

Rehabilitación pulmonar

Intervención integral, basada en la evaluación exhaustiva del paciente, seguida de terapias realizadas a la medida de sus requerimientos, que incluyen, pero no se limitan a, entrenamiento físico, educación y modificación de hábitos, diseñadas para mejorar el estado físico y psicológico de personas con ERC y promover su adherencia a largo plazo a hábitos saludables.

Beneficios

1. Disminuye la fatiga en pequeños y medianos esfuerzos.
 2. Reduce la sensación de falta de aire
 3. Ayuda a las personas que tienen enfermedades pulmonares a vivir y respirar mejor.
-

Preparación:

La preparación es mínima, sin embargo, en el momento de la programación de la prueba, el paciente debe recibir ciertas instrucciones:

1. Ingerir una comida ligera, bien sea en la mañana o en el inicio de la tarde; no es recomendable que el paciente asista a la prueba en ayuno.
2. Respetar los horarios de todos los medicamentos que el paciente ingiere de forma habitual (incluyendo medicamentos inhalados). Si recibe broncodilatadores deberá transcurrir un mínimo de 15 minutos desde su última utilización y el inicio de la prueba. En todos los casos se registrará la hora y la dosis de la última administración.
3. No realizar ejercicio vigoroso antes de la prueba.
4. Usar vestimenta y calzado cómodos apropiados para realizar actividad física.
5. Utilizar ayudas, si las requiere, para caminar durante la prueba (bastón, caminador, etc.).