

# ¿Es beneficiosa la rehabilitación cardíaca con ejercicio para las personas con insuficiencia cardíaca?



**Respuesta y mensajes clave** La rehabilitación cardíaca que incluye ejercicio físico, en comparación con la que no lo incluye, probablemente reduce los ingresos hospitalarios de las personas con insuficiencia cardíaca. Además, probablemente mejora la calidad de vida.

- El beneficio de la rehabilitación con ejercicio se observa tanto si se hace en un centro médico como en el domicilio
- Este tipo de rehabilitación podría producir poca o ninguna diferencia en el riesgo de muerte



**Revisión Cochrane en la que se basa la respuesta** [Rehabilitación cardíaca con ejercicios para adultos con insuficiencia cardíaca](#) (marzo 2024)

**Estudios revisados** La revisión incluye 60 ensayos clínicos con 8728 participantes **Actualización** Diciembre 2021

**Elementos de la pregunta de investigación o PICO**

- **Población** estudiada: adultos con insuficiencia cardíaca
- **Intervención** (tratamiento aplicado): rehabilitación cardíaca con ejercicio
- **Comparación** de la intervención con: atención habitual sin ejercicio
- **Desenlaces** (*Outcomes*) estudiados: mortalidad, ingreso en hospital, calidad de vida

**Hallazgos de la revisión** Resultados (**efecto observado**) en los **desenlaces** estudiados, **grado de certeza** de los resultados y **conclusión**

 <b>Desenlaces</b>	 <b>Efecto observado</b>	 <b>Certeza</b>	 <b>Conclusión</b>
<b>En comparación con la atención habitual sin ejercicio</b>			
Mortalidad	Poca o ninguna diferencia	⊕⊕○○ Baja	La rehabilitación cardíaca con ejercicio podría producir poca o ninguna diferencia en la mortalidad
Ingreso en hospital por cualquier causa	Reducción	⊕⊕⊕○ Moderada	La rehabilitación cardíaca con ejercicio probablemente reduce los ingresos en hospital por cualquier causa
Ingreso en hospital por insuficiencia cardíaca	Reducción	⊕⊕⊕○ Moderada	La rehabilitación cardíaca con ejercicio probablemente reduce los ingresos en hospital por insuficiencia cardíaca
Calidad de vida	Mejoría	⊕⊕⊕○ Moderada	La rehabilitación cardíaca con ejercicio probablemente mejora la calidad de vida