

El tratamiento fisioterapéutico evita recaídas a pacientes con enfermedad cardiovascular, según el CGCFE

En el Día Mundial del Corazón, el CGCFE recomienda adquirir hábitos saludables e introducir el ejercicio y la actividad física en la vida cotidiana, como factor de prevención y tratamiento para la salud coronaria

Las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte y discapacidad en todo el mundo. En el Día Mundial del Corazón, el Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE) recuerda la importancia de la prevención y tratamiento de estas enfermedades mediante hábitos saludables y, especialmente, realizando un adecuado nivel de actividad física, pautado por fisioterapeutas, como profesionales especialistas en ejercicio terapéutico.

Una vez que un paciente es diagnosticado de una enfermedad cardiovascular, la rehabilitación cardiaca es fundamental para tratar de evitar recaídas. La rehabilitación cardiaca es un conjunto de acciones que tratan de llevar al paciente al mejor estado físico, psíquico y social posible y, por ello, se aplica mediante equipos multidisciplinares, en los que el rol fundamental del fisioterapeuta es la prescripción del ejercicio físico más apropiado para cada paciente.

El tratamiento fisioterapéutico para los pacientes con enfermedades cardiovasculares está formado por cuatro tipos de ejercicios principales: ejercicios calisténicos, de flexibilidad, aeróbicos y de resistencia. Los programas de ejercicios mejoran las funciones del sistema cardiovascular, musculoesquelético y pulmonar. La frecuencia cardiaca disminuye a medida que se incrementa el entrenamiento, así como la presión arterial, consiguiendo un ahorro energético en el corazón. El ejercicio aeróbico mejora la capacidad funcional y produce una mejora del estado psicológico del paciente.

El ejercicio físico, diseñado y supervisado por fisioterapeutas, tiene un papel clave en la rehabilitación cardiaca. El fisioterapeuta diseña los programas de ejercicio terapéutico, personalizando la intensidad, duración, frecuencia y tipo de ejercicios y supervisa su ejecución. Los juegos acuáticos, por ejemplo, tienen resultados muy favorables, ya que el riesgo de lesión es mínimo. Por otro lado, el ejercicio físico puede ser combinado con otras técnicas como son los ejercicios respiratorios, musicoterapia, hidroterapia y técnicas de relajación.

Tras un evento coronario, el fisioterapeuta interviene en las diversas fases, desde que se produce la hospitalización. En la primera fase, se realizan ejercicios de movilización temprana y enseñanza de la respiración abdomino-diafragmática. En pacientes no operados, se llevan a cabo movimientos de brazos y piernas para mantener el tono y la flexibilidad, así como ejercicios respiratorios para bajar la frecuencia respiratoria.

A partir de la segunda fase, una vez que paciente ha sido dado de alta, se realiza un programa de

ejercicio monitorizado, para controlar los factores de riesgo, reconociendo los síntomas de alerta durante el ejercicio como el dolor torácico, taquicardia, disnea, etc.

Posteriormente, en la fase de mantenimiento, el objetivo es progresar en los hábitos saludables adquiridos en la fase anterior, para alcanzar una mejor calidad de vida y reducir los riesgos de recaída.

La rehabilitación cardiaca está dirigida a pacientes con cardiopatías isquémicas, trasplante cardiaco, valvulopatías operadas, cardiopatías congénitas operadas, marcapasos y sujetos sanos en edad media, en la que inician actividad deportiva.

Datos de contacto:

Noelia Perlacia
915191005

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Industria](#) [Farmacéutica](#) [Sociedad](#) [Medicina alternativa](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>