



---

# UOA Hoja de Datos

---

## Hoja de Datos de Colostomía

**Colostomía:** Una abertura producida quirúrgicamente en la pared abdominal, por la cual pasan heces fecales.

**Colostomía Temporera:** Puede ser necesaria para permitir que descanse y sane una porción de los intestinos. Cuando haya ocurrido la curación, puede revertirse la colostomía y restaurarse la función intestinal normal.

**Razones para la cirugía:** Cáncer, diverticulitis, ano imperforado, enfermedad de Hirschsprung, trauma.

### Cuidado de la colostomía:

Generalmente se utiliza un sistema de bolsa. Las bolsas son sin olor, y diferentes fabricantes tienen variedades desechables o reutilizables para adaptarse al estilo de vida de uno. Provisiones para ostomía están disponibles en farmacias, tiendas de provisiones médicas, y a través del correo.

**Irrigación:** Ciertas personas son candidatos para aprender técnicas de irrigación que permitirán mayor control sobre las evacuaciones.

### Viviendo con una colostomía:

**Trabajo:** Con la posible excepción de trabajos que requieren levantamientos muy pesados, una colostomía no debe interferir con el trabajo. Personas con colostomías son exitosos empresarios, maestros, carpinteros, etc.

**Sexo y vida social:** Físicamente, la creación de una colostomía generalmente no afecta la función sexual. Si existe algún problema, casi siempre está relacionado al removimiento del recto. La colostomía por sí sola no debe interferir con la actividad sexual normal o el embarazo. No impide el noviazgo, matrimonio, o el tener hijos.

**Ropa:** Generalmente, uno puede usar la misma ropa que antes de la cirugía, incluyendo ropa de baño.

**Deportes y actividades:** Con una bolsa firmemente unida, uno puede nadar, acampar, jugar béisbol y participar en prácticamente cualquier tipo de deporte. Se aconseja precaución en deportes de contacto de cuerpo pesado. Viajar no está restringido de ninguna manera. Se puede bañar con o sin la bolsa en su lugar.

**Dieta:** Generalmente no hay restricciones dietéticas, y se pueden disfrutar las comidas como antes.

### Recursos disponibles:

Médicos y profesionales de la salud son la primera fuente de ayuda. Enfermeras especialmente entrenadas llamadas Enfermeras de Continencia y Herida de Ostomía (Wound Ostomy Continence Nurses o WOCN en inglés), están disponibles para consulta en la mayoría de los grandes centros médicos.

La Asociación Unida de Ostomía (United Ostomy Association o UOA en inglés) es un grupo que abarca varias sucursales por todo Estados Unidos. Estos grupos locales tienen juntas y proveen apoyo a personas con ostomías actuales y prospectivas. Patrocinan eventos educativos y tienen visitantes calificados para hacer visitas personales o telefónicas.

Contacte la sucursal UOA más cercana a usted para otras publicaciones educativas.

Visite el sitio web de la UOA en [www.uoa.org](http://www.uoa.org). Contiene bastante información y muchos enlaces a otros sitios, proveedores y recursos.