

¿CÓMO SE REALIZA?



- El paciente se conecta a un monitor en el que se visualiza en tiempo real y de forma continua el electrocardiograma.
- Se inicia el ejercicio de forma suave, en cinta rodante o en bicicleta.
- Cada tres minutos el nivel de esfuerzo se incrementa de forma automática para que el corazón se vaya acelerando hasta llegar a la frecuencia cardíaca deseada.
- Durante la prueba, la presión arterial se va controlando cada tres minutos.

- En el momento en el que el paciente no puede continuar con el esfuerzo debe comunicarlo al médico. Entonces, la prueba se detiene de inmediato y se pasa a la fase de recuperación.
- Es muy importante que se intente realizar el máximo esfuerzo posible para que los resultados de la prueba sean fiables.
- Si en algún momento se detecta alguna arritmia grave, alteraciones en la presión arterial o en el electrocardiograma, o el paciente experimenta angina de pecho progresiva, la prueba también se detendrá.

¿QUÉ ES NECESARIO?

El paciente deberá llevar ropa cómoda y calzado adecuado para realizar ejercicio físico. También es importante evitar comidas copiosas en las horas previas a la prueba. El ayuno prolongado tampoco es recomendable. En los varones con mucho vello puede ser necesario rasurarlo para que el registro del electrocardiograma sea de calidad.

La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su condición personal, consulte a su médico.

Infografía: © Chema Matia