

Prehabilitación en el paciente quirúrgico

Prehabilitation in surgical patient

Abilene Cirenia Escamilla Ortiz*

La rehabilitación preoperatoria o prehabilitación es un enfoque diseñado para optimizar la salud del paciente antes de una intervención quirúrgica; su objetivo es reducir los riesgos asociados, disminuir los días de estancia hospitalaria y minimizar las complicaciones. Este proceso consiste en intervenciones personalizadas y multimodales basadas en las necesidades específicas de cada individuo, estructuradas para mejorar su resiliencia metabólica, fisiológica y psicológica ante un factor de estrés mayor, como lo es la cirugía.^{1,2}

Cada año, más de 300 millones de personas se someten a procedimientos quirúrgicos. Estos eventos exponen al paciente a un estrés psicológico, cognitivo y psicosocial considerable; de hecho, se ha observado que hasta en 20% de los casos presenta eventos adversos, entre 10 y 20% desarrolla alguna discapacidad, y hasta 25% experimenta una alteración funcional.³

Afortunadamente, la mayor parte de estos factores de riesgo son modificables, previo a la intervención quirúrgica. Entre las principales estrategias se encuentran el dejar de fumar por lo menos un mes antes de la intervención, evaluación del estado nutricional, la prescripción de ejercicio en pacientes sedentarios, el control de peso y la preparación psicológica enfocada en disminuir la ansiedad y el estrés, entre otras.^{1,2}

Por el contrario, condiciones como una baja reserva cardiopulmonar, la sarcopenia, la fragilidad y un deficiente estado nutricional comprometen la respuesta metabólica al estrés. Esto incrementa la susceptibilidad a presentar complicaciones durante la anestesia, así como en los periodos transoperatorio y postoperatorio.⁴

Para implementar una prehabilitación exitosa, se requiere un equipo multidisciplinario que involucre de manera activa a profesionales en fisioterapia, psicología y nutrición, entre otros.⁵ Asimismo, a pesar de que hoy un alto porcentaje de procedimientos se realizan mediante técnicas de mínima invasión o cirugía robótica en cirujanos capacitados, la aplicación de estrategias de preparación previas a la cirugía sigue demostrando una reducción significativa en las complicaciones postoperatorias.¹

En conclusión, cada caso es único y debe ser evaluado para determinar los tiempos óptimos para la prehabilitación, garantizando así que cada caso llegue a su cirugía en las mejores condiciones posibles.

REFERENCIAS

1. West MA, Jack S, Grocott MPW. Prehabilitation before surgery: Is it for all patients? *Best Pract Res Clin Anaesthesiol.* 2021; 35: 507-516.
2. Kooroor JG, Nann SD, Barot DD, Garg D, Hains L, Stretton B, et al. Prehabilitation for general surgery: a systematic review of randomized controlled trials. *ANZ J Surg.* 2023; 93: 2411-2425.
3. Mclsaac DI, Gill M, Boland L, Hutton B, Branje K, Shaw J, et al. Prehabilitation in adult patients undergoing surgery: an umbrella review of systematic reviews. *Br J Anaesth.* 2022; 128: 244-257.
4. Gillis C, Ljungqvist O, Carli F. Prehabilitation, enhanced recovery after surgery, or both? A narrative review. *Br J Anaesth.* 2022; 128: 434-448. Erratum in: *Br J Anaesth.* 2022; 128: 1061.
5. Boukili IE, Flaris AN, Mercier F, Cotte E, Kepenekian V, Vaudoyer D, et al. Prehabilitation before major abdominal surgery: Evaluation of the impact of a perioperative clinical pathway, a pilot study. *Scand J Surg.* 2022; 111: 14574969221083394.

Correspondencia:

Abilene Cirenia Escamilla Ortiz

E-mail: escamillaoa@amcg.org.mx

* Editora de Cirujano General. ORCID: 0000-0001-5635-5845



Citar como: Escamilla OAC. Prehabilitación en el paciente quirúrgico. *Cir Gen.* 2026; 48 (2): 61. <https://dx.doi.org/10.35366/123459>