

COLOSTOMIAS: DIETOTERAPIA Y FARMACOTERAPIA

Autoras: CRISTINA LINDE GUTIÉRREZ Y REGINA LINDE GUTIÉRREZ.

INTRODUCCIÓN

Se define como persona ostomizada a aquella que ha sufrido una intervención quirúrgica por medio de la cual se ha abocado un órgano hueco hacia el exterior en un punto diferente al orificio natural. La nueva abertura creada en el procedimiento se denomina estoma.

Se conoce por colostomía la exteriorización del colon a través de la pared abdominal, abocada a la piel, con objeto de crear una salida artificial para el contenido fecal.

En los últimos años la figura del experto en estomaterapia se ha consolidado en los servicios quirúrgicos. El principal objetivo del personal de enfermería debe ser conseguir reinsertar al paciente ostomizado para que pueda continuar una vida similar a la que tenía antes de la intervención. Para ello es necesario que tenga y comprenda toda la información sobre los cuidados, alimentación, eliminación, farmacología para que pueda detectar y evitar complicaciones.

CONCLUSIONES

1. Es importante dar una buena educación al paciente portador de colostomía para que no aparezcan complicaciones psicológicas, sociales, laborales o derivadas del propio manejo de la colostomía.
2. Saber los efectos secundarios que producen algunos medicamentos y alimentos sobre la consistencia de sus heces, favorece el control sobre la colostomía.
3. La figura del enfermero especialista en estomas "estomaterapeuta" se ha convertido en una necesidad sanitaria y social.



MATERIAL Y MÉTODOS

Elaboración de una guía orientativa con alimentos y fármacos para el paciente colostomizado con el objetivo de:

- ✚ Adecuado control de la colostomía por parte del paciente.
- ✚ Tener los máximos conocimientos para su bienestar.
- ✚ Favorecer la adhesión al tratamiento médico y dietético.
- ✚ Evitar efectos secundarios no deseables relacionados con la alimentación y la medicación.

FÁRMACOS

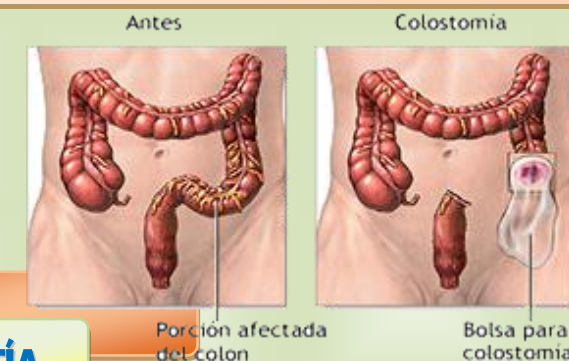
Que provocan DIARREA	Que provocan ESTREÑIMIENTO	Que provocan FLATULENCIA
Antibióticos	Antiparkinsonianos	Laxantes
Acción colinérgica	Acción anticolinérgica	Antibióticos macrolidos
Antihipertensivos (inhibidores enzima convertidora angiotensina)	Antiarrítmicos	Hipolipemiantes
Antiácidos, protectores mucosa gástrica (compuestos Mg)	Antihistamínicos-H1	Resinas de intercambio iónico
antiarrítmicos	Antipsicóticos	Procinéticos
antigotosos	Antidepresivos, cíclicos	
laxantes	Opioides	
excipientes	Agentes antihipertensivos (antagonistas Ca)	
inmunodepresores	Antineoplásicos	
antineoplásicos	Antiácidos (compuestos Al) y protectores mucosa gástrica	
Agentes procinéticos y antieméticos	Espasmolíticos generales	
	Antidepresivos IMAOS	

ALIMENTOS

En caso de DIARREA	En caso de ESTREÑIMIENTO	Que provocan FLATULENCIA
Yogurt	Verduras	Legumbres
Manzana asada	Ensalada	Col
Arroz hervido	Frutas (naranja, kiwi)	Rabanos
Carne magra a la plancha	Zumos	Cebolla
Pescado magro a la plancha	Pan y cereales integrales	Manzana
Pasta	Frutos secos	Pasas
		Cereales con salvado
		Alimentos con elevado contenido en lactosa
		Edulcorantes artificiales
		Alimentos con elevado contenido en grasas
		Espicias
		Bebidas gaseosas

CONSEJOS SOBRE ALIMENTACIÓN Y FÁRMACOS

- ▶ Dieta equilibrada.
- ▶ Beber abundantes líquidos y disminuir la ingesta de bebidas gaseosas.
- ▶ Masticar lentamente la comida y con la boca cerrada para que no entre aire.
- ▶ Preparar los alimentos con cocciones sencillas.
- ▶ Hay alimentos que disminuyen el olor de las heces: yogur, cuajada, mantequilla, perejil, menta, cítricos, queso fresco.
- ▶ Evite ayunar y saltar comidas, coma a intervalos regulares. Omitir comidas aumenta la incidencia de evacuaciones acuosas y de gas.
- ▶ Hay fármacos que modifican la consistencia de las heces y producen flatulencia(ver cuadro).
- ▶ Los fármacos de acción retardada no se deben triturar.



BIBLIOGRAFÍA

Arrontes Caballero, Gemma; Solís-Muñoz, Montserrat; Parra Cordero, Mercedes; Luengo González, Raquel; Layunta Acero, Rocio. Necesidades de cuidados de los pacientes con colostomía e ileostomía. Investigación cualitativa. Rev Parainfo Digital, 2011; 13. Disponible en: <http://www.index-f.com/para/13/c009.php> Consultado el 01-02-2012

<http://www.portalesmedicos.com/publicaciones/articulos/3239/1/Recomendaciones-al-paciente-ostomizado>
Revista electrónica de portales médicos.com

Nuria Galán Burillo. Enfermera. Hospital Miguel Servet. Zaragoza

<http://www.estomaterapia.es/guiaonline/guicolo.htm>

Fernández Romo, MA. La estomaterapia: una necesidad sanitaria y social. Rev Inquietudes Año VIII (26):12-16.

Sainz M. L., Redín M. D., San Miguel R., Balezteja J., Santos M. A., Petri M. et al . Problemas de utilización de medicamentos en pacientes enterostomizados. Anales Sis San Navarra [revista en la Internet]. 2003 Dic [citado 2012 Mar 10] ; 26(3): 383-403. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272003000500006&lng=es

<http://dx.doi.org/10.4321/S1137-66272003000500006>

Oliva Anaya, Carlos y colaboradores. Recomendaciones nutricionales a pacientes ostomizados.