

# ADHERÈNCIA AL PROGRAMA DE REHABILITACIÓ CARDÍACA ALS 2 ANYS DE L'INFART AGUT DE MIOCARDI

Patricia Mínguez, Ester Marco, Consol Ivern, Neus Badosa, Josep M. Muniesa, Sonia Ruíz  
Servei de Medicina Física i Rehabilitació. Servei de Cardiologia. Hospital del Mar, Barcelona.  
Correu electrònic de contacte: emarco@hospitaldelmar.cat

## INTRODUCCIÓ

La rehabilitació cardíaca es la suma d'intervencions per a influir favorablement sobre la malaltia coronària que cal integrar en el tractament global de la cardiopatia isquèmica. Els programes de rehabilitació cardíaca (PRC) milloren el control dels factors de risc cardiovascular, la capacitat funcional i disminueixen la morbiditat. L'objectiu principal d'aquest estudi fou avaluar el nivell d'activitat física i el grau de compliment de les recomanacions sobre dieta, exercici i fàrmacs als dos anys després de finalitzar el PRC.

## MÈTODE

Estudi transversal de pacients que van completar el PRC després de primer episodi d'IAM al 2013. Els pacients no localitzats després de tres intents de trucada telefònica o els que rebutjaren contestar, van ser exclosos de l'estudi.

Les principals variables de resultat foren:

- Nivell d'activitat física mitjançant el *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)* que classifica als participants en tres nivells d'activitat física: **baix, moderat i alt**.
- Compliment terapèutic del PRC mitjançant qüestionari específic (**Figura 1**), tots dos administrats en entrevista telefònica entre 1-2 anys després de finalitzar el PRC.

El PRC en tots els casos va consistir en:

- Intervenció educacional (informació i recomanacions sobre hàbits de vida cardiosaludables)
- Entrenament físic aeròbic (25 sessions, 5 sessions setmanals durant 5 setmanes).

Proves estadístiques utilitzades: t-Student i anàlisi de la variància; nivell de significació  $p \leq 0.05$ .

## RESULTATS

Dels 116 pacients que realitzaren el PRC en 2013, només 53 van poder ser localitzats i d'aquests, 40 complien els criteris d'inclusió (**Taula 1**). Segons el nivell d'activitat física, els pacients es van categoritzar en tres grups: alt 13 (32.5%), moderat 23 (57.5%) i baix 4 (10%). El 75% dels pacients referien mantenir bons controls de les xifres de tensió arterial i colesterol, malgrat que més de la meitat admetien no seguir les recomanacions dietètiques; el 70% realitzava algun tipus d'exercici regular; i tots referien bon compliment farmacològic. Es va trobar una relació significativa entre el nivell d'activitat física i el compliment dietètic ( $p = 0.021$ ) (**Taula 2**).

Taula 1. Característiques dels participants

	n= 40
Edat	64.7 (DE 11.0)
Sexe (H:D)	34:06:00
Índex de massa corporal:	
- Pre-infart	28.0 (DE 3.48)
- Actual	28.7 (DE 4.01)
Tabaquisme pre-infart:	
- No fumadors	9 (22.5%)
- Fumadors	31 (77.5%)
Tabaquisme actual:	
- No fumadors	34 (85%)
- Fumadors	6 (15%)

## CONCLUSIONS

Als 2 anys post-IAM, la majoria de pacients mantenen un nivell d'activitat física entre moderat i alt. El compliment de les recomanacions sobre tabac, exercici i fàrmacs se situa per sobre del 70%; no obstant, el compliment dietètic és insuficient en més de la meitat dels pacients, fet que es relaciona amb un nivell d'activitat física baix.

Figura 1. Qüestionari específic sobre compliment terapèutic

### EXERCICI

- Practica exercici regularment (més de 3 vegades per setmana)?
- Ha notat millora en la salut amb la pràctica d'exercici físic?
- Presenta alguna dificultat per a realitzar exercici físic?
- Seguirà realitzant exercici?
- Li va ser d'utilitat el programa d'exercicis realitzat a la unitat de Rehabilitació Cardíaca?

### FACTORS DE RISC CARDIOVASCULAR

- És fumador o fumadora?
- Es controla el pes regularment?
- Té bons controls de la tensió arterial?
- Té bons controls de les xifres de colesterol i lípids?
- Segueix la dieta recomanada?
- Pren la medicació prescrita pel seu cardiòleg?
- Realitza controls rutinaris amb el cardiòleg?

Taula 2. Compliment terapèutics en els participants segons nivell d'activitat física.

		n= 40	Nivell d'activitat física			p
			Baix	Moderat	Alt	
<b>EXERCICI:</b>						
1. Practica exercici regularment?	Si	28 (70%)	5	19	4	<b>0.008</b>
	No	12 (30%)	8	4	0	
2. Ha notat millora en la salut amb l'exercici físic?	Si	30 (75%)	6	20	4	<b>0.012</b>
	No	10 (25%)	7	3	0	
<b>FACTORS DE RISC CARDIOVASCULAR:</b>						
1. És fumador o fumadora?	Si	6 (15%)	4	2	0	0.138
	No	34 (85%)	9	21	4	
2. Es controla el pes regularment?	Si	27 (67.5%)	7	17	3	0.0441
	No	13 (32.5%)	6	6	1	
3. Té bons controls de la tensió arterial?	Si	30 (75%)	10	18	2	0.475
	No	10 (25%)	3	5	2	
4. Té bon control del colesterol?	Si	31 (77.5%)	9	19	3	0.648
	No	9 (22.5%)	4	4	1	
5. Segueix la dieta recomanada?	Si	19 (47.5%)	3	12	4	<b>0.021</b>
	No	21 (52.5%)	10	11	0	
6. Pren la medicació prescrita pel seu cardiòleg?	Si	40 (100%)	13	23	4	
	No					
7. Realitza controls rutinaris amb el cardiòleg?	Si	38 (95%)	12	22	4	0.807
	No	2 (5%)	1	1	0	