



CARDIOLOGIA DEPORTIVA

*Prevención y
Promoción de la salud
cardiovascular a través del
ejercicio físico sano y seguro.*

OBJETIVOS:

1. Asesoramiento cardiovascular individualizado para el inicio y/o mantenimiento de una actividad física regular, cardiosaludable y segura.
2. Consejo personalizado sobre el estilo de vida, prevención cardiovascular, dieta mediterránea y ejercicio físico.

PACIENTES SIN CARDIOPATÍA:

A. Despistaje de cardiopatía en sujetos sanos que van a realizar o que realizan una actividad física de forma regular (de cualquier nivel).

B. Asesoramiento o diseño del programa de ejercicio (tipo de actividad, frecuencia, intensidad, tiempo) que mejor se adapte a su riesgo cardiovascular.

C. Protocolos especiales para control de FRCV: ejercicio en obesidad, Hipertensión arterial, Dislipemias y Diabetes. Orientación sobre dieta mediterránea y estilos de vida.

PACIENTES CON CARDIOPATÍA (Isquémica, ICC, valvulares...):

A. Diseño individualizado de programa de ejercicio físico de acuerdo al riesgo cardiovascular estimado y a su clase funcional, con fin de mejorar calidad y pronóstico vital, así como controlar los FRCV añadidos.

B. Protocolos especiales para cardiopatía isquémica e insuficiencia cardíaca. Consejo sobre dieta mediterránea y hábitos cardiosaludables.

C. Sesiones de entrenamiento médicamente supervisadas y con monitorización ECG en centro adscrito.



CARDIOLOGIA DEPORTIVA