

Cartilha de orientações para pessoas com estomias de eliminação intestinal



Serviço Ambulatorial de
Enfermagem em
Estomaterapia – SAE



UnB | HUB

EBSERH
HOSPITAIS UNIVERSITÁRIOS FEDERAIS

Universidade de Brasília
Faculdade de Ciências da Saúde
Departamento de Enfermagem

Cartilha de orientações para pessoas com estomias de eliminação intestinal

Andréa Mathes Faustino
Ana Lúcia da Silva
Organizadoras

Brasília - DF
Universidade de Brasília
2025



Cartilha de orientações para pessoas com estomias de eliminação intestinal ©2025 by Andrea Mathes Faustino is licensed under CC BY-NC-ND 4.0

A responsabilidade pelos direitos autorais de textos e imagens dessa obra é do Departamento de Enfermagem,
Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília.

[1ª edição]

Elaboração e informações
Universidade de Brasília
Faculdade de Ciências da Saúde
Departamento de Enfermagem
Campus Universitário Darcy Ribeiro, FS Sala AT 05
CEP: 70910-900, Brasília - DF, Brasil
Site: <https://enfermagem.unb.br/> E-mail: enf@unb.br

Equipe técnica

Organizadoras
Andréa Mathes Faustino
Ana Lúcia da Silva

Autoras
Andréa Mathes Faustino
Ana Lúcia da Silva
Maria Clara Perez Saboia

Edição e Revisão
Andréa Mathes Faustino
Ana Lúcia da Silva
Maria Clara Perez Saboia

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca Central da Universidade de Brasília
Bibliotecário XXXX - CRB X/XXXXX



Cartilha de orientações para pessoas com estomias de eliminação intestinal



Essa cartilha foi elaborada pelos membros do Serviço Ambulatorial de Enfermagem em Estomaterapia do Hospital Universitário de Brasília para ajudá-lo na adaptação de sua estomia intestinal.

Revisão e edição:

Acadêmica de Enfermagem Maria Clara Perez Saboia
Profa. Dra. Ana Lúcia da Silva
Profa. Dra. Andréa Mathes Faustino



UnB | HUB



O que é uma estomia?

Estomia é um procedimento cirúrgico que consiste na abertura e exteriorização de parte de um órgão do sistema respiratório, digestório e/ou urinário, podendo ser permanente ou temporário.

Quais os tipos de estomias?

- A estomia recebe o nome conforme sua localização anatômica:

Estomias de respiração:

Traqueostomia

Estomias de alimentação:

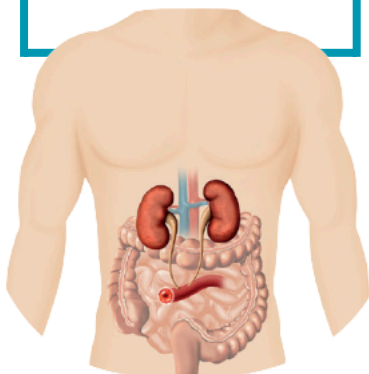
Gastrostomia

Jejunostomia

Estomias de eliminação:

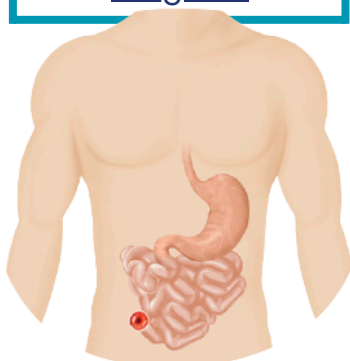
Urostomias

Abertura realizada para saída do xixi da bexiga.



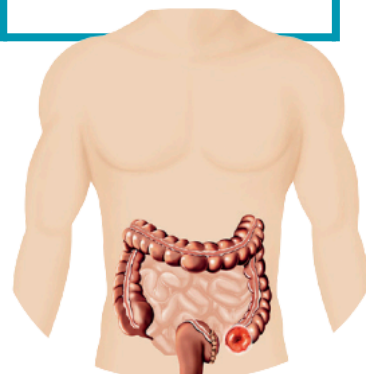
Ileostomias

Abertura realizada na parede abdominal para ter acesso a parte final do intestino delgado

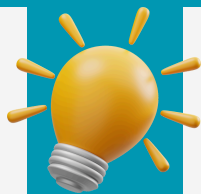


Colostomias

Abertura realizada na parede abdominal para ter acesso ao intestino grosso



Estomia intestinal do lado direito apresenta fezes amolecidas



Estomia intestinal do lado esquerdo apresenta fezes mais consistentes

Características das estomias



- ✓ Não é doloroso
- ✓ Formato pode variar
- ✓ Vermelho vivo brilhante

A pele em volta do estoma é chamada de periestoma e deverá estar sempre lisa, sem vermelhidão e sem coceiras.

A pessoa com estomia intestinal, não possui suas fezes eliminadas pelo ânus. Portanto, a pessoa passa a não ter controle voluntário da evacuação, sendo necessário o uso de um equipamento coletor.

Características das estomias

Tipos de formatos



Figura 1. Estomias terminais



Figura 2. Estomias em alça

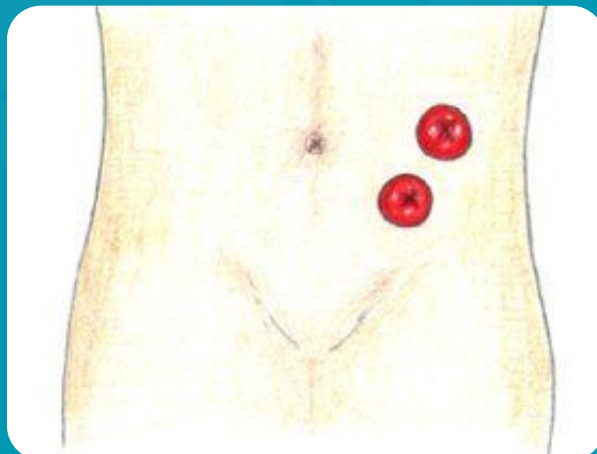


Figura 3. Estomias em bocas separadas

Conhecendo os equipamentos/adjuvantes



Sistema coletor de 1 peça



Sistema coletor de 2 peças



Placa/Base adesiva

- Protege a pele das fezes e urina e mantém o equipamento coletor fixado.

Conhecendo os equipamentos/adjuvantes



Pasta protetora

- Para preencher dobras cutâneas e cavidades.



Clamp

- Fecha a parte inferior do equipamento coletor (alguns já vêm com o clamp acoplado).



Cinto Elástico

- Utilizado na região abdominal, afivelado ao equipamento coletor para proporcionar maior segurança e conforto ao paciente.



Fita adesiva elástica

- Reforça a fixação e aderência do adesivo do equipamento coletor.

Conhecendo os equipamentos/adjuvantes



Placa protetora

- Prevenção e tratamento de dermatites irritativas.



Lenço barreira

- Aplicado sobre a pele, protege ao redor do estoma e forma barreira contra efluentes.



Lenço removedor

- Ideal para a remoção fácil e rápida dos resíduos adesivos, sem causar ardor ou traumas.



Spray protetor

- Protege a pele ao redor do estoma e forma barreira contra efluentes.

Conhecendo os equipamentos/adjuvantes



Anel moldável

- Utilizado para nivelar irregularidades cutâneas e vedação entre o estoma e a base.



Pasta em tiras

- Vedação e preenchimento de cavidades e dobras cutâneas.



Creme barreira

- Trata e protege a pele formando barreira contra vazamentos de efluentes.



Desodorante

- Neutraliza o odor e lubrifica a parte interna do equipamento coletor (assegura que o conteúdo fecal esteja sempre na parte inferior do equipamento). Também facilita o esvaziamento do seu equipamento coletor.

Conhecendo os equipamentos/adjuvantes



Pó Hidrocoloide

- Utilizado para o tratamento da dermatite (irritação na pele) úmida.

Como trocar seu equipamento coletor?



1º passo

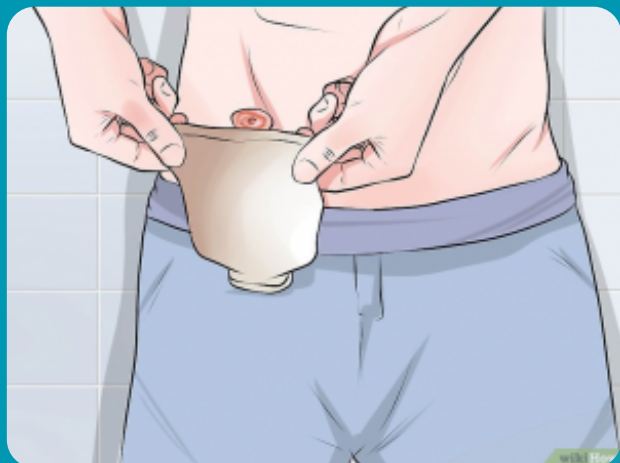
Organizar o material a ser utilizado, próximo a você, antes de remover o equipamento coletor em uso.



2º passo

Higienizar as mãos antes e depois de manusear o equipamento coletor.

3º passo



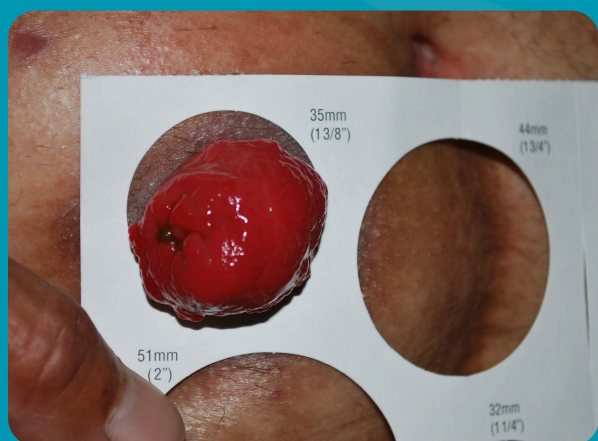
Retire o equipamento coletor suavemente para não lesionar a pele, utilizando a mão não dominante para apoiar a pele ao redor da estomia, enquanto a mão dominante descola cuidadosamente a base adesiva, tracionando-a para baixo (faça isso durante o banho).

4º passo

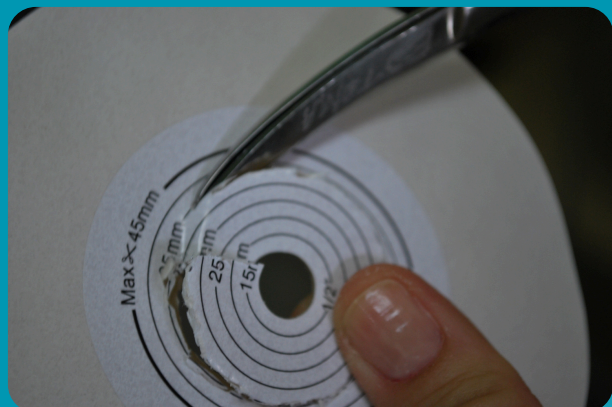


Seque bem ao redor do estoma com uma toalha macia.

5º passo



Meça seu estoma com o auxílio de uma régua medidora.



6º passo

Recorte a base do equipamento coletor no tamanho e na forma do estoma



7º passo

Coloque o equipamento coletor de baixo para cima, depois as laterais e por fim a parte de cima.

Certifique-se de que o equipamento esteja bem adaptado à pele e pressione suavemente a base adesiva ao redor do estoma.

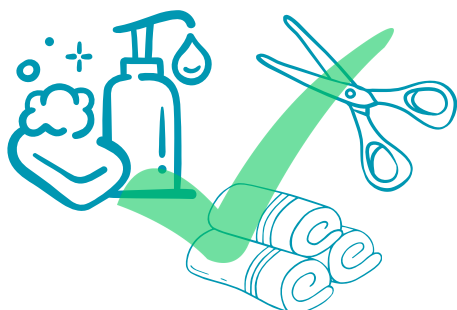


8º passo

Retire o ar de dentro. Feche com o clamp ou conforme o modelo que utiliza (velcro).

Cuidados gerais

- Limpar a pele periestomia com água e sabonete, dando preferência para sabonetes com pH ligeiramente ácido ou neutro.
- Secar a pele periestomia com material absorvente, macio e que não deixe resíduos.
- Evitar produtos que possam deixar resíduo alcóolico na pele periestomia como os lenços umedecidos.
- Não utilizar substâncias como álcool, pomadas, óleos, cremes hidratantes e talco sobre a pele periestomia.
- O equipamento coletor deverá ser trocado quando a resina descolar ou houver necessidade.
- Certifique-se de que o tamanho do seu estoma está correto. O orifício de abertura do seu equipamento coletor deve ser igual ou no máximo 3 milímetros maior que o seu estoma.
- Esvaziar o equipamento coletor quando estiver com 1/3 da sua capacidade ocupada. Poderá enxaguá-la com água fria. Nos casos de equipamento coletor de duas peças, pode desencaixar da base adesiva e lavar com água fria.
- Os pelos ao redor do estoma devem ser aparados bem curtos, com tesoura. Evite gilete, barbeadores e cremes depilatórios.



Cuidados:

Estomias de eliminação em bebês (até os 12 meses)

- Os bebês devem ser estimulados com o contato com a pele dos pais (abraçados). Cabe lembrar que, em casos de estomia de eliminação, é necessário esvaziar o equipamento coletor para colocar o bebê sobre o abdome dos pais.
- É recomendado que os bebês durmam de barriga para cima.
- O aleitamento materno deve ser incentivado.
- Quanto ao banho, não é indicado o uso de sabão.

Em bebês após os 6 meses, já pode ser utilizada uma esponja macia (desde que retirados os pontos) para auxílio da remoção de sujidades e sempre se deve retirar todo o resíduo de sabão e secar muito bem para não ter interferência na adesividade do equipamento coletor para as estomias intestinais ou urinárias.



Cuidados:

Estomias de eliminação em crianças (12 meses aos 5 anos)

- Pode-se programar o banho para o momento de realizar a troca do equipamento coletor.
- Não há problemas quanto ao “entrar água” no orifício da estomia, e não são indicados os banhos de espuma.
- As roupas, nesta fase, devem garantir segurança, confiança e proteção para a criança de maneira a não expor sua condição de saúde.



Cuidados:

Estomias de eliminação em crianças (6-12 anos)

- As crianças mais novas podem precisar de auxílio em suas atividades, enquanto as crianças mais velhas conseguem realizar o autocuidado quase que independente.
- Os banhos podem ser com ou sem o equipamento coletor e a retirada do dispositivo pode ser feita no banho.

Estomias de eliminação em adolescentes (13-18 anos)

- Sensibilidade e compreensão são necessárias para lidar principalmente com as questões emocionais relacionadas à adolescência que podem impactar a saúde e o autocuidado.
- Adolescentes precisam de atenção para discutir o impacto da estomia em todas as suas atividades diárias: higiene, dieta, esportes e recreação, vida social e sexualidade.



Cuidados:

Estomias de eliminação em pessoas idosas (60+)

- O uso do equipamento coletor pode assustar inicialmente, afetando a autoestima e a qualidade de vida de pessoas idosas.
- Com orientação e apoio familiar, a pessoa idosa passa a encarar o uso do equipamento como parte da rotina, desenvolvendo autonomia e segurança nos cuidados.
- As orientações devem começar antes da cirurgia para facilitar a adaptação e estimular a independência no autocuidado.
- A prática contínua melhora a destreza, o senso crítico e a confiança de pessoas idosas nos cuidados com o corpo e com o equipamento coletor.
- Rede de apoio e suporte emocional são essenciais para a adaptação e enfrentamento das novas rotinas.
- Participar de grupos de apoio com outros estomizados fortalece a aceitação, proporciona troca de experiências e oferece dicas úteis.
- O convívio com pessoas que já superaram as dificuldades ajuda no enfrentamento da nova condição.



Alimentação

Alimentos que produzem gases:



Exemplo: feijão, ovo

Alimentos que produzem odor:



Exemplo: cebola, alho e repolho

Alimentos que reduzem o odor:



Exemplo: cenoura, maçã, chuchu...

Alimentos que amolecem as fezes:



Exemplo: alimentos integrais...

Alimentos que amolecem as fezes:



Exemplo: banana, arroz e batata.

Dúvidas frequentes

Qual roupa utilizar?

Você poderá usar as mesmas roupas que usava antes, desde que se sinta confortável. Pode utilizar uma variedade de roupas diferentes, confortáveis e elegantes.

A regra é, certificar-se de que os cintos ou faixas da cintura não sejam usados sobre o estoma ou restrinjam muito o equipamento coletor.

Posso praticar atividade física?

- Sim, com toda certeza.
- Sinta-se mais seguro, use o cinto especial para seu conforto!
- **OBS:** evitar esportes de contato. Ex. Futebol, lutas, tênis e outros.

Posso engravidar?

A estomia não impede você de ter um filho, porém consulte seu médico para que possa orientá-la.



Importante

Para seu conforto e segurança, sempre que sair de casa leve um kit contendo: equipamento coletor de reserva, toalha de mão, sabonete neutro, um recipiente contendo água limpa e um saco plástico.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. Orientações sobre ostomias, 2003.

Carvalho DS. Tecnologia educacional para estomizados: construção de um guia de orientação para cuidados com a pele periestoma. Belém. Dissertação - Universidade do Estado do Pará, 2014.

COSTA E SILVA, I.T. Módulo X - Estomas intestinais: estomas em bocas separadas. Módulos de Coloproctologia. Disciplina de Clínica Cirúrgica I. Universidade Federal do Amazonas. Disponível em: <http://home.ufam.edu.br/dcc1/modulos/X/estoma_bocas_separadas.htm>. Acesso em: 10/12/2025.

Gama AH, Araújo SEA. Estomas intestinais: aspectos conceituais e técnicos. In: Santos VLCG, Cesaretti IUR. Assistência em estomaterapia: cuidando do ostomizado. São Paulo: Atheneu; 2000. p. 39-40.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia de Atenção à Saúde da Pessoa com Estomia. 1. ed. Brasília, 2021. 64p. Disponível em: <https://sobest.com.br/guia-de-atencao-a-pessoa-com-estomia/>. Acesso em: 08 ago. 2025.

Rocha JJR. Estomas intestinais (ileostomias e olostomias) e anastomoses intestinais. Medicina (Ribeirão Preto Online) 2011; 44 (1): 51-6.

Silva AL, Shimizu HE. Estomias intestinais: da origem à readaptação. São Paulo, Rio de Janeiro: Difusão Editora, Editora Senac Rio: 2013.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE ESTOMATERAPIA. Consenso brasileiro de cuidados às pessoas adultas com estomias de eliminação. São Paulo, 2020. 54p. Disponível em: https://sobest.com.br/wp-content/uploads/2021/11/CONSENSO_BRASILEIRO.pdf. Acesso em 08. ago. 2025



Serviço Ambulatorial de Enfermagem em Estomaterapia - SAEF



UnB | HUB

