



PRE- HABILITACIÓN Y SUS CARACTERÍSTICAS

1.

Son programas de mínimo 4 semanas de entrenamiento.

2.

Incluye actividad aeróbica diaria.

3.

Se asocian ejercicios de musculatura al menos 3 veces por semana.

4.

Con terapias mindfulness para reducir el estado de ansiedad y depresión del paciente.

5.

Requiere participación y compromiso del paciente.

6.

Gran beneficio a pacientes con clasificación (ASA III y IV) y estado funcional deteriorado.

