

Disfrutá el verano

El calor, los cambios de temperatura y de hábitos pueden generar algunas situaciones inesperadas con su ostoma. Es por ello que creamos estas recomendaciones que pueden ser de gran ayuda para el verano.





Los dispositivos actuales **permanecen discretos bajo el traje de baño** y la ropa. Y además son resistentes al cloro, al sudor y al agua.

Mantener una **rutina correcta de cambio de dispositivo** le permitirá disfrutar del verano sin preocupaciones.





1. Fuera de casa

Llevar siempre dispositivos de recambio y elementos para una correcta higiene. Calcular con anticipación los insumos necesarios para todo el período vacacional.



2. Antes de salir

Conocer y llevar los códigos de sus productos para adquirirlos en los puntos de venta. Se recomienda llevar los dispositivos recortados al diámetro de su ostoma con antelación.



3. Dieta

Potenciar la hidratación, bebiendo agua fuera de las comidas y despacio, para favorecer su absorción, asegurando una correcta nutrición.



4. Protector solar

Aplicar **después de la colocación de la bolsa** ya que las cremas y aceites interfieren en la adhesividad del disco, por lo que podrían provocar que se despegue.



5. Conservación de los productos

Los insumos de ostomía se pueden deteriorar con el calor. No deben dejarse en el coche o expuestos al sol y deben conservarse en un lugar fresco.



6. En el avión, micro o auto

Llevar siempre un neceser de mano con todo el material necesario para el cuidado de su ostomía. También evitar que el cinturón de seguridad comprima el ostoma. Durante las dos horas previas al viaje, procurar tomar alimentos astringentes para poder vaciar la bolsa.



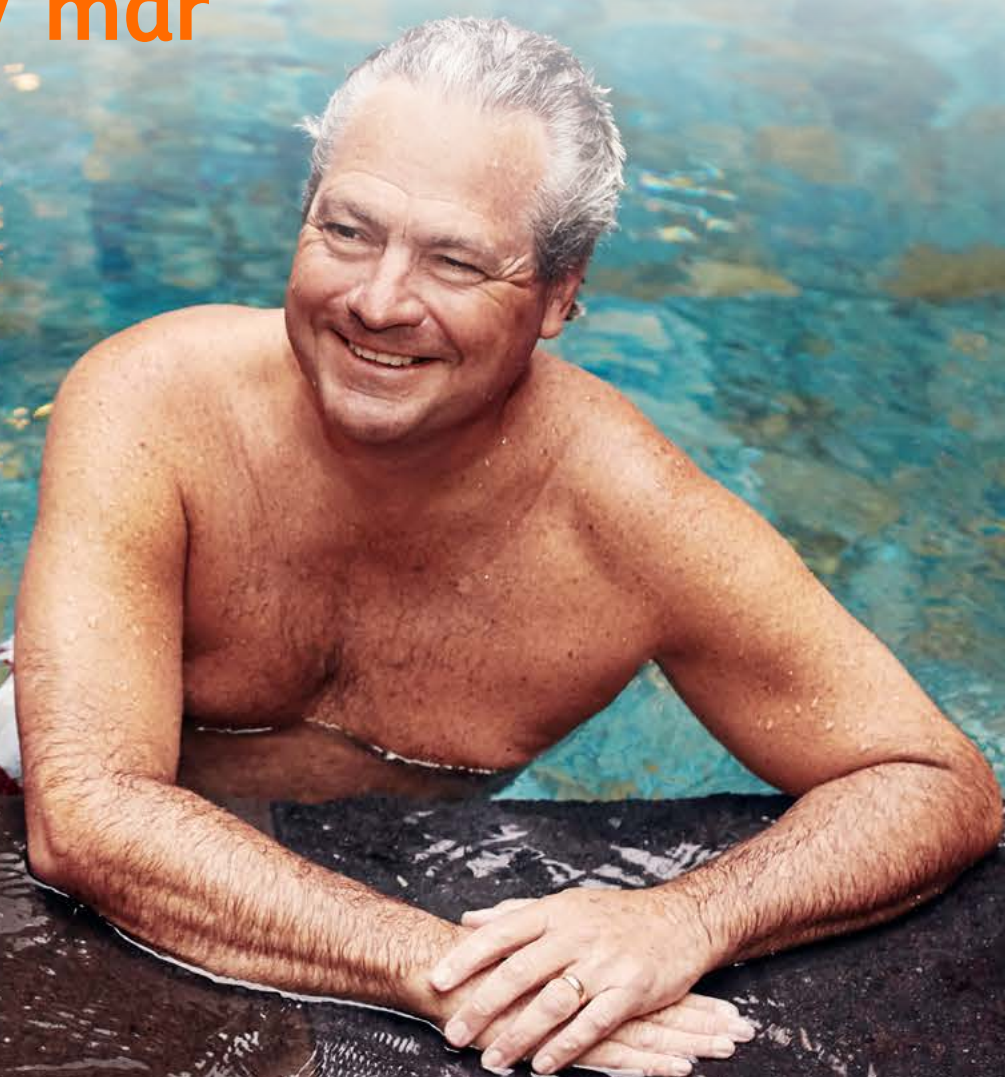
7. Deporte

Se pueden practicar los deportes más habituales como paseos, ciclismo o natación. Es importante proteger el ostoma para evitar que pueda resultar dañado.



8. Baños en piletas o ríos/ mar

Se recomienda vaciar la bolsa antes de sumergirse en el agua. Revisar los filtros, tapándolos con las pegatinas que vienen en las cajas.



 Coloplast®
Activa Plus

0800 777 7008

 /ColoplastAR

 www.coloplast.com.ar

 /Coloplast.ar

25
AÑOS
Coloplast de Argentina



Coloplast