



## AUTOCUIDADO E QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES OSTOMIZADOS

### Autor(es)

Rhilary De Moura Ribeiro Leal  
Maria Clara Moreira Domingues  
João Vitor Lopes Dos Santos

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE TAUBATÉ

### Introdução

A ostomia é um procedimento cirúrgico que cria uma via alternativa para a eliminação de fezes ou urina, geralmente indicada em casos de câncer colorretal, de bexiga, de estômago ou diverticulite aguda. Embora preserve a vida, gera mudanças significativas na rotina, afetando a percepção corporal, hábitos e qualidade de vida. O processo de adaptação envolve desafios fisiológicos, emocionais e sociais, refletindo-se na autoestima, sexualidade e reinserção social, o que evidencia a necessidade de suporte contínuo. Este estudo justifica-se pela relevância de compreender como a ostomia repercute no bem-estar integral, indo além dos aspectos clínicos e alcançando dimensões psicossociais. Considera-se que a assistência multiprofissional, especialmente as estratégias nutricionais, é essencial para reduzir complicações e promover autonomia. Assim, o problema de pesquisa foi: “como estratégias nutricionais e práticas de saúde podem garantir qualidade de vida a pacientes ostomizados?”.

### Objetivo

O objetivo geral deste estudo é analisar as alterações corporais decorrentes da ostomia e compreender de que modo o acesso à saúde e as estratégias nutricionais podem contribuir para a qualidade de vida e o bem-estar psicossocial dos pacientes ostomizados.

Como objetivos, buscou-se compreender a absorção de macro e micronutrientes nesses pacientes, avaliar a relevância da suplementação

### Material e Métodos

Este estudo foi desenvolvido por meio de revisão de literatura, com base em artigos científicos, teses, dissertações, documentos técnicos, livros acadêmicos e diretrizes nutricionais. A coleta de dados ocorreu em bases como Google Scholar, SciELO, PubMed e Connected Papers, utilizando descritores como “Ostomy care”, “Ostomia”, “Estratégias nutricionais”, “Intestinal ostomy” e “Self ostomy care”. Como critério de inclusão, priorizaram-se publicações entre 2015 e 2025, garantindo atualidade e relevância. A seleção envolveu leitura inicial dos resumos e, em seguida, análise integral dos estudos elegíveis, permitindo extrair informações consistentes sobre condições de pacientes ostomizados. O foco esteve na qualidade de vida, nas estratégias nutricionais e nos cuidados, reunindo evidências sobre os impactos físicos, nutricionais e psicossociais da ostomia.

## Resultados e Discussão

A ostomia, embora essencial para a sobrevida, gera mudanças significativas na rotina e impacta a qualidade de vida em aspectos físicos, emocionais e sociais. O processo de adaptação envolve insegurança, dificuldades de aceitação, alterações na imagem corporal e na sexualidade (CARVALHO et al., 2017). A reinserção social é um desafio contínuo, exigindo suporte multiprofissional voltado não só ao manejo clínico, mas também à promoção da autoestima e da autonomia (FERREIRA et al., 2019). A nutrição tem papel central, pois a ostomia pode comprometer a absorção de nutrientes, tornando necessárias práticas alimentares individualizadas para prevenir complicações como diarreia, constipação e desidratação, além de suplementação vitamínica (MORAES et al., 2020). A integração entre acompanhamento nutricional e psicológico favorece a reinserção social e melhora a qualidade de vida (SILVA; ROCHA, 2021). A escassez de estudos integrados reforça a necessidade de novas pesquisas (ALMEIDA et al., 2022).

## Conclusão

A análise evidenciou que a ostomia impacta significativamente a vida dos pacientes nos aspectos físicos, nutricionais e psicossociais, exigindo cuidados integrais e contínuos. Embora estratégias de autocuidado e suplementação nutricional sejam importantes, a adaptação varia conforme a individualidade, reforçando a necessidade de intervenções personalizadas e acompanhamento multiprofissional para promover autonomia, bem-estar e reinserção social.

## Referências

- CARVALHO, S. C. et al. Qualidade de vida dos ostomizados: perfil psicológico. *Servir*, v. 69, n. 2, p. 123–134, 2017. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/servir/article/view/23181>. Acesso em: 25 set. 2025.
- GÓMEZ, D. L. et al. Autocuidado: uma estratégia para a qualidade de vida da pessoa com estomia. *Imagen y Desarrollo*, v. 18, n. 2, p. 45 – 53, 2016. Disponível em: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/12201>. Acesso em: 25 set. 2025.
- GOVERNO DE SERGIPE. Nutricionista orienta quanto aos cuidados com a alimentação da pessoa com estomia. 2021. Disponível em: <https://www.se.gov.br>. Acesso em: 25 set. 2025.
- LIMA, A. M.; OLIVEIRA, R. L. Autoimagem e autocuidado na vivência de pacientes estomizados: o olhar da enfermagem. *REME: Revista Mineira de Enfermagem*, v. 25, p. e-1361, 2021. Disponível em: <https://periodicos-des.cecem.ufmg.br/index.php/reme/article/view/49861>. Acesso em: 25 set. 2025.