



**Biblioteca  
Cochrane**

Base de Datos **Cochrane** de Revisiones Sistemáticas

## Rehabilitación cardíaca con ejercicios para la cardiopatía coronaria (Revisión)

Heran BS, Chen JMH, Ebrahim S, Moxham T, Oldridge N, Rees K, Thompson DR, Taylor RS

Heran BS, Chen JMH, Ebrahim S, Moxham T, Oldridge N, Rees K, Thompson DR, Taylor RS.  
Exercise-based cardiac rehabilitation for coronary heart disease  
(Rehabilitación cardíaca con ejercicios para la cardiopatía coronaria).  
*Cochrane Database of Systematic Reviews* 2011, Issue 7. Art. No.: CD001800.  
DOI: [10.1002/14651858.CD001800.pub2](https://doi.org/10.1002/14651858.CD001800.pub2).

[www.cochranelibrary.com/es](http://www.cochranelibrary.com/es)

[Revisión de intervención]

# Rehabilitación cardíaca con ejercicios para la cardiopatía coronaria

Balraj S Heran<sup>1</sup>, Jenny MH Chen<sup>1</sup>, Shah Ebrahim<sup>2</sup>, Tiffany Moxham<sup>3</sup>, Neil Oldridge<sup>4</sup>, Karen Rees<sup>5</sup>, David R Thompson<sup>6</sup>, Rod S Taylor<sup>7</sup>

<sup>1</sup>Department of Anesthesiology, Pharmacology and Therapeutics, University of British Columbia, Vancouver, Canada. <sup>2</sup>Department of Non-communicable Disease Epidemiology, London School of Hygiene and Tropical Medicine, London, UK. <sup>3</sup>Wimberly Library, Florida Atlantic University, Boca Raton, Florida, USA. <sup>4</sup>University of Wisconsin School of Medicine & Public Health and Aurora Cardiovascular Services, Aurora Sinai/Aurora St. Luke's Medical Center, Milwaukee, Wisconsin, USA. <sup>5</sup>Health Sciences Research Institute, Warwick Medical School, University of Warwick, Coventry, UK. <sup>6</sup>Cardiovascular Research Centre, Australian Catholic University, Melbourne, Australia. <sup>7</sup>Peninsula College of Medicine and Dentistry, Universities of Exeter & Plymouth, Exeter, UK

**Dirección de contacto:** Rod S Taylor, Peninsula College of Medicine and Dentistry, Universities of Exeter & Plymouth, Veysey Building, Salmon Pool Lane, Exeter, EX2 4SG, UK. [rod.taylor@pms.ac.uk](mailto:rod.taylor@pms.ac.uk).

**Grupo Editorial:** Grupo Cochrane de Corazón.

**Estado y fecha de publicación:** Editada (sin cambios en las conclusiones), publicada en el número 8, 2011.

**Referencia:** Heran BS, Chen JMH, Ebrahim S, Moxham T, Oldridge N, Rees K, Thompson DR, Taylor RS. Exercise-based cardiac rehabilitation for coronary heart disease (Rehabilitación cardíaca con ejercicios para la cardiopatía coronaria). *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2011, Issue 7. Art. No.: CD001800. DOI: [10.1002/14651858.CD001800.pub2](https://doi.org/10.1002/14651858.CD001800.pub2).

Copyright © 2011 The Cochrane Collaboration. Publicada por John Wiley & Sons, Ltd.

## RESUMEN

### Antecedentes

La carga de la cardiopatía coronaria (CC) es una de las grandes preocupaciones en todo el mundo para los pacientes y las instituciones de atención sanitaria. La rehabilitación cardíaca con ejercicios tiene como objetivo restablecer la salud de los pacientes con cardiopatía.

### Objetivos

Determinar la efectividad de la rehabilitación cardíaca con ejercicios (entrenamiento con ejercicios solo o en combinación con intervenciones psicosociales o educativas) sobre la mortalidad, la morbilidad y la calidad de vida relacionada con la salud de los pacientes con CC.

### Métodos de búsqueda

Se han identificado ECAs mediante búsquedas en CENTRAL, HTA y DARE (utilizando *Cochrane Library* número 4, 2009) y en MEDLINE (1950 hasta diciembre 2009), EMBASE (1980 hasta diciembre 2009), CINAHL (1982 hasta diciembre 2009) y en Science Citation Index Expanded (1900 hasta diciembre 2009).

### Criterios de selección

Hombres y mujeres de todas las edades que han presentado infarto de miocardio (IM), injerto de derivación arterial coronaria o angioplastia coronaria transluminal percutánea, o que presentan angina de pecho o arteriopatía coronaria definida por angiografía.

### Obtención y análisis de los datos

Dos revisores seleccionaron los estudios y extrajeron los datos de forma independiente. Cuando fue posible, se estableció contacto con los autores para obtener la información que faltaba.

### Resultados principales

Esta revisión sistemática ha permitido el análisis de 47 estudios que asignaron al azar a 10 794 pacientes a rehabilitación cardíaca con ejercicios o atención habitual. La rehabilitación cardíaca con ejercicios a plazo medio hasta más largo plazo (es decir 12 o más meses de seguimiento) redujo la mortalidad general y cardiovascular (CR 0,87, IC del 95%: 0,75 a 0,99 y 0,74, IC del 95%: 0,63 a 0,87], respectivamente)

y los ingresos hospitalarios (CR 0,69; IC del 95%: 0,51 a 0,93] a corto plazo (< 12 meses de seguimiento), sin pruebas de heterogeneidad del efecto entre los ensayos. La rehabilitación cardíaca no redujo el riesgo de IM total, injerto de derivación de la arteria coronaria ni angioplastia coronaria transluminal percutánea. Debido a la heterogeneidad en las medidas de resultado y a los métodos de información de los hallazgos no se realizó un metanálisis de la calidad de vida relacionada con la salud. En siete de diez ensayos que informaron la calidad de vida relacionada con la salud mediante medidas validadas hubo pruebas de un nivel significativamente más alto de calidad de vida con la rehabilitación cardíaca con ejercicios que con la atención habitual.

### Conclusiones de los autores

La rehabilitación cardíaca con ejercicios es efectiva para reducir la mortalidad total y cardiovascular (en los estudios a plazo medio hasta más largo plazo) y los ingresos hospitalarios (en estudios a corto plazo), pero no el IM total ni la revascularización (injerto de derivación de la arteria coronaria o angioplastia coronaria transluminal percutánea). A pesar de la inclusión de ensayos más recientes, la población estudiada en esta revisión aún está compuesta predominantemente por hombres de mediana edad y bajo riesgo. Por lo tanto, todavía se necesitan ECAs bien diseñados y adecuadamente informados en grupos de pacientes con CC más representativos de la práctica clínica habitual. Estos ensayos deben incluir medidas de resultado validadas de calidad de vida relacionada con la salud, deben informar explícitamente los eventos clínicos incluido el ingreso hospitalario y evaluar los costes y la relación coste-efectividad.

## RESUMEN EN TÉRMINOS SENCILLOS

### **El ejercicio regular o el ejercicio con educación y apoyo psicológico puede reducir la probabilidad de muerte por enfermedad cardíaca.**

La cardiopatía coronaria (CC) es una de las formas más frecuentes de enfermedad cardíaca. Afecta al corazón al restringir o bloquear el flujo sanguíneo que lo rodea. Esto puede causar una sensación de opresión torácica (angina) o un ataque cardíaco. El objetivo de la rehabilitación cardíaca con ejercicios es restablecer la salud de las personas con CC mediante ejercicios regulares solos o una combinación de ejercicios con educación y apoyo psicológico. Los resultados de esta revisión indican que la rehabilitación con ejercicios reduce la probabilidad de morir por cardiopatía y hay pruebas moderadas de una mejoría en la calidad de vida de los pacientes masculinos predominantemente de mediana edad incluidos en estos estudios. Se necesitan más estudios de investigación para evaluar la repercusión sanitaria general de la rehabilitación con ejercicios en una variedad más amplia de pacientes.