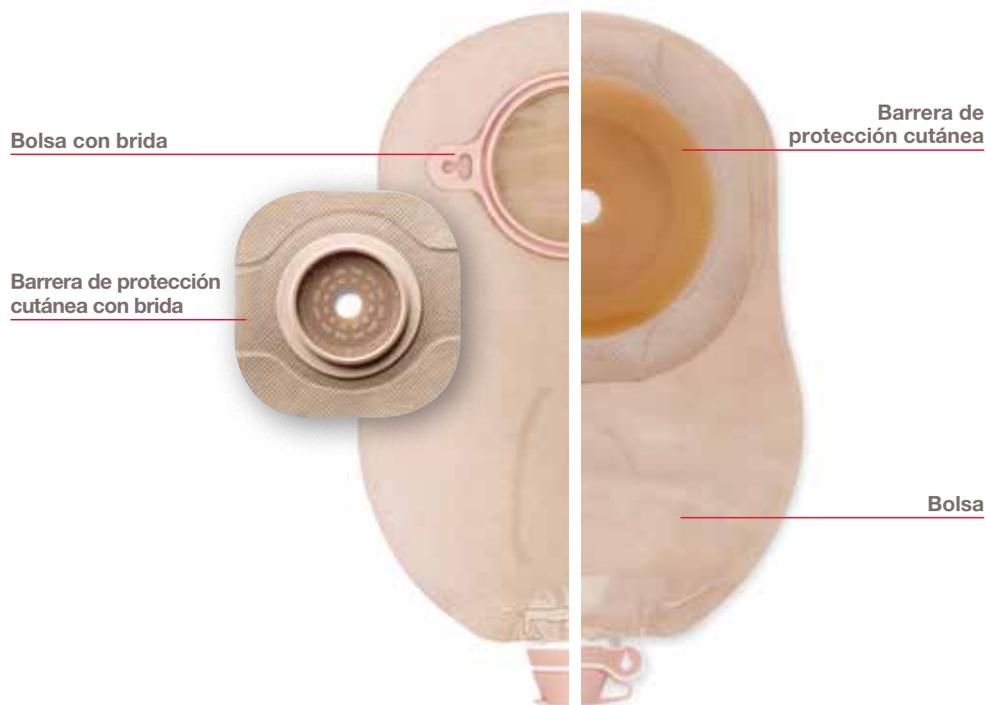


Sistema recolector de drenaje de cabecera

Este sistema permite que la orina fluya a un recolector de cabecera mientras usted duerme. Muchas personas prefieren este sistema recolector de cabecera y no tener que levantarse durante la noche para vaciar la bolsa.



Sistema de dos piezas | Sistema de una pieza





Cuidado del

paciente

Cuidado de la piel

La piel que rodea al estoma se llama “piel periestomal”. Acostúmbrase a limpiar la piel periestomal cada vez que cambia la barrera. Cuando se trata del cuidado de la piel que rodea al estoma, cuanto menos, mejor. En la mayoría de los casos, solo es necesario limpiar la piel con agua.

La piel periestomal debería estar intacta, sin irritación, erupción ni enrojecimiento. Debe verse más o menos igual a la piel de cualquier otro lugar del cuerpo. Una barrera de protección que encaje correctamente y la correcta formulación de la barrera ayudarán a proteger la piel para que no se irrite a causa del drenaje del estoma.

Si nota piel enrojecida, agrietada o húmeda alrededor del estoma, solicite la ayuda de un enfermero WOC/ET o de un profesional de la salud. Asegúrese de revisar su piel periestomal periódicamente para confirmar que esté sana y para abordar cualquier problema oportunamente.

Baño o ducha

Con la urostomía puede ducharse o bañarse tal como lo hacía antes. El jabón y el agua no entrarán en el estoma ni lo dañarán de ningún modo. Puede ducharse o bañarse con el sistema de bolsa colocado o no. Usted decide. Los residuos de jabón a veces pueden evitar que la barrera de protección o los adhesivos se adhieran correctamente a la piel. De modo que escoja un jabón o un limpiador que no tenga humectantes, aceites ni residuos.

Si está usando un sistema de bolsa de dos piezas, puede resultarle práctico cambiar de bolsa para la ducha, de manera tal que no se moje la bolsa que está usando. Si prefiere quitarse la bolsa mientras se ducha o se baña, es conveniente que también retire la barrera protectora de la piel, para evitar exponerla a demasiada humedad.

Dieta y líquidos

En la mayoría de los casos, la urostomía casi no afecta la dieta. Agregue alimentos gradualmente para ver cómo los tolera su nuevo sistema. Para mantener los riñones funcionando correctamente y ayudar a prevenir infecciones urinarias, deberá beber mucha agua todos los días.

Si tiene dudas sobre la dieta o la ingesta de líquidos, pregunte a su profesional de la salud, a su enfermero WOC/ET o a un nutricionista.

CONSEJOS

- **Beba a diario mucha agua para ayudar a prevenir infecciones urinarias.**
- **Ingiera una dieta balanceada.**
- **Recuerde que, si come remolacha, la orina tomará un color rojizo. Esto es temporal y no es motivo para alarmarse.**
- **Recuerde que los espárragos, los frutos de mar, los suplementos nutricionales y algunos medicamentos pueden afectar el olor de la orina.**

Olor

El olor es una preocupación para las personas que se someten a una cirugía de urostomía. Hoy en día, las bolsas de urostomía se elaboran con una película que funciona como barrera para el olor, de modo que el olor de la orina quede contenido dentro de la bolsa. Solo debería notarlo cuando está vaciando o cambiando la bolsa. Si nota olor en cualquier otro momento, verifique el sellado de la bolsa para detectar fugas.

Algunos alimentos como los espárragos, los frutos de mar, los suplementos nutricionales y algunos medicamentos pueden hacer que el olor de la orina sea más fuerte.

Prevención de las infecciones urinarias

Las personas con derivaciones urinarias pueden desarrollar infecciones urinarias, lo que puede generar problemas en los riñones. Si nota cualquiera de estos síntomas, comuníquese con su profesional de la salud o su enfermero WOC/ET. Algunos signos de alarma de una posible infección urinaria son:

- Orina oscura y turbia
- Orina con olor fuerte
- Dolor en la espalda (donde están los riñones)
- Fiebre
- Pérdida del apetito
- Náuseas
- Vómitos



Cuidado de

la urostomía

Usted podrá reanudar sus actividades normales cuando el profesional de la salud lo crea apropiado. Se acostumbrará al sistema de bolsa y desarrollará un esquema que se adapte a su estilo de vida.

Las relaciones sexuales y personales

Dado que la cirugía de urostomía es un procedimiento que altera el cuerpo, a muchas personas les preocupa la forma en que esto pueda alterar su vida sexual, su intimidad conyugal y la aceptación por parte de su cónyuge o persona amada. En el caso de las personas que están saliendo con alguien, cómo y cuándo comunicarle al otro que tienen una urostomía es de gran preocupación.

Después de cualquier tipo de cirugía, las relaciones personales y el apoyo de los demás suelen ser fuentes muy importantes de curación. Las claves, por supuesto, son la comprensión y la comunicación.

La urostomía afecta a ambos miembros de una relación y es algo a lo que ambos deben adaptarse, cada uno a su modo. Hágale saber a su pareja que la actividad sexual no lo lastimará ni dañará su estoma, pero de ninguna manera debe usar el estoma para el coito. Si le preocupa cómo va a adaptarse emocionalmente después de la cirugía, es importante que hable con su profesional de la salud o enfermero WOC/ET.

Si piensa tener hijos, le alegrará saber que después de una recuperación satisfactoria, normalmente es posible que una mujer con estoma pueda tener hijos. Muchos hombres han sido padres después de una cirugía de urostomía. Si tiene dudas sobre el embarazo, no dude en preguntar a su profesional de la salud o a su enfermero WOC/ET.

CONSEJOS

- Vacíe su bolsa antes de mantener relaciones sexuales.
- La actividad sexual no lo lastimará ni dañará su estoma.
- Una bolsa beige o con cubierta de ese color ayudará a ocultar el contenido de la bolsa.
- Las prendas íntimas pueden ocultar la bolsa y mantenerla pegada al cuerpo.

Prendas de vestir

Después de la cirugía de urostomía, a muchas personas les preocupa que la bolsa se note debajo de su ropa. Algunas piensan que no podrán volver a vestir prendas “normales” o que tendrán que usar prendas demasiado holgadas. Usted debería poder vestir el mismo tipo de prendas que usaba antes de la cirugía. De hecho, las bolsas de hoy en día son muy discretas y se adaptan tanto al cuerpo que es muy poco probable que los demás noten que lleva puesta una bolsa a menos que usted les diga.

La bolsa puede usarse por encima o por debajo de la ropa interior. Decida qué opción le resulta más cómoda.

El regreso al trabajo y los viajes

Como sucede con cualquier cirugía, necesitará un tiempo para recuperarse. No deje de consultar a su profesional sanitario antes de regresar al trabajo o de iniciar actividades que requieran esfuerzo.

Una vez recuperado de la cirugía, la urostomía no debería ser ningún impedimento. Debería poder volver a trabajar o viajar por donde quiera. El profesional de la salud que lo atiende lo orientará y le dará las indicaciones correspondientes. Cuando viaje, lleve con usted los suministros de la urostomía. Es conveniente llevar más de lo que cree que necesitará. Si necesita comprar suministros mientras viaja, verá que los productos para urostomía se venden en comercios de artículos médicos o quirúrgicos minoristas selectos en todo el mundo.

CONSEJOS

- **Cuando viaje en avión, lleve los suministros para la ostomía en su equipaje de mano.**
- **Verifique con la compañía aérea si hay alguna restricción respecto de viajar con líquidos, geles, tijeras y aerosoles.**
- **Averigüe si puede llevar una tarjeta de viaje que contenga información sobre su ostomía: esto podría ser útil para la comunicación con el personal de seguridad del aeropuerto.**
- **Abróchese el cinturón por encima o por debajo del estoma.**
- **Guarde los productos de la ostomía en un lugar fresco y seco.**
- **Averigüe dónde puede comunicarse con un enfermero WOC/ET local mientras viaja.**
- **Si no va a poder vaciar su bolsa cuando esté llena entre un tercio y la mitad de su capacidad, evalúe la posibilidad de usar una bolsa de pierna.**



Actividad, ejercicio físico y deportes

Usted podrá reanudar sus actividades normales cuando el profesional de la salud lo crea apropiado. La urostomía no debería impedirle hacer ejercicio físico ni mantenerse físicamente activo. Con la excepción de deportes de contacto fuerte o que impliquen levantar mucho peso, debería poder disfrutar del mismo tipo de actividades físicas que antes de la cirugía.

Las personas con urostomías pueden nadar, hacer esquí acuático o en la nieve, jugar al golf, al tenis, al vóley, al sóftbol, salir a caminar, navegar o correr tal como lo hacían antes de la cirugía. Tenga presente que el calor y la humedad pueden reducir el tiempo de uso del sistema de bolsa. Durante los meses de calor y después de la actividad, debe estar atento a cómo funciona su barrera de protección cutánea. Además, será conveniente que agregue cinta adhesiva en los bordes de la barrera antes de nadar.

CONSEJOS

- **Vacíe su bolsa antes de nadar.**
- **Antes de nadar, puede agregar cinta adhesiva en los bordes de su barrera de protección cutánea.**
- **Quizá necesite cambiar la bolsa con mayor frecuencia si la usa en un hidromasaje o un sauna.**

Pautas para el cuidado de la urostomía

- Vacíe la bolsa cuando esté llena de orina en un tercio o la mitad de su capacidad.
- Cambie la barrera de protección cutánea periódicamente. El proceso le resultará más práctico a medida que conozca sus preferencias particulares.
- El tiempo de uso depende de las preferencias personales y las características del estoma; la duración normal es de tres o cuatro días.
- Si usa jabón, verifique que no contenga cremas ni lociones que puedan dejar residuos. Estos pueden evitar que la barrera de protección cutánea se adhiera correctamente a la piel.
- Verifique que la piel periestomal esté limpia y seca antes de aplicar la barrera de protección cutánea.
- Después de aplicar la barrera de protección cutánea, presiónela suavemente durante un minuto aproximadamente para lograr una mejor adherencia.
- Verifique que no se vea piel entre la barrera de protección cutánea y el estoma, a fin de ayudar a evitar filtraciones e irritación de la piel.
- Si usa un sistema de bolsa de dos piezas, pruebe colocar la barrera protectora de la piel en forma de diamante para un mejor ajuste.
- Puede ducharse o bañarse con la barrera de protección cutánea y la bolsa puestas o puede quitárselas antes de bañarse: el agua no entrará por el estoma ni lo dañará.
- Quitar la bolsa de un sistema de dos piezas antes de ducharse puede afectar la adhesión de la barrera protectora de la piel. Es mejor dejar la bolsa o retirar ambas, la bolsa y la barrera.
- Si nota piel enrojecida, agrietada o húmeda alrededor del estoma, o si la bolsa no permanece en su lugar, asegúrese de consultar al enfermero WOC/ET o al profesional de la salud.
- Asegúrese de revisar su piel periestomal periódicamente para confirmar que esté sana y para abordar cualquier problema oportunamente.
- Use un sistema recolector de cabecera por la noche (o levántese durante la noche para vaciar la bolsa).



Cuidados de seguimiento

Ahora que está yéndose del hospital, es necesario que sepa algunas cosas.

A continuación encontrará una lista de verificación de algunas habilidades básicas relacionadas con la ostomía; deberá repasar la lista con el enfermero WOC/ET que le ayudará en la transición del hospital a su casa.

APRENDA CÓMO:

- Vaciar la bolsa
- Retirar el sistema de bolsa
- Evaluar y cuidar el estoma y la piel que lo rodea
- Aplicar el sistema de bolsa
- Evaluar los signos de posibles complicaciones y en qué circunstancias comunicarse con un profesional de la salud
- Seguir las pautas en cuanto a la dieta y los líquidos
- Seguir las instrucciones para la atención domiciliaria (si corresponde)
- Inscribirse en los servicios de Hollister Secure Start (el enfermero WOC/ET puede facilitarle la inscripción)

Servicios Hollister Secure Start

Quizá tenga preguntas acerca de su ostomía, de cómo cuidar su estoma y de cómo continuar con la vida que desea llevar, y no hay necesidad de que encuentre las respuestas por sí solo. Los servicios de Hollister Secure Start le ofrecen, de manera GRATUITA, un apoyo exclusivo en relación con el tema de la ostomía durante todo el tiempo que lo necesite, independientemente de la marca de los productos que utilice.

Inscribirse es sencillo y, si lo hace, puede acceder de por vida a los servicios de Hollister Secure Start. Pida a su médico que le ayude a inscribirse, o llame al 1.888.808.7456 para hablar con un miembro de nuestro equipo.

Así es como funciona:

Después de inscribirse, recibirá un equipo de presentación que incluye un bolso de viaje, una guía para medir el estoma, espejo, tijeras y folletos informativos. Lo pondremos en contacto con un asesor exclusivo de servicio al consumidor, quien lo guiará a través de ese kit de presentación y trabajará con usted para que reciba la atención que necesite, lo cual incluye ayuda para que pueda:

- encontrar los productos correctos;
- lidiar con la cobertura del seguro;
- identificar las distintas opciones de proveedores del producto;
- acceder a un enfermero de ostomía por teléfono y obtener respuestas a preguntas sobre el producto clínico;
- recibir información sobre el producto e información específica sobre la afección;
- encontrar recursos locales.

Su asesor de servicio al consumidor se acercará periódicamente para verificar que usted esté bien y responder cualquier pregunta que tenga. Deberá esperar la primera llamada telefónica en el plazo de 72 horas a partir de la inscripción.

Si desea obtener más información sobre cómo cuidar su ostomía o cómo pueden apoyarlo los servicios de Hollister Secure Start, comuníquese con nosotros llamando al 1.888.808.7456, o ingrese en www.securestartservices.com.

Suministro de artículos de ostomía

Una vez establecido el ajuste correcto para usted de un producto dado, debe buscar un proveedor que le ofrezca un suministro continuo de productos para ostomía. Hay varias cosas que deben tenerse en cuenta al elegir un proveedor:

- ¿Prefiere trabajar con un proveedor de equipos médicos duraderos (DME) nacional o local que le envíe los suministros por correo o recoger los suministros en una farmacia o un proveedor de DME local?
- ¿Puede el proveedor facturar a su seguro dentro de la red para minimizar los gastos que usted deba hacer de su bolsillo?
- ¿Tiene ya algún proveedor de DME que le provea otros dispositivos médicos que necesite?

Los productos para ostomía son artículos especializados que no se venden en todas las farmacias. Puede elegir una empresa a la cual le solicite el pedido por correo o comprar a través de un minorista local.

Muchos de los artículos para ostomía están cubiertos por planes de seguros privados, beneficios para los militares, Medicare y Medicaid. Consulte con su agente de seguros cuál es el nivel de cobertura y si debe usar algún proveedor específico.

Cuánto ordenar

La cantidad mensual de suministros para ostomía que debe ordenar depende principalmente del tipo de ostomía, su ubicación en el cuerpo y el estado en que se encuentre la superficie de piel que rodea el estoma. Sin duda, dependerá de su situación personal. Medicare ha establecido “cantidades máximas mensuales habituales” que sirven como guía respecto de la cantidad máxima de diversos productos que se adecuan a la mayoría de las personas. Las compañías de seguro privadas no están obligadas a respetar las cantidades máximas habituales que indica Medicare; sin embargo, muchas lo hacen, o, al menos, usan las cantidades de Medicare como referencia para fijar las propias.

Cuándo llamar al enfermero WOC/ET

Llame a su enfermero WOC/ET si nota alguno de los siguientes problemas:

- Algún signo de alarma de una posible infección urinaria:
 - orina oscura, turbia o con olor fuerte
 - dolor en la espalda (donde están los riñones)
 - náuseas o vómitos
 - fiebre
 - pérdida del apetito
- Irritación de la piel
- Cristales de orina sobre el estoma o a su alrededor
- Filtraciones de la bolsa o la barrera de protección cutánea en repetidas ocasiones
- Piel verrugosa o cambio de color alrededor del estoma
- Sangrado excesivo del estoma
- Sangre en la orina
- Un bulto en la piel alrededor del estoma
- El estoma parece estar alargándose

Recursos

Su profesional de la salud y su enfermero WOC/ET serán recursos de gran importancia para usted en los días por venir. También puede acceder en cualquier momento a información en línea, o a materiales educativos impresos, en www.hollister.com/ostomycaresources, por ejemplo:

- **La serie de folletos sobre “Vivir con una ostomía”** proporciona información sobre temas relacionados con el estilo de vida, como la dieta, los viajes, los deportes y cómo mantenerse en forma.
- **El folleto sobre “Cómo cuidar de un ser querido con ostomía”** ofrece información y apoyo para sus seres queridos para que aprendan a ayudarlo a vivir la vida en plenitud después de una cirugía de ostomía.
- **El consejo sobre “Cuidado de rutina de la ostomía”** brinda información sobre cómo cuidar de una ostomía.
- **Los módulos en video “Teatro educativo sobre ostomía”** ofrecen un panorama general de los productos para ostomía, a fin de ayudarlo a elegir los más convenientes para usted y aprender a usarlos.
- **Los módulos de video sobre “Vivir con un estoma”** ofrecen las vivencias de otras personas que atravesaron una cirugía de estoma, quienes hablan sobre cómo vivir vidas plenas y productivas.

Las personas con cirugía de ostomía también tienen a su disposición grupos de apoyo. En ellos, podrá interactuar con personas que enfrentan muchos de los mismos desafíos que usted enfrenta. La posibilidad de discutir el tema con alguien que entiende lo que usted está viviendo puede resultar muy beneficiosa.

Servicios de Hollister Secure Start

1.888.808.7456

www.securestartservices.com

United Ostomy Associations of America, Inc. (Asociaciones Unidas de Ostomía de los Estados Unidos, UOAA)

1.800.826.0826

info@uoaa.org

www.ostomy.org

Crohn’s & Colitis Foundation of America, Inc. (Fundación de la Enfermedad de Crohn y la Colitis Ulcerosa, CCFA)

1.800.932.2423

www.ccfa.org

Glosario

Vejiga: Órgano hueco en el que se almacena la orina antes de la micción (antes de orinar). En la cirugía de urostomía se la extirpa o se hace una derivación (bypass).

Colon: Otro término para denominar el intestino grueso o la última porción del tubo digestivo.

Conducto colónico: Procedimiento en el que los uréteres se implantan en una sección del colon para dirigir la orina a un estoma creado a partir del colon.

Conducto ileal: Es el tipo de urostomía más común. Los uréteres se conectan a una pequeña sección del íleon, que se usa para crear un estoma.

Moco: Líquido pegajoso y espeso que parece material turbio en la orina. Esto es normal en la orina que proviene de un conducto ileal o uno colónico.

Sistema de bolsa de una pieza: La barrera de protección cutánea y la bolsa integran una unidad.

Piel periestomal: Área que rodea al estoma, comenzando en la unión de la piel con el estoma y extendiéndose hacia afuera, hacia el área cubierta por el sistema de bolsa.

Bolsa: La bolsa que recoge la descarga del estoma.

Protector cutáneo (parche): La parte del sistema de bolsa que entra en contacto directo con el contorno del estoma. Protege la piel y mantiene el sistema de bolsa en su lugar. A veces se la llama parche.

Esfínter: Músculo que rodea y cierra una abertura. Las ostomías no tienen esfínter.

Endoprótesis (stents): Pequeños tubos que a veces se insertan durante la cirugía. Las endoprótesis asoman hacia fuera del estoma y drenan en la bolsa. Son temporarias y luego las retira el médico o el enfermero.

Estoma: Abertura creada quirúrgicamente en el aparato digestivo o el urinario. También se le conoce como ostomía.

Sistema de bolsa de dos piezas: Sistema en el que la barrera de protección cutánea y la bolsa son dos piezas separadas.

Uréteres: Tubos huecos que drenan la orina desde los riñones hasta la vejiga.

Uretra: Tubo estrecho que parte de la vejiga, a través del cual la orina drena desde el cuerpo.

Derivación urinaria: Término general con que se nombra a un procedimiento quirúrgico con el que se desvía el aparato urinario. También se la denomina urostomía.

Urostomía: Ostomía (abertura hecha quirúrgicamente) que se crea para drenar la orina.

Bolsa de urostomía: Bolsa con una válvula de drenaje en la parte de abajo para que pueda vaciarse la orina cada vez que sea necesario.

Duración: El tiempo que dura en buen estado un sistema de bolsa puesto. El tiempo de uso puede variar, pero debería ser aproximadamente el mismo para cada persona.

Hollister Incorporated
2000 Hollister Drive
Libertyville, Illinois 60048
1.800.323.4060

www.hollister.com

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



El logotipo de Hollister, Secure Start y "Healthy skin. Positive outcomes."
(Piel sana, resultados positivos) son marcas comerciales registradas de
Hollister Incorporated. © 2017 Hollister Incorporated. 923236-0917 US-00321