

# Comparación de la rehabilitación cardíaca en el hogar o en una clínica después de la hospitalización

## Investigadora principal

Dra. Mary Whooley

## Organización

University of California San Francisco

### ¿Cuál fue el tema de la investigación?

Los médicos con frecuencia recomiendan la rehabilitación cardíaca para pacientes que han estado hospitalizados por problemas cardíacos, como un ataque al corazón. Los programas de rehabilitación cardíaca incluyen ejercicios, cambios en la dieta y cesación del tabaquismo. La rehabilitación cardíaca puede ayudar a evitar problemas cardíacos en el futuro.

La rehabilitación cardíaca generalmente se proporciona en clínicas. Sin embargo, es posible que para los pacientes sea difícil ir a la clínica a recibir rehabilitación cardíaca dos o tres veces por semana. Es posible que la rehabilitación cardíaca en el hogar sea más fácil.

En este estudio, el equipo de investigación comparó dos tipos de programas de rehabilitación cardíaca:

- **Rehabilitación cardíaca en el hogar.** Los pacientes hicieron ejercicio en su casa y vigilaron su presión arterial y frecuencia cardíaca. Un miembro del personal llamaba a los pacientes una vez por semana para preguntar por su salud y para dar orientación e información sobre la dieta y los ejercicios.
- **Rehabilitación cardíaca en la clínica.** Los pacientes iban a la clínica dos o tres veces por semana para hacer ejercicio bajo la supervisión de un miembro del personal. También recibían información sobre la dieta y los ejercicios.

El equipo de investigación analizó la influencia de los dos programas de rehabilitación cardíaca en la distancia que los pacientes podían recorrer en un corto tiempo. Las pruebas de marcha sirven para evaluar la salud del corazón.

### ¿Cuáles fueron los resultados?

Al cabo de tres meses, los pacientes que hicieron la rehabilitación cardíaca en el hogar recorrieron más distancia en seis minutos que los pacientes que la hicieron en una clínica. También mejoraron más en aspectos como la calidad de vida, la actividad física y los síntomas de ansiedad que los pacientes que hicieron la rehabilitación cardíaca en la clínica.

Sin embargo, los pacientes que hicieron la rehabilitación cardíaca en la clínica dijeron sentirse más confiados en su capacidad de hacer ejercicio y mejoraron más en cuanto a la memoria y el razonamiento que los que hicieron la rehabilitación cardíaca en el hogar.

Después de seis meses, los pacientes de cada grupo mostraron una mejoría semejante en la distancia que recorrieron.

### ¿Quiénes tomaron parte en el estudio?

En el estudio participaron 235 pacientes que recibían atención médica por problemas cardíacos en uno de tres centros médicos del Departamento de Asuntos de los Veteranos. La edad promedio era de 65 años y el 99 % eran hombres. De los pacientes que recibieron

---

rehabilitación cardíaca en el hogar, el 78 % eran de raza blanca; el 11 %, de raza negra y el 9 %, hispanos. De los pacientes que recibieron rehabilitación cardíaca en una clínica, el 77 % eran de raza blanca; el 19 %, de raza negra y el 2 %, hispanos.

### ¿Qué hizo el equipo de investigación?

Los pacientes que recibían atención médica en el centro médico del Departamento de Asuntos de los Veteranos de San Francisco recibieron rehabilitación cardíaca en el hogar. Los pacientes que recibían atención médica en los centros médicos del Departamento de Asuntos de los Veteranos de Pittsburgh y Ann Arbor recibieron rehabilitación cardíaca en la clínica. A los tres y a los seis meses, el personal del centro médico les hizo pruebas a los pacientes para ver la distancia que podían recorrer en seis minutos. Los pacientes también respondieron encuestas sobre su estado de salud a los tres meses.

Pacientes, defensores del paciente, profesionales de la salud, encargados de formular políticas y miembros de la comunidad hicieron sugerencias sobre el estudio.

### ¿Qué limitaciones tuvo el estudio?

Algunos médicos de los tres centros médicos del Departamento de Asuntos de los Veteranos usaron diferentes métodos de remitir pacientes para que recibieran rehabilitación cardíaca. Esta diferencia pudo haber influido en si los pacientes participaban en el estudio. A los seis meses, el 72 % de los pacientes del grupo de rehabilitación cardíaca en el hogar y el 39 % de los pacientes del grupo de rehabilitación cardíaca en la clínica abandonaron el estudio. Los resultados podrían haber sido diferentes si más pacientes hubieran permanecido en el estudio.

En investigaciones futuras se podría estudiar la salud de los pacientes a largo plazo luego de la rehabilitación cardíaca.

### ¿Cómo se pueden usar los resultados?

En los centros médicos se podrían usar estos resultados cuando se considere qué tipo de rehabilitación cardíaca ofrecerles a los pacientes que la necesiten.

*Si desea más información sobre este proyecto, visite [www.pcori.org/Whooley230](http://www.pcori.org/Whooley230).*