



Información sobre la urostomía

Esta información le ayudará a aprender acerca de la urostomía y el sistema de bolsa.

Tabla de contenidos

Información sobre la urostomía	3
Información sobre el sistema de bolsa de urostomía	4
En el hospital	4
En casa	4
Pedido de materiales.....	6
Productos accesorios para ostomía.....	7
Sistema de drenaje nocturno	7
Bolsa de drenaje para pierna	8
Información sobre nuevos productos	9
Cambio del sistema de bolsa de urostomía.....	10
Cómo ducharse con el estoma.....	11
Problemas causados por la urostomía	11
Problemas con la piel.....	11
Infecciones de las vías urinarias	13
Hernias.....	14

Cómo viajar después de una urostomía	15
Preparación para las visitas médicas.....	16
Escaneos de imagenología con contraste	16
Quimioterapia o inmunoterapia.....	16
Otros procedimientos.....	17
Recursos	17
Grupos de apoyo de MSK.....	17
Recursos para hallar enfermeros especializados en WOC	17
Recursos para hallar grupos de apoyo para personas con urostomía	18
Recursos para tratar la irritación de la piel que rodea el estoma	18
Recursos relacionados con los materiales para ostomía	18
Recursos relacionados con prendas que permiten disimular la ostomía	19

Notas

Información sobre la urostomía

Una urostomía es una cirugía para hacer una abertura, llamada estoma, en el abdomen (vientre). Por esta abertura saldrá la orina del cuerpo. El tipo de urostomía que se le hizo fue un conducto ileal.

El médico usó una pequeña parte del intestino que se llama íleon para hacer el conducto ileal. Un extremo del íleon se conectó a los uréteres. El otro extremo se conectó al estoma.

Después de la cirugía, la orina (pis) fluye desde los riñones, a través de los uréteres y del conducto ileal y sale por el estoma (véase la figura 1). Tendrá que colocarse un sistema de bolsa de urostomía sobre el estoma para que reciba y retenga la orina. Al sistema de bolsa de urostomía a veces se lo conoce como dispositivo de urostomía.

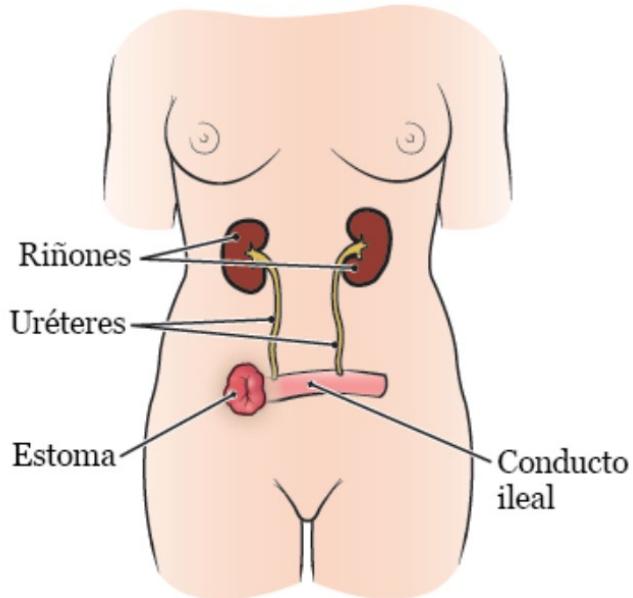


Figura 1. El sistema urinario después de la cirugía de vejiga con urostomía (conducto ileal)

El estoma debe ser de color rosa intenso o rojo en todo momento. Si el estoma tiene un aspecto gris, café o negro, llame al médico de inmediato.

No podrá controlar la orina que sale del estoma. El sistema de bolsa de urostomía sobre el estoma recibirá y retendrá la orina.

Existen varios tipos de estomas de urostomía. El enfermero especializado en heridas, ostomías y continencia (WOC) le indicará qué tipo tiene usted y responderá sus preguntas.

Información sobre el sistema de bolsa de urostomía

Un sistema de bolsa de urostomía tiene 2 partes. Un disco es la parte que se pega a la piel. La bolsa es lo que retiene la orina.

En el caso de los sistemas de bolsa que tienen 2 piezas, el disco y la bolsa son piezas independientes que se pueden separar. En el caso de los sistemas de bolsa que tienen una sola pieza, el disco y la bolsa están conectados.

Los sistemas de bolsa que usará en el hospital y en su casa serán diferentes. Esto se debe a que el estoma se hace cada vez más pequeño a medida que cicatriza. Con frecuencia, el estoma tarda de 6 a 8 semanas en llegar al tamaño que tendrá de forma permanente.

En el hospital

Mientras esté en el hospital, aprenderá cómo cuidar del estoma y el sistema de bolsa de la urostomía.

Mientras se encuentran en el hospital, la mayoría de las personas usan los sistemas de bolsa que tienen dos piezas.

En casa

Después de que le den el alta (después de salir del hospital), utilizará un sistema de bolsa de dos piezas o una pieza. Un enfermero de atención a domicilio le visitará para ayudarle a seguir aprendiendo cómo cuidar del estoma y del sistema de bolsa.

Es posible que use sistemas de bolsa diferentes a medida que el cuerpo se cure y el estoma se haga más pequeño. Tendrá que asistir a citas con un enfermero especializado en WOC de MSK que atiende a pacientes ambulatorios.

Examinará el estoma con usted. Llevará un seguimiento de la cicatrización del estoma. Le ayudará a elegir el sistema de bolsa y los productos accesorios de ostomía que mejor se adapten a su cuerpo. Los productos accesorios para ostomía son productos que usa junto con el sistema de bolsa.

Citas de seguimiento

Su primera cita con el enfermero especializado en WOC para pacientes ambulatorios tendrá lugar dos semanas después de que le den el alta. También es útil programar citas de seguimiento con el enfermero dos o tres meses después de su cirugía y luego seis meses después.

También debe comunicarse con él si tiene problemas con la piel o preguntas acerca del sistema de bolsa.

Es posible que adelgace en las primeras épocas cuando se esté recuperando de la cirugía. En el transcurso de los tres a seis meses posteriores, es probable que recupere parte del peso.

Cuando le den el alta, comuníquese con el consultorio del médico si necesita hablar con el enfermero especializado en WOC.

Es posible que su enfermero especializado en WOC no esté disponible cuando se comunique con el consultorio de su médico. El enfermero recibirá su mensaje y se comunicará con usted.

Durante ese período, es posible que observe algunos cambios en la forma del abdomen. Estos cambios pueden hacer que el sistema de bolsa no se ajuste de la misma manera y resulte incómodo. Si esto sucede, llame al enfermero especializado en WOC. Este le podrá recomendar un sistema de bolsa que sea más flexible y se desplace con su cuerpo.

También es probable que le convenga escoger un sistema de bolsa que sea más flexible si el sistema anterior le resulta incómodo al inclinarse, doblarse o hacer ejercicio. El enfermero especializado en WOC le ayudará a hallar el sistema que mejor se adapte a su cuerpo y a sus actividades.

Comuníquese con el consultorio de su médico si tiene preguntas o inquietudes o haga una cita con su enfermero especializado en WOC.

Posicionamiento del sistema de bolsa

Coloque la bolsa de forma que apunte hacia abajo y se pueda colocar dentro de los pantalones o la ropa interior. También puede doblarla, si lo prefiere. También puede probar la ropa interior especial o las bandas diseñadas para disimular el sistema. Puede conseguirlas en línea en www.ostomysecrets.com o www.stealthbelt.com, entre otros lugares.

Uso de cinto o tiradores

Puede usar cinto o tiradores en los pantalones cuando tenga colocado el sistema de bolsa. Si opta por usar cinto, colóquese por encima o por debajo del estoma. El cinto puede causar irritación, hemorragias o un crecimiento excesivo de tejido si está justo sobre el estoma.

Preparación de un kit de emergencia

Prepare un pequeño kit de emergencia que contenga un disco previamente cortado, una bolsa y unas gasas. Lleve siempre con usted el kit de emergencia para poder cambiar la bolsa en caso de que se filtre.

Mantenga el kit de emergencia alejado de la luz solar o el calor directos.

Pedido de materiales

Empresas que suministran materiales para ostomía

Hay dos tipos principales de empresas que suministran materiales para ostomía.

- **Los distribuidores de materiales para ostomía** son empresas que venden productos relacionados con las ostomías. Venden materiales hechos por muchas empresas. Usted tendrá que pedir sus materiales de urostomía a uno de estos distribuidores.
- **Los fabricantes de materiales para ostomía** son empresas que elaboran productos relacionados con las ostomías. También puede llamar a uno de estos fabricantes para obtener información acerca de sus productos. Puede pedir una muestra de sus productos. No puede comprar productos directamente a los fabricantes.

Cuándo hacer el pedido de materiales

Haga un pedido de materiales cuando solo le quede una caja de bolsas o discos. Puede pedirlos a uno de los siguientes distribuidores de materiales para ostomías:

180 Medical
877-688-2729

Edgepark Medical Supplies
800-321-0591

Byram Healthcare
877-902-9726

Adapt Health (McKesson)
800-451-6510

Escoja un distribuidor de materiales para ostomías que acepte su seguro médico.
Puede averiguar este dato llamando al distribuidor.

Productos accesorios para ostomía

Hay muchos tipos que se emplean como accesorios para ostomía. Los siguientes son algunos ejemplos:

- **Anillo de barrera o sello protector:** se coloca alrededor de la base del estoma y ayuda a que el disco quede mejor colocado. Puede ayudar a evitar que la orina se filtre por debajo del disco.
- **Tiras elásticas de barrera:** se colocan por encima del disco y ayudan a evitar que este se despegue de la piel. También ayudan a hacer que el disco sea impermeable.
- **Cinturón para ostomía:** se conecta al disco y se envuelve alrededor de la cintura. Ayuda a sujetar el sistema de bolsa.
- **Cubre estoma:** se coloca sobre el estoma y el sistema de bolsa para proporcionar protección adicional. Puede ser útil para quienes practican deportes de contacto.

Lo más probable es que usted no necesite usar todos estos productos accesorios. El enfermero especializado en WOC le brindará más información acerca de los que puedan resultarle más útiles.

Sistema de drenaje nocturno

Un sistema de drenaje nocturno es una bolsa o un frasco que se conecta con la parte inferior de la bolsa. Puede guardar más orina que la bolsa habitual.

Es importante usar un sistema de drenaje nocturno al dormir, para evitar que la bolsa se llene demasiado. Si está muy llena, puede filtrar o la orina puede circular hacia el interior del estoma y causar una infección. Un sistema de drenaje nocturno también puede ayudar a no tener que levantarse durante la noche para vaciar la bolsa.

Tendrá que usar un adaptador para conectar el sistema de drenaje nocturno a la bolsa. El adaptador viene incluido en la caja de bolsas.

Cuidado del sistema de drenaje nocturno

Todas las mañanas, vacíe la orina de la bolsa o el frasco de drenaje nocturno en el inodoro. Límpielo después de vaciar la bolsa o el frasco.

Puede preparar una solución con 1 medida de vinagre blanco y 3 medidas de agua. Llene la bolsa o el frasco con la solución. Déjelo en remojo por 2 a 4 horas. Después de remojarlo, vierta la solución y deje que la bolsa o el frasco se sequen al aire.

Use un limpiador especial, como un sistema de limpieza Hollister M9™ Crystallizer si:

- La bolsa o el frasco tiene un olor muy fuerte (hedor).
- Tiene riesgo de infección.

Puede comprar estos limpiadores en línea o a través de un distribuidor de materiales para ostomía.

Cambie el sistema de drenaje nocturno cada dos semanas.

Puede tener problemas con el tubo de su sistema de drenaje nocturno que se afloja. Si es así, puede colocar una cinta en las conexiones entre el sistema de drenaje nocturno y la bolsa. Si se mueve mucho mientras duerme, colóquese un estabilizador para las piernas o un sujetador de catéter Foley®. Puede solicitar estos accesorios cuando haga el pedido de materiales y tubo de extensión, si es necesario.

Bolsa de drenaje para pierna

La bolsa de drenaje para pierna tiene capacidad para guardar más orina que la bolsa habitual. Es posible que desee utilizar una bolsa de drenaje para pierna si viaja. Puede utilizarla si no puede ir al baño para vaciar la bolsa, por ejemplo, si está en un embotellamiento.

Es posible que su seguro médico no pague las bolsas de drenaje para pierna. Puede llamar al distribuidor de materiales para ostomía a fin de averiguar si su seguro cubre dichas bolsas. Si no, puede comprarlas en una tienda de material quirúrgico.

Cuidado de la bolsa de drenaje para pierna

Cuando la bolsa de drenaje para pierna se esté llenando, vacíe la orina en el inodoro. Lave la bolsa después de vaciarla. Puede usar agua tibia o una mezcla de $\frac{1}{4}$ taza de vinagre blanco y una taza de agua. Después de lavar la bolsa de drenaje, déjela secar al aire.

Use un limpiador especial, como un sistema de limpieza Hollister M9™ Crystallizer si:

- La bolsa tiene un olor muy fuerte (hedor).
- Tiene riesgo de infección.

Puede comprar estos limpiadores en línea o a través de un distribuidor de materiales para ostomía.

Cambie la bolsa de drenaje para pierna todas las semanas, no importa cuántas veces la utilice.

Información sobre nuevos productos

Para obtener información sobre nuevos productos:

- Pregunte al enfermero especializado en WOC.
- Llame a los fabricantes de materiales para ostomía y pida muestras de sus productos más recientes.
- Busque productos de urostomía en línea.
- Participe en una sala de chat en línea o en un grupo de apoyo local para personas con urostomía. Con frecuencia, otras personas que deben hacer frente a los mismos problemas conocen productos que pueden satisfacer sus necesidades.

Asegúrese de buscar productos para urostomía y no bolsas fecales. Lea la sección “Recursos” para ver una lista de grupos de apoyo en línea y sitios web que le ayudarán a encontrar grupos de apoyo en su zona. Hable con el enfermero especializado en WOC antes de probar nuevos productos para urostomía.

Cambio del sistema de bolsa de urostomía

Deberá cambiar el sistema de bolsa cada 3 o 4 días, aproximadamente. Si hay pérdida de orina, cámbiela de inmediato. Lo mejor es cambiar el sistema de bolsa de mañana, antes de tomar líquidos. En general, sale menos orina del estoma por la mañana.

La primera vez que cambie el sistema de bolsa, estará sentado en la cama del hospital. A medida que se vaya curando, podrá comenzar a cambiar el sistema de bolsa en el sitio que le resulte más cómodo.

A la mayoría de las personas les gusta hacerlo paradas enfrente del espejo del baño. También puede quitarse el sistema de bolsa y limpiar la zona que rodea el estoma como parte de su rutina de ducha habitual.

Para obtener más información sobre cómo cambiar su sistema de bolsa, lea *Cambio del sistema de bolsa de urostomía en casa*. Puede solicitar una copia impresa o encontrarla en www.msk.org/es/cancer-care/patient-education/changing-urostomy-pouching-system-at-home

Qué hacer si ve sangre en el estoma

El estoma tiene muchos vasos sanguíneos y puede sangrar con facilidad. Es normal observar una pequeña cantidad de sangre en la gasa o la toalla que use al limpiar el estoma. El sangrado debe detenerse por sí mismo en algunos minutos. Si toma un anticoagulante o aspirin, es posible que sangre más fácilmente y por más tiempo. Aplique presión en el estoma para ayudar a que pare el sangrado.



Llame a su médico si el sangrado no se detiene luego de 10 a 15 minutos. Es posible que deba ir al Centro de Atención de Urgencia de MSK o a la sala de urgencias de su zona. El médico le indicará qué hacer.

Llame al médico de inmediato si ve sangre en la orina o saliendo del interior del estoma.

Uso de guantes

Usar o no usar guantes al cambiar el sistema de bolsa es su decisión. Antes de su cirugía, no usaba guantes cuando orinaba (hacía pis). No necesita usarlos ahora. Sin embargo, tal vez prefiera ponerse guantes al cambiar la bolsa, porque podría ensuciarse los dedos con orina.

Cómo ducharse con el estoma

Es muy importante ducharse todos los días. Eso ayudará a mantener limpia la piel. El sistema de bolsa es impermeable. Déjese puesto el sistema de bolsa mientras se ducha.

Los días que cambie su sistema de bolsa, puede quitarse el sistema de bolsa y bañarse sin él, si lo desea. La orina seguirá saliendo por el estoma mientras se ducha.

Dúchese del mismo modo en que lo hacía antes de la cirugía. No use jabones perfumados ni a base de aceite en la zona que rodea el estoma.

Problemas causados por la urostomía

Comuníquese con el consultorio del médico si tiene alguno de los problemas que se indican a continuación. Ellos le transmitirán el mensaje al enfermero especializado en WOC y este se comunicará con usted.

Problemas con la piel

Infórmese al enfermero especializado en WOC si tiene algún problema con la piel que rodea el estoma (piel periestomal). Los problemas más habituales con la piel ocurren cuando la orina se filtra por debajo del disco o si es alérgico a los productos para ostomía.

La Wound Ostomy and Continence Nurses Society tiene una herramienta que le ayudará a averiguar si tiene algún problema de piel periestomal. Puede encontrarla en <https://psag-consumer.wocn.org/spanish#use-guideline>

- Si la orina se filtra por debajo del disco, cámbielo de inmediato. No coloque ninguna cinta para detener la filtración.
- Si la filtración no se detiene después de cambiar el disco, comuníquese con el enfermero especializado en WOC. Es probable que necesite otro sistema que se ajuste mejor para evitar filtraciones.

Acumulación de tejido

Un problema habitual es la acumulación de tejido en la piel que rodea el estoma. El tejido puede ser de color grisáceo o violáceo, parecer una verruga o tener manchas blancas (véase la figura 2). Puede provocar dolor en la zona que rodea el estoma. La acumulación ocurre cuando la piel queda expuesta a la orina todo el tiempo. Si tiene acumulación de tejido, llame al consultorio del médico para hacer una cita con el enfermero especializado en WOC.

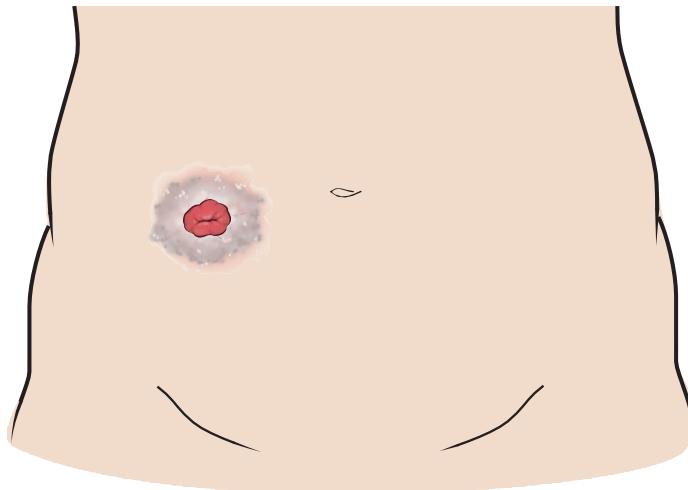


Figura 2. Acumulación de tejido alrededor del estoma

Si tiene problemas de acumulación de tejido alrededor del estoma, tal vez deba tomar alguna de las siguientes medidas:

- Corte o moldee el disco, o consiga un disco precortado diferente.
- Use un tipo de disco diferente.
- Aplique un anillo de barrera o sello protector al disco. Algunos ejemplos son disco Colly-Seel™, sello protector Coloplast Brava® o Hollister slim CeraRing.

También es posible que deba aplicar un tratamiento a la piel situada justo alrededor del estoma cada vez que cambie el sistema de bolsa. Para ello:

1. Mezcle $\frac{1}{4}$ taza de vinagre blanco con $\frac{3}{4}$ taza de agua.
2. Sumerja una gasa en la mezcla. Coloque la gasa sobre la piel durante 20 minutos.
3. Enjuague la piel con agua.
4. Seque bien la piel y colóquese un nuevo disco.

Reacción alérgica

Otro problema frecuente en la piel es una reacción alérgica a uno de los productos para ostomía. Es posible que le aparezcan ronchas o enrojecimiento en la piel que rodea el estoma (véase la figura 3). También es posible que sienta comezón, ardor o molestias. Si piensa que está teniendo una reacción alérgica, llame al consultorio del médico. Tal vez deba ver a un dermatólogo (médico de la piel).

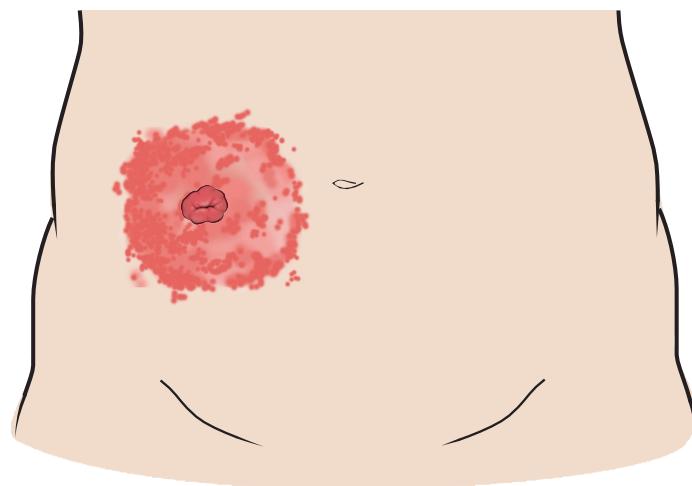


Figura 3. Reacción alérgica alrededor del estoma

Si tiene una reacción alérgica, tendrá que probar con un disco y una bolsa de otra marca.

Erupción cutánea

Si tiene una erupción cutánea, avísele al médico o al enfermero especializado en WOC. Ellos le indicarán cómo tratarla.

Infecciones de las vías urinarias

Los siguientes son los indicios y los síntomas de las infecciones de las vías urinarias:

- Orina que huele peor que lo habitual
- Orina turbia
- Dolor de espalda
- Náuseas (sensación de que uno va a vomitar) y vómitos
- Pérdida de apetito

- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior

Si piensa que tiene una infección de las vías urinarias, llame al consultorio del médico.

Para evitar infecciones de las vías urinarias, se deben tomar las siguientes medidas:

- Trate de beber de 6 a 8 vasos (de 8 onzas o 240 ml) de líquidos todos los días. Lo mejor es tomar agua.
- Limite la cantidad de alcohol y cafeína que tome.
- Use una bolsa que tenga válvula antirreflujo y use un sistema de drenaje nocturno. Esto evita que la orina quede retenida en el estoma y provoque una infección.
- Vacíe la orina cuando llegue a un tercio o a la mitad de la bolsa.

Pregúntele al médico si puede tomar vitamina C (de unos 500 a unos 1000 mg) y una píldora de arándanos sin azúcar por día. Esto hará que la orina sea más ácida y puede contribuir a evitar infecciones de las vías urinarias. Ayudará con el olor (hedor) de la orina y evitará que la piel se lastime.

Hernias

La hernia se produce cuando un asa intestinal sobresale a través de una zona débil del músculo. Esto hace que se forme un bulto. Las hernias no suelen causar síntomas. Si ve un bulto en la zona cercana al estoma, comuníquese con el médico o con el enfermero especializado en WOC.

Consejos para que no aparezca una hernia

El músculo abdominal que rodea el estoma suele ser débil. Hay formas de evitar tener una hernia. Evite el estreñimiento (hacer esfuerzos para defecar), toser mucho o con mucha fuerza, levantar peso o sobrecargarse.

El interior del cuerpo tarda un año en sanar después de una cirugía. Preste atención a cómo se siente su cuerpo. Si siente dolor al realizar alguna actividad, deje de hacerla. Si el dolor no desaparece, llame al consultorio del médico.

Tratamiento de la hernia

Si tiene una hernia, es posible que el enfermero especializado en WOC le sugiera utilizar un cinturón de sujeción de hernia, que se fabrica de modo que se adapte al cuerpo de cada persona. La hernia también se puede sostener con una faja o un short de ciclismo. Si los usa, debe hacerles un agujero para la bolsa de urostomía.

Ponerse un cinturón de sujeción de hernia, una faja o un short de ciclismo no curará la hernia ni evitará que empeore. Pero le pueden ayudar a sentirse más cómodo y a empujar el bulto hacia adentro para que la ropa le quede mejor.

Las hernias por lo general no se tratan a menos que se obstruyan, se tuerzan o provoquen dolor u otros problemas. Llame de inmediato al médico si presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Náuseas
- Vómito
- Dolor en el abdomen
- Inflamación en el abdomen

Cómo viajar después de una urostomía

No debe basar sus opciones de viaje en el hecho de haber tenido una urostomía. A continuación le brindamos algunas sugerencias que le ayudarán a viajar con el sistema de bolsa:

- Lleve materiales de más, en caso de que tenga dificultades para obtenerlos cuando esté de viaje.
- Si toma un avión, tren o autobús, lleve los materiales consigo. No los coloque en el equipaje que vaya a despachar. Esto le ayudará a estar preparado si se separa del equipaje.
- Evite conducir un automóvil durante las cuatro a seis semanas siguientes a la cirugía, a menos que el médico le diga lo contrario. Puede colocarse el cinturón de seguridad sin que le quede apretado o colocar un pequeño almohadón sobre el estoma y por debajo del cinturón. También puede usar un protector de ostomía para cinturones de seguridad. Para obtener más información, consulte al

distribuidor de materiales para ostomías o pregúntele al enfermero especializado en WOC.

- Hable con su enfermero especializado en WOC sobre sus opciones de viaje. Puede utilizar una bolsa de drenaje para pierna si le resulta difícil ir al baño para vaciar la bolsa.
- Si va a viajar por avión, es conveniente solicitar una tarjeta de comunicación de viaje a United Ostomy Associations of America (UOAA). Para obtener más información, llame al 800-826-0826 o visite www.ostomy.org/traveling-with-an-ostomy

Preparación para las visitas médicas

Traiga siempre materiales de urostomía adicionales. Muchas farmacias y centros médicos no tienen materiales de urostomía. Es posible que necesite un juego adicional.

Escaneos de imagenología con contraste

Si le van a hacer un escaneo con contraste, traiga un juego adicional de materiales de urostomía. Traiga también una bolsa de drenaje para pierna o un sistema de drenaje nocturno.

Para la prueba tendrá que tomar más líquidos de lo habitual. Esto ayudará a eliminar el contraste del cuerpo. Pero beber más también significa que el cuerpo produce más orina. Es posible que tenga que cambiar su sistema de bolsa si tiene pérdidas porque produce más orina de lo habitual.

Si vive a una hora o más del hospital, vacíe la bolsa antes de irse. También es posible que deba vaciarla durante el viaje de regreso a casa o que tenga que usar una bolsa de drenaje para pierna. También puede ser conveniente que lleve un orinal portátil u otro recipiente en el automóvil por si se presenta una emergencia.

Quimioterapia o inmunoterapia

Si le van a hacer quimioterapia o inmunoterapia, traiga un juego adicional de materiales de urostomía. La quimioterapia o la inmunoterapia puede hacer que el cuerpo produzca más orina. También puede hacer que la piel se vuelva más sensible o que se modifique el modo en que el disco se adhiere a ella. Tal vez deba cambiar el disco con mayor frecuencia durante la

quimioterapia o inmunoterapia. Esto protege la piel y previene filtraciones.

Otros procedimientos

Es posible que le realicen un procedimiento en el que el equipo de atención tenga que acceder a su estoma. Si es así, puede que necesite cambiar a otro tipo de sistema de bolsa. Por ejemplo, es posible que deba dejar de usar un sistema de una sola pieza y pasar a usar uno de dos piezas. El médico o el enfermero hablarán con usted antes del procedimiento.

Si tiene algún problema, comuníquese con el enfermero especializado en WOC.

Recursos

Grupos de apoyo de MSK

Grupo de apoyo para pacientes con cáncer de vejiga

Es un grupo de educación y apoyo en línea. Está dirigido a personas que tienen cáncer de vejiga o que han sido tratadas por cáncer de vejiga. Las personas comparten sus experiencias personales y se ofrecen apoyo práctico y emocional unas a otras. Un trabajador social, un enfermero y un enfermero especializado en WOC pertenecientes a MSK dirigen la conversación.

El grupo se reúne el segundo jueves de cada mes desde el mediodía (12:00 p. m.) hasta la 1:00 p. m. Para obtener más información o para registrarse, comuníquese con su trabajador social de MSK. También puede enviar un mensaje a su equipo de atención a través del portal para pacientes de MSK, MSK MyChart. Ellos pueden ponerlo en contacto con un trabajador social de MSK. Un integrante de su equipo de atención revisará su mensaje y le responderá en un plazo de 2 días hábiles (de lunes a viernes).

Recursos para hallar enfermeros especializados en WOC

Wound Ostomy and Continence Nurses Society

www.wocn.org/learning-center/patient-resources

Visite este sitio web para hallar un enfermero especializado en WOC en su zona.

También puede llamar al fabricante o al distribuidor de materiales para ostomía y pedirle información acerca de los enfermeros de WOC que haya en su zona. Muchos enfermeros

especializados en WOC solo pueden atenderle si hay una clínica para pacientes ambulatorios en el hospital. O si a usted le atiende un médico de dicho hospital.

Recursos para hallar grupos de apoyo para personas con urostomía

Bladder Cancer Advocacy Network (BCAN)

www.bcan.org

Visite este sitio web para obtener información sobre el cáncer de vejiga. Para incorporarse a un grupo de apoyo en línea patrocinado por la BCAN, visite

www.inspire.com/groups/bladder-cancer-advocacy-network

Inspire

www.inspire.com

Visite este sitio web para hallar grupos de apoyo en línea para personas con ostomía.

United Ostomy Associations of America, Inc. (UOAA)

www.ostomy.org

Visite este sitio web para hallar un grupo de apoyo para personas con ostomía, ya sea un grupo en línea o un grupo presencial en su zona. También puede hallar consejos sobre cómo viajar cuando se tiene una ostomía y descargar la tarjeta de comunicación de viaje de la UOAA.

Recursos para tratar la irritación de la piel que rodea el estoma

Peristomal Skin Assessment Guide (Guía de evaluación de la piel periestomal)

<https://psag-consumer.wocn.org/spanish#use-guideline>

Visite este sitio web si la piel que rodea el estoma está irritada. Deberá responder preguntas para obtener más información sobre el tipo de irritación de la piel que tiene. Le dirá qué puede hacer para controlarlo. **No olvide comunicarse siempre con el enfermero especializado en WOC si piensa que la piel que rodea el estoma está irritada.**

Recursos relacionados con los materiales para ostomía

Fabricantes: Comuníquese con el fabricante de materiales para ostomía que elabora el sistema de bolsa. Todos los fabricantes de materiales para ostomía cuentan con un programa para ayudarle con sus materiales. Algunos fabricantes incluso tienen enfermeros

de WOC que pueden ayudarle.

Distribuidores: Algunos distribuidores de materiales para ostomía también tienen un enfermero especializado en WOC que puede ayudarle. Llame a su distribuidor para obtener más información.

Recursos relacionados con prendas que permiten disimular la ostomía

La ropa para ocultar la ostomía son prendas que ayudan a ocultar el sistema de bolsa.

C&M Ostomy Supplies

www.cmstomysupply.com/es

Visite este sitio web si desea comprar prendas diseñadas para personas con ostomía, incluso fundas para la bolsa y cubre estomas.

Nu-Hope

www.nu-hope.com

Visite este sitio web para comprar un cinturón de sujeción para hernias hecho a la medida de su cuerpo.

Ostomysecrets

www.ostomysecrets.com

Visite este sitio web si desea comprar prendas diseñadas para personas con ostomía.

Safe n' Simple

<https://sns-medical.com/products/support-belts>

Visite este sitio web para comprar un cinturón de sujeción de hernia.

Stealth Belt

www.stealthbelt.com

Visite este sitio web si desea comprar prendas diseñadas para personas con ostomía.

Notas _____