Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Cambio del sistema de bolsa de urostomía en casa

En esta información, encontrará información que le servirá de ayuda para cambiar su sistema de bolsa de urostomía desechable después de que le den el alta (se retire) del hospital. Al sistema de bolsa de urostomía a veces se lo conoce como dispositivo de urostomía.

Para obtener más información sobre la urostomía y el cuidado del sistema de bolsa de urostomía, lea el recurso *Información sobre la urostomía* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/about-your-urostomy). También puede ver el recurso *How to Change Your Urostomy Pouching System at Home* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-change-your-urostomy-pouching-system-home).

Cómo cambiar su sistema de bolsa

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

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.

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.

Puede cambiar su sistema de bolsa donde se sienta más cómodo. Puede hacerlo sentado o parado. A la mayoría de las personas les gusta cambiarlo en el

baño frente al espejo. También puede quitarse el sistema de bolsa y limpiar la zona que rodea el estoma como parte de su rutina de ducha habitual.

Materiales

Reúna los materiales antes de comenzar. Necesitará lo siguiente:

- Espray removedor de adhesivos (si no puede conseguir el espray, use toallitas removedoras de adhesivos).
- Gasas, toallas de papel o paños limpios
- Agua tibia
- Lubricante (si utiliza un sistema de bolsa de 2 piezas)
- Guía de medición
- Bolígrafo o marcador
- Tijeras (si usa un disco cortado a medida)
- Nuevo sistema de bolsa

También debe reunir los materiales adicionales que esté utilizando, por ejemplo:

- Espejo (para poder ver mejor sus movimientos)
- Secador de pelo o ventilador de mano
- Lámina delgada de hidrocoloide (opcional)
- Protector líquido para la piel (opcional)
- Anillo de barrera o junta de protección (opcional)
- Tiras elásticas de barrera (opcional)
- Cinturón para ostomía (opcional)

Instrucciones

1. Lávese las manos.
    - Si usa agua y jabón, mójese las manos y aplique jabón. Frótese las manos

durante al menos 20 segundos, luego enjuáguelas. Séquelas con toallas de papel. Use esa misma toalla para cerrar el grifo.

- Si usa un desinfectante de manos a base de alcohol, asegúrese de cubrir todas las partes de sus manos con él. Frótese las manos hasta que estén secas.

2. Vacíe la bolsa.
   - Abra el pico o la válvula de la parte inferior de la bolsa. Esto permitirá que la orina salga de la bolsa.
   - Asegúrese de hacer esto sobre un inodoro para recoger la orina. Puede colocar un trozo de papel higiénico en el inodoro primero para evitar que la orina salpique.
   - Una vez que la bolsa esté vacía, límpiela con papel higiénico. Luego, ciérrela para que no salga más orina.
3. Lávese las manos. Siga las instrucciones del paso 1.
4. Quítese el sistema de bolsa. Retire el disco y la bolsa al mismo tiempo.
   - Rocíe el removedor de adhesivos sobre el disco.
   - Con una mano, haga presión sobre la piel. Con la otra mano, levante con cuidado un borde del disco y despéguelo de la piel. No tire del disco directamente de la piel. La piel alrededor de su estoma es sensible, por lo que es importante que lo haga con suavidad. Rocíe más removedor de adhesivos debajo del disco a medida que avanza, hasta que lo enrolle por completo.
     - Si se quita el sistema de bolsa en la ducha, también debe usar el espray removedor de adhesivos. No podrá despegar el disco de la piel solo con agua.
   - Una vez que haya quitado el sistema de bolsa, tírelo a la basura.
   - Sostenga una gasa seca, una toalla de papel o un paño limpio sobre la abertura del estoma. Esto evitará que la orina se filtre. Cambie la gasa, la toalla de papel o el paño si se empapa con orina.
     - Si se quita el sistema de bolsa en la ducha, no necesita hacer esto. La

orina fluirá por el drenaje de la ducha.

- A muchas personas les gusta dejar la piel descubierta durante 15 a 30 minutos después de quitarse el sistema de bolsa. Una forma de referirse a esto es “dejar que la piel descanse”. Usted puede decidir si desea darle un descanso a su piel. Si decide hacerlo, sostenga una toalla, un orinal portátil u otro recipiente sobre el estoma. Esto servirá para recolectar la orina que se filtre fuera del cuerpo.

5. Limpie y seque la piel alrededor del estoma.
   - Humedezca una gasa, una toalla de papel o un paño limpio con agua tibia. Úselo para limpiar suavemente la piel alrededor del estoma. No use jabón.
   - Seque la piel alrededor del estoma. Puede usar un secador de pelo en la configuración “frío” o un ventilador de mano. También puede secar la piel con golpecitos suaves utilizando una gasa o una toalla de papel seca, o un paño limpio y seco.
   - Asegúrese de que la zona esté completamente seca. La piel no debe estar pegajosa.
6. Mida el tamaño de su estoma.
   - El estoma se reducirá lentamente de 6 a 8 semanas después de su cirugía. Durante este tiempo, use una guía de medición para medir el estoma y ajustar el disco. Use la guía de medición cada vez que cambie su sistema de bolsa. Una vez que el estoma alcance su tamaño permanente, puede comenzar a usar un disco cortado previamente.
   - Si su estoma es redondo, use la guía de medición para medirlo. Compare los orificios de la guía de medición con el tamaño de su estoma. Elija el orificio que se ajuste exactamente alrededor de su estoma sin espacios.
   - Si su estoma no es redondo, mida el lado vertical primero, luego el lado horizontal.
7. Prepare el nuevo sistema de bolsa.
   - Coloque la guía de medición sobre la parte posterior del disco. La parte posterior es el lado que pondrá contra su piel. Use la guía de medición

para moldear o cortar el disco según el tamaño exacto que necesita. Algunos discos tienen líneas que le pueden ayudar. También puede delinear el tamaño correcto en la parte posterior del disco. Ubique el disco contra el estoma para asegurarse de que sea del tamaño correcto.

- Si usa un disco moldeable, voltee el disco para que quede de frente. El frente es el lado que no estará en contacto con la piel. Suavemente, gire hacia atrás la abertura y presione durante unos segundos. Esto evitará que se enrolle demasiado.
- Si está utilizando un disco cortado a medida, recuerde comenzar a cortar en el orificio del medio.

- **Si utiliza un sistema de bolsa de 2 piezas, haga lo siguiente:**
  - Corte el disco (véase la figura 1). Alise los bordes ásperos con el dedo.
  - Ponga una pequeña cantidad de agua o lubricante alrededor del borde de la pestaña de la bolsa y el disco. Esto ayudará a sellarlos firmemente. Luego, abroche el disco y la bolsa (véase la figura 2). Dele un pequeño tirón para cerciorarse de que esté abrochado.

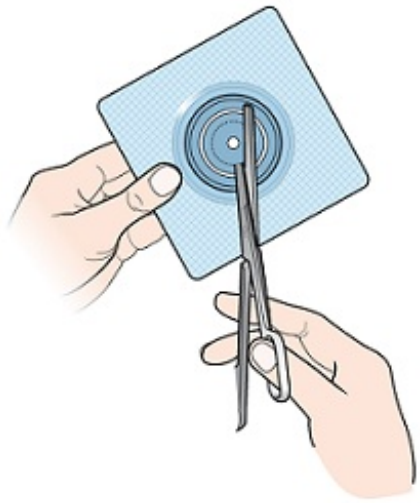


Figura 1. Corte del disco para un sistema de bolsa de 2 piezas



Figura 2. Ajuste de la bolsa al disco para un sistema de bolsa de 2 piezas

- **Si está utilizando un sistema de 1 pieza,** el disco y la bolsa están unidos (véase la figura 3).
  - Antes de cortar, tire de la bolsa para separarla del disco (véase la figura 4). Esto le ayudará a asegurarse de no cortar la bolsa mientras corta el disco.
  - Una vez separada la bolsa, corte el disco (véase la figura 5). Luego, alise los bordes ásperos con el dedo.



Figura 3. La bolsa y el disco unidos en un sistema de bolsa de 1 pieza

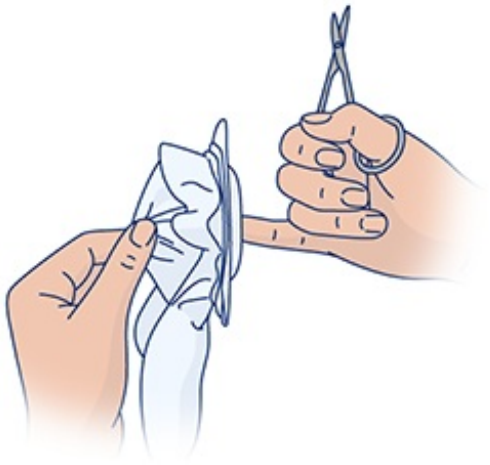


Figura 4. Cómo separar la bolsa del disco en un sistema de bolsa de 1 pieza



Figura 5. Corte del disco para un sistema de bolsa de 1 pieza

- Verifique el pico o la válvula en la parte inferior para asegurarse de que la bolsa esté cerrada.

8. Prepare la piel alrededor del estoma.
   - Si se filtró orina del estoma mientras preparaba el sistema de bolsa, limpie la zona. Siga las instrucciones del paso 5.
   - Si la piel alrededor del estoma está irritada o muy roja, aplique una lámina protectora delgada de hidrocoloide o un protector líquido para la piel. Para obtener más información, lea *Cómo tratar la irritación de la piel alrededor de su estoma de urostomía* (www.mskcc.org/es/cancer-

care/patient-education/how-manage-skin-irritation-around-your-urostomy-stoma).

- Si usa un anillo de barrera o una junta de protección, quite la parte de atrás de ambos lados. Luego, puede ponerla de una de estas maneras:
  - Estire el anillo de barrera o la junta de protección para que coincida con el tamaño de la abertura del disco. Aplique presión sobre la parte posterior del disco.
  - Estire el anillo de barrera o la junta de protección para que se ajuste al estoma. Presione suavemente sobre la piel. Debe estar justo contra el estoma, sin que queden espacios.

9. Colóquese el sistema de bolsa.
   - Despegue la parte posterior del disco y colóquelo sobre el estoma. Puede ser útil usar el espejo. Asegúrese de que el disco esté contra la piel en la base del estoma.
   - Coloque la mano sobre el disco. El calor de su mano ayudará a que se adhiera a la piel. Siga las instrucciones del fabricante con respecto al tiempo que debe dejar la mano allí. Por lo general, es de 5 a 10 minutos.
10. Aplique cualquier producto accesorio que esté utilizando.
    - Si usa tiras de barrera elásticas, quite la parte de atrás de ambos lados de las tiras. A continuación, colóquelas sobre el disco, cerca del centro. No hay problema si una pequeña parte queda sobre la piel. Pero procure que no haya demasiada cantidad sobre la piel, ya que puede causar irritación.
    - Si utiliza un cinturón de ostomía, sujételo a las lengüetas del sistema de bolsa. Enganche el cinturón a un lado del sistema de bolsa. Luego, envuélvalo alrededor de la cintura y engánchelo al otro lado. Ajústelo para que quede bien ceñido.
11. Lávese las manos. Siga las instrucciones del paso 1.

La piel alrededor del estoma

Mientras cambia su sistema de bolsa, observe el color del estoma y de la piel

que lo rodea. El estoma debe ser rojo o rojo rosáceo, como el color dentro de su boca. Si es de cualquier otro color, como marrón, gris o negro, tómele una foto.

Envíe la foto a su médico a través de su cuenta de MSK MyChart. Llame su médico después de que termine de cambiar su sistema de bolsa. Tal vez le resulte útil seguir las instrucciones del recurso *Consejos para tomar fotografías para mostrarle a su proveedor de cuidados de la salud* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/tips-taking-pictures-share-your-healthcare-provider).

La piel alrededor del estoma puede ser ligeramente rosada (si tiene una piel más clara). O, puede ser marrón grisácea (si tiene una piel más oscura). Esto se debe a la presión del disco y no significa que la piel está irritada. La piel debería volver a su color normal si la deja descubierta durante 15 a 30 minutos.

Cuidado de la piel irritada

La piel irritada se verá roja brillante, no rosada. También es posible que sienta ardor, picazón o dolor en la zona. Si nota que la piel alrededor del estoma está irritada, tómele una foto. Envíe la foto a su médico a través de su cuenta de MSK MyChart. Llame su médico después de que termine de cambiar su sistema de bolsa. También puede seguir las instrucciones del recurso *Cómo tratar la irritación de la piel alrededor de su estoma de urostomía* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-manage-skin-irritation-around-your-urostomy-stoma).

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center