

16 d'octubre de 2026

Dia Mundial de l'Anestèsia



Professionals del Servei d'Anestesiologia, Reanimació i Terapèutica del Dolor de l'Hospital Universitari Sant Joan de Reus

El 16 d'octubre se celebra el **Dia Mundial de l'Anestèsia**, la ciència mèdica que s'ocupa de l'alleugeriment del dolor i la cura global del pacient quirúrgic abans, durant i després de la cirurgia.

Els **anestesiòlegs** se n'ocupen de la preparació quirúrgica, que comença setmanes abans d'entrar al quiròfan.
No apareixen únicament el dia de la cirurgia, sinó que lideren la vostra preparació des de setmanes abans en un procés anomenat **prehabilitació** i després us acompanyen durant tot el procés.

A l'Hospital Universitari Sant Joan de Reus, el Servei d'Anestesiologia, Reanimació i Terapèutica del Dolor està **ubicat a la planta -1, color blau** i compta amb un equip de **31 professionals**.



El vostre anestesiòleg, amb vosaltres abans i després de la cirurgia

QUÈ ÉS LA PREHABILITACIÓ?

És el conjunt de mesures (físiques, nutricionals i psicològiques) que **preparen el cos abans d'una cirurgia major**, com un esportista es prepara per a una competició. L'equip de prehabilitació de l'Hospital Universitari Sant Joan de Reus, format per anestesiòlegs, infermeres de prehabilitació, nutricionistes, metges especialistes en fisiologia de l'esport, etcètera, us ajudaran a definir un programa individualitzat.



MENYS COMPLICACIONS

Arribar preparats al quiròfan redueix les complicacions després de la cirurgia i disminueix l'estada a l'hospital i el risc de reingressar-hi.

Vosaltres i la vostra família sou l'eix vertical d'aquesta etapa: **prehabilitar** és, sobretot, **empoderar** qui s'ha d'operar.



Els tres pilars de la preparació

La **prehabilitació** treballa el cos i la ment a la vegada, en un programa individualitzat que combina aquestes tres àrees:

- **Capacitat física.** Exercici aeròbic i de força. Entrenament supervisat per arribar al quiròfan amb més reserva funcional.
- **Estat nutricional.** Alimentació que prepara la cicatrització. Proteïna, energia suficient i correcció de carències abans de la cirurgia.
- **Benestar emocional.** Menys ansietat davant la cirurgia. Informació clara, relaxació i suport psicològic per afrontar la intervenció amb calma.





El paper de l'anestesiòleg en la cirurgia

El treball de preparació no acaba quan entreu al quiròfan: el vostre anestesiòleg us cuida durant la intervenció.

- **Ajusta l'anestèsia** a la vostra preparació. Fa servir el que sap de vosaltres des de la prehabilitació per adaptar la tècnica anestèsica i el control del dolor.
- **Vigila** cada **constant** en temps real. Controla el vostre cor, la vostra respiració i el vostre dolor durant tota la intervenció.



UN EQUIP, UN MATEIX OBJECTIU

Anestesiòlegs, cirurgians i la infermeria quirúrgica treballen de manera coordinada i sincronitzada, sostenint el pacient en el moment més vulnerable del procés.

“L'operació no està en les vostres mans, però la prehabilitació sí. La vostra recuperació comença abans d'entrar al quiròfan; si milloreu la vostra condició física, milloreu la vostra capacitat per a afrontar la cirurgia i la recuperació.

I per enfrontar aquest repte, compteu amb el vostre anestesiòleg”