

Intervenciones de actividad física para personas con cardiopatías congénitas



Es probable que en personas con cardiopatías congénitas, las intervenciones de actividad física, en comparación con ningún ejercicio, incrementen ligeramente el estado cardiorespiratorio (ECR), el ECR submáximo y la fuerza muscular (evidencia de calidad moderada). No está claro si las intervenciones de actividad física mejoran la calidad de vida relacionada con la salud (evidencia de calidad muy baja), aunque podrían mejorar ligeramente la actividad física diaria (evidencia de calidad baja) en comparación con ningún ejercicio.



Las intervenciones de actividad física probablemente no provocan eventos adversos graves ni muerte (evidencia de calidad moderada).



Revisión Cochrane (publicada en octubre de 2020); 15 estudios con 924 personas con cardiopatías congénitas que incluyeron cualquier tipo de intervención de actividad física (promoción de la actividad física, entrenamiento con ejercicios y entrenamiento muscular inspiratorio) en comparación con ningún ejercicio.

