

## 1128 - PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM PACIENTES SUBMETIDOS A ABERTURA DE ESTOMAS INTESTINAIS DE ELIMINAÇÃO: REVISÃO NARRATIVA DE LITERATURA

**Tipo:** POSTER

**Autores:** ELIAN SILVA OLIVEIRA (UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA (UNB)), ANDREA MATHES FAUSTINO (UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA (UNB))

**Introdução:** A estoma é uma abertura criada cirurgicamente para conectar uma região de mucosa a superfície corporal, ela pode ser classificada em estoma respiratório, alimentar e de eliminação, sendo a última englobar o sistema intestinal, ou urinário. A abertura de um estoma pode gerar uma disfunção na força muscular abdominal, podendo estar associada a hérnias paraestomais, e menor qualidade de vida de pessoas ostomizadas. O núcleo abdominal (CORE) é um conjunto de músculos conectados anatomicamente e fisiologicamente que permite a pessoa correr, pular, sentar, e outros movimentos funcionais. A Prática de exercício físico é essencial para a promoção de estilo de vida saudável e prevenção de agravos a saúde, e consequentemente melhora da qualidade de vida. **Objetivo:** Descrever a relação entre a prática de exercícios e a prevenção de complicações pós-operatórias da abertura de estomas intestinais de eliminação. **Método:** Foi realizado uma revisão narrativa de literatura utilizando as bases de dados Pubmed, Scielo, Biblioteca virtual em saúde (BVS), e usado operadores booleanos "OR" e "AND" combinados entre si utilizando os descritores supracitados, no período de julho de 2025 os critérios de inclusão foram estudos que abordassem a temática da presente pesquisa, ensaios clínicos randomizados, estudos observacionais, e descritivos, estudos em inglês, português e espanhol. Os critérios de exclusão utilizados foram estudos com mais de 10 anos de publicação, e não disponibilizados na íntegra. **Resultados:** Foram encontrados 149 artigos utilizando os descritores, sendo 53 na Pubmed, 2 na Scielo e 94 na BVS. Após análise e aplicação dos critérios de inclusão, 8 artigos fizeram parte da revisão. Os estudos selecionados demonstraram associação positiva entre a prática de exercícios físicos/atividade física com melhor controle muscular, prevenção de complicações pós-operatórias, diminuição da ocorrência de hérnias paraestomais, e melhora da qualidade de vida em geral. **Conclusão:** A realização de exercícios perioperatórios pode ser de grande valia para a prática do enfermeiro estomaterapeuta, pois é possível reduzir significativamente a ocorrência de complicações pós-operatórias e assim melhorar a qualidade de vida do paciente com estoma intestinal de eliminação.