



## **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.