



## O-286 - RESULTADOS PRELIMINARES DE LA INSTAURACIÓN DE UN PROGRAMA DE PREHABILITACIÓN DE SUELO PÉLVICO PARA LA PREVENCIÓN DEL LARS TRAS EL CIERRE DE UN ESTOMA TEMPORAL

Álvarez Laso, Carlos; Gutiérrez González, Jaime; Rodríguez Andrade, Olga; Carrocera Cabal, Amparo; Lora Cumplido, Paola; Menéndez Caso, Ana; Arteaga Domínguez, Alejandro; Fernández Fernández, José Carlos

Hospital Universitario de Cabueñes, Gijón.

### Resumen

**Introducción:** La resección anterior de recto con estoma de protección lleva consigo un déficit de la función defecatoria, que se pone de manifiesto tras el cierre del estoma teniendo un impacto negativo en la calidad de vida. Se conoce como síndrome de resección anterior (LARS en inglés). La aplicación de programas de rehabilitación de suelo pélvico ha demostrado ser efectiva en su tratamiento. Pensamos que la prehabilitación del suelo pélvico podría prevenir o minimizar sus síntomas.

**Métodos:** Tras la inclusión en lista se programa 8-10 sesiones de fisioterapia consistentes en: Anatomía, fisiología, postura, medidas higiénico-dietéticas. Localización de suelo pélvico propiocepción. Activación del transversos abdominal, localización, contracción. Sinergia abdomino-perineal, anticipación y bloqueo al esfuerzo, reflejo de la tos. Respiración abdominal (inicio a la técnica hipopresiva). Trabajo miofascial del diafragma y abdomen. BFB electromiográfico. EE muscular del esfínter anal con electrodo anal o electrodos de superficie. BFB recto-anal.

**Resultados:** Debido a los problemas estructurales solo hemos podido cerrar cuatro ileostomías este año, dos hombres y dos mujeres con una mediana de edad de 62 años, por lo tanto el grupo aún es muy escaso pero hemos podido observar que la mediana de puntuación de LARS ha pasado de ser de 35 en el grupo que no realizó prehabilitación de suelo pélvico a 22 en los 4 pacientes que si lo hicieron.

**Conclusiones:** El objetivo es disminuir la incidencia y la gravedad del síndrome de resección anterior. Se ha visto que la estimulación repetida de determinados grupos musculares tiene un efecto positivo evidente de cara a suplir una deficiencia ocasionada por una mutilación muscular. Al instaurar nuestro programa de prehabilitación pretendemos preparar el conjunto anatómico de la pelvis y el aparato esfinteriano para el adecuado desarrollo de la función defecatoria, una vez haya sido cerrado el estoma. Los resultados obtenidos con los primeros pacientes incluidos en el programa son esperanzadores.