



IMPACTO DA PRÉ-HABILITAÇÃO NOS DESFECHOS CIRÚRGICOS EM PACIENTES IDOSOS

Sofia Brasil Elias Rezende ¹; Sophia Alves Portela ²; Valentina Rezende Albuquerque ³; Julia Abrantes Moreira Borba ⁴; Bruna Tomás Marra ⁵; João de Sousa Pinheiro Barbosa ⁶.

1. Graduando em medicina pelo Centro Universitário de Brasília (CEUB), [Brasília] - [DF], [sofiabraee@gmail.com]
2. Graduando em medicina pelo Centro Universitário de Brasília (CEUB), [Brasília] - [DF], [sophia26.portela@gmail.com]
3. Graduando em medicina pelo Centro Universitário de Brasília (CEUB), [Brasília] - [DF], [valentina.albq@gmail.com]
4. Graduando em medicina pelo Centro Universitário de Brasília (CEUB), [Brasília] - [DF], [juliaamborba@outlook.com]
5. Graduando em medicina pelo Centro Universitário de Brasília (CEUB), [Brasília] - [DF], [marrabruna07@gmail.com]
6. Médico, (CEUB), [Brasília] - [DF], [joao.barbosa@ceub.edu.br].

INTRODUÇÃO: O envelhecimento populacional aumenta o número de idosos submetidos a cirurgias. Nessa população, a menor reserva fisiológica eleva o risco de complicações e pior recuperação. Fatores como fragilidade, baixa capacidade funcional, reduzida aptidão cardiorrespiratória e baixos níveis de atividade física influenciam diretamente os desfechos pós operatórios. Nesse contexto, a pré habilitação surge como estratégia preventiva, baseada em mudanças de rotina e programas domiciliares, com potencial para melhorar a capacidade funcional e favorecer a recuperação cirúrgica. **OBJETIVOS:** Analisar o impacto da pré-habilitação nos desfechos pós-operatórios de pacientes idosos submetidos a procedimentos cirúrgicos. **METODOLOGIA:** Revisão integrativa . Foram realizadas buscas nas bases PubMed, SciELO e BVS utilizando os descritores “prehabilitation”, “elderly” AND “surgery”,. Foram incluídos artigos publicados entre 2021 a 2025 que abordassem intervenções de pré-habilitação e seus impactos em desfechos pós-operatórios em pacientes idosos. **RESULTADOS:** Os estudos analisados indicam que a pré-habilitação pode melhorar a capacidade funcional de pacientes idosos antes da cirurgia, contribuindo para melhores desfechos pós-operatórios. No estudo



PREPARE-HOME, a principal medida de resultado foi a mudança na função física avaliada pelo teste de caminhada de 6 minutos, além de testes complementares de levantar-se da cadeira em 30 segundos e a força de preensão palmar. Esses instrumentos permitem avaliar a evolução do condicionamento físico e da força muscular antes do procedimento cirúrgico. Também foram analisadas complicações pós-operatórias segundo os critérios padronizados do ACS NSQIP. Além disso, foram avaliados tempo de internação hospitalar e qualidade de vida relacionada à saúde por meio dos questionários EQ-5D e SF-36. Outros estudos demonstraram que programas domiciliares de pré-habilitação podem aumentar a aptidão cardiorrespiratória. Em conjunto, os resultados sugerem que a pré-habilitação melhora o condicionamento físico, pode reduzir complicações e favorecer melhor recuperação cirúrgica em pacientes idosos. **DISCUSSÃO:** A pré-habilitação tem sido associada à redução de complicações pós-operatórias e à melhora da recuperação funcional em pacientes idosos submetidos a cirurgias de grande porte. Programas domiciliares, frequentemente apoiados por tecnologias de monitoramento, mostram-se viáveis, ampliando o acesso e a adesão às intervenções pré-operatórias. Contudo, a literatura ainda apresenta heterogeneidade quanto aos protocolos, duração e componentes das intervenções, o que limita a comparação entre estudos. Assim, destaca-se a necessidade de padronização metodológica e de ensaios clínicos mais robustos para consolidar evidências sobre sua efetividade. **CONCLUSÃO:** A pré-habilitação é uma estratégia promissora no preparo pré-operatório de idosos, associada à melhora funcional e possível redução de complicações. Intervenções, especialmente domiciliares e com suporte tecnológico, demonstram boa viabilidade e adesão. Contudo, a heterogeneidade dos protocolos ainda limita a consolidação das evidências, sendo necessários estudos mais robustos e padronizados. **PALAVRAS-CHAVE:** Idoso; Período pré-operatório; Pré-habilitação; Procedimentos cirúrgicos operatórios; Resultado do tratamento.

REFERÊNCIAS:

BERKEL, A. E. M. et al. Effects of prehabilitation versus usual care to reduce postoperative complications in high-risk patients with colorectal cancer undergoing surgery: a randomized clinical trial. *Annals of Surgery*, Philadelphia, v. 275, n. 2, p. e306–e314, 2022.



BERKEL, A. E. M. et al. Study protocol of a single-arm pre–post study to evaluate the preliminary efficacy and feasibility of a home-based bimodal prehabilitation program on preoperative aerobic fitness in high-risk patients scheduled for liver or pancreatic resection. *International Journal of Clinical Trials*, v. 7, n. 2, p. 103–111, 2020.

LEONG, Yun Hao et al. Prehabilitation of frail elderly patients undergoing major surgery at home (PREPARE-HOME): a superiority parallel-group randomized controlled trial protocol evaluating smart wearable-enhanced prehabilitation versus usual care. *BMJ Open*, London, v. 15, e094986, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-094986>.

SINGH, Anupama et al. Feasibility of home step-tracking using wearable devices for older adults undergoing thoracic surgery: a brief report. *Journal of Geriatric Oncology*, v. 16, n. 3, 2025.