

Rehabilitación Cardíaca FASE II

¿Qué es?

Es un programa intensivo de prevención y control de factores de riesgo cardiovascular y ejercicio físico supervisado, diseñado para limitar los efectos fisiológicos y psicológicos de las cardiopatías, reducir el riesgo de muerte súbita o infarto, controlar la sintomatología cardiovascular, estabilizar o revertir el proceso de arterioesclerosis y mejorar el estado biopsicosocial de los pacientes.

¿Cuándo se hace?

Cuando presentes factores de riesgo cardiovascular o por lo menos uno de los siguientes eventos: Síndrome coronario agudo, cirugía de bypass aorto-coronario, angioplastia coronaria, angina estable, reparación o reemplazo valvular, trasplante cardíaco o cardiopulmonar, insuficiencia cardíaca crónica, enfermedad vascular periférica, enfermedad coronaria asintomática, hipertensión arterial, diabetes mellitus tipo II, Dislipidemia, obesidad, tabaquismo, etc.



Preparación y aspectos importantes previos a la terapia:

Valoración médica previo al inicio de la terapia, donde se evalúa la indicación o contraindicación.

-
-
-
-
-
-

Debes traer el resumen de la historia clínica donde se mencione la indicación de la terapia, además, debes traer los estudios relevantes como:

- Electrocardiograma.
- Holter.
- Cateterismo cardíaco.
- Exámenes médicos indicados por tu médico.

También se te realizará una consulta de enfermería, donde se te explicará en que consiste el programa, objetivos, riesgos, beneficios y se brindará educación al paciente y su familia.

- Asistir 15 minutos antes de la terapia.
- Espera el llamado en la sala de espera.
- Asegura tus objetos personales en el locker.
- Realiza el lavado de manos antes de ingresar al área.
- No haber ingerido alimentos una hora antes de realizar el ejercicio.
- Tomar tus medicamentos según indicación médica.
- Asistir en ropa cómoda (tenis suela de caucho, camiseta, sudadera o pantaloneta).
- Traer agua para hidratarse durante el ejercicio, sujeto a restricción hídrica.
- Traer toalla para el sudor.
- Informar a los profesionales cualquier síntoma antes, durante y después del ejercicio.
- Asistir con acompañante si lo requieres.
- Evita el uso de dispositivos electrónicos en la banda sin fin.



Recomendaciones posteriores a la terapia:

Debes permanecer en recuperación hasta que te sientas bien, con signos estables y sin ningún síntoma asociado.

Posibles complicaciones:

- Caída de la banda sin fin.
- Angina, arritmia e infarto.
- Variación de signos vitales, fatiga, ahogo y mareo.
- Muerte súbita.



Signos de alarma:

En caso de presentar los siguientes signos de alarma, consulta al servicio de urgencias más cercano.

- Dolor torácico o palpitaciones.
- Ahogo o desmayos.
- Inflamación en las piernas.

Contactos permanentes:

Ante la aparición de signos o síntomas de alarma, debes dirigirte de inmediato al servicio de Urgencias de tu red prestadora. **En caso de presentar una condición de urgencia vital o que amenace tu vida, debes comunicarte con la línea de emergencias 123 o la empresa privada que tengas contratada**, informa que te fue practicado este procedimiento y sigue las instrucciones allí indicadas.