

Si la (re)caída quieres evitar, movimiento rápido tendrás que dar. Movilización temprana y domiciliaria, una intervención efectiva tras cirugía de cadera

Agarwal N, Feng T, Maclulich A, Duckworth A, Clement N. Early mobilisation after hip fracture surgery is associated with improved patient outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Musculoskeletal Care*. 2024;22:e1863. doi: 10.1002/msc.1863.

La incidencia creciente de fractura de cadera, especialmente en personas de edad avanzada con un alto impacto en morbilidad, fragilidad y mortalidad, nos obliga a priorizar intervenciones con evidencia en reducción de complicaciones tras la cirugía de remplazo. Incorporar la movilización temprana mediante fisioterapia postquirúrgica es una de ellas.

¿Cómo (re)movemos?

Las principales guías de práctica clínica en rehabilitación de cadera¹³ recomiendan un programa de alta precoz que incluya rehabilitación en el domicilio mediante ejercicio de equilibrio y de resistencia progresivo supervisado frente al ejercicio autodirigido.

¿Cuándo (re)movemos?

Según un reciente meta-análisis que incluía 13 estudios (un ensayo, 11 cohortes y un transversal) con un total de 297.435 pacientes, la movilización temprana entre las primeras 24-48 horas post-cirugía redujo de manera significativa la mortalidad (OR = 0,35; IC 95%, 0,31-0,41) y las complicaciones (OR = 0,43; IC 95%, 0,36-0,51) a los 30 días respecto a la movilización tardía posterior a las 48 horas-7 días de la cirugía en todos los tipos de fractura (intracapsulares, intertrocanterias y subtrocantéreas). La mayoría de estudios incluidos no analizaron los motivos de retraso de la movilización. No se detectaron diferencias en la duración de la estancia hospitalaria (Reducción media = -0,57; IC 95%, 1,89-0,74). Como factores que facilitaron la movilización temprana se identificó la admisión desde el domicilio, la capacidad para caminar al aire libre prefractura y la ausencia de delirio. El dolor no se identificó como factor limitante ni apareció con mayor frecuencia en la movilización temprana.

De interés para...

Gestores/as, clínicos/as, enfermeros/as, fisioterapeutas, familias y enfermos/as.

Aunque este meta-análisis no evaluó el sesgo de publicación ni la calidad formal de los estudios seleccionados, el volumen de la muestra es suficientemente grande como para concedernos confianza en los resultados. Entre las cuestiones a dilucidar en futuros estudios destacamos la influencia en los resultados de los diferentes tipos de fracturas y cirugías, así como la definición temporal exacta de movilización temprana y tardía.

En nuestro medio, el observatorio nacional del registro de fracturas de cadera⁴ en su publicación de 2021 (72 hospitales y 11.700 pacientes) recogía el siguiente escenario prototipo de la situación en España: edad media de 87 años, 37 % con deterioro cognitivo, un 97 % de intervenciones quirúrgicas, 10 días de estancia hospitalaria, 76 % mujeres intervenidas con un retraso de 66 horas con respecto a su ingreso, el 75 % vive solo en casa y el 50 % es capaz de desplazarse por sí mismo al mes de la intervención en casa.

Ante este contexto, con el fin de promover una práctica clínica de valor en el Departamento de Salud de La Fe se ha puesto en marcha un circuito de rehabilitación domiciliaria de cadera por parte del Servicio de Rehabilitación y la Unidad de Hospitalización a Domicilio. El objetivo es alcanzar la situación de funcionalidad previa o mejorarla en aquellos pacientes sometidos a cirugía de cadera por fracturas a través de una atención multidisciplinar, para permitir la vuelta a su entorno social habitual como meta fundamental tras la fractura de cadera en el marco de la mejora de la calidad asistencial.

Seleccionado por...

Dra. Ana Padilla López
Servicio de Farmacia
Comisión de Prácticas Clínicas de Valor
(Sin conflicto de intereses)

Bibliografía complementaria:

1. Hip fracture: management. National Institute for Health and Care Excellence. 2023. Disponible en: www.nice.org.uk/guidance/cg124
2. Clinical Practice Guideline for Postoperative Rehabilitation in Older Patients With Hip Fractures. *Ann Rehabil Med*. 2021;45:225-259
3. Scottish Standards of Care for Hip Fracture Patients. Public Health Scotland. 2024 Disponible en: <https://www.publichealthscotland.scot/media/27068/scottish-standards-of-care-for-hip-fracture-patients-english-may2024.pdf>
4. Saez López P. Informe de La Red Nacional de Fracturas de Cadera. Registro Nacional de Fracturas de Cadera Coordinadora: Pilar Saez López; 2023:104. Accessed March 8, 2024. <http://rnfc.es/wp-content/uploads/2023/03/Informe-RNFC-2021.pdf>

