

La rehabilitación en la enfermedad crítica: hacia un nuevo estándar de cuidado

La supervivencia de los pacientes críticos ha mejorado de manera sostenida durante las últimas décadas. Sin embargo, el desafío actual ya no consiste únicamente en lograr el alta de la Unidad de Cuidados Intensivos (UTI), sino en **preservar la funcionalidad y la calidad de vida** de quienes sobreviven. En este contexto, la rehabilitación ha dejado de ser una intervención complementaria para convertirse en un **componente esencial y fundamental** de la atención del paciente crítico.

En esta revisión, publicada recientemente en *Intensive Care Medicine*, **Carol Hodgson** y un destacado grupo internacional de expertos sintetizan la mejor evidencia disponible y proponen, por primera vez, un **estándar de cuidado (standard of care)** que abarca todo el continuo asistencial: desde el ingreso a la UTI hasta la transición a la sala y la reintegración del paciente a la comunidad.

El artículo analiza la evidencia proveniente de ensayos clínicos aleatorizados, metaanálisis y guías de práctica clínica, reafirmando que la **movilización temprana y la rehabilitación funcional son seguras**, con tasas muy bajas de eventos adversos cuando son realizadas por equipos interprofesionales entrenados. Sin embargo, su principal aporte es plantear una **visión integral y multidimensional** de la rehabilitación que incorpora ocho dominios clave:

- Movilización física y posicionamiento progresivo.
- Tamizaje y estimulación cognitiva (manejo del delirium).
- Intervenciones psicológicas y participación de la familia.
- Optimización del sueño.
- Estrategias nutricionales para apoyar el anabolismo.
- Manejo de la disfagia y salud oral.
- Conciliación de la medicación (*medication reconciliation*) en las transiciones de cuidado.
- Organización y coordinación interdisciplinaria.

Uno de los aspectos más innovadores es la definición de lo que debe considerarse el **"tratamiento habitual"** tanto para la práctica clínica como para futuros estudios, incluyendo la recomendación explícita de **eliminar las órdenes de reposo en cama por defecto**. Además, el trabajo identifica los desafíos prioritarios para los próximos años: mejorar la implementación de estas estrategias frente a barreras organizacionales, describir con mayor precisión la **"dosis" (frecuencia, intensidad y duración)** de las intervenciones e incorporar nuevas herramientas como la **inteligencia artificial** y las tecnologías digitales para personalizar el seguimiento.

Como sostiene nuestro Comité, la optimización de la recuperación debe ser reconocida como una **meta terapéutica fundamental, superadora de la mera supervivencia**. Este artículo es de lectura obligatoria para **profesionales de la medicina intensiva, kinesiología, enfermería, terapia ocupacional,**

fonoaudiología y para todas las personas que integran el equipo de salud crítica. Más que resumir la evidencia, este trabajo redefine el paradigma de la medicina intensiva moderna: la **recuperación funcional** es un objetivo tan prioritario como la vida misma.

Lic Dario Villalba

Klgo especialista en cuidados respiratorios críticos