



Rehabilitación cardíaca



La rehabilitación cardíaca es un programa de cuidados supervisado y personalizado diseñado para ayudar a personas que han sufrido problemas cardíacos o han sido sometidas a cirugías cardíacas. Este programa tiene como objetivo mejorar la salud cardiovascular, aumentar la calidad de vida y reducir el riesgo de complicaciones futuras.

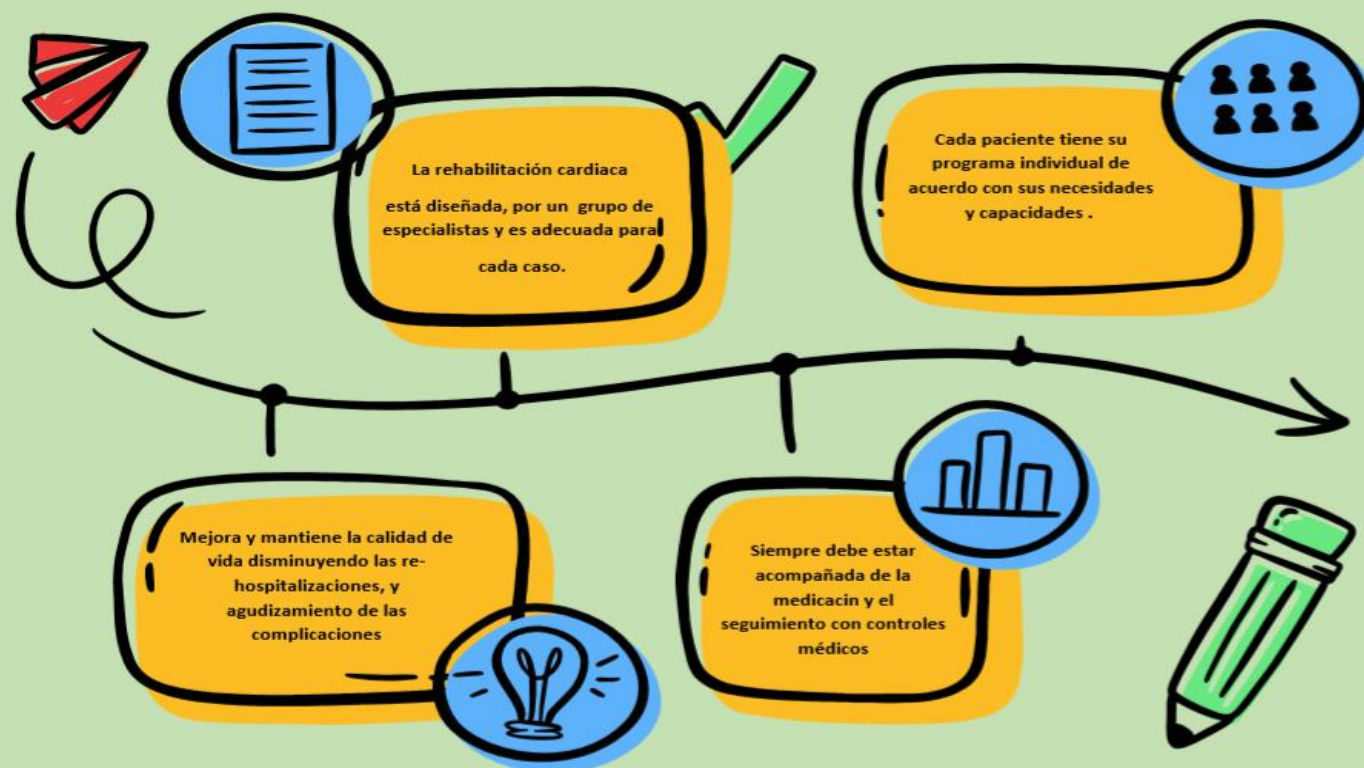
La rehabilitación cardíaca se realiza generalmente después de que una persona haya experimentado eventos como:

- **Infarto agudo de miocardio (ataque al corazón).**
- **Cirugía de bypass coronario o angioplastia.**
- **Angina de pecho.**
- **Insuficiencia cardíaca.**
- **Trasplante de corazón**

- También puede ser recomendada para personas con factores de riesgo significativos para enfermedades cardíacas, como la presencia de diabetes, hipertensión arterial, colesterol elevado, obesidad o sedentarismo.
- El programa de rehabilitación cardíaca se lleva a cabo bajo la supervisión de profesionales de la salud, como médicos, enfermeros, fisioterapeutas y nutricionistas. Los pacientes participan en un conjunto de actividades que incluyen ejercicios físicos controlados y adaptados a su condición, educación sobre hábitos de vida saludables, manejo del estrés y la ansiedad, así como el control de factores de riesgo para la salud cardiovascular
- El objetivo principal es ayudar a los pacientes a recuperarse adecuadamente, aprender a cuidar su corazón y llevar un estilo de vida más saludable para prevenir futuros problemas cardíacos.



IMPORTANCIA DE LA REHABILITACION CARDIACA



http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-56332006000500009
<https://www.mayoclinic.org/es/tests-procedures/cardiac-rehabilitation/about/pac-20385192>

