

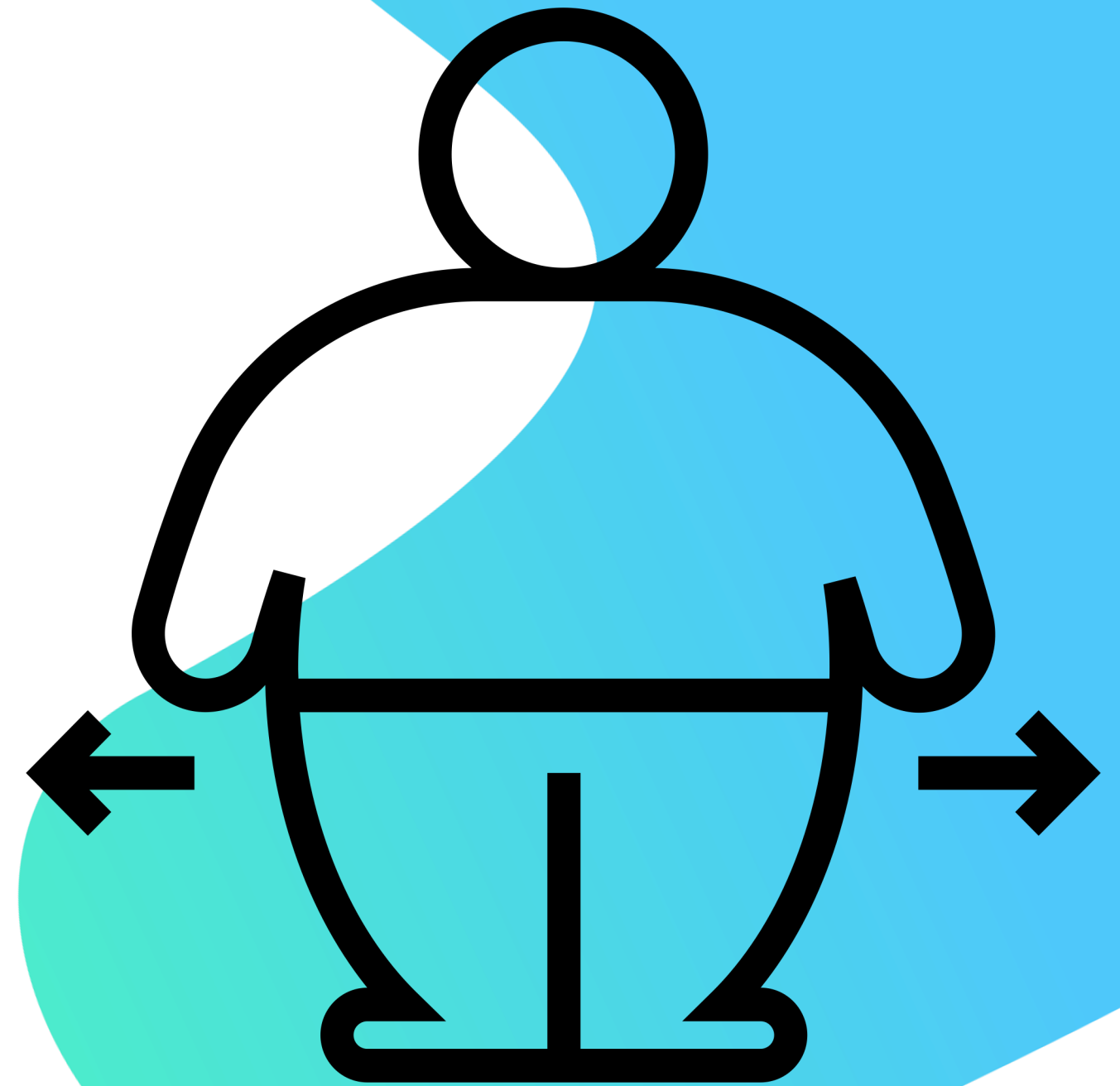
¿Qué requisitos debiese cumplir el paciente bariátrico para operarse?

Desde el punto de vista de la Kinesiología

Klga. Mariela Olivares
Bariátrica & Obesidad (B&O)
Kinetemueve



“Todo paciente que se va a someter a una cirugía bariátrica, debe tener una evaluación Kinésica”.



PARA QUÉ ES LA EV. KINÉSICA?



PARA EVALUAR EL RIESGO QUIRÚRGICO



Existen factores que se pueden modificar mediante el ejercicio y que disminuyen el riesgo de la cirugía.



Apnea del sueño

- Stop Bang
- Puntaje > 5 → necesita al menos 5 sesiones de kinesiología



Control de comorbilidades

- Ej: Diabético descompensado
- Glicemias altas tienen mayor riesgo de infección y mala cicatrización



Nivel de Actividad Física

- Clave para la mantención del peso a largo plazo
- Comenzar con este hábito desde el preoperatorio



Composición corporal

- Impacto en grasa visceral
- Preservación de masa muscular



Ev fuerza

- Fuerza prensora
- Obesidad sarcopénica



Condición física aeróbica

- Mejoras en la CF, disminuyen el riesgo quirúrgico
- FCR indicador de riesgo quirúrgico

En resumen

- Todo paciente debe ser evaluado en la etapa preoperatoria para prescribir un programa de ejercicio que incluya entrenamiento aeróbico y de fuerza.
- Es fundamental incluir consejería para fomentar el aumento del NEAT (actividad física no asociada al ejercicio estructurado).
- El ejercicio es un pilar clave en la adquisición de hábitos saludables y forma parte de los cambios en el estilo de vida que el paciente bariátrico debe mantener a largo plazo.
- La incorporación del ejercicio y la actividad física reduce el riesgo quirúrgico y favorece una mejor recuperación.

