



## P-589 - IMPORTANCIA DEL EJERCICIO FÍSICO EN UN PROGRAMA DE PREHABILITACIÓN EN PACIENTES CON CÁNCER DE MAMA. RESULTADOS DE NUESTRO CENTRO

*Neznanova Dutova, María; Saborit, Rosa; Añón, Elena; Langa, Yolanda; Ángel, Gretchen; Sanmartín, Paula; Muñoz, Inés; Chisvert, María Vicenta*

Hospital Lluís Alcanyís, Xàtiva.

## Resumen

**Introducción:** Diversos estudios han demostrado que la actividad física reduce las complicaciones derivadas del tratamiento del cáncer de mama.

**Objetivos:** Evaluar el impacto del ejercicio terapéutico en la reducción de complicaciones posoperatorias mediante la implementación de un programa de prehabilitación en mujeres sometidas a cirugía por cáncer de mama.

**Métodos:** Se trata de un estudio de cohortes retrospectivo en el que se evaluaron un total de 246 pacientes intervenidas de cáncer de mama. Se compararon dos grupos; el primero formado por 126 pacientes, que recibieron educación terapéutica (precirugía) por parte del servicio de fisioterapia y rehabilitación de nuestro centro, para realizar una serie de ejercicios en el posoperatorio inmediato con el fin de disminuir la aparición de complicaciones definidas como: linfedema, dolor o rigidez articular y dolor a nivel de la cicatriz. El segundo grupo, formado por 120 pacientes, no recibió dicho asesoramiento.

**Resultados:** El grupo de pacientes incluidas en el programa de prehabilitación presentó una tasa de complicaciones de un 5,56% frente a un 21,61% del grupo de pacientes que no fue incluido en este programa. Tras aplicar la estadística y con un valor de chi cuadrada de 13,73 y un valor de  $p = 0,0002$  podemos afirmar que el programa de prehabilitación presenta una relación estadísticamente significativa en cuanto a la disminución de dichas complicaciones.

**Discusión:** La creación de programa de prehabilitación para prevenir las complicaciones posoperatorias tras cirugía mamaria mediante el ejercicio terapéutico, puede constituir una herramienta eficaz para la mejora de la calidad de vida de las pacientes tras los tratamientos oncológicos.

**Conclusiones:** La implementación de programa de prehabilitación del ejercicio terapéutico, es capaz de disminuir el número de consultas derivadas por complicaciones osteoarticulares en miembro superior y cicatriz en pacientes intervenidas de cáncer de mama con lo que mejora su calidad de vida.