Qualidade de Vida e Autocuidado de Pessoas com colostomia: O Papel da Enfermagem no Processo de Adaptação

Autor(res)

Isabella Félix Meira Araújo
Aiana Fernandes Siqueira
Millena Ribeiro Santos
Mateus Lima De Sena

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

UNIME LAURO DE FREITAS

Introdução

A colostomia consiste na exteriorização cirúrgica do cólon através da parede abdominal, estabelecendo uma comunicação artificial entre o intestino e o meio externo. Este procedimento é indicado em situações clínicas de alta complexidade, como neoplasias colorretais, diverticulite aguda, perfurações e complicações anastomóticas. Embora essencial para preservar a vida e reduzir complicações graves, a colostomia desencadeia profundas repercussões na vida do paciente.Os impactos não se limitam ao aspecto fisiológico, como alterações na eliminação intestinal, presença de gases, odor e complicações periestomais. Também abrangem esferas emocionais, sociais e espirituais, com relatos frequentes de ansiedade, depressão, vergonha e isolamento social. Essa condição impõe desafios à reintegração social, ao convívio familiar e à preservação da autoestima.Nesse contexto, o cuidado de enfermagem ao paciente colostomizado torna-se indispensável. O enfermeiro, especialmente o estomaterapeuta, desempenha papel central desde o preparo pré-operatório, passando pelo acompanhamento pós-operatório imediato e tardio, até o suporte continuado em ambulatórios ou por meio de tecnologias digitais de saúde. Intervenções educativas, suporte psicossocial e orientação para o manejo adequado do estoma são determinantes para fortalecer a autonomia do paciente e melhorar sua qualidade de vida.Portanto, compreender como a colostomia afeta a qualidade de vida e as rotinas de autocuidado é fundamental para subsidiar práticas de enfermagem mais humanizadas, integrais e direcionadas às reais necessidades dos pacientes.

Objetivo

Analisar os impactos da colostomia na qualidade de vida e nas rotinas de autocuidado dos pacientes, destacando o papel do cuidado de enfermagem no processo de adaptação.

Material e Métodos

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conduzida entre os meses de agosto e setembro de 2025, seguindo o referencial metodológico proposto por Whittemore e Knafl (2005), que prevê seis etapas: (1) identificação do problema; (2) estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão; (3) busca nas bases de dados;

(4) categorização e avaliação dos estudos; (5) interpretação dos achados; e (6) síntese e apresentação dos resultados.A questão norteadora foi: Quais são os impactos da colostomia na qualidade de vida e nas rotinas de autocuidado dos pacientes, e qual o papel do cuidado de enfermagem nesse processo de adaptação?
A busca ocorreu na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), abrangendo as bases LILACS, MEDLINE e BDENF, por meio dos seguintes descritores controlados em Ciências da Saúde (DeCS): “Colostomia”, “Qualidade de Vida”, “Autocuidado” e “Efeitos Psicossociais da Doença”, combinados com os operadores booleanos AND e OR.
Os critérios de inclusão foram: artigos originais disponíveis na íntegra e de forma gratuita; publicados em português, inglês ou espanhol; no período de 2015 a 2025; e que tivessem como assunto principal a colostomia e sua relação com a qualidade de vida e/ou autocuidado. Foram excluídos estudos pagos, duplicados, incompletos, relatos de experiência e aqueles que não respondiam ao objetivo da pesquisa.
Inicialmente, foram identificados 1.080 artigos. Após a leitura de títulos e resumos, e aplicação dos critérios de inclusão, restaram 91 estudos. Na leitura completa, 80 foram excluídos por inadequação ao tema, resultando em 11 artigos que compuseram a amostra final.
A análise dos estudos selecionados foi realizada por meio de leitura crítica, extraindo-se dados referentes a: ano, país de publicação, delineamento metodológico, população estudada, principais achados sobre qualidade de vida e autocuidado, e recomendações relacionadas ao papel da enfermagem.

Resultados e Discussão

Os resultados evidenciam que a colostomia provoca repercussões multifatoriais na vida dos pacientes, interferindo diretamente na qualidade de vida, no bem-estar emocional, nas relações sociais e nas práticas de autocuidado. Entre os principais achados, destacam-se os impactos físicos, como a perda do controle excretor, formação de gases, odores e complicações frequentes, incluindo dermatite periestomal, hérnias e prolapsos. Essas condições comprometem a autonomia, limitam a realização de atividades básicas e dificultam a manutenção da rotina. A imagem corporal surge como um dos aspectos mais afetados, sendo um estressor primário que gera desconforto, vergonha e sentimento de inadequação. Esse fator está diretamente associado ao desenvolvimento de transtornos psicológicos, como ansiedade, depressão, tristeza e medo, repercutindo negativamente na autoaceitação. Os estudos analisados também apontam alterações significativas nas relações sociais, que incluem abandono do trabalho, afastamento de amigos e familiares e problemas conjugais. Esse processo de afastamento social muitas vezes desencadeia um ciclo de isolamento, em que o medo do julgamento e a dificuldade em manter a autonomia reforçam a exclusão. Por outro lado, a literatura destaca que a adaptação positiva à colostomia depende diretamente do fortalecimento do autocuidado. O apoio familiar é um elemento central nesse processo, favorecendo a aprendizagem do manejo do estoma e a aceitação da nova condição. Nesse cenário, o cuidado de enfermagem assume papel estratégico. O enfermeiro, sobretudo o especialista em estomaterapia, atua na educação em saúde, no aconselhamento psicológico, na prevenção e tratamento de complicações e no estímulo à autonomia do paciente. A inserção de tecnologias móveis, como aplicativos e programas de Health, surge como recurso promissor para ampliar o acesso à informação e promover a continuidade do cuidado. Dessa forma, os resultados evidenciam que a colostomia transcende a dimensão técnica-cirúrgica, exigindo uma abordagem integral, interdisciplinar e culturalmente sensível. Intervenções restritas ao ato cirúrgico não são suficientes para garantir qualidade de vida, sendo imprescindível a associação com suporte psicológico, social e educacional. Além disso, devem ser considerados os aspectos espirituais e culturais do paciente, uma vez que práticas religiosas e rotinas de higiene podem ser diretamente afetadas. Portanto, o processo de adaptação exige acompanhamento contínuo e humanizado, que respeite a individualidade e promova a reintegração social com dignidade e autonomia.

Conclusão

A colostomia impacta a qualidade de vida de maneira multifacetada, impondo desafios físicos como fadiga e limitações diárias, e psicossociais, como ansiedade e vergonha. A superação desses fatores e adaptação à nova imagem corporal exige acompanhamento profissional e educação continuada, sendo que tecnologias móveis e cirurgias que preservam a imagem corporal surgem como alternativas promissoras. A melhoria do bem-estar do paciente depende, portanto, de uma abordagem multidisciplinar e integral que atendam às necessidades físicas, emocionais e sociais.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Atenção à Saúde da Pessoa com Estomia: diretrizes para o cuidado. Brasília: MS, 2019.

COLOMBO, P. B. et al. Qualidade de vida de pacientes com estomia intestinal: revisão integrativa. Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 74, n. 2, p. 1-9, 2021.

COSTA, M. A.; SOARES, M. C. Impacto da colostomia na vida do paciente oncológico: revisão narrativa. Cogitare Enfermagem, Curitiba, v. 26, e75743, 2021.

FARIA, G. L. et al. Estratégias de autocuidado em pessoas com colostomia: contribuições da enfermagem. Revista de Enfermagem UFPE, Recife, v. 15, n. 3, p. 1-9, 2021.

FERREIRA, E. B.; MARTINS, M. C. O papel da enfermagem no cuidado à pessoa com estomia. Acta Paulista de Enfermagem, São Paulo, v. 33, eAPE20200015, 2020.

MELO, M. C. et al. A vivência de pessoas com estomia intestinal e os impactos na vida cotidiana. Revista Gaúcha de Enfermagem, Porto Alegre, v. 43, e20210098, 2022.

SANTOS, V. L. C. G.; CESARETTI, I. U. Assistência em estomaterapia: cuidando de pessoas com estomia. 3. ed. São Paulo: Atheneu, 2021.

SILVA, A. C. F. et al. Repercussões psicossociais em pessoas com estomia: revisão sistemática. Revista Enfermagem Atual In Derme, Rio de Janeiro, v. 98, e021009, 2022.

SOARES, R. C.; OLIVEIRA, P. R.; ALMEIDA, L. F. Tecnologias digitais no cuidado ao paciente com colostomia: revisão integrativa. Texto & Contexto Enfermagem, Florianópolis, v. 33, e20240012, 2024.

WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. Journal of Advanced Nursing, Oxford, v. 52, n. 5, p. 546–553, 2005.