



# Cirugía Española



[www.elsevier.es/cirugia](http://www.elsevier.es/cirugia)

## P-585 - PROYECTO DE IMPLEMENTACIÓN DE LA PREHABILITACIÓN TRIMODAL EN UN HOSPITAL COMARCAL. RECETA DEPORTIVA Y RECETA PSICOSOCIAL

*Orts Micó, Francisco José; Arlandis Félix, Francisco José; Pérez Climent, María de las Nieves; Belda Ibáñez, Tatiana; Flórez Nisperuza, Ángela María; Cejudo Berenguer, Luis; Peidro Parres, Sara; Serra Díaz, Carlos*

*Hospital Virgen de los Lirios, Alcoy.*

### Resumen

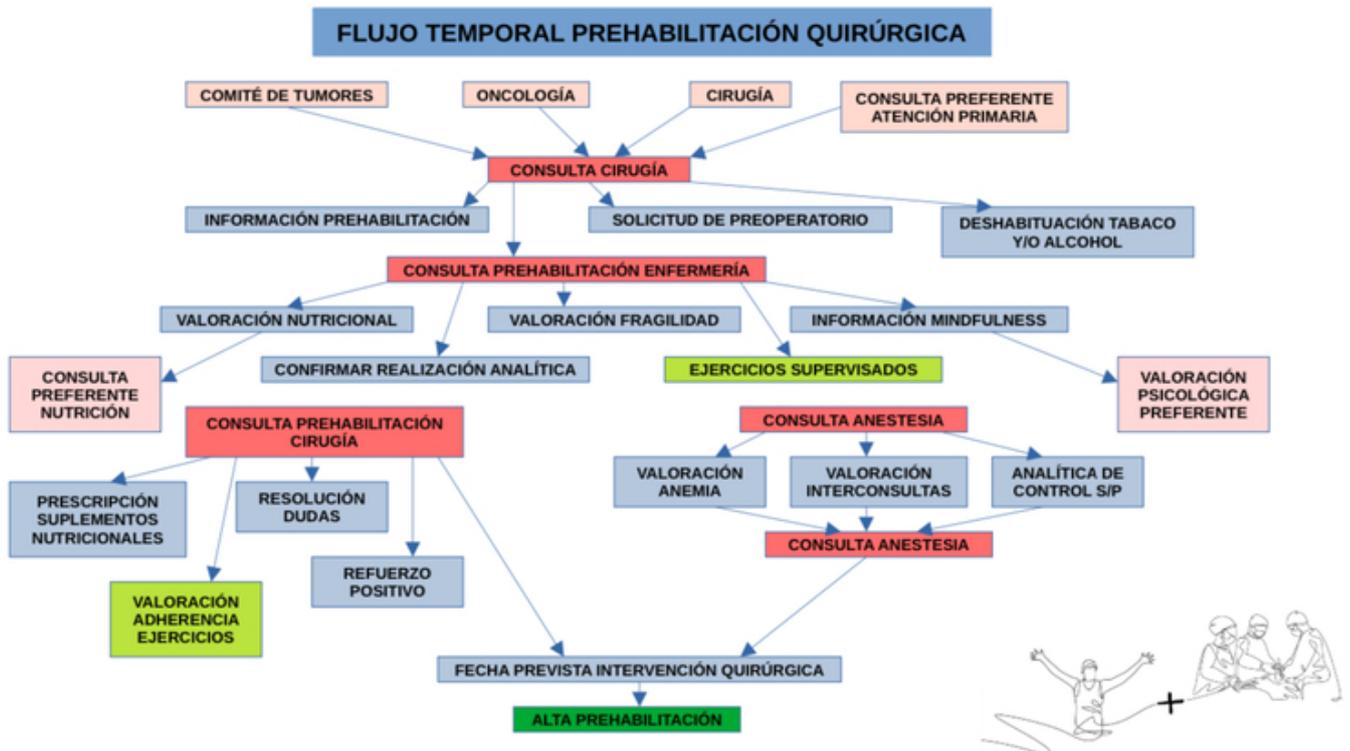
**Introducción:** Tras la incorporación en la práctica habitual de las medidas preoperatorias intraoperatorias y posoperatorias de manera satisfactoria en nuestro centro y para conseguir una mejor atención en nuestros pacientes y seguir implementando las recomendaciones de la vía RICA, presentamos nuestro proyecto de implementación del programa de ejercicio físico, atención psicosocial y soporte nutricional preoperatorio.

**Objetivos:** Dar a conocer nuestra experiencia para aportar posibles soluciones a los problemas que se puedan encontrar en otros centros para llevar a cabo la prehabilitación trimodal.

**Métodos:** Después de reunirse varios responsables del servicio de Cirugía General con la dirección del hospital se manifestó la necesidad que teníamos de disponer de un apoyo externo para mejorar la preparación preoperatoria de los pacientes que iban a ser intervenidos de cirugía mayor.

**Resultados:** Tras la aceptación del proyecto, nos reunimos con el centro deportivo municipal Eduardo Latorre y con la Asociación Solc para poder remitir a los pacientes tras la indicación de intervención quirúrgica que se postpondría 4 semanas en los pacientes con neoplasia diagnosticada, y podría ser un tiempo mayor en neoadyuvancia (por ejemplo, en recto y estómago). A estos pacientes se les extiende la "Receta Deportiva", con las recomendaciones de ejercicio físico propuestas por el facultativo que les permite acudir de forma gratuita al centro deportivo para realizar los ejercicios bajo supervisión de un profesional cualificado durante las semanas acordadas. Del mismo modo, se les informa y se les extiende la "Receta Psico-Social" con información y contacto con la asociación Solc, asociación comarcal sin ánimo de lucro que proporciona soporte, ayuda y apoyo durante y tras el tratamiento con cáncer. En dicha asociación disponen de psicólogos y voluntarios que complementan la información sobre mindfulness que se le facilita a los pacientes en la consulta de enfermería especializada de prehabilitación. Con el fin de completar la terapia prehabilitadora trimodal para mejorar la capacidad funcional previa a la intervención quirúrgica se valora la idoneidad del tipo de complementos nutricionales para suplementar el programa de ejercicio físico y el aporte de proteínas del paciente de forma personalizada. La enfermera prehabilitadora realiza una valoración del estado físico, la fragilidad, el estado nutricional mediante mediciones y escalas de valoración y remite al paciente en función de los requerimientos a cirugía para la prescripción de suplementos o a endocrinología y nutrición si precisa suplementos más

específicos y seguimiento estrecho, según acuerdo establecido. Se adjunta flujo de pacientes propuesto para los pacientes oncológicos en nuestro centro y la valoración por los diferentes profesionales sanitarios.



**Conclusiones:** Las recomendaciones de la rehabilitación intensificada en cirugía del adulto permiten mejorar los resultados posoperatorios de nuestros pacientes por lo que medidas como éstas ayudan a conseguir incorporarlas. Además, los pacientes se habitúan a ser más conscientes de que son una parte importante en su propia recuperación favoreciendo una vida activa y el apoyo profesional afianzan esas recomendaciones.