



# EliminaCare

Diário de anotações e informações  
para pessoas com estomas e/ou  
drenos de eliminação

## Elaboração:

Acadêmicas de Enfermagem do 5º período da Escola de Enfermagem Alfredo Pinto na disciplina Atenção a Saúde do Adulto e do Idoso (ASAI).

Daniella Fernandes de Almeida Santos  
Erika Kunze Eikievicius Costa  
Fernanda Lopes Pinto  
Kamila Beringui de Oliveira da Silva  
Leandra Albino de Oliveira e Silva  
Thaís Andrade dos Santos

## Orientação:

Profª Priscilla Alfradique de Souza

**Essas foram as mulheres  
que criaram esse  
caderninho para te  
ajudar !!**



# Objetivos do EliminaCare

Querido leitor! Seja bem-vindo ao seu diário!



Ele contém informações para que você entenda o que são drenos e bolsas e para te ajudar no seu próprio cuidado.

Além disso, você também identifica como está se sentindo através das escalas de dor, de humor e de adaptação.



Com esse diário, você vai poder registrar suas dúvidas, seus medos e inseguranças e assim poder relatar na sua próxima consulta.

# Objetivos do EliminaCare

- Orientar quanto aos cuidados;
- Estimular o autocuidado;
- Avaliar continuamente a adaptação, humor, dor e eliminação;
- Promover construção de conhecimento;
- Relatar dúvidas, medos e inseguranças.



Esperamos que este diário seja um espaço de auxílio ao autocuidado de melhoria da qualidade de vida!



# Drenos



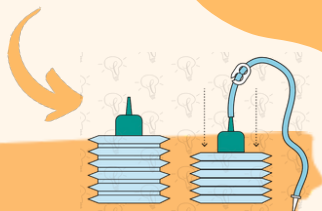
Você sabe o  
que  
é um dreno ?

O dreno é um tubo, que pode ser inserido na pele depois de algumas cirurgias, acoplado a um recipiente a vácuo.

Drenos servem para retirar líquidos, como pus e sangue, e ar acumulados no local de onde foi realizada uma cirurgia, diminuindo riscos de infecções e proporcionando uma melhor cicatrização.



# Cuidados com Drenos



- Não dobrar o dreno;
- Evitar puxar o dreno para que ele não saia do local da cirurgia;
- Usar roupas largas ou abertas na frente que facilitem a vestimenta;
- Registrar a cor e quantidade de líquido eliminado e anotar com data;
- Manter o dreno abaixo do local de entrada para facilitar a drenagem. Pode prender o dreno na cintura ou colocar dentro de uma bolsa com alça comprida por exemplo.

# Cuidados com Drenos

## Como higienizar:

- A higiene do local de entrada do dreno deve ser realizada uma vez no dia ou mais vezes se orientado pela equipe médica;
- Em casa pode ser feito com água e sabão durante o banho;
- Separar uma toalha só para secar o local da entrada do dreno;
- Pode ser limpa também com gaze umedecida com soro fisiológico, secar o local, aplicar álcool a 70%.

## **No caso de o dreno se desconectar do reservatório:**

- 1- Feche a trava;
- 2- Lave as mãos;
- 3- Limpe as partes que se soltaram com álcool;
- 4- Reconecte-as, e proceda com o procedimento de retirada de ar do reservatório como orientado acima.



# Cuidados com Drenos

## Como esvaziar:



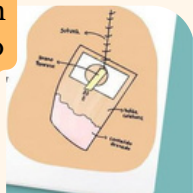
- 1- Lavar as mãos antes de manipular o dreno;
- 2- Fechar a trava que existe no tubo coletor (clampear);
- 3- Abrir a tampa do reservatório com cuidado;
- 4- Esvaziar o conteúdo em um frasco, pote ou tigela (pode ser usado um copo descartável, um copo de medida ou uma seringa) - em caso de coletor tipo sanfona realizar movimentos circulares com o coletor deixando todo conteúdo sair;
- 5- Após a medição, desprezar o conteúdo no vaso sanitário;
- 6- **Não lavar o dreno por dentro;**
- 7- Refazer o vácuo, apertando o coletor e fechando a tampa;
- 8- Reabrir a trava.





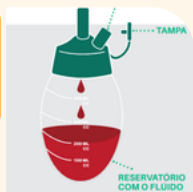
# Tipos de Drenos

Penrose: dreno de borracha, utilizado em cirurgias com possível acúmulo de líquido na ferida do pós-operatório.



Dreno de Sucção (Portovac): bolsa sanfonada feita para retirar a secreção produzida após a cirurgia, deve estar pressionada para auxiliar na drenagem por sucção.

Dreno de Blake: dreno de silicone em formato de pera que funciona a vácuo sugando a secreção.



# Ostomia, Estomia ou Estoma

São palavras que possuem o mesmo significado, derivado do grego em que “osto” é boca e “tomia” abertura. É uma cirurgia realizada com objetivo de construir um caminho alternativo para eliminar a urina ou as fezes, assim como auxiliar na respiração ou na alimentação. É um procedimento cirúrgico que cria o estoma, um orifício, na parede abdominal ou na traqueia, de maneira definitiva ou provisória.

## Bolsas de ostomias

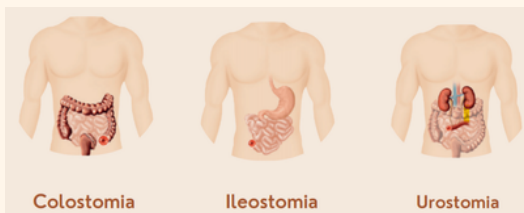
A bolsa de estomia é utilizada por pessoas que passaram pela cirurgia de criação do estoma. A bolsa é um saco coletor, que coleta as fezes ou a urina. Cada bolsa é indicada de acordo com a abertura feita na parede abdominal, idade da pessoa e tipo de eliminação.



# Tipos de Ostomias

A classificação das estomias deriva de sua função e do local onde foi realizada, iniciado pelo nome do local e seguido de "ostomia".

- Colostomia: abertura no intestino grosso para saída de fezes ou urina e fezes.
- Ileostomia: abertura no intestino delgado (fino) para saída de fezes.
- Urostomia: um pedaço do intestino delgado é conectado ao ureter para saída de urina.



Você sabia que pessoas estomizadas tem direitos?  
Da uma olhada no guia que a OMS lançou acessando o QR CODE



# Cuidados com Bolsas de Eliminação

Características de um estoma normal:

- O estoma é úmido, avermelhado e sem irritações.
- O estoma drena quantidade moderada de líquido ou fezes pastosas e flatos na bolsa.



A bolsa deve ser **trocada** a cada 3 a 7 dias, dependendo das bordas do estoma, do abdome, da condição da pele ao redor do estoma.

Observe a quantidade de eliminação na bolsa e **esvazie** se estiver mais que um terço cheia. Anote a quantidade.

Observe o estoma quanto a cor, inchaço, feridas e a pele ao redor. Bolsas claras ou transparentes são mais práticas pois permitem ver o estoma sem a sua remoção.

# Cuidados com Bolsas de Eliminação

Como trocar a bolsa:



1- Retire a bolsa cuidadosamente.



2- Limpe a pele ao redor do estoma com água morna da torneira usando uma compressa ou pano limpo; não esfregue a pele.

3- Seque a pele.

4- Meça o estoma. É esperado que o tamanho mude nas primeiras 4 a 6 semanas pós cirurgia.

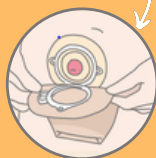
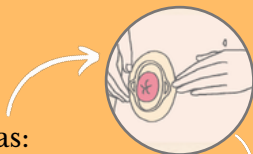


5- Corte a abertura na bolsa do tamanho medido.

6- Cole a bolsa.



\*Se usar um sistema de duas peças:  
Primeiro aplique a barreira protetora de pele e depois anexe a bolsa. Encaixe a bolsa e mantenha pressão com os dedos.



# Relatos de Experiência

## "Você não está sozinho!"



"Uso a bolsinha há 6 anos! Penso sempre na oportunidade de estar viva e agradeço por esse recurso! É preciso fazer um trabalho com você mesmo e agradecer todos os dias pela oportunidade de estar aqui e doar amor a quem precisa! Não é fácil, mas da pra fazer!"

"Eu dizia que preferia morrer a passar por uma ostomia. Mas, quando vi que ia morrer mesmo, eu tive que fazer. Hoje, estou super bem. Faço academia, dança de salão, viajo, vou à praia".  
Nilza Fonseca, presidente da Associação dos Ostomizados de Brasília (Aosb)



# Relatos de Experiência

## "Você não está sozinho!"

"Tudo o que acontecia comigo na adolescência eu pesquisava na internet. Era muito difícil encontrar histórias parecidas com a minha. Eu procurava referências de pessoas mais novas e só encontrava adultos ou pessoas de outros países falando sobre a bolsa de colostomia. Eu faço as mesmas coisas, passo pelos mesmos perrengues e vou mostrando o que fui descobrindo para me adaptar, porque muita gente não sabe como continuar, viver e fazer as coisas". Lorena Eltz, influenciadora digital.



“Algumas pessoas usam brincos, outras colares, outras preferem anéis e eu, além de tudo isso, ainda uso bolsa (risos). É só mais um acessório lindo que me deixa mais vaidosa. Ter a certeza de uma vida tranquila, serena e ao mesmo tempo intensa são adjetivos que me fazem esquecer da estomia”. Lilian de Castro.

# Relate aqui a intensidade de sua dor



<b>Dia 1:</b>	/	/	
<b>Dia 2:</b>	/	/	
<b>Dia 3:</b>	/	/	
<b>Dia 4:</b>	/	/	
<b>Dia 5:</b>	/	/	
<b>Dia 6:</b>	/	/	
<b>Dia 7:</b>	/	/	
<b>Dia 8:</b>	/	/	
<b>Dia 9:</b>	/	/	
<b>Dia 10:</b>	/	/	
<b>Dia 11:</b>	/	/	
<b>Dia 12:</b>	/	/	
<b>Dia 13:</b>	/	/	
<b>Dia 14:</b>	/	/	
<b>Dia 15:</b>	/	/	



# Relate sobre seu humor

**Tristeza**



**Alegria**



**Raiva**



**Ansiedade**



**Medo**



**Não sei**



**Dia 1:**

**Dia 2:**

**Dia 3:**

**Dia 4:**

**Dia 5:**

**Dia 6:**

**Dia 7:**

**Dia 8:**

**Dia 9:**

**Dia 10:**

**Dia 11:**

**Dia 12:**

**Dia 13:**

**Dia 14:**

**Dia 15:**

**Dia 16:**

**Dia 17:**

**Dia 18:**

**Dia 19:**

**Dia 20:**

**Dia 21:**

**Dia 22:**

**Dia 23:**

**Dia 24:**

**Dia 25:**

**Dia 26:**

**Dia 27:**

**Dia 28:**

**Dia 29:**

**Dia 30:**

**Dia 31:**

**Dia 32:**

**Dia 33:**

**Dia 34:**

**Dia 35:**

**Dia 36:**

**Dia 37:**

**Dia 38:**

**Dia 39:**

**Dia 40:**

# Relate sua adaptação na primeira semana

Data: \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Como está sua vida social?

Boa  Normal  Ruim  Péssima

---

---

Como está sua adaptação com o dispositivo coletor?

Boa  Normal  Ruim  Péssima

---

---

O que sente quando pensa no coletor?

Felicidade  Alívio  Indiferença  
 Raiva  Dor  Tristeza

---

---

O que tem ajudado durante a adaptação?

Amigos  Família  Fé  
 Profissionais  Outros: \_\_\_\_\_

---

---

Está otimista?

Sim  Não

---

---

O dispositivo tem te impedido de fazer algo?

---

---

# Relate sua adaptação na segunda semana

Data: \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Como está sua vida social?

Boa  Normal  Ruim  Péssima

---

---

Como está sua adaptação com o dispositivo coletor?

Boa  Normal  Ruim  Péssima

---

---

O que sente quando pensa no coletor?

Felicidade  Alívio  Indiferença  
 Raiva  Dor  Tristeza

---

---

O que tem ajudado durante a adaptação?

Amigos  Família  Fé  
 Profissionais  Outros: \_\_\_\_\_

---

---

Está otimista?

Sim  Não

---

---

O dispositivo tem te impedido de fazer algo?

---

---

# Relate sua adaptação na terceira semana

Data: \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Como está sua vida social?

Boa  Normal  Ruim  Péssima

---

---

Como está sua adaptação com o dispositivo coletor?

Boa  Normal  Ruim  Péssima

---

---

O que sente quando pensa no coletor?

Felicidade  Alívio  Indiferença  
 Raiva  Dor  Tristeza

---

---

O que tem ajudado durante a adaptação?

Amigos  Família  Fé  
 Profissionais  Outros: \_\_\_\_\_

---

---

Está otimista?

Sim  Não

---

---

O dispositivo tem te impedido de fazer algo?

---

---

---

---

# Relate sua adaptação na quarta semana

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Como está sua vida social?

Boa  Normal  Ruim  Péssima

---

---

Como está sua adaptação com o dispositivo coletor?

Boa  Normal  Ruim  Péssima

---

---

O que sente quando pensa no coletor?

Felicidade  Alívio  Indiferença  
 Raiva  Dor  Tristeza

---

---

O que tem ajudado durante a adaptação?

Amigos  Família  Fé  
 Profissionais  Outros: \_\_\_\_\_

---

---

Está otimista?

Sim  Não

---

---

O dispositivo tem te impedido de fazer algo?

---

---

---

---

# Relate sua adaptação na quinta semana

Data: \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Como está sua vida social?

Boa  Normal  Ruim  Péssima

---

---

Como está sua adaptação com o dispositivo coletor?

Boa  Normal  Ruim  Péssima

---

---

O que sente quando pensa no coletor?

Felicidade  Alívio  Indiferença  
 Raiva  Dor  Tristeza

---

---

O que tem ajudado durante a adaptação?

Amigos  Família  Fé  
 Profissionais  Outros: \_\_\_\_\_

---

---

Está otimista?

Sim  Não

---

---

O dispositivo tem te impedido de fazer algo?

---

---

---







# Minhas Consultas e Exames

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_



# Minhas Consultas e Exames

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_ **Horário:** \_\_\_\_\_  
**Local:** \_\_\_\_\_  
**Médico:** \_\_\_\_\_  
**Especialidade:** \_\_\_\_\_























# Referências

- 1- Afinal, o que é ostomia? Disponível em: <<https://sp.unifesp.br/epc/camgrad/noticias/afinal-o-que-e-ostomia>>.
- 2- JP, D. Dreno Cirúrgico de Sucção ou Vácuo. [s.l: s.n.]. Disponível em: <<https://www.spmastologia.com.br/pdf/72bcb35876ca078a63302aedcc6eb701.pdf>>.
- 4- REDAÇÃO. “Minha estomia não me define”: campanha derruba preconceito contra bolsa. Disponível em: <<https://www.vidaecao.com.br/minha-estomia-nao-me-define-como-estomizados-convivem-com/>>.
- 5- PERRY, Anne Griffin; POTTER, Patricia Ann; ELKIN, Martha Keene. Procedimentos e intervenções de enfermagem. 5ªed. Elsevier Health Sciences, 2013.
- 6- SMELTZER, Suzanne C.; BARE, Brenda G.. Brunner & Suddarth, tratado de enfermagem médico-cirúrgica - v. 3. 9. ed. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.
- 7- SOARES, Felipe. Cuidados de Enfermagem Com Drenos e Cateteres - Biblioteca Virtual de Enfermagem - Cofen. 9 de jun. 2020. Disponível em:<<http://biblioteca.cofen.gov.br/videos/drenos-e-cateteres/>>.

**Espero que esse diário  
te ajude nesse  
momento de sua vida !!**

