



Unidades de REHABILITACIÓN cardíaca

¿Qué es la Rehabilitación Cardíaca?

La Rehabilitación Cardíaca es la parte de la cardiología que se ocupa de tratar a los pacientes que:

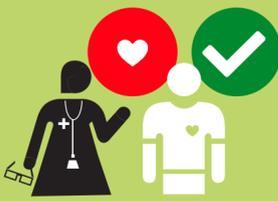
- han sufrido un **infarto de miocardio** o **angina de pecho**
- se les ha implantado un **stent coronario**
- se les ha realizado una **cirugía cardíaca**
- o tienen **insuficiencia cardíaca**

¿Qué beneficios producen los programas de rehabilitación cardíaca?



25-30%

Disminución de la mortalidad total y la mortalidad cardiovascular (entre un 25% y un 30%).



Reducción de la incidencia de nuevos eventos cardiovasculares: hospitalizaciones, segundos infartos, revascularizaciones, etc.



Aumento de la capacidad de esfuerzo, disminución de la sintomatología y mejora de la función ventricular.



Mejora del estado de salud y de la calidad de vida en todos los pacientes y en su entorno familiar.

Y los beneficios son mayores si:



Se sigue un tratamiento médico óptimo



El programa de ejercicio físico tiene una duración igual o superior a 24 sesiones



No se fuma

¿Qué se hace en las Unidades de Rehabilitación Cardíaca?

Corregir los factores de **riesgo cardiovascular**:

- Diabetes
- Colesterol alto
- Hipertensión arterial
- Tabaco
- Sedentarismo
- Sobrepeso y obesidad
- Estrés psicológico



Entrenamiento físico

● Dar **educación** sobre:

- Nutrición
- Actividad Física
- Vida sexual
- Deshabituación de Tabaco
- Manejo del estrés
- Importancia de la medicación y de la adherencia al tratamiento

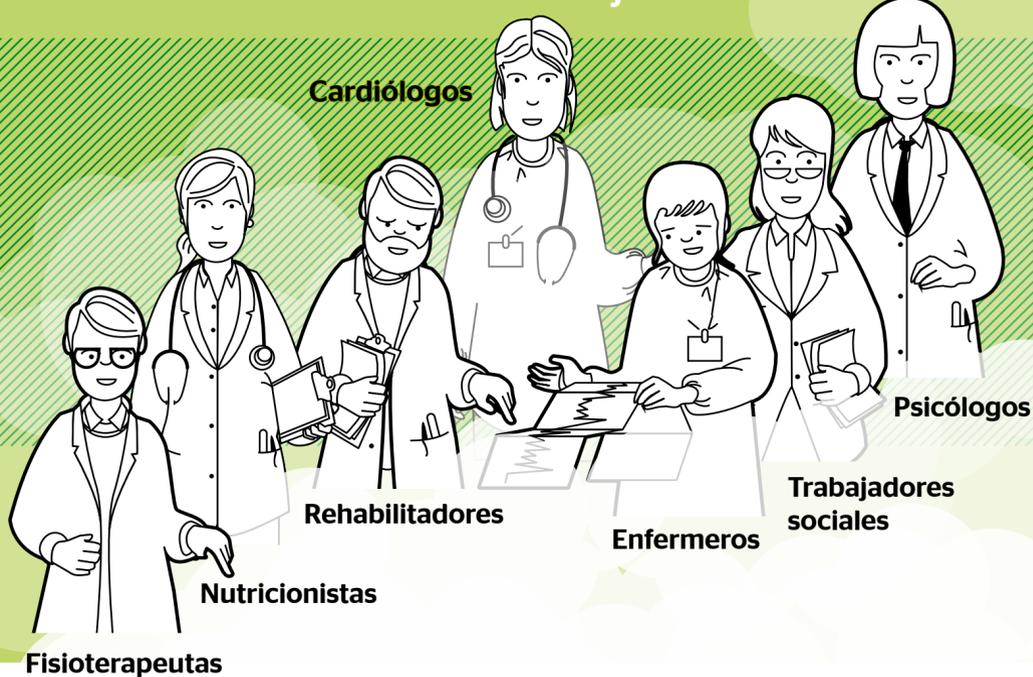
● Ayudar a crear un **estilo de vida cardiosaludable**:

- Dieta
- Ejercicio físico
- Deshabituación de Tabaco

● **Consejo laboral**

● **Ayuda psicológica**

Por todo ello, se recomienda que en las Unidades trabajen...



Las guías de práctica clínica de diferentes sociedades científicas consideran una obligación médica remitir a los pacientes que han sufrido un síndrome coronario agudo o presentan síntomas de cardiopatía coronaria a unidades de rehabilitación cardíaca para que puedan beneficiarse de un tratamiento integral.

Referencias

- American College of Cardiology Foundation (ACC)
- American Heart Association (AHA)
- American Association of Cardiovascular and Pulmonary Rehabilitation (AACVPR)
- Australian Cardiovascular Health and Rehabilitation Association (ACHRA)
- Sociedad Española de Cardiología (SEC)