



## PREABILITAZIONE MULTIMODALE



**Azienda  
Ospedaliero  
Universitaria  
Careggi**



**UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
FIRENZE**

Dipartimento  
di Scienze  
della Salute

## COS'È LA PREABILITAZIONE MULTIMODALE

*Il programma di preabilitazione multimodale aiuta a prepararsi in modo ottimale all'intervento chirurgico sfruttando il tempo di attesa alla chirurgia, come dimostrato ormai da numerose evidenze scientifiche.*

*L'obiettivo è migliorare le condizioni fisiche, nutrizionali, psicologiche e mediche del paziente, per favorire la buona riuscita della chirurgia e una guarigione più rapida.*



## IL PROGRAMMA

Questo percorso permetterà di:

- › Arrivare all'intervento fisicamente più forte e più in forma, con uno stato nutrizionale adeguato e con livelli ridotti di ansia e stress
- › Migliorare l'efficacia e la tollerabilità di eventuali terapie oncologiche preoperatorie (come chemioterapia o radioterapia)
- › Ridurre il rischio di complicazioni
- › Favorire un recupero più rapido dopo l'intervento



# I NOSTRI SERVIZI

## Esercizio Fisico

L'esercizio fisico e uno stile di vita attivo sono componenti chiave per migliorare la salute prima dell'intervento, favorendo una rapida guarigione e il ritorno alle attività quotidiane. Il team di fisioterapisti e chinesiologi valuterà la forma fisica iniziale e definirà un programma di allenamento personalizzato da svolgere presso il Centro e/o a domicilio. Durante il percorso, i progressi saranno monitorati dall'intera équipe.



## Intervento Nutrizionale

Il corpo umano necessita del corretto supporto nutrizionale per tollerare bene eventuali cure mediche preoperatorie, qualora indicate (come chemioterapia, radioterapia, ecc.), e supportare il processo di guarigione chirurgica. Un'équipe di dietisti elaborerà un piano di trattamento personalizzato per raggiungere uno stato nutrizionale ottimale prima dell'intervento chirurgico. Durante il percorso saranno monitorizzati i progressi in collaborazione con l'intera équipe multidisciplinare.



## Benessere Psicologico

Prepararsi psicologicamente contribuirà alla riduzione dei livelli di ansia e stress prima di sottoporsi ad un intervento chirurgico, così come al miglioramento del tono dell'umore. Il Centro di preabilitazione multimodale include psicologi specializzati, pronti a supportare e accompagnare il paziente nell'affrontare al meglio il periodo pre e post-operatorio, aiutandolo a gestire con maggiore consapevolezza pensieri e stati d'animo.



## Centro Anti Fumo

L'Azienda Ospedaliero-Universitaria Careggi mette a disposizione il Centro Anti Fumo per fornire il supporto necessario per smettere di fumare. Questo, unito all'allenamento respiratorio supervisionato dai fisioterapisti, rappresenta un marcato miglioramento della salute polmonare che determina una riduzione significativa di sviluppare complicanze respiratorie dopo la chirurgia.



Smettere di fumare almeno 4 settimane prima dell'intervento riduce le complicanze respiratorie e le infezioni, e migliora la cicatrizzazione della ferita chirurgica.

# CHI SIAMO


Equipe multidisciplinare composta da medici anestesisti, geriatri, fisioterapisti, chinesologi, dietisti, psicologi ed infermieri, che lavorano in stretta collaborazione con i colleghi chirurgi e oncologi.



# CONTATTI

Dal **Lunedì** al **Venerdì** con orario **8:00 - 14:00**

 [preabilitazione@aou-careggi.toscana.it](mailto:preabilitazione@aou-careggi.toscana.it)

 *Largo G.A. Brambilla, 3 - 50134 Firenze FI*  
*presso:*

Ambulatori algologici e di preabilitazione  
Pad. 13 / Clinica Medica, terzo piano

 **Ambulatori medici** 055.794.9898

**Palestra** 055.794.7714

**Dietista** 055.794.7203

**Psicologo** 055.794.6299

**Centro Anti Fumo** 055.794.6006

## NOTE

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Sostieni la FONDAZIONE CAREGGI ens  
Dona ora sul sito [www.fondazionecareggi.org](http://www.fondazionecareggi.org)

Donare il **5X1000** è semplice!

CODICE FISCALE > 94219160481

UO Comunicazione  
Redazione Web  
© AOU Careggi, Firenze

Giugno 2026  
i/1012/87



Azienda  
Ospedaliero-Universitaria  
Careggi

Sede Legale:  
Largo G.A. Brambilla, 3  
50134 - Firenze

Centralino:  
Tel. 055.794.111

[aouc@aou-careggi.toscana.it](mailto:aouc@aou-careggi.toscana.it)

[aoucareggi@pec.it](mailto:aoucareggi@pec.it)

Ufficio Relazioni  
con il Pubblico:  
Tel. 055.794.7790

[urp@aou-careggi.toscana.it](mailto:urp@aou-careggi.toscana.it)