

Nota de prensa

Pacientes de la Unidad de Rehabilitación Cardíaca del Hospital Puerta del Mar de Cádiz realizan el Camino de Santiago

Volver a la normalidad, ganar confianza y mejorar la salud del enfermo es el objetivo principal de esta marcha

Cádiz, 19 de septiembre de 2014.- Un grupo de pacientes del Hospital Puerta del Mar realizará el Camino de Santiago acompañados de algunos familiares, el cardiólogo de la Unidad de Rehabilitación Cardíaca, Enrique Otero, y enfermeras de la misma unidad para seguir con su rehabilitación y mejorar su salud.

En total 24 personas de Cádiz y San Fernando viajarán el viernes 19 hasta Tui para iniciar el Camino Portugués, 119 kilómetros que pueden realizarse cómodamente en seis días. El tramo español de Tui a Santiago de Compostela cuenta con seis etapas, de entre 15 y 25 kilómetros, siendo la segunda ruta de peregrinación con mayor afluencia tras el Camino Francés.

Según Enrique Otero, “esta idea surge en diferentes sitios de España y está apoyada por la Sociedad Andaluza de Cardiología para ayudar a los pacientes a recuperar su confianza y apoyarles en su rehabilitación”.

“Se trata de que los pacientes vuelvan a la normalidad y pueda seguir haciendo aquellas actividades y hábitos que realizaban con total confianza, ya que los pacientes cardíacos encuentran en el Camino de Santiago un reto que superar para fortalecer su autoestima”, ha asegurado el cardiólogo.

Asimismo, esta actividad también pretende fomentar el compañerismo, conocer gente y compartir vivencias que les ayude a su recuperación.

Desde el Hospital Puerta del Mar se ha llevado a cabo una serie de programas de recomendación para los pacientes y también para los familiares iniciándolos en un estilo de vida saludable. Además, para prepararlos en este duro viaje, con largas etapas, desde hace dos meses los participantes han estado entrenando a través de marchas por la localidad de 14 y 16 kilómetros.

El responsable de la Unidad de Rehabilitación Cardíaca del Hospital Puerta del Mar insiste en la importancia de llevar una buena alimentación, así como realizar un ejercicio físico diario que refuerce el corazón y evite la aparición de arritmias y colaterales. “El hecho de que caminar sea un ejercicio aeróbico provoca que activemos el corazón y fortalezcamos este órgano ayudando a disminuir la tensión arterial alta”.

Por otro lado, además de la asistencia de personal del Hospital, que hace posible esta iniciativa al estar en permanente contacto con los pacientes y tenerlos controlados, el centro médico ha realizado revisiones a cada paciente para asegurar su fuerza y estado de salud. En este sentido, “durante el camino contarán con todos los medicamentos necesarios y un desfibrilador como medida de precaución”, concluye el especialista.

Contacto de Prensa:

Arancha Ruiz

600 905 482 / 954 924 937

aruiz@europapress.es

Sara Jiménez

954 92 49 00 / 649 865 092

sarajimenez@europapress.es