

#12 Dezembro 2023



Associação Portuguesa de Enfermeiros  
de Cuidados em Estomaterapia

# ***NEWSLETTER*** ***APECE***

***#Juntos pela Estomaterapia***

## **1. Mensagem da Presidente**

Cláudia Silva

## **2. Comemoração do dia da pessoa com ostomia**

Consulta de Estomaterapia do IPO Lisboa  
Dia Mundial do Ostomizado 2023 CHTMAD  
Encontro da Pessoa com Ostomia Entre o Douro e Vouga  
I Encontro de Ostomias de Eliminação da Ilha Terceira  
Consulta de Estomaterapia do IPO Coimbra



Associação Portuguesa de Enfermeiros  
de Cuidados em Estomaterapia

# 1. Mensagem da Presidente



*Cláudia Rocha Silva*  
Presidente APECE

Caros colegas

2023 foi um ano de desafios, de instabilidade política e social que nos afetou globalmente a todos.

Enfermeiros, profissionais de saúde e utentes, parceiros e sociedade em geral, todos sofremos em 2023 os efeitos da inflação, da crise política, da instabilidade financeira e das dificuldades de acesso aos serviços de saúde: urgências, cirurgias, rede de cuidados continuados.

Mas ultrapassámos com dignidade e excelência mais estes desafios, fazendo crescer a enfermagem e a estomaterapia.

Os enfermeiros de estomaterapia provaram uma vez mais a sua resiliência e dedicação à pessoa com ostomia e à nossa área de cuidados, colocando a pessoa com ostomia e a sua família na ordem do dia, no centro dos cuidados, com a promoção de variadas atividades associadas às consultas de estomaterapia, de norte a sul do país.

A comemoração do dia da pessoa com ostomia, no passado mês de Outubro, foi celebrada com iniciativas de sensibilização da comunidade, para aceitar a diferença, integrar e dignificar a pessoa com ostomia e as suas necessidades.

É com carinho que dedicamos a todos os enfermeiros de estomaterapia, que incentivam a autonomia e a reintegração social da pessoa com ostomia, mais uma edição da newsletter APECE.

Muitos parabéns!

Queremos partilhar com a nossa comunidade as vossas iniciativas e atividades.

Juntos pela estomaterapia e um excelente 2024.

## 2. Comemoração do dia da pessoa com ostomia

### Consulta de Estomaterapia do IPO Lisboa

Cláudia Silva



Em setembro de 2023 a consulta de Estomaterapia do IPO de Lisboa envolveu a comunidade hospitalar, num olhar dirigido à pessoa com ostomia. A realização da **11ª Edição do Curso de Estomaterapia IPOL**, foi este ano dedicado à integração de enfermeiros de oncologia, no cuidado à pessoa com ostomia contando com a participação de mais de 20 formadores profissionais do IPO, parte do processo assistencial à pessoa com Ostomia.

O curso fez parte da celebração do **15 aniversário da Consulta de Estomaterapia do IPO Lisboa** e associou-se á comemoração o dia da pessoa com ostomia que contou este ano com um open day dedicado a acolher pessoas com ostomia e família num espaço de formação, partilha e conexão com a comunidade hospitalar.



A exposição **estomaterapia memória e futuro** demonstrou a evolução dos dispositivos e recursos para cuidar das pessoas com ostomia ao longo dos últimos 60 anos.



Associação Portuguesa de Enfermeiros  
de Cuidados em Estomatologia

## 2. Comemoração do dia da pessoa com ostomia

### Dia Mundial do Ostomizado 2023 CHTMAD

Liliana Grilo Miranda

Como já vem sendo habitual, ao longo dos 12 anos de existência da Consulta de Estomatologia do Centro Hospitalar de Trás-os-Montes e Alto Douro (CHTMAD), todos os anos realizamos uma atividade no sentido de comemorar o Dia Mundial do Ostomizado mas também o aniversário da consulta. De entre as várias atividades realizadas ao longo do tempo, destacam-se campanhas de sensibilização dirigidas à comunidade no sentido de esclarecer dúvidas e conceitos relacionados com a temática Ostomias; publicação de artigos de opinião em jornais locais e nacionais alusivos à temática; realização de vídeos de sensibilização acerca do que é o dia-a-dia da pessoa ostomizada (3 de outubro | dia mundial do ostomizado. – CH | Trás-os-Montes e Alto Douro (min-saude.pt) e com testemunhos de pessoas ostomizadas e profissionais de saúde que constituem a equipa multidisciplinar (<https://www.youtube.com/watch?v=sORsL3LNAXA&feature=youtu.be>).

Além destas várias atividades, têm sido concretizados também alguns **eventos** científicos, nomeadamente o que aconteceu este ano no dia 7 de outubro (**Dia Mundial do Ostomizado 2023**) na Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa Alto Tâmega (ESSCVP Alto Tâmega), parceira e co-organizadora deste evento.



Este dia de comemoração contou com a presença de vários oradores e moderadores de renome nacional e internacional e com participantes provenientes de vários pontos do país.



Associação Portuguesa de Enfermeiros  
de Cuidados em Estomaterapia

## 2. Comemoração do dia da pessoa com ostomia

### Dia Mundial do Ostomizado 2023 CHTMAD

Foram várias as temáticas abordadas, incluindo todos os tipos de ostomia e incontinência fecal, nomeadamente a investigação científica em ostomias de eliminação intestinal e ostomias de ventilação, a sexualidade da pessoa ostomizada, a intervenção do enfermeiro na incontinência fecal, o desafio do doente com urostomia e com ostomia de alimentação e a inovação na resposta à pessoa ostomizada. De destacar também a conferência intitulada dia mundial do ostomizado que contou com a presença de um representante da Ordem dos Enfermeiros, com a ilustre Enfermeira Estomaterapeuta Augusta Pinheiro e com o testemunho de uma jovem portadora de uma ileostomia por DII.



Destaca-se ainda a Sessão de Abertura, onde estiveram presentes o senhor Presidente da ESSCVP Alto Tâmega, o senhor Enfermeiro Diretor do CHTMAD, a coordenadora do Grupo de Cirurgia Colo-retal do CHTMAD, a Enfermeira Estomaterapeuta do CHTMAD, responsável pela organização do evento, e a senhora Presidente da APECE, a Enfermeira Cláudia Silva.

Para além da enorme qualidade científica das palestras, de referir ainda a participação de trabalhos científicos sob a forma de poster e a presença dos vários laboratórios da indústria farmacêutica na área das ostomias e da nutrição. Sem dúvida um dia magnífico de partilha e convívio.



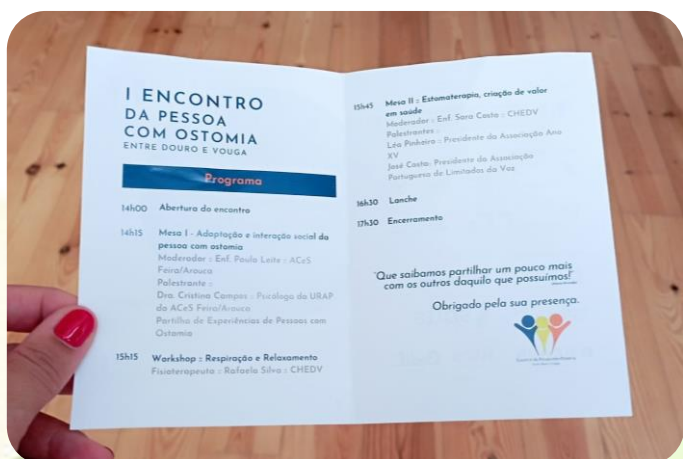
Associação Portuguesa de Enfermeiros  
de Cuidados em Estomatoterapia

## 2. Comemoração do dia da pessoa com ostomia

### Encontro da Pessoa com Ostomia Entre o Douro e Vouga

Sara Costa

No passado dia 7 de outubro comemorou-se o dia Mundial do Ostromizado com a realização do **I Encontro da Pessoa Com Ostomia Entre Douro e Vouga**. O encontro ocorreu no Convento dos Lóios, em Santa Maria da Feira, contando com a presença de cerca de 70 pessoas com ostomia e seus familiares.



Reconhecendo a importância do atendimento especializado a estas pessoas e de abordar esta temática específica, o Agrupamento de Centro de Saúde Feira/Arouca e o Centro Hospitalar Entre Douro e Vouga, através das equipas de Enfermagem de Estomatoterapia, que trabalham diretamente com estas pessoas, proporcionaram um momento de debate e convívio entre profissionais e utentes.





Associação Portuguesa de Enfermeiros  
de Cuidados em Estomaterapia

## 2. Comemoração do dia da pessoa com ostomia

### Encontro da Pessoa com ostomia Entre o Douro e Vouga

Foram debatidos temas como: “Adaptação e interação Social da Pessoa com ostomia”; “Estomaterapia, criação de valor em saúde” e realizado um workshop de respiração e relaxamento.



Para finalizar, os participantes foram contemplados com um momento musical e um lanche convívio.



O objetivo do evento foi proporcionar um momento de interação social e partilha de experiências entre as pessoas com ostomia, os seus cuidadores e os elementos da sua equipa multidisciplinar.



## 2. Comemoração do dia da pessoa com ostomia

### I Encontro de Ostomias de Eliminação da Ilha Terceira

Mariana Cabral

No passado dia 27 de outubro em Angra do Heroísmo, comemorou-se o dia mundial do utente ostomizado (6 de outubro) com a realização do **I Encontro de Ostomias de Eliminação da Ilha Terceira**.

Este encontro organizado pelo HSEIT e dinamizado pelos enfermeiros da Consulta de Enfermagem de Estomatoterapia teve como objetivo divulgar esta realidade bem como promover a partilha de experiências e conhecimento entre profissionais.



Foram momentos muito enriquecedores, onde contamos com a presença de palestrantes com grande peso nesta temática, como as enfermeiras Cláudia Silva e Joana Cereja.

Contamos também com a presença da Dra. Isabel Neto, pioneira dos cuidados paliativos em Portugal, que nos lembrou da importância da humanização na excelência de cuidados.

Foi um dia muito bem passado e produtivo onde se juntaram vários profissionais quer dos cuidados de saúde primários quer dos Hospitais dos Açores, promovendo o relacionamento entre pares.

Foi uma iniciativa organizada e pensada para os profissionais de saúde da Região Autónoma dos Açores, mas com um claro objetivo de servir cada vez melhor os doentes ostomizados.



Associação Portuguesa de Enfermeiros de Cuidados em Estomaterapia

# 2. Comemoração do dia da pessoa com ostomia

## IPO Coimbra – Vidas que Falam

Dora Neves

No dia 15 de Novembro, inserido nas comemorações dos 60 anos do IPO de Coimbra, a Consulta de Estomaterapia do IPOC, comemorou o dia Mundial da Pessoa com Ostomia, dando voz a quem vive com um estoma, promovendo a realização do Fórum, **Vidas que falam**. Este Fórum aberto á comunidade contou com a participação de Pessoas que no decurso do seu processo de doença foram confrontados com a necessidade de uma ostomia.



Quatro utentes do IPO, todos ostomizados, partilharam experiências

### Aprender a viver com ostomia

Uma ostomia consiste na abertura de um orifício que é feito cirurgicamente na zona abdominal e que permite que a urina ou as fezes saiam do corpo por vias alternativas às normais. A ostomia pode ser temporária ou permanente. Esta cirurgia condiciona a vida dos utentes e, nesse sentido, o Instituto Português de Oncologia (IPO) de Coimbra realizou ontem uma sessão para ouvir quem mais lida diariamente com este condicionalismo.

Numa conversa franca com quatro utentes, o sentimento presente na fala foi o da mudança. Depois da cirurgia a vida muda. Madalena Costa, uma das utentes que teve que realizar uma ostomia clarificou como é que esta mudança a afetou. "Esta cirurgia afetou muito a minha vida, quando soube caiu-me tudo. Deixei de ir a restaurantes porque tenho que comer por uma sonda. No entanto há uma nova Madalena. Menos alegre, mas com grandes novas amizades".

é fundamental, e Carlos Manaia, também utente, aponta o outro lado da moeda. "Tenho dificuldades em falar e em respirar, mas encaro a vida como ela é. Ainda assim, tinha pessoas que achavam que eram minhas amigas e que, quando souberam que tinha esta doença, deixaram de falar comigo", revelou. **IPO é melhor amigo** Se, por um lado, há "amizades" que se perdem, Pedro Pereira agradeceu ao IPO pelo serviço prestado. "Muitas vezes, passamos pela cabeça porque

é que somos nós a ter este problema. O doente oncológico, por pior que esteja, não vai ligar aos familiares ou aos amigos para pedir ajuda. Toda a ajuda e apoio que recebemos dos trabalhadores do IPO é fundamental", salientou. A ostomia, temporária ou permanente, muda a vida do cidadão e Carlos Bernardo realçou a forma como passou a olhar para a vida. "Deixei de dar valor às coisas materiais, é mais importante as pessoas com quem estamos", afirmou. **António Cerca Martins**

IPO deu voz aos doentes com ostomia, para mostrar quais as suas principais dificuldades e desafios. Pacientes revelaram uma dura realidade mas um forte otimismo

**humanizar os serviços** A coordenadora do Gabinete de Estomaterapia do IPO de Coimbra, Isabel Morais, realçou a importância de "dar voz" aos doentes que têm ostomia, para que se perceba a sua experiência e as suas áreas de superação. "Com a sua experiência podem não só ajudar os profissionais de saúde como outras pessoas com ostomia", disse. Para a enfermeira há uma necessidade de "humanizar os serviços, ouvindo os doentes".

**20 anos a ajudar** A presidente do Conselho de Administração do IPO Coimbra, Margarida Ornelas, agradeceu ao Gabinete de Estomaterapia que, há mais de duas décadas procura "dar resposta às necessidades crescentes dos doentes, com um acompanhamento mais personalizado e mais sistematizado". Para Margarida Ornelas este gabinete é "um verdadeiro pilar" da instituição, pois permite que os doentes "sintam um pleno acompanhamento, promovendo a qualidade devida para que continue a viver e ser independente".

### In Diário as Beiras

Este Fórum teve como principal objetivo dar voz a quem, de forma permanente ou temporária, sente "na pele" os desafios de viver com uma ostomia associada a um diagnóstico de cancro. Assim, Carlos Manaia, Carlos Bernardo, Madalena Costa e Pedro Pereira, moderados pela Prof. Dr.ª Maria José Núncio, partilharam com uma plateia emocionada as suas histórias, vivências, emoções e a forma como integraram esta nova condição nas suas vidas.

## Testemunhos de superação de quem (re)aprendeu a viver

**Estomia** Carlos Manala, Madalena Costa, Pedro Pereira e Carlos Bernardo responderam ao desafio do IPO e mostraram ontem como se vive, física e mentalmente, com uma alteração no corpo

Margarida Alvarinhas

No Dia Internacional da Pessoa com Estomia, que se assinala ontem, o IPO de Coimbra quis dar voz a alguns dos seus doentes, que mostraram, através do seu testemunho, que é possível ultrapassar a condição em que um cancro um dia os deixou, superar obstáculos e retomar uma vida que, depois da cirurgia que lhes transformou o corpo, pode voltar a ser normal. «Já tinha a noiva Madalena, garbi amor por mim, há amigas que lá, depois que de várias pessoas, disse ontem, no fórum "Vidas que falam", Madalena Costa que, depois do cancro, teve de aprender a viver alimentando-se através de uma sonda que lhe canaliza os alimentos diretamente para o estômago. E logo ela que gostava de festas, do convívio, teve de aprender a gerir o sistema das suas vidas. Tenho fôlego para um convívio, para que não me vejam, mas penso que é com isto que eu tenho de viver, respirar, com um sorriso agradável ao IPO, onde encontro uma família. A estomia de Pedro Pereira é diferente porque o seu tumor foi no intestino e teve de aprender a viver com o chamado "saco". A colonoscopia de 2017 revelou o que não queria ouvir - desde então iniciou uma



Sessão, moderada por Maria José Nuno, decorreu no auditório do IPO

longa caminhada. «Não é fácil, admitiu reconhecendo que a família que encontro no IPO é fundamental para ajudar a ultrapassar a situação. E deixou o conselho, se tiverem de pedir ajuda peçam ajuda para ser mais fácil este processo. Com Madalena e com Pedro, outros testemunhos se ficaram ouvir na sala, nomeadamente de Carlos Manala e Carlos Bernardo, todos eles com um sentimento comum de gratidão ao IPO e, concretamente, ao Gabinete de Estomaterapia, que promove a qualidade de vida das pessoas com estomia, promovendo e privilegiando a sua independência. «É nessa personalização do tratamento que está a proximidade do doente e isso tem um valor incalculável na relação do doente com a instituição, afirmou, na sessão de abertura, Margarida Ornelas, presidente do Conselho de Administração do IPO de Coimbra, destacando que este gabinete é um verdadeiro pilar da instituição.

«Nos doentes que aceitaram deixar ontem o seu testemunho, Margarida Ornelas deixou o seu profundo agradecimento pela partilha da sua vivência, trazendo também a esperança a outros doentes que estejam a iniciar este processo. O fórum "Vidas que falam" foi mais uma iniciativa que assinala os 60 anos do IPO de Coimbra e, ao mesmo tempo, dá visibilidade ao trabalho que diariamente é feito pela equipa do Gabinete de Estomaterapia. «Pessoas com estomia são

doentes que, por motivo de doença, neste caso oncológica, necessitam de uma cirurgia para tratar da sua doença e que essa cirurgia necessita de uma alteração anatómica, são pessoas que, por exemplo, precisam de um saco para fazer ou unir, de respirar por um orifício no pescoço ou de se alimentar por um sonda, explicou Isabel Maria, coordenadora do Gabinete de Estomaterapia, admitindo que esta é uma condição difícil de aceitar, tanto mais que pode ser para a vida. «

**Gabinete pioneiro no país**  
Margarida Ornelas, presidente do Conselho de Administração do IPO de Coimbra, destacou ontem o pioneirismo do Gabinete de Estomaterapia do IPO, criado em 1959, o primeiro do género no país a prestar cuidados a pessoas com qualquer tipo de estomia. Destacou ainda que o gabinete merece reconhecimento pela Federação Internacional de Hospitais em 2020 pelo seu plano de ação de resposta à Covid-19.



### In Diário de Coimbra

Através do seu testemunho mostraram que é possível ultrapassar esta condição, superar obstáculos e retomar a sua vida, após uma cirurgia que lhes transformou o corpo e os colocou "á prova". As diferentes histórias de vida, que têm em comum um estoma (eliminação, respiratório e alimentação), deram a todos os presentes uma perspetiva muito diferente, daquela que é vivenciada nos contextos de prática clínica e também desmistificar o que é viver com um estoma para a sociedade em geral.

O encerramento musical teve como protagonista João Costa, a quem a cirurgia, vivida em tempos de pandemia o levou, como autodidata a aprender a tocar acordeão e que brindou os presentes com a sua música e a sua história de superação.

**Propriedade**  
Associação Portuguesa de Enfermeiros de Cuidados em Estomaterapia

**Comissão técnica Newsletter**  
Ana Braga  
Dora Neves  
Sara Costa  
(Órgãos Sociais APECE)