

## Guía práctica para pacientes ostomizados

### Colostomía o ileostomía

- Una ostomía es la salida de una visera hueca a través de la piel mediante una cirugía.
- **Colostomía:** se aboca al exterior un tramo del intestino grueso.
- **Ileostomía:** se aboca a la pared abdominal un tramo del intestino delgado.

### Colocación y retiro del dispositivo

- Limpiar y secar suavemente la piel con una toalla suave o pañuelos de papel, antes de adherir el nuevo dispositivo.
- Medir el ostoma con un medidor de ostomas antes de colocar el nuevo dispositivo, sin dejar espacios por donde se puedan filtrar las heces.
- Rellenar con pasta barrera los huecos y pliegues cutáneos para evitar fugas.
- **Para colocar la bolsa,** adhiera el dispositivo empezando por la parte inferior hacia arriba, ayudando con el deslizamiento de los dedos.
- **Para retirar la bolsa,** tire suavemente la bolsa desde la lengüeta hacia abajo manteniendo la piel tensa con la otra mano.

### Cuidados de la piel peri ostoma

- Utilice el tipo de dispositivo adecuado para su ostomía y su piel.
- Mantenga la piel periestomal limpia y seca.
- Lave el ostoma y la piel sólo con agua y jabón neutro.
- Retire suavemente el dispositivo para su cambio.
- Use barreras protectoras de la piel (polvo o pasta) si es necesario.
- Si la irritación no cede, consultar al médico.