




ANEXO TÉCNICO: RECURSOS DIGITALES Y CONTINUIDAD ASISTENCIAL

Proyecto: Manos que cuidan, voces que guían (Hospital La Fe)

Este documento recopila las herramientas de soporte digital entregadas al paciente para fomentar su autonomía y garantizar la seguridad asistencial mediante el acceso directo a información validada por el equipo de enfermería.


1. BLOQUE DE PREHABILITACIÓN (Fase Preoperatoria)




Preparación física y empoderamiento antes de la cirugía.

Recurso	Descripción	QR
Ejercicios de Fuerza	Entrenamiento de resistencia muscular para mejorar la reserva funcional.	
Ejercicio Interválico	Mejora de la capacidad cardiorrespiratoria antes del hito quirúrgico.	
Visita Guiada Anestesia	Recurso visual para reducir la ansiedad preoperatoria conociendo el entorno.	

2. BLOQUE DE REHABILITACIÓN POSTQUIRÚRGICA




Recuperación funcional precoz tras la intervención.

Recurso	Descripción	QR
Pacientes en Bipedestación	Guía para el inicio de la deambulaci3n y ejercicios de pie.	

Recurso	Descripción	QR
Pacientes en Sedestación	Ejercicios para realizar sentado, fomentando la movilidad temprana.	
Pacientes Encamados	Movilización activa en cama para prevenir complicaciones circulatorias.	
Ejercicios Respiratorios	Técnicas para optimizar la función pulmonar y evitar atelectasias.	

3. BLOQUE DE INFORMACIÓN ASISTENCIAL Y SEGURIDAD

Gestión de procesos y comunicación directa.

Recurso	Descripción	QR
Información Dolor Agudo	Pautas de manejo del dolor y escalas de valoración para el paciente.	
Folleto URPA	Información sobre la Unidad de Recuperación Postanestésica.	
Folleto UCCA / MPO	Guía completa del proceso perioperatorio y contacto enfermero.	

CONTACTO DIRECTO CON ENFERMERÍA REFERENTE

- **Teléfono:** 616 431 323 (Ext. 411323)
- **Email:** enfermeria_mpolafe@gva.es

