

---

# EL PACIENTE EXPERTO EN EL PROGRAMA DE REHABILITACIÓN CARDIACA PARA PACIENTE CON ENFERMEDAD ISQUÉMICA

---

Carlos Carreter Oróñez - [ccarreter@aragon.es](mailto:ccarreter@aragon.es)

Secretario de la Escuela de Salud de Aragón

Coordinador del Curso de "Paciente experto en enfermedad isquémica de miocardio"

El programa de paciente experto nace en el ámbito de la **Unidad de Rehabilitación Cardíaca del Hospital Nuestra Señora de Gracia de Zaragoza.**

**Programa multidisciplinar:**

- Cardiología
- Enfermería
- Rehabilitación y medicina física
- Fisioterapia
- Psicología
- Nutrición y dietética
- Deshabituación tabáquica



- 
1. Fase Aguda: Paciente en el hospital general.
  2. Fase de Rehabilitación: Paciente en la unidad de rehabilitación cardiaca.
  3. Fase de Mantenimiento: Paciente en la comunidad, en su domicilio.

---

# Formación del paciente en la etapa "2) Rehabilitación"

1. Qué me ha pasado; la enfermedad isquémica de miocardio.
2. Factores causales y predisponentes de la enfermedad isquémica de miocardio.
  1. La obesidad.
  2. La hipertensión arterial.
  3. La diabetes.
  4. La patología del metabolismo de los lípidos.
3. Los estilos de vida:
  1. Alimentación.
  2. Ejercicio físico
  3. Estrés y factores psicológicos y ambientales.

---

## OBJETIVOS FASE 3: MANTENIMIENTO

Generar un entorno facilitador y colaborativo para inducir y mantener estilos de vida saludables en los pacientes que salen de la fase de rehabilitación del programa de rehabilitación cardiaca.

### UN NUEVO ACTOR

ASOCIACIÓN DE PACIENTES  
REHABILITADOS CARDIACOS  
"RE-LATE"

<http://www.re-late.org/>

## ACTIVIDADES FASE 3: MANTENIMIENTO

1. Captación - Presentar al paciente en fase aguda el conjunto del programa de tratamiento, rehabilitación y mantenimiento.
2. Nutrición y dietética - Compra saludable.
3. Ejercicio físico - Paseos saludables y frecuentes.
4. Otras actividades: programas anuales, charlas, cursos, actividades asociativas,...

"RE-LATE"  
PACIENTES EXPERTOS



1. Programa de formación de formadores de paciente experto.
2. Programa de Paciente experto de rehabilitación cardiaca.
3. Curso en línea sobre la enfermedad isquémica de miocardio.

<https://www.saludinforma.es/escueladesalud>

---

# MODULOS DE FORMACIÓN DEL PROGRAMA DE PACIENTE EXPERTO DE REHABILITACIÓN CARDIACA

## 1. INTRODUCCIÓN A LOS PROGRAMAS DE PACIENTE EXPERTO

Fundació Salut i Envel·liment,  
Universidad Autónoma de Barcelona.

## 2. ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR: PREVENIR LA CARDIOPATÍA ISQUÉMICA

Profesionales de la Unidad de Rehabilitación Cardíaca,  
Hospital Nuestra Señora de Gracia de Zaragoza.

## 3. FORMACIÓN ENTRE PARES, GESTIÓN Y DINÁMICA DE GRUPOS

Profesionales de Atención Primaria de Salud, Salud Pública y  
Derechos y Garantías de los Usuarios.

## 4. TALLER DE COCINA SALUDABLE

Contaremos con un cocinero de prestigio que hará una demostración  
en el Hospital Nuestra Señora de Gracia de Zaragoza.

Información y mejora de la capacitación en salud y la autogestión en la enfermedad de la ciudadanía aragonesa.

CURSOS / TALLERES

RECURSOS

TEMAS DE SALUD

ASOCIACIONES / ENTIDADES

OPINIÓN

Cursos / Talleres

## Información sobre el curso / taller

### Enfermedad cardiovascular – prevenir la cardiopatía isquémica.



**Título**

Enfermedad cardiovascular – prevenir la cardiopatía isquémica.

**Descripción** Información básica sobre la enfermedad y sus principales factores de riesgo ambiental y asociados a los estilos de vida personas, desde un punto de vista preventivo.

**Impartido por:**

Técnicos de la unidad de Rehabilitación Cardíaca del Hospital Nuestra Señora de Gracia de Zaragoza.

Técnicos de la Dirección General de Derechos y Garantías del Usuario. Departamento de Sanidad. Gobierno de Aragón.

En desarrollo, próxima apertura de periodo de matriculación-



**Ficha**  
(Abre una nueva ventana)



(Abre una nueva ventana)

**Accede al curso**

