



Comunidad  
de Madrid

El objetivo es tratar factores como el estrés, la ansiedad o la depresión, que influyen en la evolución clínica de estos pacientes

---

El Hospital público Clínico San Carlos de la Comunidad de Madrid implanta un programa de salud mental para personas con enfermedad cardiovascular

- Se ha creado un grupo dirigido a quienes se encuentran en rehabilitación, en el que participan de forma coordinada cardiólogos, psiquiatras, psicólogos y profesionales de Enfermería
- Ofrece sesiones conjuntas, técnicas psicoeducativas y entrenamientos en habilidades específicas de gestión emocional para mejorar su actitud frente a esta patología

**7 de abril de 2026.**- El Hospital público Clínico San Carlos de la Comunidad de Madrid, situado en la capital, ha desarrollado un programa de atención integral al paciente con enfermedad cardiovascular que incluye el tratamiento de la salud mental para asistir factores como el estrés, la ansiedad o la depresión, que frecuentemente acompañan a esta patología e influyen en su evolución clínica.

La evidencia científica demuestra que las condiciones emocionales impactan de manera directa en la recuperación tras un evento cardíaco. Por ello, este centro ha creado un grupo psicoterapéutico dirigido a estos usuarios que están en proceso de rehabilitación, en el que participan de forma coordinada cardiólogos, psiquiatras, psicólogos y profesionales de Enfermería.

A través de sesiones grupales, técnicas psicoeducativas y entrenamientos en habilidades específicas de gestión emocional, se busca que el paciente recupere un estado de seguridad que favorezca su curación y mejore su función cardíaca. Así, los beneficiarios pueden cambiar aquellos hábitos de su conducta que son modificables y adoptar una actitud que les ayude a tener una sensación de autoconfianza y autocontrol sobre sus emociones ante un episodio adverso, como la noticia de sufrir una enfermedad del corazón.

La intervención en salud mental no solo se centra en los factores de riesgo tradicionales, sino que también profundiza en los psicosociales, como la hostilidad, el aislamiento social, la baja percepción de apoyo, o determinados rasgos de personalidad que han demostrado tener un impacto negativo en la evolución de la patología, especialmente en personas que se muestran competitivas en exceso o en aquellas otras que se inhiben hasta el punto de no expresar sus sentimientos y emociones.

## **BENEFICIOS PARA LOS PACIENTES**

Las evidencias científicas disponibles han revelado que la rehabilitación que integra intervenciones psicológicas especializadas mejora la adherencia al ejercicio físico y a la medicación, reduce las recaídas y los reingresos hospitalarios, favorece una mejor calidad de vida y disminuye los síntomas ansioso-depresivos que pueden interferir en el proceso de recuperación.

Tras la evaluación de las sesiones grupales, los pacientes que participan en ellas expresan una clara mejoría en su bienestar emocional. Aseguran sentirse con mayor control sobre sus sentimientos y manejan mejor el estrés, la ansiedad y el estado de ánimo bajo. Estos resultados reflejan que el grupo psicoterapéutico no solo ofrece un espacio de apoyo, sino que también aporta herramientas útiles para afrontar, de forma más saludable, su proceso de recuperación cardiaca.

## **NUEVA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Con esta iniciativa, el Hospital Clínico San Carlos refuerza su compromiso con una atención transversal hacia el paciente, en consonancia con las sociedades española y europea de Cardiología. Además, este proyecto está vinculado a una nueva línea de investigación orientada a valorar la efectividad de las intervenciones psicoterapéuticas.

Este estudio utilizará indicadores de cambio específicos para medir cómo el avance en variables psicológicas –reducción de los síntomas ansioso-depresivos y mejora en la autorregulación emocional– influye directamente en la progresión de los trastornos cardiacos y en la mejora de los niveles de salud y calidad de vida de las personas.