Semergen. 2017;43(Espec Congr 1):3958

Medicina de Familia. SEMERGEN

https://www.elsevier.es/semergen

242/2933 - EFICACIA Y ADHERENCIA A LOS PROGRAMAS DE REHABILITACIÓN CARDIACA ¿SE MANTIENEN LOS CAMBIOS A LARGO PLAZO?

D. Fernández Herrera y C. Serrano Baena

Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Bulevar. Jaén.

Resumen

Introducción: Los programas de rehabilitación cardiaca son el conjunto de medidas que persiguen la recuperación y readaptación del paciente cardiópata hasta conseguir niveles óptimos en el aspecto físico, psicológico, social y laboral, reincorporando a dichos sujetos a sus actividades de la vida diaria. Diversos estudios avalan con resultados estadísticamente significativos que los programas de rehabilitación producen una mejora de la calidad de vida, un descenso de las complicaciones posteriores y una disminución de la mortalidad en los sujetos de bajo riesgo. Evidencian que el ejercicio físico mejora la calidad de vida de los pacientes, reduciendo síntomas asociados con las actividades de la vida diaria e incidencia de procesos coronarios, mejorando el pronóstico de sujetos con insuficiencia cardiaca, disminuyendo la cantidad de lipoproteínas de alta densidad y triglicéridos (evidencia A).

Objetivos: Como objetivo principal proponemos estudiar la adherencia al tratamiento de rehabilitación cardiaca en sujetos con riesgo cardiovascular bajo y moderado en fase III.

Diseño: Se propone un diseño analítico, experimental, aleatorizado y controlado con las siguientes características: el grupo control realizará un diario de actividad física en el cual se recogerán datos como el tipo de ejercicio y duración, la frecuencia cardiaca al inicio, medio y final de la sesión y percepción subjetiva del esfuerzo. El grupo experimental realizará el mismo diario de actividad física junto con la aplicación móvil “el círculo de la salud”.

Emplazamiento: Un centro de salud.

Material y métodos: Los pacientes reclutados se seleccionan entre aquellos que han finalizado la fase 2 del programa de rehabilitación cardiaca hospitalaria, diagnosticados de IAM de riesgo bajo y moderado y que cumplen con los demás criterios de inclusión. Se incluyen todos los sujetos con edades comprendidas entre 20 y 70 años, ambas incluidas, diagnosticados de IAM de riesgo alto y medio (criterios de diagnóstico de la Sociedad Europea de Cardiología). Se excluyen aquellos pacientes que presentan: Alteraciones cognitivas que dificulten la comprensión de objetivos. Procesos oncológicos no resueltos, infecciones en curso, malformaciones congénitas, etc. No disponer de dispositivo electrónico como tablets o teléfonos con capacidad de instalar la aplicación informática. Alteraciones osteomusculares que impidan la realización de ejercicio físico. Según la fórmula de estimación de proporciones y teniendo en cuenta la carga asistencial de nuestro hospital,

error $\alpha = 0,05$ y error $\beta = 20\%$, consideramos una $n = 30$ en cada brazo del estudio.

Aplicabilidad: Los programas de rehabilitación cardiaca tienen como objetivo mejorar la calidad de vida y el bienestar psicológico de sujeto así como reducir síntomas y mejorar la funcionalidad. La adhesión a un programa de ejercicios junto con algunas recomendaciones farmacológicas y nutricionales reduce el número de reingresos hospitalarios y las tasas de mortalidad.

Aspectos ético-legales: Todos los pacientes susceptibles de participar serán informados sobre el estudio. Recogida de datos personales y anamnesis con datos relevantes para el tratamiento rehabilitador. Consentimiento informado y ley de protección de datos. Toma de datos del estudio y tratamiento clínico.

Palabras clave: Rehabilitación cardiaca. IAM. Cardiopatía. Adherencia a tratamiento.

1138-3593 / © 2017 Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN). Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.