

# ¿PODEMOS MEJORAR LA EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA DE REHABILITACIÓN CARDIACA?

Carballo Camacho, N; Palanco Parreño, A; Rabadán Torres, AM; Torres Marín, MD; Jiménez Márquez, MD; Torrado Contreras, MI. UGC Aparato Locomotor. AGS Norte de Huelva. Servicio Andaluz de Salud.



## Contexto y descripción del problema

➤ Los programas de Prevención Secundaria y Rehabilitación Cardíaca (PS y RC) varían de manera importante en relación a sus contenidos y procedimientos, recursos y emplazamiento entre los diferentes centros sanitarios, por lo que no se garantiza su efectividad y el coste-efectividad en todas sus formas.



## Objetivos

- ✓ Determinar los puntos susceptibles de mejora en el programa de RC de nuestra Unidad.
- ✓ Definir estrategias de mejora para optimizar los recursos y aumentar la efectividad del programa

## Puntos críticos detectados y soluciones propuestas

### Participación de los pacientes

Realización del programa en los centros de salud de nuestra área en pacientes de bajo riesgo pronóstico.  
Articular programas en domicilio (mediante entrega de un manual y apoyo telefónico) o mixtos (con alguna sesión presencial).

### Optimización del número de sesiones del programa

Las sesiones de ejercicio supervisado deben realizarse como mínimo dos veces por semana durante ocho semanas.  
En pacientes de bajo riesgo pronóstico se puede realizar el programa en 6 sesiones para valorar de la tolerancia al ejercicio y la intensidad de entrenamiento óptima para el paciente.

### Adherencia al tratamiento

Tener en cuenta las características del paciente a la hora de aplicar las intervenciones.  
Información/educación al paciente en términos comprensibles para el paciente y resaltando los beneficios del tratamiento y/o los riesgos de la enfermedad.  
Facilitar la participación del paciente en la toma de decisiones.  
Promover el apoyo familiar/social al paciente.  
Fomentar la relación profesional sanitario/paciente.  
Implicación de todos los profesionales sanitarios que participan en el programa.

### Mantenimiento de la condición física

Llamadas telefónicas periódicas de refuerzo.  
Organizar periódicamente actividades, como charlas o talleres, dirigidas a mantener y reforzar actitudes saludables.  
Colaborar con las asociaciones de pacientes cardíacos.  
Favorecer la conexión de los pacientes con las redes de apoyo institucional y programas específicos comunitarios.

## Conclusiones

- Con la implantación de estas medidas queremos facilitar el acceso al programa de todos los pacientes susceptibles de beneficiarse del mismo.
- Pretendemos también optimizar la relación coste-beneficio del programa.
- En todas estas estrategias de mejora propuestas deben implicarse todos los profesionales que participan en los programas de RC