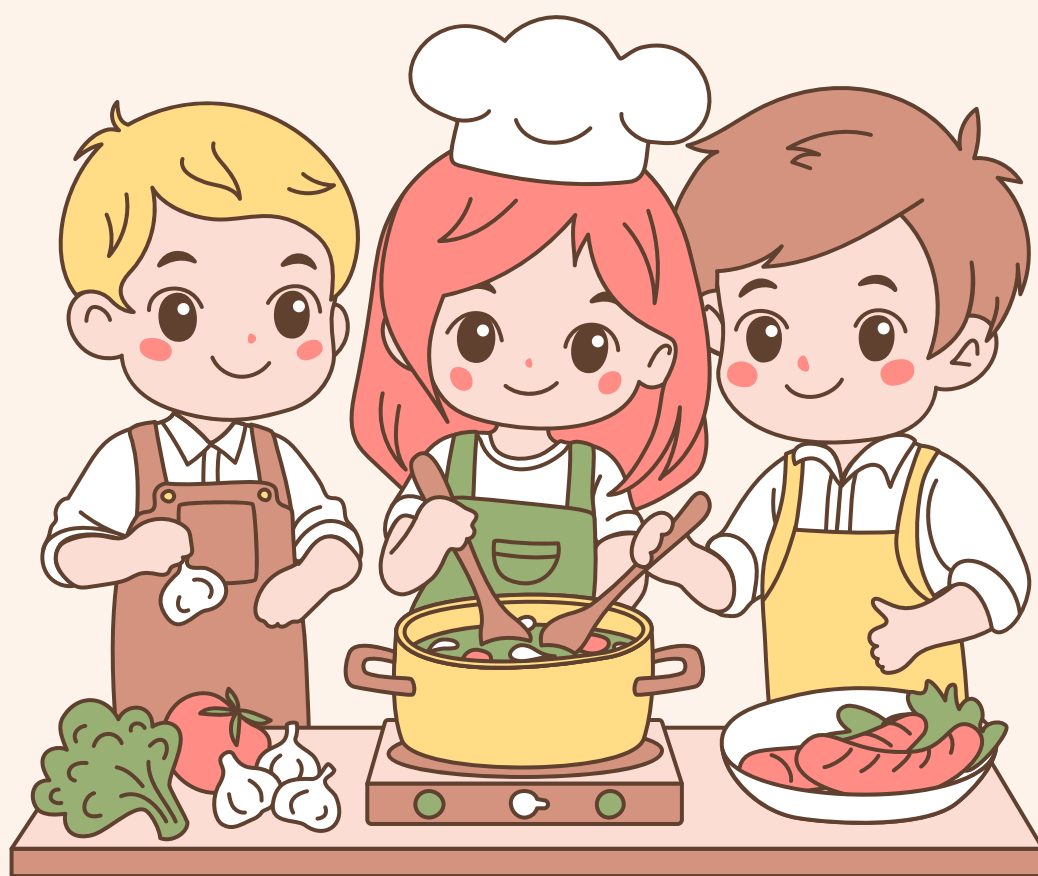




**ISELA NARVAEZ GARCIA**  
**NUTRICION EN ENFERMEDADES**  
**GASTROINTESTINALES**  
**LICENCIATURA EN NUTRICIÓN**  
**CUARTO CUATRIMESTR**



# OSTOMÍAS

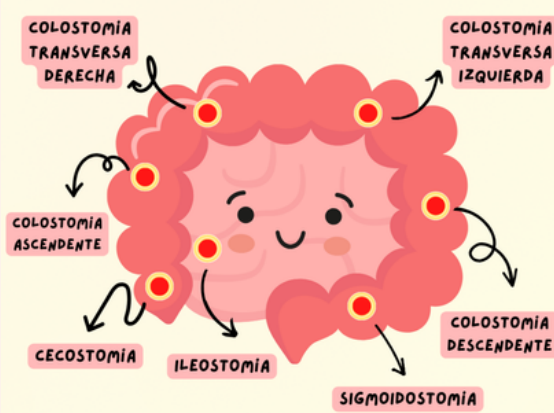


es una cirugía que crea una vía para eliminar heces, orina, alimentar o respirar.

## Tipos de ostomías

- **Ileostomía:** Conecta el intestino delgado a la pared abdominal.
- **Colostomía:** Conecta el intestino grueso a la pared abdominal.
- **Gastrostomía** es una abertura en el abdomen para insertar un pequeño tubo flexible que une el estómago a esa abertura
- **Yeyunostomía** es una abertura en el abdomen para insertar una sonda de alimentación enteral, pero la sonda se conecta directamente en el intestino delgado
- **Urostomía** es un tipo de ostomía urológica que permite la eliminación de la orina a través de una abertura en el abdomen o pelvis.
- **La traqueostomía** es una pequeña abertura realizada en la garganta, sobre la región de la traquea, por donde es colocada una cánula para facilitar la entrada de aire en los pulmones

### TIPOS DE ESTOMAS INTESTINALES



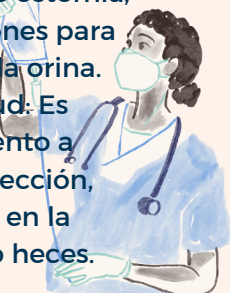
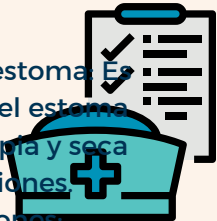
## Para qué sirve

La ostomía sirve para crear una abertura en órganos específicos, con la siguiente finalidad:

- Eliminar heces u orina;
- Permitir una alimentación adecuada, previniendo o tratando la desnutrición;
- Descomprimir el estómago;
- Aspirar y limpiar las vías aéreas;
- Mantener las vías respiratorias abiertas, facilitando la respiración.

### Cuidados:

- Limpieza y cuidado del estoma. Es fundamental mantener el estoma y la piel circundante limpia y seca para prevenir infecciones.
- Uso de bolsas o colones. Dependiendo del tipo de ostomía, se utilizan bolsas o colones para recolectar las heces o la orina.
- Monitoreo de la salud. Es importante estar atento a cualquier signo de infección, irritación o cambios en la producción de orina o heces.



## ALIMENTACION

- La mayoría de personas puede volver a comer lo mismo que antes de la cirugía.
- Después de la cirugía, se recomienda evitar los productos que contengan leche por lo menos durante un mes, por los gases y la inflamación que producen.

### Si presenta:

#### ⇒ ESTREÑIMIENTO:

- Consuma frutas enteras o licuadas sin colar, mínimo tres al día, papaya, mandarina, piña, mango; todo tipo de vegetales crudos y/o cocidos, cereales integrales, lentejas, frijoles, garbanzos.

#### ⇒ DEPOSICIONES MUY LIQUIDAS O DIARREA:

- Aumente el consumo de líquidos al día
- Consuma dieta astringente (para diarrea) que contenga manzana, pera, avena, pasta, zanahoria, habichuela, arroz, papa, plátano.

#### ⇒ EVITE O CONSUMA CON MODERACION:

- Gaseosas, chicles, bebidas con pitillo, cigarrillos, cebolla, pepino, coliflor, brócoli, pimentón, alimentos fritos, banana, patilla, o manzana con cascara.

### ALIMENTOS QUE PUEDEN PROVOCAR OBSTRUCCIÓN EN OSTOMÍA



Piel y pepitas de frutas y verduras



Frutos secos



Palomitas de maíz



Legumbres

Si se puede tomar legumbre sin piel como lenteja roja

