

## ANEXOS

ANEXO 1: Tabla indicaciones de los estomas

| <b>Indicación del estoma</b>        |             |
|-------------------------------------|-------------|
| Cáncer                              | 671 (71,6%) |
| Enfermedad diverticular             | 75 (8%)     |
| Enfermedad inflamatoria intestinal  | 58 (6,2%)   |
| Sepsis perianal                     | 10 (1,1%)   |
| Perforación intestinal              | 45 (4,8%)   |
| Fistula recto-vaginal/recto-vesical | 16 (1,7%)   |
| Otras patologías benignas           | 62 (6,6%)   |

ANEXO 2: Tabla complicaciones de los estomas

| Complicaciones precoces %      | Complicaciones tardías % |
|--------------------------------|--------------------------|
| Alt. hidroelectrolíticas 20-29 | Cutáneas 12-43           |
| Cutáneas 6-42                  | Estenosis 2-15           |
| Dehiscencia mucocutánea 7-25   | Hernia paraestomal 0-52  |
| Hundimiento/retracción 3-35    | Malposición 8-43         |
| Infección/absceso 2-15         | Prolapso 2-25            |
| Necrosis 1-34                  |                          |
| Obstrucción intestinal 2-7     |                          |
| Sangrado 2-3                   |                          |

### ANEXO 3: Cartel divulgativo

Este cartel divulgativo anuncia una serie de cuatro sesiones educativas sobre ostomía. El título principal es "¿Ostomizado? ¿Con dudas?". El evento se llevará a cabo en el Centro de Salud Delicias Norte, durante los meses de Mayo y Junio, a las 17:00 h. Las sesiones son:

- Sesión 1:** Qué es una ostomía y tipos que existen. Martes 2 de Mayo.
- Sesión 2:** Tipos de dispositivos y práctica con ellos. Martes 16 de mayo.
- Sesión 3:** Estoma sano y posibles complicaciones. Martes 6 de Junio.
- Sesión 4:** Refuerzo de la autoimagen. Martes 20 de Junio.

El cartel incluye imágenes de apoyo: una persona aplicando un dispositivo, manos sosteniendo dispositivos, y manos aplicando un dispositivo en un abdomen.

### ANEXO 4: Información de las sesiones para el paciente

| Sesión  | Fecha - 17:00 H    |
|---|--------------------|
| Qué es una ostomía y tipos existen              | Martes 2 de Mayo   |
| Tipos de dispositivos y práctica con los mismos | Martes 16 de Mayo  |
| Estoma sano y posibles complicaciones           | Martes 6 de Junio  |
| Refuerzo de la autoimagen                       | Martes 20 de Junio |

## ANEXO 5: Carta de invitación a las sesiones

¡Bienvenido!

En primer lugar, agradecerle su interés en nuestro programa de Educación para la Salud.

Nuestro principal objetivo es que todos los que asistan aprendan a realizar manejar de manera correcta las ostomías.

Para ello vamos a contar con la colaboración de profesional sanitario, enfermeros además de un psicólogo y personal de la Asociación de Ostomizados de Aragón (ADO). Durante los 4 meses que dura el programa, tiene a estos profesionales a su disposición, no dude en contactar con ellos ante cualquier problema que le surja.

Por último, recordarle que en ningún momento debe tener sentimientos negativos por asistir a estas sesiones. En el grupo hay personas que se encuentran en su misma situación, que le comprenden y le apoyan.

Un saludo

## ANEXO 6: Diagrama de Gantt

|                           | FEBRERO | MARZO | ABRIL | MAYO | JUNIO |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---------------------------|---------|-------|-------|------|-------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Búsqueda bibliográfica    | ■       | ■     | ■     | ■    | ■     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Planificación de sesiones |         |       |       |      | ■     | ■ | ■ | ■ | ■ |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Preparación de sesiones   |         |       |       |      | ■     | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |   |   |   |   |   |   |   |
| Paso/análisis encuestas   |         |       |       |      |       |   |   |   |   | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |   |   |
| Ejecución de sesiones     |         |       |       |      |       |   |   |   |   | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |   |   |
| Evaluación global         |         |       |       |      |       |   |   |   |   |   |   |   |   | ■ | ■ | ■ | ■ |

## ANEXO 7: Escala de Rosemberg

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

**Indicación:** Cuestionario para explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo.

**Codificación proceso:** 1.1.1.2.1.1.4. Autoestima (CIPE- $\alpha$ ).

**Administración:** La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia Autoadministrada.

**Interpretación:**

De los ítems 1 al 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1. De los ítems del 6 al 10, las respuestas A a D se puntúan de 1 a 4.

**De 30 a 40 puntos:** Autoestima elevada. Considerada como autoestima normal.

**De 26 a 29 puntos:** Autoestima media. No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla.

**Menos de 25 puntos:** Autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

**Propiedades psicométricas** La escala ha sido traducida y validada en castellano. La consistencia interna de la escalas se encuentra entre 0,76 y 0,87. La fiabilidad es de 0,80

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

|   | A | B | C | D |
|---|---|---|---|---|
| 1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás. |   |   |   |   |
| 2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.                                     |   |   |   |   |
| 3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.                   |   |   |   |   |
| 4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.   |   |   |   |   |
| 5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.   |   |   |   |   |
| 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.                               |   |   |   |   |
| 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.                              |   |   |   |   |
| 8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.                                   |   |   |   |   |
| 9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.                                    |   |   |   |   |
| 10. A veces creo que no soy buena persona.  |   |   |   |   |

## ANEXO 8: Imágenes comparativas

Imágenes estoma sano:

Nº 1



Nº 2



Imágenes de estomas con complicaciones:

Nº 1



Nº 2



Nº 3



Nº 4



#### ANEXO 9: Encuesta de satisfacción

Conteste este cuestionario con números del 1 al 5 valorando su satisfacción donde 1 significaría nada satisfecho y 5 muy satisfecho.

1. ¿Los temas que se han tratado le han parecido adecuados?
2. ¿El tiempo dedicado a los mismos te ha parecido el adecuado?
3. ¿Se han explicado con suficiente claridad?
4. ¿Ha aprendido suficiente durante las sesiones?
5. ¿Las condiciones de las salas y el material le han parecido los adecuados?

6. ¿El horario le parece adecuado?
7. ¿Cree que la experiencia compartida y la información recibida le ha generado más capacidad para resolver las dudas y problemas que se le presentaban?
8. ¿Su satisfacción general con la actividad ha sido?
9. ¿Añadiría algún tema a las sesiones?