

IMPACTO DA PRÉ-HABILITAÇÃO NA RECUPERAÇÃO PÓS-OPERATÓRIA DE PACIENTES SUBMETIDOS A CIRURGIAS ABDOMINAIS

**Maria Clara Sefrin¹; Raimunda Victoria Cavalcante dos Santos¹; João Pedro Gonçalves Sousa¹;
Giovani Zancan Junior¹; Daniela Fernandes Vial¹**

¹Centro Universitário Maurício de Nassau de Cacoal
(mariasefrinbr@gmail.com)

Introdução: A pré-habilitação consiste na implementação de intervenções realizadas antes do procedimento cirúrgico com o objetivo de otimizar a reserva funcional do paciente e melhorar sua capacidade de enfrentar o estresse fisiológico decorrente da cirurgia. Essa estratégia geralmente engloba programas multimodais envolvendo exercício físico, suporte nutricional, otimização clínica e apoio psicológico. Nos últimos anos, a pré-habilitação tem ganhado destaque em cirurgias abdominais de grande porte, especialmente em pacientes idosos, frágeis ou com elevado risco cirúrgico. **Objetivo:** Analisar o impacto da pré-habilitação nos desfechos pós-operatórios de pacientes submetidos a cirurgias abdominais de grande porte. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura baseada na análise de 10 estudos científicos indexados na base PubMed, publicados entre 2017 e 2026. Foram incluídas revisões sistemáticas, meta-análises, ensaio clínico randomizado e revisões narrativas que avaliaram programas de pré-habilitação em pacientes submetidos a cirurgias abdominais. Os estudos investigaram intervenções multimodais envolvendo exercício físico, suporte nutricional, treinamento respiratório e otimização clínica, considerando desfechos relacionados a complicações pós-operatórias, tempo de internação, capacidade funcional e recuperação cirúrgica. **Resultados:** Os estudos analisados demonstraram que a pré-habilitação promove melhora significativa da capacidade funcional pré-operatória, aumento da reserva fisiológica e melhor recuperação após a cirurgia. Programas multimodais mostraram redução das complicações pós-operatórias, principalmente em pacientes idosos, frágeis e de alto risco. Meta-análises evidenciaram melhora da aptidão cardiorrespiratória, maior recuperação funcional nas primeiras semanas após o procedimento e tendência à redução do tempo de internação hospitalar. O ensaio clínico randomizado de Barberan-Garcia et al. demonstrou diminuição significativa das complicações pós-operatórias em pacientes de alto risco submetidos à pré-habilitação personalizada. Estudos recentes destacam ainda o papel fundamental da terapia nutricional, especialmente na correção de déficits proteico-calóricos e na prevenção da sarcopenia, fatores diretamente relacionados à morbidade cirúrgica. A combinação de exercício físico, suporte nutricional e intervenções psicológicas apresentou resultados superiores quando comparada a estratégias isoladas. **Conclusão:** A pré-habilitação representa uma estratégia eficaz para otimizar a condição clínica de pacientes candidatos a cirurgias abdominais de grande porte. As evidências atuais demonstram benefícios na capacidade funcional, recuperação pós-operatória e redução de complicações, especialmente em indivíduos idosos, frágeis ou de alto risco cirúrgico. A abordagem multimodal, associando exercício físico, suporte nutricional e intervenções

comportamentais, apresenta os melhores resultados, consolidando a pré-habilitação como uma importante ferramenta no cuidado perioperatório moderno.

Palavras-chave: Nutrição perioperatória. Fragilidade. Cuidados perioperatórios.

Área temática: Cirurgia Abdominal