



P-597 - PREHABILITACIÓN A TRAVÉS DE UNA APLICACIÓN MÓVIL ANTES DE CIRUGÍA MAYOR DE CÁNCER DE COLON: PREHAPP

Lillo García, Cristina; Lario Pérez, Sandra; Soler Silva, Álvaro; López Noguera, Julia; Sánchez-Guillen, Luis; López Rodríguez-Arias, Francisco; Oller Navarro, Inmaculada; Arroyo, Antonio

Hospital General Universitario, Elche.

Resumen

Introducción: La prehabilitación tiene como objetivo optimizar la capacidad funcional antes de la cirugía. Existen estudios que investigan el cumplimiento de los protocolos de rehabilitación multimodal y demuestran que las tasas de cumplimiento más altas se asocian significativamente con menos complicaciones posoperatorias. Con respecto a mejorar la participación de los programas de prehabilitación, el uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), podrían tener un gran potencial y favorecer el cumplimiento terapéutico y la educación de los pacientes. Presentamos el programa de prehabilitación a través de una *app* móvil (PREHapp), con el objetivo de estimar en un futuro si aumenta el cumplimiento y con ello la prehabilitación mejora la reserva funcional.

Métodos: Se selecciona a pacientes con cáncer de colon resecable mayores de edad, sin comorbilidades y con disponibilidad de *smartphone* Android. Se propone el siguiente programa durante las 4 semanas pre y posoperatorias dirigido a través de PREHapp. Programa de ejercicios: en función de los resultados del test de los 6 minutos y la ergoespirometría inicial se individualizará con diferentes objetivos. Aeróbico: caminar 30-60 min/día. La *app* permite sincronizar la actividad con el perfil de GoogleFit y contabilizar la distancia en pasos. Ejercicio de resistencia muscular y estiramientos: 3 programas (A-B-C) con 4 ejercicios diferentes. Programa de nutrición: durante el periodo de estudio ingesta de 1 batido hiperproteico cada 12h, uno de ellos tras realizar la actividad física. Programa cognitivo: relajación 10-15 minutos al día y 30 minutos antes de dormir a través de enlaces y vídeos de relajación incluidos en la *app*. Los pacientes podrán cumplimentar en la visita inicial y posoperatoria los diferentes test utilizados para la evaluación del estado cognitivo a través de la *app*. La *app* permite al paciente registrar las actividades propuestas, y además se sincroniza con una web diseñada para el cirujano a través de la cual puede controlar el cumplimiento.

Resultados: El impacto de la prehabilitación en los resultados depende de su cumplimiento. Existen estudios que demuestran que altas tasas de cumplimiento en los programas ERAS se asocian con menos complicaciones posoperatorias. En este sentido, la telemedicina podría tener un gran potencial, ya que ha permitido el diseño de nuevos programas de salud que mejoran la accesibilidad, entre ellos la creación de aplicaciones móviles. El uso de estas aplicaciones favorece el cumplimiento terapéutico y la educación de los pacientes, lo que mejora su empoderamiento en el control de la enfermedad.

Conclusiones: Existen pocos estudios sobre la utilización de la telemedicina en el ámbito de la prehabilitación. La aplicación PREHapp podría mejorar el cumplimiento de estos programas y con ello mejorar la capacidad funcional antes de la intervención quirúrgica y reducir la morbimortalidad.