



CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL

Centro de Desarrollo Estratégico e Información en Salud y Seguridad Social (CENDEISSS)

Subárea de Regulación y Evaluación

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD EDUCATIVA (PASANTÍA)

“2025 Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS). Todos los derechos reservados.

Este documento ha sido elaborado por el Programa Institucional de Pasantías de la CCSS y está protegido por las leyes de derechos de autor y tratados internacionales. Queda prohibida la reproducción, distribución o transmisión total o parcial de este documento por cualquier medio, incluyendo medios electrónicos, mecánicos, fotocopiado o cualquier otro sistema de almacenamiento y recuperación de información, sin la autorización previa y por escrito de la CCSS.”

IDENTIFICACIÓN.

Nombre de la actividad educativa	REHABILITACIÓN CARDIOPULMONAR Y ONCOLÓGICA		
Perfil de ingreso	-Licenciatura en Medicina y Cirugía, Terapia Física, Terapia Respiratoria o Ciencias del Movimiento Humano -Persona trabajadora o no de la CCSS -Incorporación al Colegio profesional respectivo		
Duración de la actividad educativa	Cantidad de sesiones	Horario	Horas efectivas
	10	Lunes a jueves de 7 am a 4 pm, y viernes de 7 am a 3 pm	78
Modalidad	Presencial		
Cantidad máxima de participantes por actividad educativa	1 pasante		
Sede(s)	Hospital San Juan de Dios		
Tipo de certificado	Aprovechamiento (X)	Participación ()	Asistencia ()
Nota mínima para aprobación	70		
Porcentaje mínimo de asistencia para aprobación	90		
Informante o especialista en contenido	Dra. Severita Carrillo Barrantes, smcarril@ccss.sa.cr		
Fecha de última revisión del descriptor curricular	Marzo, 2025		
Observaciones			

RESUMEN CURRICULAR

OBJETIVO GENERAL	CONTENIDOS
1. Conocer los conceptos básicos de Rehabilitación Cardíaca en Costa Rica y el mundo	1.1 Historia global de la Rehabilitación Cardíaca.
	1.2 Definición de un Programa de Rehabilitación Cardíaca (OMS).
	1.3 Generalidades de la epidemiología de la enfermedad cardiovascular.
	1.4 Pilares de la rehabilitación cardíaca.
	1.5 Fases de la rehabilitación cardíaca
	1.6 Modalidades actuales de la rehabilitación cardíaca.
	1.7 Indicaciones y contraindicaciones de la rehabilitación cardíaca
2. Determinar los factores de riesgo cardiovascular y sus implicaciones.	2.1 Factores de riesgo cardiovascular tradicionales y no tradicionales establecidos.
	2.2.1 Abordaje clínico e interdisciplinario de factores de riesgo cardiovascular desde una esfera biopsicosocial.
	2.2.2 Prevención primaria y secundaria en medicina.
	2.3. Metas terapéuticas en las principales patologías de riesgo cardiovascular según guías nacionales e internacionales.
3. Valorar los aspectos fisiológicos del ejercicio físico y sus aplicaciones en Rehabilitación Cardíaca.	3.1.1 Respuesta adaptativas al ejercicio en el sistema cardiovascular.
	3.1.2 Respuesta adaptativas al ejercicio en el sistema pulmonar.
	3.1.3 Respuesta adaptativas al ejercicio físico en el sistema músculo esquelético.
	3.1.4 Respuesta adaptativas al ejercicio en el sistema hematológico.
	3.1.5 Respuesta adaptativas al ejercicio en el sistema neuroendocrino.
	3.1.6 Respuesta adaptativas al ejercicio en el sistema renal y gastrointestinal.
	3.2.1 Metodología de prescripción del ejercicio físico según los principios FITT Pro.
	3.2.2 Componentes de la aptitud física.
	3.2.3 Modalidades del ejercicio físico.
	3.3.1 Indicaciones generales del ejercicio físico.
	3.3.2 Contraindicaciones generales del ejercicio físico.
	3.4 Comportamiento sedentario, causas y consecuencias.
4. Conocer la correcta evaluación clínica del paciente candidato a ingresar a un programa de rehabilitación cardiopulmonar.	4.1 Criterios de referencia a un programa de rehabilitación cardiopulmonar.
	4.2.1 Componentes de la historia clínica.
	4.2.2 Componentes del examen físico
	4.3 Contraindicaciones absolutas y relativas para realizar ejercicio físico en poblaciones de riesgo.
	4.4 Escalas de estratificación de riesgo de evento cardíaco durante la realización del ejercicio físico en programas de rehabilitación.
5. Conocer los principios básicos de la prescripción del ejercicio físico en rehabilitación cardiopulmonar.	5.1.1 Conceptos de la capacidad funcional, METS y consumo de oxígeno.
	5.1.2 Prescripción del ejercicio en los programas de rehabilitación cardiopulmonar.
	5.1.3 Escala de BORG.
	5.2.1 Prueba de caminata de 6 minutos (PC6M), prueba incremental en cicloergómetro y otras pruebas (test) como herramientas en la prescripción del ejercicio físico.
	5.2.2 Ergoespirometría como herramienta Gold Standard en la prescripción del ejercicio físico y su

utilización en otros escenarios clínicos
5.3.1 Generalidades de la prescripción del ejercicio físico en las siguientes patologías: • Cardiopatía isquémica. • Diabetes Mellitus. • Hipertensión Arterial. • Enfermedad Arterial Periférica. • Neumopatía Crónica Obstructiva.
5.4 Diseño de un plan de ejercicio físico para un usuario del programa de rehabilitación cardiaca.

