
ESTOMAS

¿Qué es un estoma?

Esta palabra procede del griego “stoma” que significa boca. Por tanto, realizar un estoma es realizar una boca, en este caso con el intestino, que se saca hacia el exterior a través de un orificio realizado en la pared del abdomen. Hay de dos tipos según que intestino se exteriorice:

- Ileostomía cuando se hace con el ileon (parte final del intestino delgado)
- Colostomía, cuando se hace con el colon (intestino grueso)

¿Qué conlleva un estoma?

- Pérdida del control voluntario de la deposición
- Necesidad de llevar una bolsa para recoger las heces vertidas por el intestino

¿Por qué se realiza un estoma?

Generalmente por enfermedades que afectan al colon, recto o ano. En unos casos será definitivo, pues es necesario quitar el recto y el ano para tratar la enfermedad.

En otros casos se hace de forma temporal, es decir durante un periodo de tiempo, por lo que una vez solucionado el problema que ha motivado su realización, se puede volver a cerrar y defecar de nuevo por el ano.

¿Supone limitaciones?

Ninguna. Una persona con un estoma puede realizar una vida similar a la de cualquier otra persona de su edad.

¿Qué alimentos pueden tomarse?

No es necesaria ningún tipo de dieta especial en el caso de la colostomía. Sin embargo si es necesario conocer que hay alimentos

que pueden producir más gases y más olor en las heces (legumbres, huevos, cebolla, ajo, bebidas gaseosas). Es aconsejable comer sin prisa y masticando bien los alimentos. Los pacientes que tienen una ileostomía deben seguir una dieta más controlada, incluyendo ingesta adecuada de líquidos para evitar la deshidratación.

¿Cómo influye en la vida social?

- Una persona con un estoma puede realizar cualquier tipo de actividad física y deporte. Se deberán evitar golpes directos sobre el estoma.
- Se puede bañar con toda normalidad, tanto en la piscina como en el mar, pues las bolsas actuales no se despegan.
- Las personas con estomas pueden mantener relaciones sexuales, y pueden tener embarazos normales.
- Se pueden realizar viajes, pero se aconseja llevar en su equipaje de mano todo lo necesario para su cuidado: dispositivos de recambio, una esponja, pañuelos de celulosa, bolsas para recoger los residuos.
- Puede vestirse con normalidad, evitando solo aquellas ropas muy ajustadas que pueden comprimir el estoma.

¿Pueden dar problemas?

El más frecuente es la irritación de la piel. Es muy importante cuidarla siguiendo los consejos de los profesionales que le atienden. Hay que tener en cuenta que debe estar limpia y sana, para poder adherir a ella las bolsas que van a recoger las heces, para evitar que haya fugas accidentales.

Otro problema puede ser la diarrea. Es importante tratarla para evitar que la piel se irrite. Se puede seguir una dieta astringente, pero si no cede acuda a su médico.

¿Qué dispositivos para estomas se utilizan?

Existen en el mercado una amplia variedad de productos para el cuidado de un estoma, especialmente bolsas. Todos ellos son seguros, fáciles de manejar, son impermeables al olor. Por ello es importante recibir asesoramiento por aquellos profesionales que en cada caso aconsejarán los más adecuados.

Enfermera estomaterapeuta

Es un profesional de la salud cualificado para prestar los cuidados de las personas con un estoma. Su función es enseñarle el manejo de su estoma, recomendarle las bolsas más adecuadas, cuidados de la piel, resolver todas sus dudas sobre su vida cotidiana. En definitiva es el profesional que de una manera continuada va seguirle en la consulta, de manera que la persona con un estoma sea lo más independiente posible.

Esta enfermera forma parte de un equipo y trabaja en estrecha colaboración con el equipo médico, habitualmente cirujanos colorrectales que le está tratando, y podrá detectar problemas que puedan requerir su valoración.

¿Qué es un cirujano colorrectal?

El cirujano colorrectal (o coloproctólogo) es un médico, especialista en Cirugía General y del Aparato Digestivo, experto en el diagnóstico y tratamiento de los problemas del intestino grueso o colon, recto y ano.

El cirujano colorrectal tiene los conocimientos teóricos y las habilidades específicas para realizar el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades benignas y malignas del colon, recto y ano, estando suficientemente demostrado, mediante la mejor evidencia científica disponible, que los pacientes afectos de enfermedades coloproctológicas obtienen resultados superiores cuando son atendidos y tratados por cirujanos colorrectales.

En Estados Unidos y Canadá, la Coloproctología es una subespecialidad quirúrgica específica, para cuyo ejercicio se requiere realizar un programa oficial de formación al terminar la especialidad de Cirugía General y Digestiva. En muchos países de Europa, incluido España, se aconseja organizar una sección o unidad dedicada a la Coloproctología en los Hospitales de referencia para la atención de los pacientes afectos de enfermedades coloproctológicas, si bien estas unidades están aún integradas en los servicios de Cirugía General y Digestiva, aunque se reconoce la necesidad de regular oficialmente la formación y dedicación específica a este campo.

En Europa, la Unión Europea de Médicos y Especialistas (UEMS) aceptó en 1997 la Cirugía Coloproctológica como una subespecialidad quirúrgica. Como consecuencia, se desarrolló un programa de acreditación y certificación en Coloproctología, y desde 1998 existe en Europa el Diploma de la European Board of Surgery Qualification in Coloproctology (EBSQC).

En España, la Asociación Española de Coloproctología (AACP) es la sociedad científica que agrupa a los cirujanos con dedicación específica a este campo y cuyo fin primordial es promover el conocimiento y formación en Coloproctología. La AACP organiza y coordina programas de formación en Coloproctología, desarrolla estándares de calidad asistencial y de resultados en esta patología, así como registra y supervisa la acreditación de las diferentes Unidades de Coloproctología, abogando por obtener su reconocimiento oficial como subespecialidad o área de capacitación específica en Cirugía.

ESTOMAS



2012 Asociación Española de Coloproctología

www.aecp-es.org

**Asociación Española de
Coloproctología**