

A convexidade é adequada para si?

Um guia para gerir todos
os tipos de estoma



Gerir o seu estoma e viver a vida em pleno

Viver com um estoma significa que terá de fazer algumas adaptações ao seu estilo de vida, mas depois de ter recuperado da sua cirurgia, a sua condição não o deve impedir de levar uma vida plena e ativa.

Após a cirurgia, o seu enfermeiro de estomaterapia irá aconselhá-lo sobre temas como a dieta, o exercício físico e os produtos de que necessitará para gerir o seu estoma. Tal como cada pessoa é diferente, também existem diferentes tipos de estoma. Os três tipos principais são: proeminente, plano e retraído, mas o seu estoma pode mudar com o tempo, primeiro à medida que vai cicatrizando após a cirurgia e depois, no futuro, à medida que o seu peso ou a firmeza do seu abdómen variar.

É por isso que existem muitos dispositivos disponíveis para ostomia, incluindo sistemas de 1 peça ou 2 peças com bases convexas que empurram para baixo a pele em redor do estoma para o ajudar a ficar mais saliente.

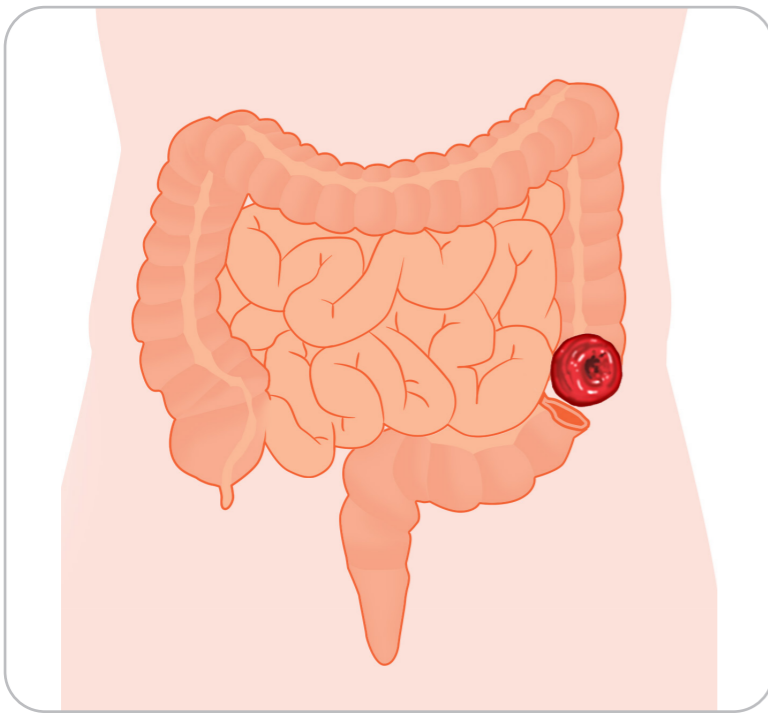
Neste guia, vamos destacar os diferentes tipos de estoma, porque é que o acompanhamento regular é importante e como é que os dispositivos convexas o podem ajudar a gerir o seu estoma.



Compreender o estoma

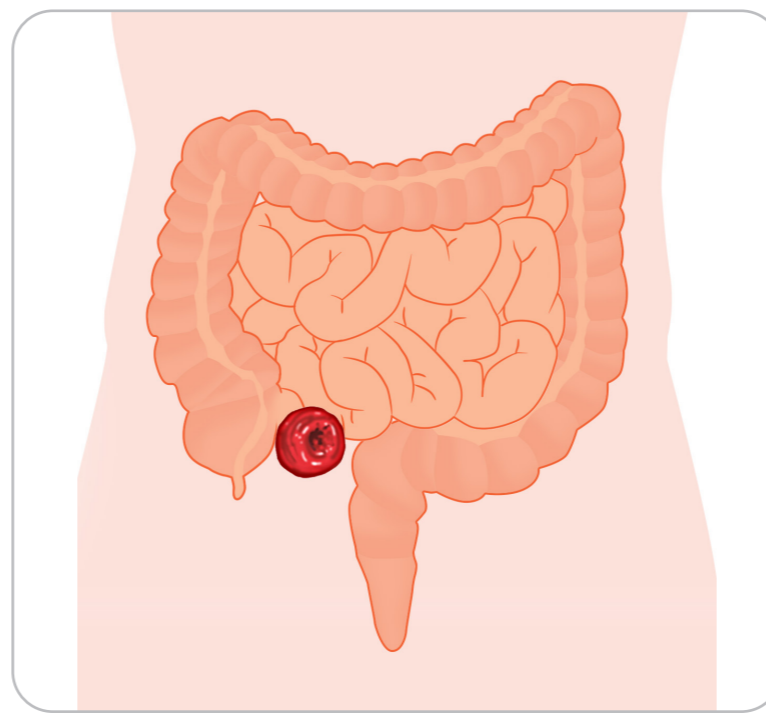
Um estoma é uma abertura cirúrgica que liga parte do intestino à superfície do abdómen. Após a cirurgia, quando os resíduos são eliminados do corpo, passam para fora do estoma e para um saco que se usa.

Um estoma feito a partir da abertura no cólon (intestino grosso) é uma colostomia, um estoma feito a partir do íleo (intestino delgado) é uma ileostomia e um estoma feito após a remoção da bexiga é uma urostomia.



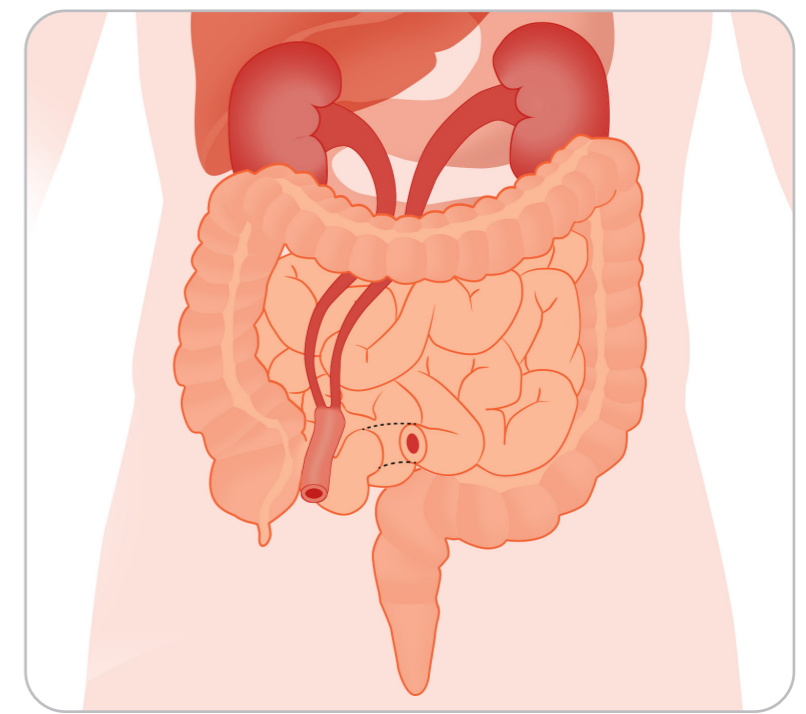
Colostomia

Este é o tipo mais comum de ostomia e situa-se geralmente acima ou ao nível da pele. O efluente deste tipo de estoma é normalmente moldado a sólido.



Ileostomia

Uma ileostomia situa-se normalmente no lado inferior direito do abdómen. Está ativa durante todo o dia, produzindo cerca de 0,8 a 1 litro de efluente, que pode variar de uma consistência líquida a pastosa.



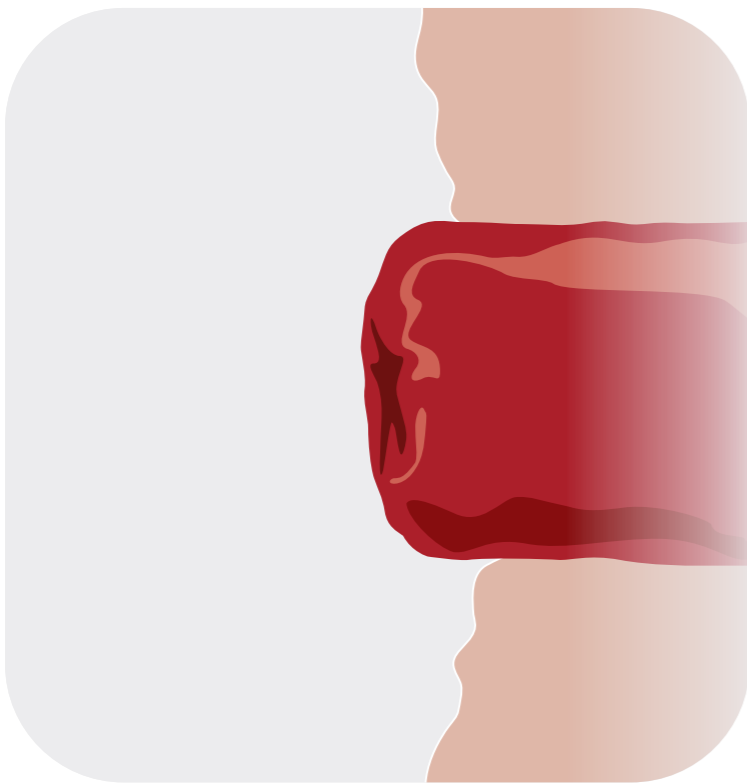
Urostomia

Quando a bexiga é removida, uma secção do intestino delgado é ligada aos ureteres (os dois tubos que normalmente transportam a urina para fora dos rins) para formar uma urostomia.

Qual é o aspecto de um estoma?

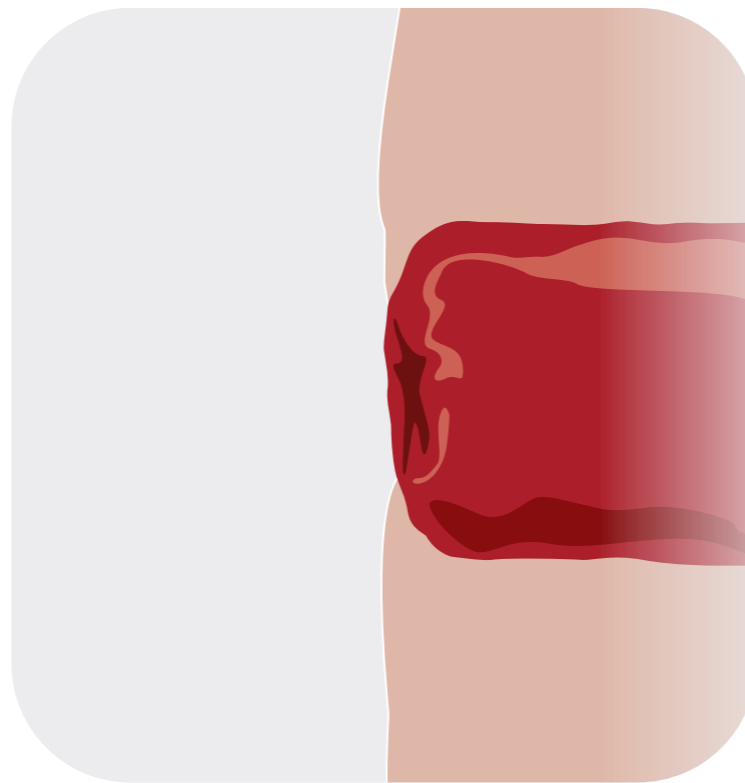
Um estoma não tem terminações nervosas, por isso, depois do desconforto pós-operatório ter diminuído, não deverá apresentar dor ou sensação no estoma. O estoma tem uma forma redonda ou oval, é cor-de-rosa escuro ou vermelho e terá um aspeto húmido e brilhante.

Existem três tipos principais de estoma - proeminente, plano e retraído - e todos podem beneficiar da utilização de dispositivos convexos, que ajudam o estoma a ficar mais proeminente.



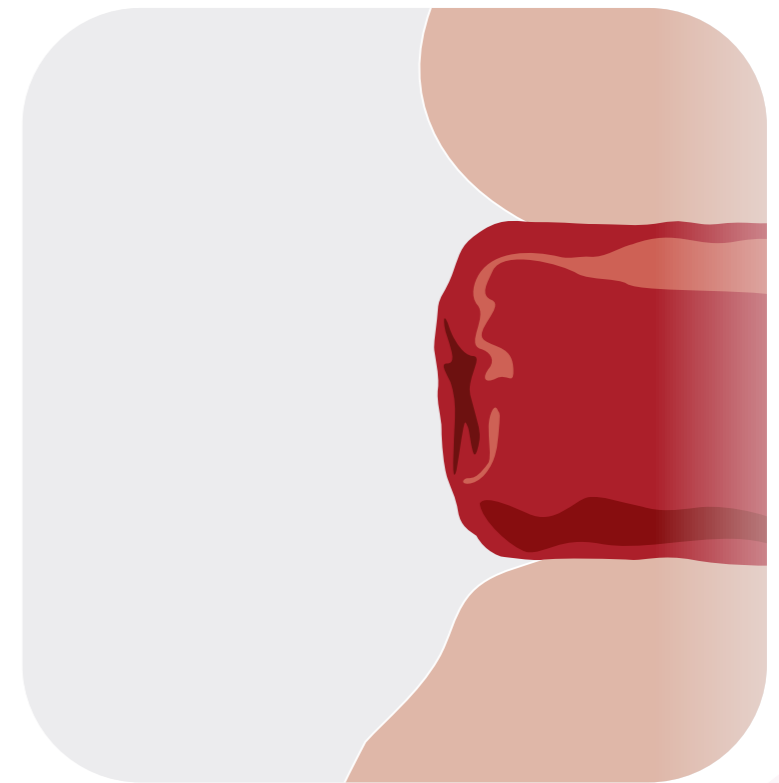
Proeminente

Um estoma proeminente estende-se normalmente 1,5 cm a 3,5 cm acima da superfície da pele dependendo do tipo de estoma que tem.



Plano

Um estoma plano não tem proeminência. Em vez disso, fica plano ao mesmo nível da pele do abdómen.



Retraído

Um estoma retraído também não tem proeminência, mas parece puxado para dentro do abdómen, abaixo do nível da pele.

O que é a pele periestoma?

A pele em redor do estoma é conhecida como pele periestoma. É muito importante cuidar desta pele e mantê-la limpa, saudável e seca. A pele periestoma não deve ter um aspeto diferente do resto da sua pele, mas se o seu saco tiver fugas e o efluente entrar em contacto com a mesma, esta pode ficar irritada, macerada e causar sensação de desconforto.

As causas comuns de fugas incluem:

- Uma placa mal ajustada que permite que o efluente vazze por baixo
- Formação de pregas ou dobras à volta da placa devido à perda ou ao aumento de peso
- Efluente líquido
- O dispositivo pode descolar com o peso excessivo do saco
- Fugas anteriores que causaram danos na pele, o que dificulta a aderência dos dispositivos, levando a mais fugas



**Descubra mais sobre
uma pele saudável faz**
scan do QR code



Ao limpar a sua pele periestoma, é melhor usar água morna seguida de uma passagem com toalhetes secos. Se utilizar sabão, certifique-se de que não contém óleos ou cremes hidratantes, que podem deixar resíduos na pele e diminuir a adesividade do dispositivo.



A convexidade é a melhor opção?

Os dispositivos de ostomia podem ser sistemas de uma ou duas peças, e vêm com dois tipos de base - plana ou convexa. Uma placa plana assenta de forma plana na superfície da pele periestoma, enquanto uma placa convexa apresenta uma curvatura na zona da pele.

Todos os corpos são diferentes, e qualquer pessoa com qualquer tipo de estoma - proeminente, plano ou retraído - pode beneficiar da utilização de um dispositivo convexo.

Quanto mais o estoma estiver proeminente menos probabilidades de o efluente se infiltrar por baixo da placa e entrar em contacto com a pele deixando-a irritada e causando desconforto.

Mesmo as pessoas com um estoma proeminente podem verificar que, com o tempo, o seu estoma tem alterações. O abdómen pode tornar-se mais flácido ou o aumento de peso pode resultar na formação de pregas e irregularidades, o que os leva a beneficiar deste tipo de dispositivos.

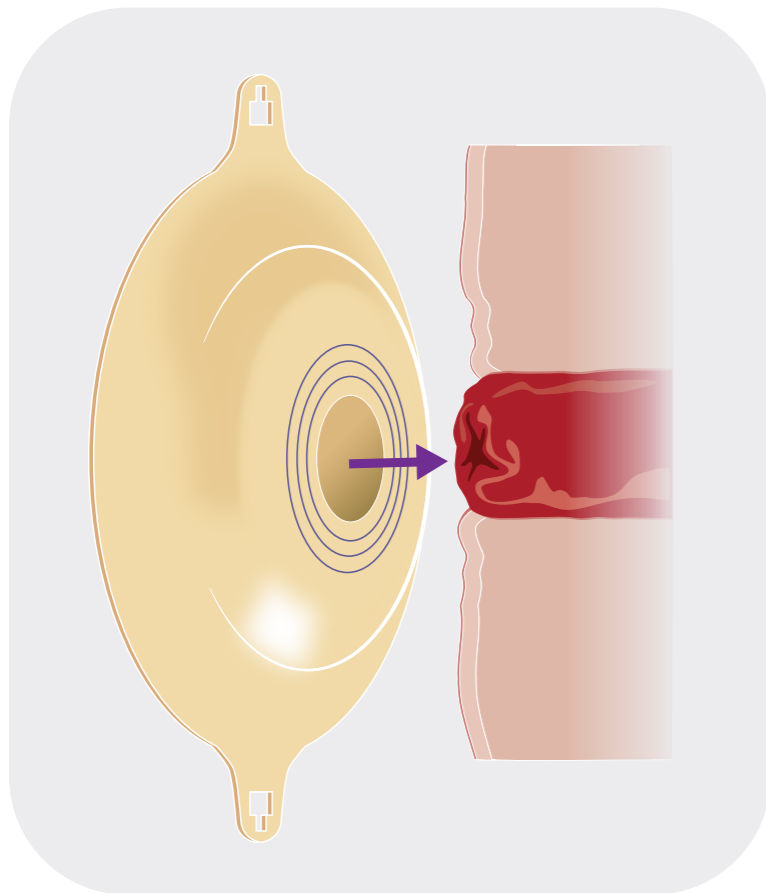
Se quiser saber mais sobre os dispositivos convexos e se são adequados para si, o seu enfermeiro de estomaterapia poderá dar-lhe todos os conselhos de que necessita.



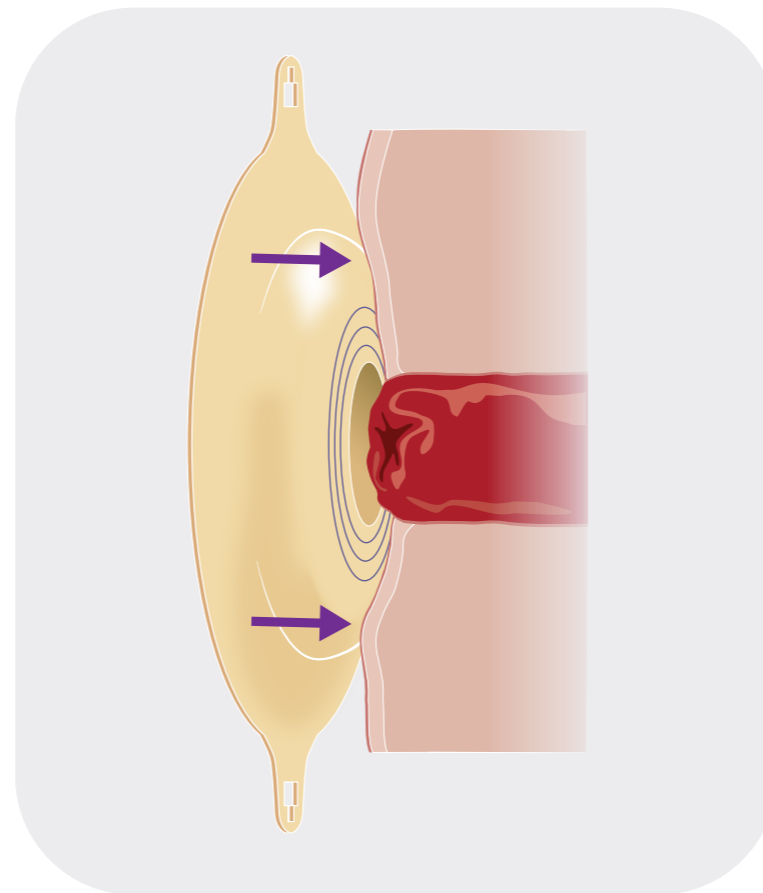
**Para pedir amostras
de placas convexas faz**
scan do código QR



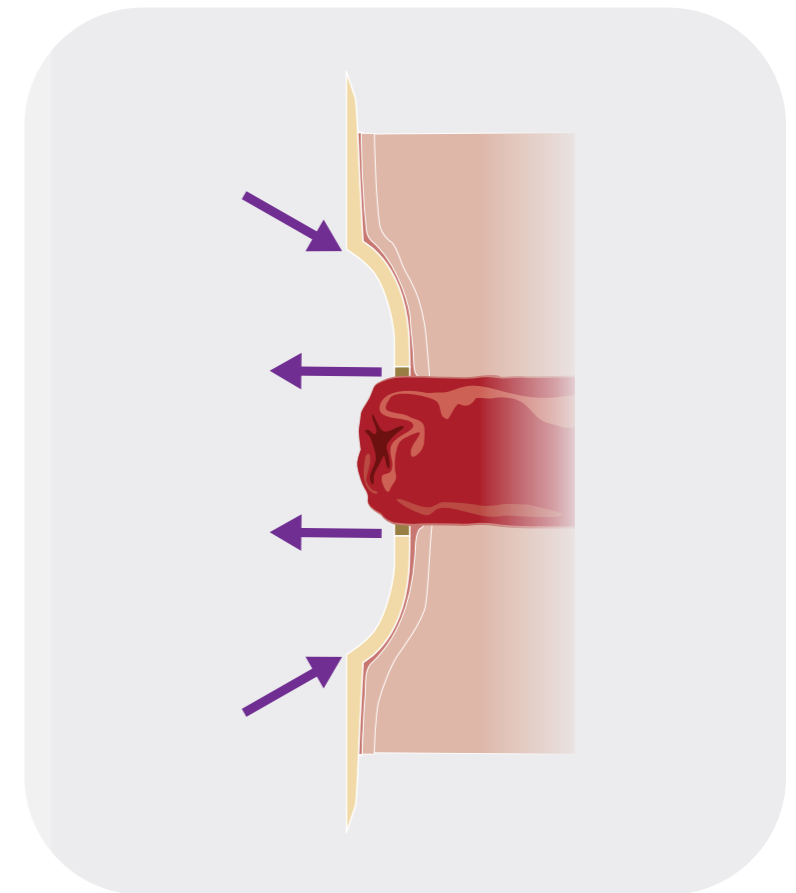
Como funcionam os sistemas convexos com um estoma plano ou retraído



1. Posicionar a placa por cima de um estoma plano. Isto também funciona com estomas retraídos ou com pregas cutâneas.



2. A placa convexa exerce uma pressão para baixo sobre a pele em redor do estoma.



3. A pressão sobre a pele periestoma ajudará o estoma a ficar mais proeminente, permitindo uma melhor selagem e ajudando a minimizar as fugas.

ESTEEM SYNERGY[®]

Placa Convexa* Moldável

Moldável | Convexa

As placas com Tecnologia Moldável com memória de recuperação, moldam-se ao estoma para uma selagem personalizada, adaptando-se a qualquer forma e tamanho de estoma, sem necessidade de recortes.

O hidrocolóide abraça suavemente o estoma, criando um ajuste seguro, sem falhas, o que ajuda a proteger a pele periestoma. Para pessoas com indicação de convexidade que:

- Optem por uma sistema de fixação adesiva
- Com um estoma redondo, oval ou irregular
- Com dificuldade em realizar o recorte da placa

*Convexidade moderada



Para pedir amostras de Esteem Synergy faz
scan do QR code

NATURA™

Placa Natura® Accordion Convexa*

Recortável | Aro Flutuante

Pode ser recortada para o tamanho e formato do estoma, quer seja, regular, oval ou irregular. Para pessoas com indicação de convexidade e:

- Que apresentem estomas com tamanhos e formatos fora das medidas mais comuns;
- Com diminuição/alteração da destreza manual, uma vez que proporciona um encaixe fácil e confortável
- Para evitar realizar pressão quando há dor abdominal devido a incisões/sutura operatórias no pós-operatório.

*Convexidade mais rígida



**Para pedir amostras
de Natura faz
scan do QR code**

Desenvolvido para tornar o encaixe
do saco fácil e confortável



Sistema Accordion Aberto

- Simples e Confortável.
Com o sistema
Accordion aberto os
dedos podem ser
colocados entre o aro e
a placa de forma a que o
encaixe do saco seja feito
sem exercer pressão no
abdómen.



Sistema Accordion Fechado

Cuidar do seu estoma

Está disponível uma ampla gama de acessórios para o ajudar na sua rotina de cuidados ao estoma, quer tenha um estoma plano, retraído ou proeminente.

Estes incluem

- Para proteger a pele periestoma, o **ESENTA Protetor Cutâneo** cria uma barreira respirável na pele e o **ESENTA Removedor de Adesivo** pode ser utilizado para remover rapidamente o adesivo da pele.
- As **tiras de hidrocolóide ESENTA** mantêm uma ligação segura e suave para a pele para a maioria das pessoas com ostomia. Com uma ligação segura entre si e o seu dispositivo, é livre de fazer as coisas que quer - quer seja dar um mergulho, fazer exercício, sair com alguém ou simplesmente voltar ao trabalho.
- Para além de proporcionar uma barreira para a pele, a **pasta Stomahesive** pode ser utilizada para preencher quaisquer espaços entre a superfície cutânea e o estoma causados por superfícies irregulares.
- **Diamonds™ Saquetas gelificantes com sistema de controlo de odor ActiveOne™** solidificam as fezes líquidas dentro do saco, ajudando a prevenir as possíveis fugas. Reduzem o "efeito balão" do saco, contribuindo para a máxima discrição do mesmo. O sistema de controlo de odores ActiveOne™ reduz ou elimina os gases e o odor associado aos sacos de ostomia.



Para pedir
amostras faz
scan do QR code

Cinto de ostomia

Se estiver preocupado que o saco se mova, pode considerar usar um sistema que esteja equipado com ganchos para o cinto de ostomia.

Um cinto elástico ajustável para o dispositivo de ostomia pode ser ligado aos ganchos e usado à volta da cintura para manter o saco estável e no lugar. Se estiver a utilizar um dispositivo convexo, o cinto pode proporcionar uma sensação de segurança adicional.



Ajuda e apoio permanente

 convatec


O programa me+dá-lhe muito mais

Toda as pessoas que vivem com um estoma tem o direito de desfrutar de cada dia e viver a sua melhor vida.



me+ é um programa de apoio completo para todas as pessoas que vivem com um estoma. É gratuito e os seus benefícios incluem, aconselhamento especializado que o vão ajudar em cada passo da sua jornada com um estoma.

Veja todos os serviços que oferecemos em mais pormenor e registe-se hoje mesmo, telefonando-nos ou simplesmente digitalizando o código QR.



Junte-se hoje ao me+ - o registo é gratuito

Ao registar-se gratuitamente para ser membro do me+, estará a juntar-se a toda uma comunidade de pessoas com ostomia e especialistas em cuidados de ostomia. Não queremos que se sinta sozinho no seu percurso com o estoma, por isso vamos fazê-lo juntos

- forever caring -

Pioneiros em soluções médicas de confiança
para melhorar as vidas que tocamos



Małgorzata Bocheńska

Presidente da Sociedade Polaca de Enfermeiros
de Estomaterapia da Polónia

A Convatec gostaria de agradecer à experiente enfermeira ET Małgorzata Bocheńska pela sua ajuda na criação desta brochura e na revisão do seu conteúdo.

Enquanto enfermeira-chefe que geriu uma enfermaria de cirurgia oncológica durante muitos anos, Małgorzata dirige agora uma das clínicas de ostomia mais reconhecidas da Polónia.

Durante as décadas em que trabalhou de perto com pessoas com ostomia, foi também autora de numerosos artigos e publicações, e organizou muitos webinars para pessoas com ostomia e enfermeiros de ET.

No seu papel contínuo como Presidente da Sociedade Polaca de Enfermeiros de Estomaterapia, Małgorzata orgulha-se do seu papel que está a transformar os cuidados profissionais de ostomia na Polónia.

O conteúdo foi adaptado de: 1. Wound, Ostomy and Continence Nurses Society - CONVEX POUCHING SYSTEMS BEST PRACTICE FOR CLINICIANS

2. Convexity, Your questions answered- ConvaTec Inc. 2016 AP-016638-MM em consulta com Caroline Rudoni, BSc(Hons) Nursing Studies - 1st Class, ENB 980, ENB 216

3. McNichol 2021 Características das Barreiras de Pele Convexas e Aplicação Clínica: Resultados de um Painel de Consenso Internacional



O conteúdo deste folheto destina-se apenas a informação e orientação geral. É importante fazer check-ups regulares e/ou procurar aconselhamento de um profissional de saúde se tiver algum problema de saúde.