

A você, paciente:

Para uma boa recuperação é fundamental a sua colaboração com toda a equipe responsável pela sua melhora.

Alguns dias após a cirurgia, a equipe (médico, fisioterapeuta, educador físico, nutricionista) iniciará com você um programa de reabilitação, que o ajudará em sua recuperação para então retornar às suas atividades do dia-a-dia, como trabalhar, passear e se divertir.

Neste folheto você encontrará as orientações necessárias sobre o que ocorrerá antes, durante e depois da cirurgia. Será exposta também a importância da Reabilitação Cardiovascular.

**Fisioterapeutas
Responsáveis:**

Mateus Petrucci
(51) 9846.2040

Rodrigo Jaenisch
(51) 9823.0958



CIME - MEDICINA DO EXERCÍCIO

Sistema de Saúde Mãe de Deus
Av. Praia de Belas, 2170 - Menino Deus - Porto Alegre/RS
cime@maededeus.com.br

Fisioterapia e Medicina do Exercício

Orientações para Reabilitação Cardíaca

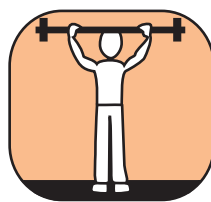


CIME - MEDICINA DO EXERCÍCIO
SISTEMA DE SAÚDE MÃE DE DEUS

Reabilitação Cardíaca



Melhora a **qualidade de vida**;
Amplia o **convívio social**;
Conhece **pessoas** com o mesmo problema;
Reduz o **estresse**;
Melhora a **auto-estima**;
Sensação de **bem-estar**;



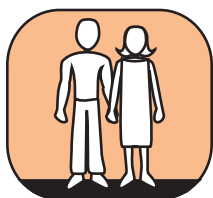
Melhora o condicionamento **cárdio-respiratório**;
Diminui o cansaço, aumentando a **força muscular** e a **flexibilidade**;



Melhora o **sono**;



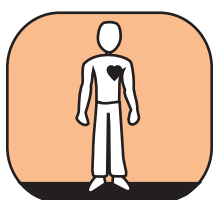
Maior disposição para realizar suas tarefas no trabalho ou em casa;



Melhora o **desempenho sexual**;



Diminui ou **controla** os fatores de risco: colesterol, reduz os níveis de açúcar no sangue e ajuda a perder peso;



Diminui a mortalidade e o número de internações hospitalares, além de **reduzir** complicações da doença cardíaca;



Lembre-se, para obter pleno sucesso, **elimine os maus hábitos**: fumar e beber.

Por essas razões é muito importante que você faça parte de um grupo de reabilitação cardíaca, formado por equipe especializada.