

Rehabilitación pulmonar



La clave para una salud pulmonar óptima a través de la educación y el ejercicio

El programa de rehabilitación pulmonar Inova pulmonary rehabilitation program, es un programa de manejo del estilo de vida y cambios en la conducta diseñado para personas con enfermedades de los pulmones. El programa se ofrece en establecimientos convenientemente ubicados por todo el norte de Virginia.

¿Quién puede participar?

Muchos individuos con un diagnóstico pulmonar o una enfermedad de los pulmones pueden inscribirse. Por ejemplo con: asma, bronquitis crónica, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (COPD, por sus siglas en inglés), COVID-19, fibrosis quística, colocación de válvulas endobronquiales, enfisema, enfermedad intersticial de los pulmones, cáncer de los pulmones, trasplante pulmón (antes y después), fibrosis pulmonar y otras enfermedades pulmonares y de los pulmones.

Rehabilitación pulmonar

Nuestros equipos clínicos desarrollarán para usted un programa de educación y ejercicio individualizado basado en una evaluación clínica de su diagnóstico, factores de riesgo y nivel de conocimiento.

Nuestros programas presenciales se encuentran en los hospitales Inova Alexandria, Inova Fairfax, Inova Loudoun e Inova Mount Vernon. Usted recibirá atención individualizada para desarrollar y evaluar la progresión de sus ejercicios, estado clínico y necesidades educativas.

Como participante en el programa de rehabilitación pulmonar, aprenderá técnicas de respiración, planeación y progresión segura de ejercicios, prevención de infecciones en los pulmones, planeación de la nutrición, manejo

del estrés y la ansiedad, hábitos saludables para dormir, dispositivos y apoyo para la terapia con oxígeno, pautas sobre los medicamentos y consejos para ayudarlo con el manejo de su enfermedad pulmonar.

Programa para el manejo de la enfermedad con la rehabilitación pulmonar

Este programa es una opción de pago a cargo del paciente para las personas cuyos beneficios del seguro no ofrezcan cobertura para la rehabilitación pulmonar. Estas sesiones y oportunidades educativas se ofrecen en el mismo formato de nuestro programa de rehabilitación pulmonar. El costo de este programa es de \$300 por 12 sesiones o \$600 por 24 sesiones.

Programa de bienestar pulmonar

El bienestar pulmonar es un programa puente para las personas que han completado el programa inicial integral de rehabilitación pulmonar y desean continuar ejercitándose de forma independiente con cierta supervisión clínica. Este programa proporciona un entorno de apoyo para continuar con los esfuerzos para el bienestar pulmonar. El costo de este programa es de \$300 por 12 sesiones o \$600 por 24 sesiones. Este programa se ofrece actualmente en nuestros hospitales Inova Alexandria, Fairfax y Loudoun.



¿Cuáles son los beneficios de la rehabilitación pulmonar?

- Mejora de la dificultad para respirar.
- Mejora en la calidad de vida.
- Más fortaleza y resistencia.
- Mejora en el control de la respiración.
- Mejora en la autoconfianza y el bienestar.
- Mejora en los patrones del sueño.
- Apoyo para la mejora de su nutrición.
- Reducción de las hospitalizaciones.

El equipo a cargo de su atención médica

Nuestro equipo de rehabilitación pulmonar está compuesto por personal médico experto, incluidos:

- Terapeutas respiratorios.
- Fisiólogos del ejercicio.
- Dietistas licenciados.
- Personal de enfermería licenciado.
- Fisioterapeutas.

El equipo clínico le ofrece un programa completo y personalizado para el manejo de enfermedades del corazón. El equipo mantendrá a sus proveedores de atención médica informados sobre su progreso y de cualquier necesidad clínica que surja.

Educación

Inova ofrece oportunidades educativas a los pacientes inscritos en el programa de rehabilitación pulmonar. Las oportunidades educativas que se ofrecen varían según el establecimiento. Los temas de los seminarios pueden incluir:

- Los pulmones y cómo funcionan.
- El ejercicio y sus pulmones.
- Los medicamentos y la salud de los pulmones.
- Pautas sobre una alimentación saludable.
- Manejo del estrés.

Tarifas y seguro

La mayoría de los planes de seguro cubren gran parte del costo de la rehabilitación pulmonar. Sin embargo, el monto cubierto varía según la compañía de seguros.

Lo animamos a comunicarse con su compañía de seguros para obtener más detalles sobre la cobertura de su plan para la rehabilitación pulmonar. Nuestro equipo verificará sus beneficios y le informará lo que le corresponde cubrir antes de que comience nuestro programa.

¿Cómo puedo inscribirme?

Si está interesado en aprender más sobre el programa de rehabilitación pulmonar, llame al **571.472.3070**. Para inscribirse en el programa se requiere la remisión de un médico.

Nuestros establecimientos

Inova ofrece rehabilitación pulmonar en ubicaciones convenientes a lo largo del norte de Virginia. Para obtener más información o para programar una cita, llame al **571.472.3070**.

Inova Alexandria Hospital – Ralph and Sara Lee Siegel Cardiopulmonary Rehabilitation Center

4320 Seminary Rd.
Alexandria, VA 22304

Inova Fairfax Medical Campus

3300 Gallows Rd.
Falls Church, VA 22042

Inova Loudoun Hospital – Schaufeld Family Heart Center

44045 Riverside Pkwy., 1st floor
Leesburg, VA 20176

Inova Mount Vernon Hospital

2501 Parkers Ln.
Alexandria, VA 22306

Usted puede ayudar

Como organización sin fines de lucro, nuestro compromiso con una atención médica de primera clase es posible gracias al apoyo generoso de los donantes en la comunidad. Si desea más información sobre cómo puede apoyar el compromiso de Inova de ofrecer una atención médica de primera clase, llame a Inova Health Foundation al **703.289.2072**.



Para obtener más información sobre el Programa de Rehabilitación Pulmonar, visite Inova.org/PulmonaryRehab o escanee el código QR.