

Rehabilitación cardíaca para casos de enfermedad cardíaca

La rehabilitación cardíaca es un programa terapéutico que ayuda a mejorar la salud del corazón. Junto con los medicamentos adecuados, esto puede disminuir los síntomas y mejorar la calidad de vida. El programa incluye lo siguiente:



Ejercicio físico para fortalecer los músculos del corazón.



Educación sobre una vida saludable para el corazón, como opciones alimenticias más seguras.

Consejería para ayudar a controlar el estrés, ya que esto puede dañar el corazón.



Cualquier persona con un problema en el corazón puede beneficiarse de la rehabilitación cardíaca. **La siguiente es información sobre este programa:**

- El programa se personaliza para cada paciente.
- La rehabilitación está a cargo de un equipo de profesionales de atención médica.
- La rehabilitación se puede llevar a cabo en un hospital, en una oficina o en el hogar.
- Por lo general, el programa dura tres meses. La mayoría de los pacientes asisten al programa dos veces por semana.
- La mayoría de los planes de seguro médico cubren el programa, incluidos Medicaid y Medicare.
- Puede empezar al hablar con su médico.



Preguntas que le puede hacer a su médico

- ¿Es la rehabilitación cardíaca adecuada para mí? ¿Por qué?
- ¿Qué metas puedo establecer para la salud del corazón? ¿De qué forma?
- ¿Dónde puede comenzar el programa de rehabilitación cardíaca?