

**Hôpitaux Robert Schuman**  
9, Rue Edward Steichen, L-2540 Luxembourg  
T +352 286 911  
[www.facebook.com/hopitauxrobertschuman](http://www.facebook.com/hopitauxrobertschuman)  
[www.hopitauxschuman.lu](http://www.hopitauxschuman.lu)

Secretaria do Serviço de Fisioterapia

das 08:00 às 17:00 horas  
T +352 2869 3400  
[secretariat.kine-ergo@hopitauxschuman.lu](mailto:secretariat.kine-ergo@hopitauxschuman.lu)

A reabilitação cardíaca é realizada no Serviço de Fisioterapia no **-1 do Hospital Kirchberg**.

#### **LINKS ÚTEIS**

[www.acteurdemasante.lu](http://www.acteurdemasante.lu)  
[www.hopitauxschuman.lu](http://www.hopitauxschuman.lu)



#### **SERVIÇO DE FISIOTERAPIA**



**REABILITAÇÃO  
CARDÍACA**

Réf. Nr. article Orbis: 1026765  
Description: Flyer Reabilitacao cardiaca PT

[hopitauxschuman.lu](http://hopitauxschuman.lu)  
[facebook.com/hopitauxrobertschuman](http://facebook.com/hopitauxrobertschuman)

## MISSÃO

O serviço de reabilitação cardíaca oferece um programa de treino aos pacientes que apresentam uma patologia cardiovascular. Estas sessões melhoram de forma marcante a capacidade de esforço, que se traduzem no aumento da segurança na vida quotidiana e serão uma oportunidade de encontrar outras pessoas com um historial cardíaco semelhante.

## PROGRAMA DE REABILITAÇÃO CARDÍACA

O programa inclui 24 sessões, 3 vezes por semana, constituídas por diferentes exercícios como, entre outros, a bicicleta e exercícios de reforço muscular dos braços e das pernas.

Um programa de reabilitação ao esforço apresenta vários objetivos:

- Permitir a redescoberta das sensações que acompanham normalmente um esforço
- Aumentar a capacidade de esforço máximo
- Devolver o gosto pela atividade física e manter um programa de treino a longo prazo
- Participar na redução de numerosos fatores de risco (como a tensão arterial elevada, etc.) através de uma actividade física regular e suficientemente intensa

## INFORMAÇÕES PRÁTICAS

Se estiver afiliado na CNS, os custos serão totalmente cobertos.

Se não estiver afiliado na CNS, contacte a sua companhia de seguros para obter a cobertura.

No caso de solicitação de transporte por táxi, a CNS prevê o reembolso das viagens de ida e volta até um montante fixado pela CNS. Uma lista das empresas autorizadas pela CNS está disponível no serviço de fisioterapia e no site da CNS. Solicita-se que organize os seus transportes de acordo com as suas necessidades.

Tem ao seu dispor um vestiário com chuveiros e cacifos. Deve levar roupa e calçado desportivos, uma toalha e uma garrafa de água.

