

Contatto®

NOTIZIE CONSIGLI E RISPOSTE SULLA STOMIA PER RAGGIUNGERE UN GIUSTO EQUILIBRIO



IN PRIMO PIANO

STOMIA E SESSUALITÀ: È ORA DI CAMBIARE POSIZIONE!

Sfatiamo i tabù legati
alla vita intima



INSERTO
SPECIALE

STOMIA E
ALIMENTAZIONE:
GODITI LE FESTE



IO NON SONO
LA MIA STOMIA!

LE TESTIMONIANZE
DI CHI VIVE LA TUA
ESPERIENZA ED
È TORNATO ALLE
PROPRIE PASSIONI



SERVIZIO
CONVATEC ME+

CHIAMA IL NUMERO
VERDE GRATUITO E
SCOPRI I SERVIZI A
TUA DISPOSIZIONE

NUMERO
3 Novembre
2025

convatec
— forever caring —

CASA EDITRICE

Optima Srl
con sede in Via Paullo, 9/A

DIRETTORE RESPONSABILE

Alessandro Pisati

STAMPA

Optima Srl - Milano

ConTatto®

Periodico telematico

NUMERO NOVEMBRE 2025

Tutti i diritti sono riservati,
in particolare il diritto di duplicazione,
nonché il diritto di traduzione.
Nessuna parte di questa pubblicazione
può essere riprodotta in alcuna forma
senza il consenso scritto dell'Editore.

I testi dei redazionali proposti rispecchiano
il pensiero dei singoli Autori.

ConTatto® è un marchio registrato
Convatec me+ è un marchio di Convatec
Convatec Inc. AP-77485-ITA-ITA-v1



Sfatare i tabù per una migliore qualità della vita



Carissimi,

"Stomia e sessualità: è ora di cambiare posizione": è questo il titolo della storia di copertina di questo numero, nel quale vogliamo parlare apertamente di questo tema, grazie al parere degli operatori sanitari che si prendono cura di voi e alle testimonianze di chi vive la vostra stessa esperienza. L'obiettivo è quello di sfatare i tabù legati alla vita intima e di coppia: perché vivere con la stomia non vuol dire rinunciare ad una sessualità appagante, che è parte integrante della qualità della vita.

In questa uscita troverete anche un inserto speciale su stomia e alimentazione, con consigli e suggerimenti utili, per non privarvi del piacere della convivialità, specie in questi giorni di festa.

Fateci sapere come li trascorrete e cosa ne pensate, inviando un'e-mail all'indirizzo convatel.italia@convatec.com.

Vi ricordiamo che, per qualsiasi esigenza, potete contattare il [servizio Convatec me+](#). Le nostre consulenti sono pronte a rispondere alle vostre domande al numero verde gratuito **800.930.930**, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00.

Buone feste

Responsabile Comunicazione Convatec Italia



Per la Rivista ConTatto:
attenzione Laura Meli
laura.meli@convatec.com

Per le consulenti
del servizio Convatec me+:
convatel.italia@convatec.com

Il running e il ciclismo sono diventati il mio grido di libertà. Se posso lasciarvi un messaggio, è questo:

"Non aspettate il momento perfetto. Create il vostro momento".



6

STORIA DI COPERTINA

STOMIA E SESSUALITÀ: È ORA DI CAMBIARE POSIZIONE!

La sfera intima è una parte importante della qualità della vita: non privartene per paura che la stomia possa rappresentare un limite



17

L'INSERTO

STOMIA E ALIMENTAZIONE: GODITI LE FESTE

Non privarti dei piaceri della buona tavola



20

GREATCOMEBACKS®

PARLIAMO DI

"IO NON SONO LA MIA STOMIA!"

La stomia non definisce chi sei e quello che fai: ecco le testimonianze di chi vive la tua esperienza ed è tornata alle proprie passioni. Aspettiamo il racconto della tua!

L'ANGOLO DELLA POSTA

Il tuo parere è importante: condividilo con noi

25



CURIOSITÀ

Consigli utili per il proprio benessere



26



STOMIA E SESSUALITÀ: È ORA DI CAMBIARE POSIZIONE!

La sfera intima è una parte importante
della qualità della vita:
non privartene per paura che la stomia
possa rappresentare un limite.

Vivere con la stomia non vuol dire rinunciare ad una sessualità appagante, qualsiasi sia il tuo orientamento sessuale.

A meno di espresse indicazioni da parte del tuo operatore sanitario di fiducia, non c'è motivo per cui tu debba rinunciarvi.

Prenditi il tuo tempo per ritornare alla vita intima: per alcune persone, sapere come cambierà la sessualità dopo l'intervento è il primo pensiero; per altre, è l'ultimo. Parla sempre apertamente con il/la tuo/a partner e non avere timore di rivolgerti ad esperti professionisti sanitari.



Stomia e sessualità: la voce degli operatori sanitari

Intervista ad Antonio Crafa, stomaterapista e Responsabile della formazione clinica di Convatec

Sono Antonio Crafa, ho esercitato la professione di stomaterapista per 10 anni all'Ospedale Fatebenefratelli Sacro Cuore di Gesù di Benevento; professione che ho lasciato nel 2022, quando ho scelto di diventare Responsabile della formazione clinica di Convatec.



Parlare di sessualità e stomia, ancora oggi, non è semplice. Sono tanti i tabù da sfatare e penso che gli infermieri esperti in stomaterapia abbiano un ruolo fondamentale in questa direzione. La difficoltà nell'affrontare l'argomento è dovuta sia alla delicatezza dello stesso che al non sentirsi pronti a parlarne: e questo è vero sia per noi professionisti sanitari che per i pazienti.

Nella mia esperienza, quando le persone stomizzate decidevano di affrontare l'argomento, lo facevano solo nel caso in cui avessero riscontrato difficoltà e, comunque, non se ne parlava mai apertamente, quasi fosse qualcosa di cui vergognarsi. In qualità di stomaterapista ho sempre cercato di normalizzare la sessualità come parte fondamentale della vita di coppia e della propria quotidianità.

Qual è l'impegno di Convatec per sfatare i tabù su stomia e sessualità?
Sicuramente

nella formazione di professionisti e professioniste della salute. Quest'anno abbiamo realizzato una serie di webinar formativi sulla sessualità, dal titolo, appunto: "Stomia e sessualità: è ora di cambiare posizione!" tenuti da professionisti del settore, che hanno visto la partecipazione di oltre 1000 operatori sanitari.

Stiamo mettendo in evidenza anche come praticare regolarmente attività fisica contribuisca a riprendere una vita sessuale appagante. Rinforzare la parete addominale, infatti, facilita i movimenti della vita quotidiana (di cui, non scordiamoci, la sessualità fa parte) e aiuta a ridurre il rischio di sviluppare complicanze. Per questo abbiamo realizzato il **programma me+ recovery**, che illustra quali siano gli esercizi più indicati nella riabilitazione del paziente stomizzato. In Italia abbiamo certificato oltre 160 operatori sanitari all'insegnamento del programma.

AP-76554-ITA-ITA-v1
[Leggi l'articolo integrale](#)

La Voce
degli Operatori
Sanitari

La parola a Daniela Sorrentino, Infermiera Osteopata Terapista Perineale ed Esperta nella gestione del dolore pelvico

Negli ultimi anni, si sta facendo tanto per sfatare i tabù legati alla sessualità, abbattendo i pregiudizi e consentendo ad ognuno di viverla liberamente. Soprattutto, è necessario mettere in evidenza l'importanza della sessualità intesa come educazione affettiva, al contatto e al consenso. Questo vuol dire prendere in considerazione l'essere umano in sé.

La comunicazione con il/la partner è la chiave. Ma non deve esserlo solo durante il rapporto sessuale, ma nella quotidianità. È bene essere chiari: parlare esplicitamente delle difficoltà o di eventuali dolori come quando si affronta qualsiasi altro argomento. Il momento giusto? Quando si è tranquilli, magari durante una passeggiata o davanti ad un caffè. In questo modo è più semplice superarli ed evitare che emergano nel momento intimo, andando a "guastare" l'atmosfera e rischiando così di incrinare anche la complicità.

L'intervento che porta al confezionamento di una stomia implica, oltre alla modifica-



dell'immagine corporea e al forte impatto emotivo, un cambiamento posturale e del pavimento pelvico che è legato al movimento. Questo può portare a sperimentare dolore pelvico che può accendersi durante i rapporti sessuali, ma non significa che sia la naturale conseguenza del vivere con la stomia.

sessuologo, psicologo, chirurgo, stomaterapista, terapista perineale, osteopata. Ogni percorso viene personalizzato in base alle specifiche esigenze della persona, considerando la sua storia clinica, le sue priorità e i suoi obiettivi individuali.

AP-76387-ITA-ITA-v1
[Leggi l'articolo integrale](#)

Rivolgersi ad uno specialista è fondamentale per comprendere l'eventuale insorgenza di problemi o, magari, la ricomparsa di pregresse difficoltà, che erano state accantonate, perché giustamente l'intervento era diventata la prima preoccupazione.

L'approccio multidisciplinare è essenziale: In riabilitazione è necessario che l'aspetto del dolore venga trattato con altri professionisti:



La Voce
dei Pazienti

Stomia e sessualità: la voce dei pazienti

Intervista a Sarah Russell, esperta di riabilitazione e benessere e fondatrice del programma me+ recovery di Convatec

Mi chiamo Sarah Russell e ho affrontato l'intervento per il confezionamento della stomia quando avevo 37 anni. È stato un intervento in urgenza: non sapevo a cosa andassi incontro e non ho avuto il tempo di prepararmi. Ho 53 anni, due figli grandi e sto affrontando la menopausa: direi che è più complicata da gestire della stomia!

Quali sono state le tue preoccupazioni nel ritorno alla vita sessuale dopo l'intervento?

Ad essere onesta, non ricordo di averne avute. Per mio marito la stomia non è mai stata un problema. Tutto quello che gli interessava è che fossi viva, in salute e mi sentissi bene! Vivo con una stomia e una sacca sull'addome. Tuttavia, non ho affrontato interventi al pavimento pelvico o al retto che avrebbero potuto incidere sulla vita sessuale. Le persone che si sottopongono a interventi più invasivi nella zona del retto o in profondità nella pelvi possono andare incontro a disfunzioni sessuali, maggior sensibilità e fastidi.

Come hai affrontato la sessualità dopo l'intervento con il tuo partner?

All'inizio mi sono sentita un po' in imbarazzo, ma poi è passato. Forse le cose sono meno spontanee di prima, dato che di solito vado in bagno per svuotare o cambiare la sacca e mi piace spruzzarmi un po' di profumo prima del rapporto. Uso anche una fascia di pizzo per coprire la sacca, che mi aiuta a sentirmi più sicura.

Praticare attività fisica può facilitare il ritorno alla vita sessuale?

Assolutamente. La funzionalità del pavimento pelvico è fondamentale per la sessualità, sia negli uomini che nelle donne e, spesso, è compromessa dall'intervento. Chiedete supporto al vostro operatore sanitario di fiducia, che saprà darvi le giuste informazioni.

Ci sono degli esercizi in particolare del programma me+ recovery che suggerisci per tornare

alla vita sessuale?

Sì: TUTTI gli esercizi del [programma me+ recovery](#) vi aiuteranno a rinforzare il pavimento pelvico e i muscoli del busto e questo può fare la differenza anche nella vita sessuale, sia per gli uomini che per le donne. Cercate di fare almeno 2-3 sessioni a settimana. Fidatevi, è davvero d'aiuto!

AP-76410-ITA-ITA-v1
[Leggi l'articolo integrale](#)



Stomia e sessualità: gli Ambassador rispondono



Francesco, 25 anni

Sia prima che dopo l'intervento non sono stato informato in merito alla sfera della sessualità. Sono stato io a chiedere informazioni. Dopo circa 1 anno dal confezionamento della stomia ho preso coraggio sull'approccio alla vita intima: le preoccupazioni erano tante, ma condividendo il mio tempo con una persona matura che, come me, vive con la malattia di Crohn, tutte quelle paure svanirono quasi immediatamente.



Teresina, 83 anni

Quando mi si chiede di parlare di sessualità sono sempre un po' restia perché è una cosa splendida tra due persone che si amano, ma anche molto riservata. Quando sono stata colostomizzata avevo 52 anni e 29 anni di matrimonio. Per tutto il periodo della chemio e della radioterapia avevo lasciato la sessualità da parte. Mio marito ha sempre rispettato le mie scelte: io mi vergognavo molto della sacca e lui mi diceva: "Ma dai sei qui con me!".

Maurizio, 51 anni

Credo che la sessualità sia una cosa molto importante nella coppia. Penso che per viverla meglio, sia fondamentale far diventare normale nella quotidianità con il/la partner il vivere con una stomia e, perché no, facendosi anche una sana risata ed essendo un po' autoironici. Non lasciamo che la stomia non ci faccia vivere



a pieno la nostra sessualità, perché svolge un ruolo importante nella vita di ognuno di noi.



Valentina, 37 anni

La stomia mi ha messo davanti a tante sfide, ma quella con la sessualità è stata tra le più intime. È stato un percorso lento. Ho iniziato a parlare, a spiegare, a lasciarmi vedere davvero. E quando ho trovato chi mi ha saputo scegliere senza paura, ho capito che la sessualità è fatta anche di coraggio e ascolto. Perché sì, anche con una stomia, posso essere desiderata. Posso amare. Posso sentire. Posso vivere ogni emozione, senza più vergognarmi!



Alberto, 77 anni

Da quando affrontai l'intervento per il confezionamento di una colostomia, spesso e volentieri, mi sono chiesto: "Se mi denudo, che differenza c'è nel mio fisico, rispetto a prima dell'intervento?"

La risposta è semplice: "Una piccola sacca color carne attaccata alla pancia". Ed è mai possibile, che possa interferire con la mia vita di coppia? Certo che no, basta prendere piccoli accorgimenti e, soprattutto, parlarne con il/la partner.

[Leggi le testimonianze integrali](#)
dei nostri Ambassador
AP-76555-ITA-ITA-v1



Guarda il webinar

L'11 settembre si è tenuto il webinar: "Stomia e sessualità: è ora di cambiare posizione!". Se hai perso la diretta, puoi riguardare il nostro evento online [cliccando qui](#).

Hai una domanda per gli Ambassador Stomia? Inviacela!

Gli Ambassador sono pazienti preparati che mettono la loro esperienza al tuo servizio.

Mandaci le tue domande per loro:

- per e-mail, all'indirizzo convatec.italia@convatec.com;
- nel corso dei webinar o delle dirette Instagram a te dedicate;
- al numero verde **800.930.930**, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00.

Stomia e sessualità: la parola a Vincenzo Branà, Responsabile Ufficio Stampa Arcigay

Sfatare i tabù legati a stomia e sessualità non è semplice. Il cambiamento dell'immagine corporea ha notevoli ripercussioni dal punto di vista fisico, ma anche dal punto di

vista emotivo. Una condizione che spesso porta le persone a isolarsi, quasi a rendersi invisibili. Questo è vero anche in contesti quali la comunità LGBTQIA+ in cui nell'immaginario collettivo il

corpo ha una forte connotazione sessuale, specie quello maschile. Sebbene si tratti di una comunità che ha nel suo DNA una grande apertura mentale, è anche storicamente segnata dallo stigma della malattia, che proviene dalla pandemia da Hiv degli anni 80/90.

Quegli anni hanno rappresentato un'onda di stigma molto pesante,

66

SFATARE I TABÙ LEGATI A STOMIA E SESSUALITÀ NON È SEMPLICE. IL CAMBIAMENTO DELL'IMMAGINE CORPOREA HA NOTEVOLI RIPERCUSSIONI DAL PUNTO DI VISTA FISICO, MA ANCHE DAL PUNTO DI VISTA EMOTIVO

99



66

IO HO VISSUTO QUESTA SITUAZIONE CON UN MIO AMICO. QUANDO GLI FU DIAGNOSTICATO UN TUMORE ALL'INTESTINO, NON FU SEMPLICE PER LUI DECIDERE DI AFFRONTARE L'INTERVENTO PER IL CONFEZIONAMENTO DI UNA STOMIA

99

in cui la malattia è stata rappresentata come una sorta di punizione corrispondente a una colpa. Anche per questo, probabilmente, le persone LGBTQIA+ quando sono affette da una patologia, tendono a negarla. Quasi che l'ammissione della stessa sia una possibile fonte di contagio. Date queste premesse è facile comprendere perché una persona stomizzata, proprio perché indossa una sacca sull'addome, possa subire una stigmatizzazione.

Io ho vissuto questa situazione con un mio amico, che purtroppo è venuto a mancare. Quando gli fu diagnosticato un tumore all'intestino, non fu semplice per lui decidere di affrontare l'intervento per il confezionamento di una stomia. È stato un percorso cauto, organizzammo più incontri con il personale medico per aiutarlo a prendere questa decisione. Alla fine, si convinse; era un attivista, un politico, non faceva mistero della sua condizione. Ne parlava con naturalezza, con l'obiettivo di normalizzare la situazione. Purtroppo, man mano che le sue condizioni peggioravano, anche le persone che gli sono state accanto sono diminuite. Il solo fatto di non sentirsi in

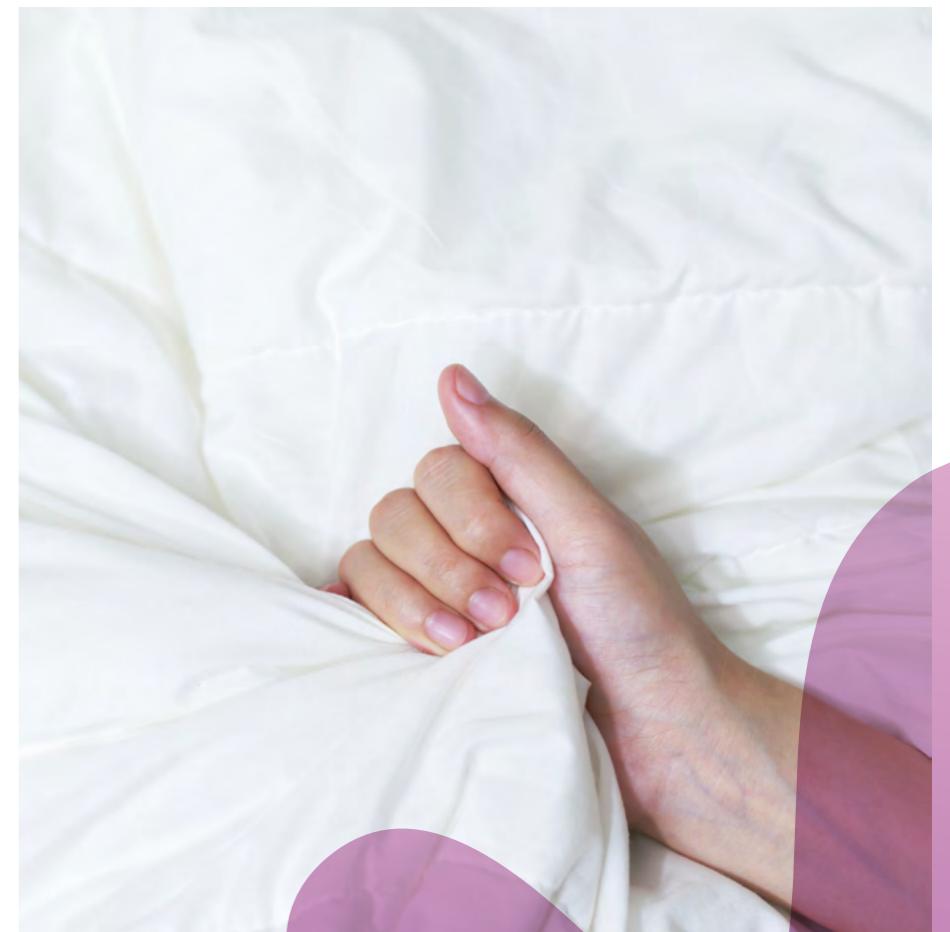
grado di poterlo assistere, le ha allontanate.

Il culto del corpo, nella nostra comunità, ancora oggi è estremamente maschile e ipertrofico. Tanto per fare un esempio, nel corso delle principali parate del Pride, le persone che più incarnano questa idea nell'immaginario

collettivo, si trovano sempre all'inizio della manifestazione, sui carri più belli. Laddove non riuscissimo a rispettare determinati canoni, siamo disposti a ricorrere alla correzione estetica. È come se, in un modo o nell'altro, ci attenessimo a quella regola. È triste ammetterlo, ma la stomia in questo contesto, non trova collocazione. Sensibilizzare sul tema dovrebbe essere un impegno per tutti.

AP-77097-ITA-ITA-v1

[Leggi l'articolo integrale](#)



Infiltrazioni?

EsteemBody™

con Leak Defence™



Gamma completa di dispositivi monopezzo convessi, ideata per proteggere la cute e ridurre il rischio di infiltrazioni.

Le barriere idrocolloidali di Convatec sono sviluppate per adattarsi alle esigenze del tuo corpo.

La moderna forma a 8 della sacca evita il ripiegamento quando si riempie.

Richiedi i campioni GRATUITI



Registrati gratis a me+™ per ricevere i prodotti e i servizi di cui hai bisogno per gestire la stomia.

Contatta il numero verde gratuito 800.930.930 dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00 o manda un'e-mail all'indirizzo convatec.italia@convatec.com.

Visita il sito: www.convatec.com/it-it

Depositata al Ministero della Salute il 28/11/2023 È un dispositivo medico CE. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso

© 2025 Convatec. I simboli ®/TM indicano i marchi registrati del gruppo Convatec.

*Le sacche a forma di 8 sono disponibili solo per i modelli a fondo aperto e a fondo chiuso.

AP-63685-ITA-ITA

L'INSERTO DA CONSERVARE

convatec
me +

Abbiamo pensato di dedicare queste pagine

ai nostri lettori con argomenti e informazioni utili da conservare

STOMIA E ALIMENTAZIONE: GODITI LE FESTE

Non privarti dei piaceri della buona tavola



Buon cibo e convivialità

Concedersi qualche sfizio in più durante le feste è assolutamente normale. A meno di espresse indicazioni da parte del tuo operatore sanitario di fiducia, non c'è motivo per il quale tu debba privarti degli alimenti che preferisci.

Alzarsi soddisfatti dopo un pasto contribuisce al proprio benessere personale, psico-fisico. L'importante è non eccedere.

Stomia e alimentazione: richiedi la guida gratuita

Seguire una dieta equilibrata è fondamentale per sentirsi bene. Vivere con la stomia non vuol dire seguire particolari restrizioni alimentari. Tuttavia, alcuni alimenti andrebbero consumati con moderazione in base al proprio tipo di stomia. Chiama il **servizio Convatec me+** al numero verde gratuito **800.930.930** o manda un'e-mail a convatel.italia@convatec.com per ricevere la guida gratuita.



Gli alimenti tipici dei giorni di festa

**Suggerimenti utili per goderti il cibo
e i momenti conviviali**

Per qualsiasi dubbio non esitare a rivolgerti
al tuo operatore sanitario di fiducia



Assapora ogni boccone.

Mastica bene e lentamente. Goditi le pietanze, ma anche il piacere di stare in compagnia!



Goditi la frutta secca.

Mandorle, noci e nocciole, tipiche del Natale, sono alimenti ricchi di zinco e vitamina E. Proteggono la pelle dal freddo grazie alle proteine vegetali e rafforzano le difese dell'organismo.



Concediti un brindisi.

Ricordati che gli alcolici favoriscono la disidratazione: per ridurne il rischio, bevi molta acqua.



Bevi molto.

Almeno 2 litri di acqua al giorno. In questo periodo dell'anno, via libera anche alle bevande calde (consumando con moderazione caffè, the e cioccolata).



Mangia i dolci con moderazione.

Non privarti di una fetta di dolce o di un pezzo di torrone. Ricordati solo di non eccedere.



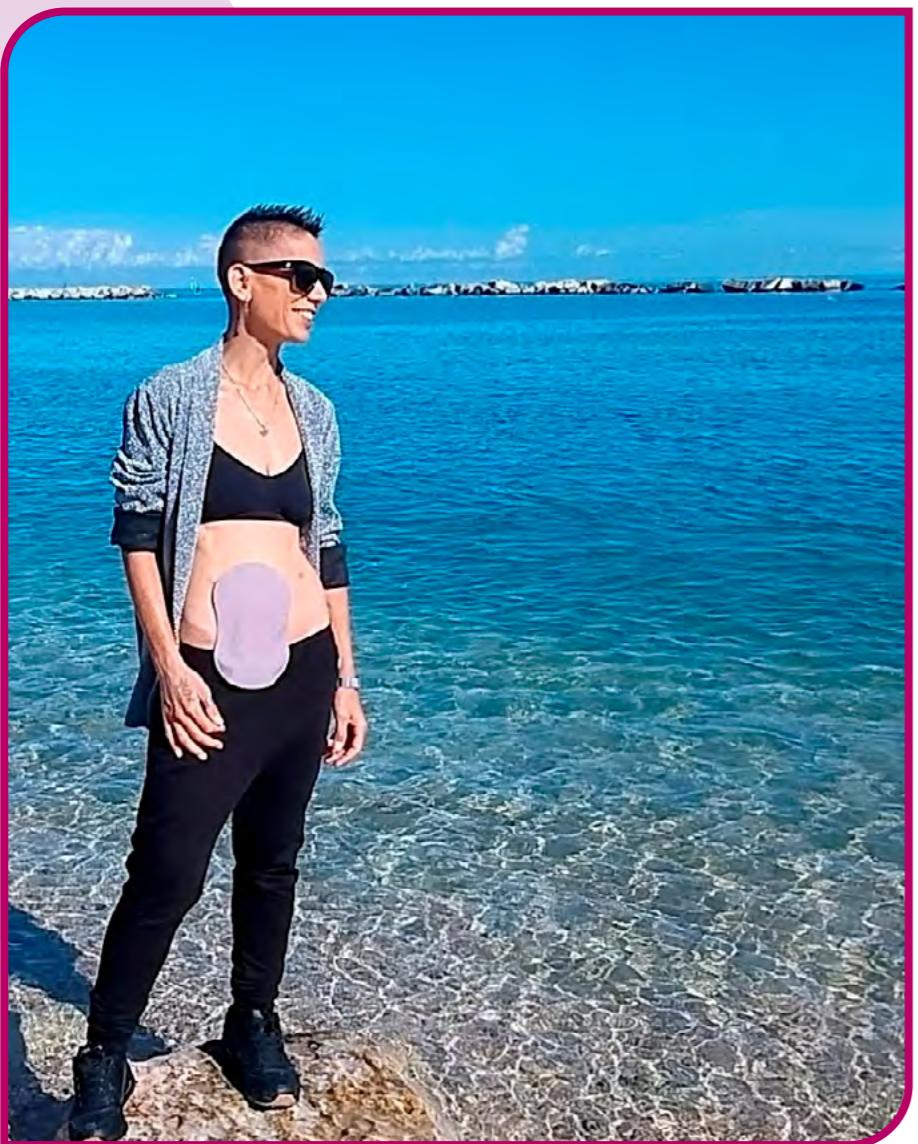
Porta l'occorrente per un cambio.

Soprattutto se sei fuori casa: mangiando un po' di più, potresti aver bisogno di cambiare la sacca più di frequente.

"IO NON SONO LA MIA STOMIA!"



La stomia non definisce chi sei e quello che fai:
ecco le testimonianze di chi vive la tua esperienza ed è tornata alle proprie
passioni. Aspettiamo il racconto della tua!



LA STORIA DI SILVIA

Mi chiamo Silvia, ho 35 anni e sono un'artigiana del legno. Sono stata operata di colectomia totale a causa di una malattia cronica intestinale, la rettocolite ulcerosa.

Ora sono qua, viva. Imparare a gestire la stomia è stata la cosa "più facile".

La parte più difficile è accettare il proprio corpo diverso e ricostruire la propria vita in base ad esigenze differenti e soprattutto re- imparare quali sono i nuovi limiti.

La cura dello stoma è fondamentale, ci vuole impegno e tempo.

L'intervento va visto come una svolta verso una vita migliore quando le terapie non funzionano adeguatamente. Una vita diversa, con nuovi ostacoli, ma indubbiamente migliore. Se anche altri di voi dovranno sottoporsi ad intervento è giusto e normale che abbiate paura,

ma guardatela come una svolta positiva per la vostra vita. Come mi sento? Da un lato spaventata per oggi e per il futuro per diversi motivi credo più che normali, ma che tengo per me e la psicoterapia; dall'altra parte mi sento completamente

rinata e soprattutto sollevata perché ero davvero arrivata al capolinea sia fisicamente che psicologicamente.

Nella strada verso la riabilitazione ho potuto contare sul supporto di Michele, infermiere dell'AIL e

Silvia Moschini, il mio medico di base.

A queste due persone e alla sua famiglia va il mio ringraziamento.

[Leggi la storia integrale](#)

AP-75858-ITA-ITA-V1



LA STORIA DI SIMONE

Mi chiamo Simone, e oggi non sono qui per raccontarvi una vittoria.

Sono qui per raccontarvi una rinascita.

Qualche tempo fa (lontano 1982

e poi 1996) la vita mi ha messo davanti a una prova durissima: un intervento chirurgico che mi ha lasciato con una colostomia... avevo 16 anni!

Per molti, questo sarebbe stato un punto di arresto.

Per me, è stato il punto di partenza.

Una voce che diceva: "Non sei finito. Sei appena ripartito, non sei morto, sei vivo!"

Questa è la tua seconda vita". Così ho cominciato a correre.

Un passo. Poi due. Poi dieci. Ogni chilometro era una sfida, ogni pedalata una conquista. Il running e il ciclismo sono diventati il mio grido di libertà. Se posso lasciarvi un messaggio, è questo:

“Non aspettate il momento perfetto.
Create il vostro momento.
Anche con una cicatrice. Anche con una stomia. Anche con la paura.
Perché il coraggio non è assenza di dolore.
È scegliere di andare avanti, è scegliere di superarsi, è scegliere di stupirsi in questa seconda vita che ci è stata regalata... nonostante tutto”.

[Leggi la storia integrale](#)

AP-76708-ITA-ITA-v1



Condividi la tua storia

La tua storia può aiutare gli altri a riprendere il timone della propria vita. Condividendola prenderai parte alla nostra campagna **Io non sono la mia stomia**, realizzata in collaborazione con A.I.O.S.S. (Associazione Italiana Operatori Sanitari di Stomaterapia), A.I.STOM. (Associazione Italiana Stomizzati), F.A.I.S. (Federazione delle Associazioni Incontinenti e Stomizzati) e AMICI Italia (Associazione Malattie Infiammatorie Croniche e Intestinali) per sensibilizzare sulla stomia e combattere lo stigma ad essa associata. Mandaci la tua testimonianza:

- per e-mail, all'indirizzo convatel.italia@convatec.com
- compilando il [modulo online](#).

Puoi anche mandarci un video o delle foto o raccontarti come preferisci. Se lo desideri, puoi anche contattarci al numero verde gratuito **800.930.930**, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00 e ti aiuteremo a condividerla.

CINQUE BUONI MOTIVI PER CONTATTARE IL SERVIZIO CONVATEC ME+

**Chiama il numero verde gratuito
800.930.930 e scopri i servizi
a tua disposizione**

Nella strada verso la riabilitazione e nella vita quotidiana con la stomia è importante che tu sappia di non essere solo/a. Il **servizio Convatec me+** è al tuo fianco ogni giorno per offrirti un supporto concreto in tutta la strada verso la riabilitazione. Le consulenti Convatec me+, grazie alla collaborazione con gli operatori sanitari che si prendono cura di te, sono pronte ad ascoltarti e fornirti tutte le informazioni di cui hai bisogno.



I recapiti per contattarci

Numero verde gratuito: 800.930.930, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00.
E-mail: convatel.italia@convatec.com
WhatsApp: [3489412247](https://wa.me/3489412247)
Facebook: [Convatec Stomia](#)
Instagram: [@convatecstomia](#)
X (Twitter): [@ConvatecStomia](#)
YouTube: [Convatec Italia](#)

PERCHÉ CONTATTARE IL SERVIZIO CONVATEC ME+

Ci sono almeno cinque buoni motivi per contattare Convatec me+:

1

CAMPIONI GRATUITI

Trova il sistema di raccolta più adatto alle tue esigenze. Le consulenti Convatec me+ ti supporteranno con le informazioni sull'utilizzo di prodotti.

Per qualsiasi esigenza clinica rivolgiti al tuo stomaterapista.



2

CONSIGLI NUTRIZIONALI

Seguire una dieta equilibrata è fondamentale per un ritrovato benessere.

Le consulenti Convatec me+, in collaborazione con gli operatori sanitari, sapranno darti indicazioni in base al tuo tipo di stomia.



SUPPORTO PER ORIENTARTI TRA LE PRATICHE BUROCRATICHE

Il servizio Convatec me+ è qui per aiutarti a conoscere e tutelare i tuoi diritti, in base alle normative vigenti nella Regione in cui vivi.

3

4

SUPPORTO EMOTIVO

La stomia può essere motivo di ansia e preoccupazione. Non allarmarti: le consulenti Convatec me+ sono pronte ad ascoltarti per aiutarti a ritrovare serenità

5



SPORT E ATTIVITÀ FISICA

Scopri gli esercizi del programma me+ recovery, pensati per una riabilitazione più rapida e completa. Chiama il servizio Convatec me+ per conoscere gli operatori sanitari certificati all'insegnamento del programma.

L'ANGOLO DELLA POSTA

@ @ @ @ @ @

Forever caring è la nostra promessa: essere sempre al fianco delle persone stomizzate e degli operatori sanitari, per offrire loro il supporto di cui hanno bisogno. Grazie per aiutarci a migliorare sempre il nostro lavoro attraverso le vostre testimonianze



Catia, consulente del Servizio me+ dal 2017

Marina, consulente del Servizio me+ dal 2006

Valentina, consulente del Servizio me+ dal 2016

Messaggi di ringraziamento per le consulenti del servizio Convatec me+

La vostra voce, la nostra soddisfazione

Grazie ancora a Sabrina, mi sta dando un aiuto grandissimo... dopo tre anni infernali ora ho persino paura di sognare... è diventato tutto più semplice ed accettabile! Convatec, se sarà sempre così potrò iniziare ad accettare la stomia e ricominciare a vivere!

Carmela

Spero anche tanti altri con problemi possano avere il vostro supporto

Carmela

Siete sempre pronti ad aiutare, vi ringrazio tantissimo!

Bianca

Professionalità, competenza e disponibilità: grazie alle consulenti del servizio Convatec me+ e al mio stomaterapista. Grazie al vostro supporto sono tornato a dedicarmi a tutte le mie attività.

Davide



Elisa, consulente del Servizio me+ dal 2018

Marina, consulente del Servizio me+ dal 2007



Contattaci

Hai delle domande o vuoi condividere la tua opinione? Scrivici all'indirizzo e-mail convatec.italia@convatec.com o chiamaci al numero verde gratuito **800.930.930**, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00

ALLE TERME CON LA STOMIA? SI PUÒ!

Le basse temperature possono essere combattute anche con una pausa in relax in un centro termale: la stomia non deve impedirti di concedertela

Posso fare la doccia e il bagno con la stomia?
Si tratta di una delle domande più comuni dopo l'intervento, che nasconde un timore legittimo, ma del tutto infondato. Le moderne sacche per stomia, infatti, sono impermeabili, e si asciugano rapidamente.



Puoi decidere di fare il bagno e la doccia indossando o meno il sistema di raccolta:

- se scegli di rimuoverlo, può essere utile far coincidere il momento con la sostituzione del dispositivo e lo stomacare. Ricordati di asciugare bene la pelle dopo il bagno o la doccia prima di applicare il sistema di raccolta pulito;
- se preferisci indosarlo, controlla di averlo applicato correttamente.

Godersi una giornata alle terme

Ecco alcune accortezze per vivere al meglio un'esperienza in un centro termale:

- non restare troppo a lungo nelle vasche di acqua calda, per evitare che il calore possa incidere sull'adesività della sacca.
- porta sempre con te sempre l'occorrente per sostituire il dispositivo;
- igienizza sempre bene le mani: suggerimento che vale per chiunque, specie nei bagni pubblici!

convatec
me +

Le consulenti del servizio Convatec me+ sono pronte a rispondere alle tue domande. Per qualsiasi esigenza, contattaci al numero verde gratuito 800.930.930 o manda un'e-mail a convatec.italia@convatec.com.



Scansiona
per richiedere
campioni
gratuiti

Controllare gli odori
per sentirti a tuo agio

È nei legami più stretti, che mi sento più forte

Le bustine gelificanti Esenta™
Diamonds® con Tecnologia
ActiveOne™ aiutano a gelificare le feci
liquide e a ridurre il gas in eccesso
per offrirti discrezione e comfort



Novità
Formato da
30 bustine
a € 15,90*

*Prezzo consigliato al pubblico

- Riducono o eliminano il gas in eccesso, gelificando le feci liquide.
- Rendono la sacca discreta e confortevole.
- Riducono la necessità di svuotare la sacca.
- **Tecnologia ActiveOne™** per il controllo degli odori.