



## 4045-6. EFICACIA DE UN PROGRAMA DE REHABILITACIÓN CARDIACA SOBRE LA CAPACIDAD FUNCIONAL Y CAMBIOS EN LOS ESTILO DE VIDA

Concepción Recuerda Casado, Carmen Rus Mansilla, M. Carmen Durán Torralba, M. del Mar Martínez Quesada, Gustavo Cortez Quiroga, M.<sup>a</sup> Gracia López Moyano, Manuela Delgado Moreno, Margarita López González, Hospital Alto Guadalquivir, Andújar (Jaén).

### Resumen

**Antecedentes y objetivos:** Los programas de rehabilitación cardiaca han demostrado mejorar la capacidad funcional y el control de los factores de riesgo cardiovascular. Evaluamos la capacidad funcional, el control de algunos factores de riesgo modificables y los cambios en los estilos de vida de nuestros pacientes.

**Métodos:** El programa completo tiene una duración de tres meses y consiste en 4 charlas educativas realizadas por enfermería y 9 sesiones de ejercicio físico adaptadas a la capacidad funcional basal y guiadas por fisioterapeuta y enfermera. Se realizó al principio y final del periodo: ergometría, medidas antropométricas y valoración de enfermería siguiendo las taxonomías Nanda/NIC/NOC usando la escala Likert de 1 a 5 para medir el grado de consecución de los objetivos individuales.

**Resultados:** Se reclutaron 19 pacientes que ingresaron por síndrome coronario agudo. La edad media fue de  $53,63 \pm 9$ , varones el 84,2 %. Al iniciar el programa el índice de masa corporal (IMC) tenía una media de 28,88 frente al 27,96 del final ( $p < 0,05$ ) Realizaban ejercicio físico regular el 27,6 % al inicio frente al 86,7 % al concluir ( $p < 0,05$ ). Mejoró la capacidad funcional ( $8,9 \pm 1,9$  basal vs  $11,3 \pm 3,2$  a los 3 meses,  $p < 0,01$ ). En la valoración realizada por la enfermera antes y después del programa hemos encontrado diferencias estadísticamente significativas en todos los indicadores NOC utilizados, mejorando el grado de conocimiento de la enfermedad y régimen terapéutico, la tolerancia a la actividad física, el manejo de la energía, el control del dolor, el autocontrol de la enfermedad, la conducta de cumplimiento, la autoestima y el control de la respuesta al miedo.

**Conclusiones:** La participación en un programa de rehabilitación cardiaca ayuda a mejorar: el IMC, la realización de ejercicio físico regularmente, la capacidad funcional, el grado de conocimiento sobre la enfermedad, las medidas de autocontrol, la conducta de cumplimiento, la autoestima, el control de la ansiedad y el seguimiento de los hábitos saludables de nuestros pacientes.