

# Kersey: Vive con una Enfermedad Cardíaca

*“Estaba haciendo ejercicio en el gimnasio, y sentí una sensación chistosa en mi pecho, como si estuviera perdiendo la circulación, que no tenía circulación de sangre, así que dejé de hacer ejercicio.”*

*“No podía hacer mucho, así que paré de inmediato, me cambié y fui a ver al doctor.”*

*“Me hicieron una prueba de estrés, y detectaron una actividad extraña en una de mis arterias, así que decidieron hacer una cateterización cardíaca y me colocaron un stent. Posteriormente desarrollé aleteo o fibrilación atrial.”*

*“Lo interesante es que tenía predisposición genética pues mi papá murió en 1960 a los 47 años, y en esos días en realidad no sabían cómo manejar una enfermedad cardíaca.”*

*“No quería permanecer sentado y con apatía, así que me mantuve activo. Caminaría por la casa, y le pedí a Bapsy mi esposa, que me llevara a la rehabilitación cardíaca en cuánto pudiera hacerla. Así que empezamos muy rápido, y esto me ayudó mucho a levantarme emocional y psicológicamente, ya que estoy haciendo cosas que antes hacía. Podía andar en bicicleta. Podía caminar en la caminadora. Podía usar la máquina elíptica. Esto fue una maravilla para mí emocional y psicológicamente. Hice esto por tres meses, y volví a trabajar de nuevo. Fui capaz de hacer todo lo que antes hacía. Me considero muy afortunado de haber pasado por ese proceso.”*

*“Si, fue algo que cambió mi vida, cambiamos nuestro estilo de vida. Antes de la cirugía tenía malos hábitos alimenticios, así que mi esposa me puso en una dieta baja en sal y baja en grasa.”*

*“Tomo medicamento para mi fibrilación atrial, tomo medicamento para mi colesterol y para mi presión. Tengo presión alta, así que la controlo con medicamento.”*

*“Voy tres o cuatro días a hacer ejercicio al gimnasio. Leo mucho, escucho música, juego barajas con mi esposa en las tardes. Tenemos una vida social muy activa. Tendemos a socializar con muchos amigos. Salimos a comer con amigos, y sigo yendo a medio día a comer con mis colegas del trabajo, me mantengo ocupado. Me mantengo muy ocupado y activo.”*