

REHABILITACIÓN CARDÍACA

Consideraciones generales

Asignatura destinada a los alumnos de tercer año.

Régimen: anual

Carga horaria total: 200

Horas teóricas: 60

Horas prácticas: 140

Fundamentos

La rehabilitación cardiovascular es una estrategia del equipo de salud destinada a reducir el riesgo de enfermar nuevamente y mejorar la calidad de vida de los individuos que han padecido algún evento cardiovascular. Involucra un plan de actividad física supervisada, educación y acompañamiento integral guiado por especialistas. El Técnico Universitario representa un pilar fundamental en la incorporación por parte del paciente del conjunto de estos hábitos saludables, así como en la planificación del programa de rehabilitación en sus diferentes etapas.

Objetivo general

Capacitar al alumno en los conocimientos, habilidades y destrezas vinculados con la planificación y desarrollo de las actividades de rehabilitación cardiovascular.

Objetivos específicos

1. Transmitir la historia y las razones científicas para la puesta en marcha de los programas de rehabilitación cardíaca
2. Conocer los regímenes de organización de las sesiones de rehabilitación cardiovascular.
3. Identificar situaciones de riesgo y conocer las medidas a adoptar ante las mismas.
4. Reconocer los factores de riesgo cardiovascular y las medidas recomendadas para su control.
5. Interpretar la condición psicológica y social de los pacientes en cuanto a la repercusión sobre su calidad de vida y pronóstico.

Contenidos

Unidad Temática I

1. Rehabilitación cardíaca. Historia. Indicaciones. Protocolos. Programas de rehabilitación cardíaca.
2. Objetivos, indicaciones y contraindicaciones de los programas de rehabilitación cardíaca.
3. Fases y pautas de actuación de un programa prototípico de rehabilitación cardíaca.
4. Particularidades y modificaciones de los programas de rehabilitación cardíaca en función de la cardiopatía atendida u otras características de los pacientes.
5. Principios, medios y fines de la especialidad de rehabilitación cardíaca.

Unidad Temática II

1. Nociones de fisiología del ejercicio.
2. Tipos o formas de ejercicio.
3. Energía y trabajo muscular. Estrés cardíaco y estrés muscular.
4. Adaptación cardiovascular, respiratoria, sanguínea y metabólica muscular al entrenamiento.

Unidad Temática III

1. Evaluación cardiológica para ingresar al Programa de Rehabilitación Cardiovascular.
2. Pruebas de esfuerzo: metodología y los tipos de pruebas de esfuerzo; estratificación pronóstica.
3. Ergoespirometría: Indicaciones y contraindicaciones; valoración ergoespirométrica del paciente con enfermedad cardíaca; interpretación de los resultados de la ergoespirometría en un paciente con limitación de la capacidad funcional de origen cardíaco; valor pronóstico de los parámetros ergoespirométricos.

Unidad Temática IV

Planificación del entrenamiento físico.

1. Variables empleadas en la estratificación del riesgo cardiovascular como primer paso para elaborar un programa de entrenamiento físico.
2. Objetivos del programa de entrenamiento físico.
3. Etapas y contenidos del programa de entrenamiento intrahospitalario (fase I), del programa de entrenamiento ambulatorio-hospitalario (fase II) y del programa de entrenamiento físico domiciliario (fase III).

4. Parámetros de entrenamiento del programa (grupo de entrenamiento, número de sesiones, frecuencia cardíaca diana, doble producto, percepción del esfuerzo, carga inicial y carga con intervalos).
5. Modalidades y la intensidad del entrenamiento dinámico.
6. Contenidos del entrenamiento con ejercicio estático.
7. Supervisión del programa de entrenamiento físico.
8. Identificar los obstáculos a la adherencia a los programas de entrenamiento físico.
9. Seguridad de los programas de entrenamiento físico en cardiópatas.

Unidad Temática V

1. Rehabilitación cardíaca en ancianos. Características y particularidades del entrenamiento físico en los ancianos y sus efectos sobre la calidad de vida y el pronóstico.
2. Beneficios del control de los factores de riesgo en ancianos.
3. Resultados obtenidos en la rehabilitación cardíaca de pacientes ancianos.
4. Elaboración de una propuesta de programa de rehabilitación cardíaca para pacientes ancianos ambulatorios.

Unidad Temática VI

1. Rehabilitación en la insuficiencia cardíaca.
2. Factores etiológicos del descenso de la capacidad funcional de los pacientes con insuficiencia cardíaca.
3. Interpretación de los resultados de las pruebas de esfuerzo y descripción de los protocolos de entrenamiento físico en la rehabilitación de pacientes con insuficiencia cardíaca.
4. Riesgos que comporta el entrenamiento físico para los pacientes con insuficiencia cardíaca.
5. Efectos sobre la calidad de vida y el pronóstico de los programas de rehabilitación en pacientes con insuficiencia cardíaca.

Unidad Temática VII

1. Rehabilitación en el trasplante cardíaco.
2. Capacidad de ejercicio del paciente en el período postrasplante.
3. Valor de los programas de rehabilitación en pacientes sometidos a trasplante cardíaco.

Unidad Temática VIII

1. Rehabilitación en pacientes portadores de marcapasos y desfibriladores:
2. Resultados de la realización de entrenamiento físico en los pacientes con insuficiencia cardíaca crónica sometidos a terapia de resincronización.

Unidad Temática IX

Rehabilitación en pacientes portadores de enfermedad arterial periférica.

3. Resultados de la realización de entrenamiento físico en los pacientes con enfermedad vascular periférica.
4. Principios fundamentales para el desarrollo de los programas de rehabilitación vascular.

Unidad Temática X

1. Rehabilitación cardíaca en pacientes de bajo riesgo en los centros de salud. Objetivos, actividades y resultados de los programas de rehabilitación cardíaca para pacientes de bajo riesgo.
2. Elementos que justifican los programas de rehabilitación cardíaca en los centros de salud.
3. Indicaciones, contraindicaciones y recursos necesarios para la factibilidad del desarrollo de programas de rehabilitación cardíaca en los centros de salud.

Unidad Temática XI

1. Actividad deportiva en el paciente cardiópata. Beneficios y riesgos de la actividad física en las cardiopatías.
2. Normas para la prescripción de ejercicio o deporte en los distintos tipos de cardiopatías.

Metodología

Las actividades serán de carácter teórico y práctico; estas últimas basadas en presentación y discusión de casos clínicos y rotaciones por servicios de rehabilitación cardiovascular de entidades de salud con convenio con la Facultad de Ciencias Médicas de la UNLP.

Evaluación

-Se rendirá examen final para la acreditación, siempre que las dos evaluaciones parciales hayan sido aprobadas.

Bibliografía

1. Casas A. *Fundamentos científicos y metodológicos del ejercicio en la prevención e intervención sobre las enfermedades cardiovasculares*. 1º ed., 2007. 2. Braunwald E. *Tratado de Cardiología*. 8º ed. Editorial Elsevier, 2009. 3. Bertolasi C. *Cardiología 2000*. Editorial Médica Panamericana, 2001.