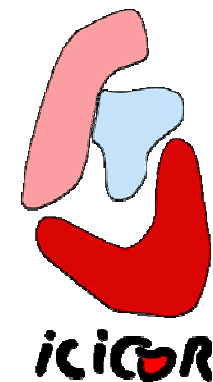


ERGOMETRÍA O PRUEBA DE ESFUERZO

**Instituto de Ciencias del Corazón
(ICICOR)**
Servicio de Cardiología
Hospital Clínico Universitario de Valladolid



Ergometría o prueba de esfuerzo

- La prueba de esfuerzo es una prueba en la que se realiza para obtener información sobre la tolerancia del corazón al ejercicio y la presencia de enfermedad cardíaca.
- La realización de la prueba es sobre una cinta sinfín accionada por un motor eléctrico, con una barra frontal y laterales para sujeción del paciente.
- Se camina sobre ella a velocidades y pendientes que aumentan progresivamente (cada 3 min.) hasta el máximo ejercicio tolerado por el paciente.



Antes de la prueba

- Evite comer, beber, fumar y tomar sustancias que contengan cafeína desde 3 horas antes de la prueba. Evite el alcohol.
- Tome la medicación que tenga pautada normalmente, a no ser que su médico le indique lo contrario.
- Use zapatos planos, cerrados, sin tacón y cómodos para caminar.
- No realice ejercicio intenso en las 12 h. anteriores a la prueba.



Antes de la prueba

- Póngase una camisa, blusa o suéter que le sea fácil de quitar. Le pedirán que se quite la ropa de la cintura para arriba.
- No se aplicará crema hidratante en la piel (pues no pegarán los electrodos que se le colocarán para realizar la prueba)
- Traiga leído y firmado el consentimiento.



Durante la prueba

- Se le coloca en el pecho los electrodos, para registrar la actividad de su corazón en un monitor, durante la prueba de esfuerzo.
- Se le toma también la presión arterial



Durante la prueba



- Se le indica cuándo y cómo tiene que empezar a caminar. La cinta se pone en marcha y cada 3 min. Aumenta de velocidad e inclinación.
- Vd. debe comunicar cualquier síntoma: dolor en pecho, cansancio, mareo

Durante la prueba

- **Ante cualquier síntoma que Vd. presente, se parará la cinta inmediatamente**
- **Se le indica el momento en que finaliza la prueba así cómo lo que Vd. debe hacer en ese momento: ir más despacio hasta que la cinta se pare, sentarse en una silla, respirar despacio e intentar relajarse.**
- **Una vez finalizada la prueba se le retiran los electrodos y Vd. se puede vestir**



Después de la prueba

- Podrá reanudar sus actividades normales.
- Asegúrese de ir a su cita de control para que el médico le explique los resultados.

