

# El Hospital Universitario Río Hortega (Valladolid) visibiliza la realidad de los pacientes ostomizados con una jornada informativa

El próximo lunes, 5 de octubre, instalarán una mesa atendida por enfermeras especialistas para resolver dudas, ofrecer información y contribuir a "quitar tabús" sobre una situación que afecta a miles de personas

02/10/2026 18:12

Valladolid / Sanidad

*María López / ICAL*

El Hospital Universitario Río Hortega de Valladolid se sumará este lunes a la conmemoración del Día Internacional del Paciente Ostomizado, que se celebra el primer sábado de octubre, es decir, mañana día 3, con una iniciativa destinada a “dar visibilidad” a las personas que viven con un estoma, acercar esta realidad a la población general y contribuir a “quitar un poco esos tabús que puede haber sobre el tema”.

El hospital instalará una mesa informativa de 12.00 a 14.00 horas, en la que participarán profesionales del grupo de trabajo que desde hace tres años desarrolla distintas actuaciones relacionadas con las ostomías, así como enfermeras estomaterapeutas, especialistas en el seguimiento y cuidado de estos pacientes.

La iniciativa se enmarca en el programa de implantación de buenas prácticas BPSO que desarrolla el centro y que incluye una línea específica centrada en el paciente ostomizado. Según explicó Carmen Cejudo, enfermera experta en ostomías y responsable de este trabajo, el objetivo es “mejorar los cuidados de estos pacientes”, pero también trasladar a la sociedad un mayor conocimiento sobre qué supone vivir con una ostomía.

“Queremos en el hospital conmemorarlo de alguna manera y dar visibilidad a estos pacientes”, señaló Cejudo, quien consideró importante que la población conozca “lo que es, lo que implica y los cambios que puede suponer para una persona en su vida”.

La mesa estará abierta tanto a pacientes como a familiares y cualquier persona que tenga dudas sobre las ostomías. Los profesionales ofrecerán información y orientación sobre las situaciones que pueden surgir antes y después de una intervención y tratarán de resolver algunas de las preocupaciones que acompañan a los pacientes en su día a día.

Cejudo insistió especialmente en la necesidad de combatir los tabús que todavía existen en torno a las ostomías. “Es algo que hay muchos tabús porque es algo muy oculto”, explicó. Una persona ostomizada lleva habitualmente la bolsa debajo de la ropa, por lo que “en principio no

tiene por qué saber nadie” que la utiliza, pero esa circunstancia puede generar inseguridades y miedos.

Entre ellos cita el temor a encontrarse en un espacio público y necesitar un baño con urgencia, a utilizar un transporte público y “sufrir una fuga” o a que pueda producirse una situación incómoda relacionada con el olor. “Va a tener miedo a ir a un sitio público y que necesite un baño con urgencia y que no esté disponible”, explica en declaraciones recogidas por Ical.

Frente a estas dificultades, la enfermera recordó que una ostomía no impide necesariamente mantener una vida activa. “Una persona ostomizada puede llevar una vida totalmente normal”, afirmó. “Hay gente que sigue trabajando, sigue haciendo deporte” y también personas que viajan y continúan con sus actividades habituales.

“No es el fin de su existencia”, recalcó Cejudo, aunque reconoció que se trata de “un cambio muy drástico” que obliga a asumir nuevas rutinas y aprender a convivir con una circunstancia que antes no estaba presente.

### **La ostomización no entiende de perfiles**

Las causas por las que una persona puede necesitar una ostomía son diversas. Puede tratarse de pacientes jóvenes con enfermedades inflamatorias intestinales, personas con procesos oncológicos o pacientes que requieren una intervención quirúrgica urgente. También existen ostomías temporales que, una vez superado el proceso que las motivó, pueden ser revertidas.

Precisamente, las circunstancias que rodean a cada paciente condicionan también la manera en que afronta la intervención. En el caso de algunos pacientes oncológicos, explica Cejudo, la prioridad es la supervivencia. “Lo que le preocupa es la supervivencia”, señaló. “Que me salven la vida y bueno, pues no quiero tener una bolsa, pero lo prioritario es vivir”.

En cambio, para pacientes con enfermedades inflamatorias intestinales que llevan años conviviendo con una mala calidad de vida y que han pasado por diferentes intervenciones, la ostomía puede ser contemplada desde otra perspectiva. “Realmente lo ven como una esperanza”, apuntó. “No les va a salvar la vida pero les va a dar calidad de vida”.

### **El papel de la enfermería**

La iniciativa del Río Hortega también pretende poner en valor el papel de los profesionales de enfermería en todo el proceso. Su trabajo comienza, en los casos programados, incluso antes de la intervención quirúrgica.

Las enfermeras estomaterapeutas pueden mantener un primer contacto con el paciente para explicarle en qué consiste una ostomía, resolver dudas y reducir los temores ante una situación que para muchas personas resulta completamente desconocida.

“Les quitan un poquito ese miedo y les dan apoyo para que ellos sepan que después de la intervención van a estar siempre acompañados y van a estar guiados por un profesional”, explicó Cejudo. El acompañamiento continúa después de la cirugía, cuando el paciente comienza a familiarizarse con el estoma y con los cuidados que deberá realizar. “Desde que salen del quirófano van a estar acompañados por el profesional de enfermería”.

La educación sanitaria adquiere en esta fase un papel fundamental, ya que uno de los objetivos es que el paciente pueda alcanzar progresivamente la autonomía en el cuidado de su estoma. “Es muy importante que estos pacientes intenten promocionar esa autonomía, sobre todo en pacientes más jóvenes”, apuntó.

El Río Hortega cuenta además con un seguimiento específico dentro del programa de buenas prácticas. El equipo comenzó a recoger datos a finales de 2024 y dispone ya de los correspondientes a todo 2025, con el objetivo de evaluar las medidas adoptadas y comprobar si tienen “algún efecto positivo” en la atención a estos pacientes. Durante 2025, el hospital registró, según sus datos, 55 pacientes con ostomías de eliminación digestiva, el ámbito en el que actualmente está implantado el programa.

### **Una realidad todavía poco visible**

Los datos disponibles en una guía de Castilla y León elaborada por estomaterapeutas, estiman en torno a 100.000 las personas ostomizadas en España y más de 3.700 en Castilla y León. A juicio de la enfermera, iniciativas como la del lunes contribuyen precisamente a que una realidad que permanece muchas veces oculta sea más conocida por el conjunto de la sociedad.

“Hay gente que a lo mejor piensa que eso es el final de su existencia, no es así”, afirmó. “Es verdad que es un cambio, es un cambio muy drástico”, pero “con apoyo puedes seguir haciendo cosas y seguir disfrutando de la vida”.

Las redes sociales también están contribuyendo, según Cejudo, a esa normalización. Cada vez son más las personas, especialmente jóvenes, que comparten públicamente sus experiencias y muestran que una ostomía no tiene por qué impedirles continuar con sus proyectos y actividades.

“No es banalizar un cambio que te va, que te rompe los esquemas corporales”, advirtió. “La identidad de tu cuerpo va a verse alterada”, pero conocer otras experiencias puede ayudar a asumir la nueva situación y entender que “no es el fin del mundo”.

“Concienciar, apoyar y dar visibilidad” son, en palabras de Cejudo, los principales objetivos de este tipo de iniciativas, que entroncan además con una de las funciones que considera esenciales en la profesión enfermera: “la educación sanitaria”, tanto “a nivel individual como comunitario”.