

# Importancia de la consulta enfermera de prehabilitación para la preparación quirúrgica

Serrano Martos AB, González Vega B, Torres Carrera G, Casanovas Soriano B.  
Enfermeras de Prehabilitación Quirúrgica, Hospital Universitari Sant Joan de Reus.

## Introducción

La prehabilitación es un enfoque multidisciplinario que busca optimizar el estado funcional del paciente antes de una cirugía mayor, facilitando su recuperación postoperatoria. Enfermería desempeña un papel clave en la valoración, educación y acompañamiento del paciente a lo largo de todo el proceso.

En el Hospital Universitario Sant Joan de Reus, se ha implementado una consulta de enfermería en prehabilitación para mejorar la preparación de los pacientes, asegurando una coordinación efectiva con anestesia y el resto de profesionales implicados en la atención perioperatoria.

## Objetivo

Describir el papel de la enfermería en la consulta de prehabilitación quirúrgica y su impacto en la preparación del paciente, destacando la importancia del trabajo en equipo y la educación sanitaria en este proceso.

## Material y métodos

La consulta de prehabilitación se lleva a cabo de manera multidisciplinaria, con la enfermería actuando como eje central de coordinación entre los profesionales implicados (cirujanos, anestesistas, fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos...). Enfermería asegura que el paciente reciba un abordaje integral adaptado a sus necesidades y realiza un seguimiento durante el proceso.

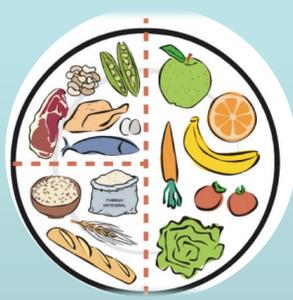
## Resultados

Los cuidados enfermeros incluyen:



### Valoración funcional inicial

Mediante la prueba de marcha y la prueba de fuerza de extremidades inferiores y superiores, para establecer el estado basal del paciente.



### Recomendaciones personalizadas

En función de la valoración inicial, se proporcionan recomendaciones sobre ejercicio físico, alimentación y control de factores de riesgo (tabaquismo, diabetes, obesidad, etc). Estas recomendaciones son coordinadas con el equipo quirúrgico y anestesiológico para garantizar que el plan de prehabilitación sea específico para cada paciente.



### Educación sanitaria y seguimiento

Enfermería realiza educación continua para mejorar la adherencia a las indicaciones. Además durante el proceso se lleva a cabo un seguimiento para ajustar las recomendaciones y asegurar que el paciente cumpla con las metas establecidas antes de la cirugía.

## Conclusiones

La consulta de enfermería en prehabilitación mejora la atención perioperatoria al coordinarse con anestesia y otros especialistas, facilitando la preparación quirúrgica y la implicación activa del paciente. Los programas de prehabilitación multimodal abordan aspectos físicos, nutricionales y emocionales, además de gestionar factores de riesgo como tabaquismo, diabetes y anemia.

La enfermería desempeña un papel clave en la comunicación interdisciplinaria, la educación para la salud y el acompañamiento del paciente. Este modelo optimiza recursos, reduce costes y complicaciones postoperatorias, permitiendo una atención más personalizada y efectiva, consolidando a la enfermería como un pilar fundamental en la recuperación del paciente.