



## AULA VIRTUAL

¿Cómo recuperarse mejor de una intervención quirúrgica?:

Los programas de Rehabilitación Multimodal

# 1. CONOCE

**SEEN**



Sociedad Española de  
Endocrinología y Nutrición

Avalado por:





## Autores

- **María Julia Ocón Bretón**, médico especialista Endocrinología y Nutrición, Sección Nutrición Clínica y Dietética del Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa de Zaragoza.
- **José Manuel Ramírez Rodríguez**, profesor titular de Cirugía de la Facultad de Medicina de Zaragoza, médico especialista Cirugía General y aparato Digestivo del Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa de Zaragoza.





## **Conoce** los aspectos fundamentales relacionados con la recuperación intensificada en cirugía del adulto (RICA)

- ❑ Asumiendo el papel que todos tenemos en los aspectos relacionados con la salud y la enfermedad, esta sección está dirigida a pacientes, sus cuidadores y ciudadanos en general, ofreciendo **información** y recursos relacionados con la cirugía y la recuperación multimodal.
- ❑ Esta información pretende ayudar a comprender las recomendaciones y a mejorar la comunicación entre médico y paciente.





# Índice

- ❑ 1. ¿Qué es la recuperación intensificada en cirugía del adulto?
- ❑ 2. ¿Cuándo está indicada?
- ❑ 3. Historia
- ❑ 4. Beneficios
- ❑ 5. Principios generales de los programas de recuperación multimodal
- ❑ 6. Información al paciente
- ❑ 7. Secuencia de cuidados esenciales perioperatorios
- ❑ 8. ¿Qué es la prehabilitación?





# 1. ¿QUÉ ES LA RECUPERACIÓN INTENSIFICADA EN CIRUGÍA DEL ADULTO?





# 1. ¿Qué es?

- ❑ La **cirugía mayor abdominal** hace referencia a los procedimientos quirúrgicos más complejos que se realizan en la cavidad abdominal:
  - Suele ser necesaria la hospitalización por su mayor riesgo de complicaciones
  - Habitualmente se realizan bajo anestesia general
  - La recuperación puede llevar varios días o semanas
  - Se intervienen órganos como el colon, estómago, páncreas, útero, riñón....
  - Se trata de una cirugía electiva aunque se puede practicar de forma urgente



La **cirugía electiva** es aquella operación donde el paciente tiene tiempo suficiente para sopesar los riesgos y beneficios. También se conoce como cirugía programada

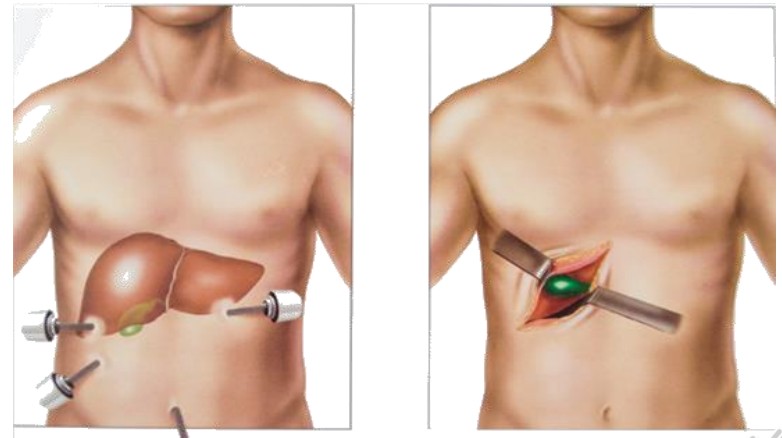




## 1. ¿Qué es?

- ❑ La **cirugía abierta abdominal** o **laparotomía** es aquella intervención en la que el cirujano realiza una incisión larga en el abdomen para tener una visualización y un acceso completo a los órganos de la cavidad abdominal.
- ❑ La **cirugía mínimamente invasiva abdominal** o **laparoscopia**, es aquella técnica quirúrgica en la que se realizan varias incisiones pequeñas en el abdomen y por donde el cirujano introduce un tubo con una cámara de video para visualizar/extirpar los órganos del abdomen. Tiene ciertas ventajas:

- Menos dolor
- Recuperación y estancia más corta en el hospital
- Menos complicaciones
- Cicatriz mas pequeña





## 1. ¿Qué es?

La **Recuperación Intensificada en Cirugía del Adulto (RICA)** también se denomina rehabilitación multimodal quirúrgica

- ❑ Consiste en aplicar una serie de **cuidados antes, durante y después** de la operación con el objetivo de preparar al paciente física y emocionalmente para **poder afrontar la operación**, prevenir las complicaciones y reducir el tiempo de permanencia en el hospital.
- ❑ El paciente será atendido por un equipo de diferentes profesionales (cirujanos, endocrinólogos, anestesistas, enfermeras) que le ayudarán a **acelerar su recuperación.**







## 2. ¿CUÁNDO ESTÁ INDICADA?





## 2. ¿Cuándo está indicada?

- ❑ Son candidatos a recibir estos cuidados perioperatorios aquellos pacientes:
  - Edad entre 18 y 85 años
  - Necesitan una cirugía mayor electiva abdominal
  - Comprenden, colaboran y aceptan estos tratamientos



No está indicada en operaciones urgentes ni en pediatría





### 3. HISTORIA





### 3. Historia

- ❑ El cirujano danés Henrik Kehlet fue el primero en introducir el concepto de “cirugía fast-track” a mitad de los años 90 y hoy en día es conocido como el padre de la rehabilitación multimodal.
- ❑ Propuso y aplicó una serie de medidas perioperatorias con el fin de mejorar la recuperación después de una cirugía mayor de colon. Son unos protocolos que tratan de cambiar los cuidados rutinarios de la cirugía tradicional.
- ❑ Estos protocolos se denominaron inicialmente **Fast Track** (recuperación rápida) y actualmente se denominan **ERAS** (recuperación mejorada tras la cirugía) en Europa y **RICA** (recuperación intensificada en cirugía del adulto) en España.





### 3. Historia

- En 2001, se fundó la **Sociedad ERAS** para continuar con las ideas introducidas por Henrik Kehlet y en la actualidad su misión es desarrollar la atención perioperatoria y mejorar la recuperación a través de la investigación, la formación, la auditoría y la implementación de la práctica basada en la evidencia.
- En España, en 2008 se creó el **Grupo Español Rehabilitación Multimodal (GERM)** con el objetivo de difundir e implantar los protocolos de recuperación intensificada en nuestro país. El GERM ha colaborado con el Ministerio de Sanidad y otras sociedades científicas como SEEN en la elaboración de la Vía RICA.





## 4. BENEFICIOS





## 4. Beneficios

### ❑ Para el paciente:

- Agiliza su recuperación física con una disminución de las complicaciones y el tiempo de estancia en el hospital
- Empoderamiento: aumento de su confianza y de la capacidad de tomar decisiones y poder participar en su proceso
- Aumento de la calidad de la atención percibida y de su satisfacción

### ❑ Para el sanitario:

- Estandarización del proceso quirúrgico
- Optimización de los recursos sanitarios
- Creación de líneas de trabajo y de investigación

### ❑ Para la administración sanitaria:

- Aumento de la calidad ofrecida
- Ahorro económico





## 5. PRINCIPIOS GENERALES DE LOS PROGRAMAS DE RECUPERACIÓN INTENSIFICADA







## 5. Principios generales de los programas de recuperación intensificada

- 1. Comunicación e información detallada al paciente



- 2. Secuencia de cuidados perioperatorios estructurada y organizada





## 6. INFORMACIÓN AL PACIENTE





## 6. Información al paciente

- ❑ En la primera consulta, al enfermo se le explica todas las opciones de tratamiento, los riesgos y beneficios esperados y recibe información de la secuencia de cuidados que se van a seguir durante todo el ingreso
- ❑ El paciente colabora de forma activa y se implica en su proceso
- ❑ Se dará información verbal y por escrito mediante folletos explicativos
- ❑ Esta información mejora la satisfacción del paciente y le ayuda a disminuir el nerviosismo, la ansiedad y el dolor





## 7. SECUENCIA DE CUIDADOS PERIOPERATORIOS





## 7. Secuencia de cuidados perioperatorios

### ■ Cuidados antes de la cirugía

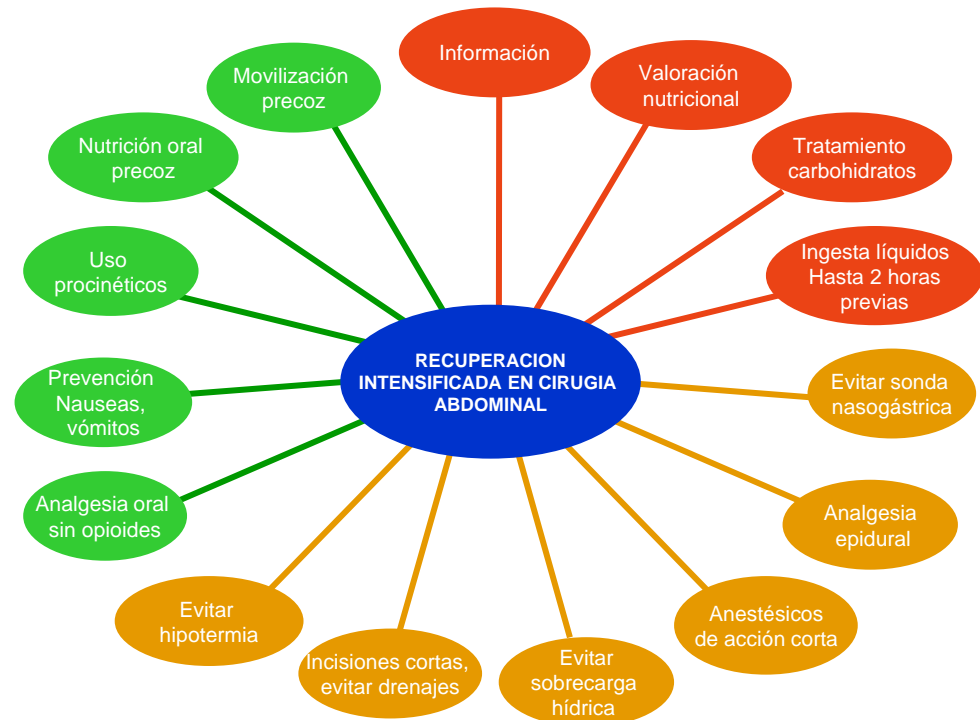
- Evaluación del riesgo cardiológico y anemia
- Valoración y tratamiento nutricional
- Evitar el ayuno nocturno
- Tratamiento con bebidas carbohidratadas (maltodextrinas al 12.5%)

### ■ Cuidados durante la cirugía

- Cirugía mínima invasiva (laparoscopia)
- Control del dolor (analgesia epidural)
- No colocar sondas o drenajes
- Evitar sobrecarga de líquidos

### ■ Cuidados después de la cirugía

- Alimentación y movilización precoz





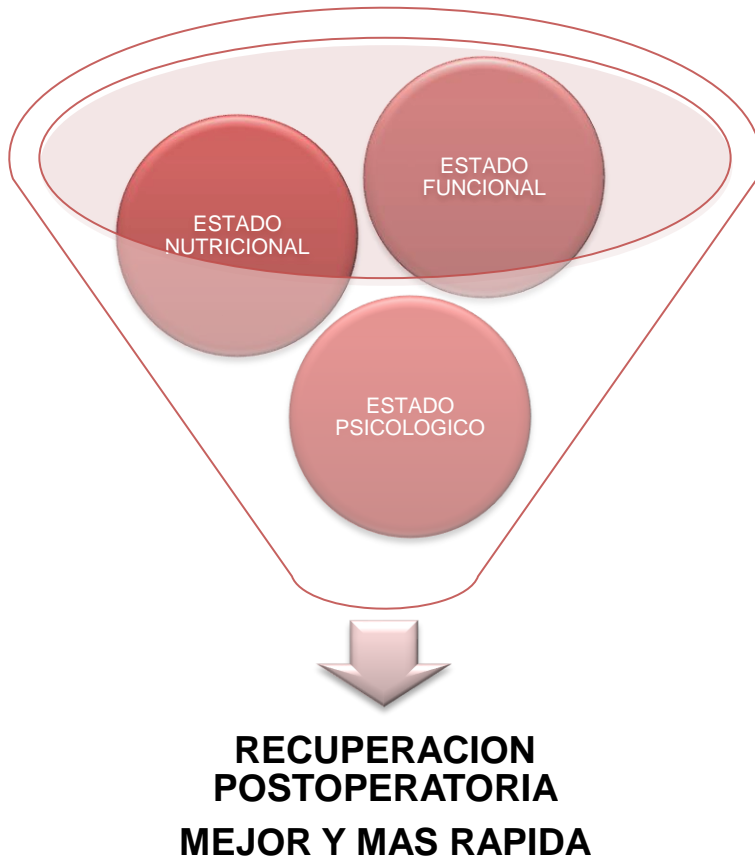
## 8. ¿QUÉ ES LA PREHABILITACIÓN?





## 8. ¿Qué es la prehabilitación?

Conjunto de cuidados preoperatorios encaminados a acompañar y preparar a los pacientes para afrontar la cirugía en las mejores condiciones posibles



### 1. VIDA ACTIVA: EJERCICIO FÍSICO

- Aeróbico: caminar 30 minutos/día
- Ejercicios de resistencia: pesas/gimnasio

### 2. NUTRICIÓN

- Dieta equilibrada hiperproteica
- Con/sin suplementación nutricional

### 3. REDUCCIÓN DE LA ANSIEDAD

- Técnicas de relajación: Mindfulness





## Enlaces de interés

- **Grupo Español de Rehabilitación Multimodal (GERM):**  
<http://www.grupogerm.es/>
- **Sociedad ERAS (Enhanced Recovery After Surgery) información a pacientes:**  
<https://erassociety.org/patients/>
- **Vía clínica de recuperación intensificada en cirugía abdominal (RICA):**  
[https://portal.guiasalud.es/wpcontent/uploads/2019/01/vc\\_1\\_viaclinica-rica.pdf](https://portal.guiasalud.es/wpcontent/uploads/2019/01/vc_1_viaclinica-rica.pdf)
- **Guía de Práctica Clínica sobre Cuidados Perioperatorios en Cirugía Mayor Abdominal:**  
[http://www.guiasalud.es/GPC/GPC\\_555\\_CMA\\_IACS\\_compl.pdf](http://www.guiasalud.es/GPC/GPC_555_CMA_IACS_compl.pdf)
- **Prehabilitación: espacio para profesionales, pacientes y familiares:**  
<https://www.grupogerm.es/prehabilitacion/>







**¡Muchas gracias!**

