



# Ficha del paciente\*: Ergometría o prueba de esfuerzo

## DEFINICIÓN

La **ergometría** consiste en la realización de ejercicio físico en tapiz rodante o bicicleta estática, mientras se monitoriza el ritmo del corazón y la presión arterial. También se conoce como **prueba de esfuerzo** y se utiliza con frecuencia en cardiología.



## PARA QUÉ SIRVE

Es una técnica diagnóstica utilizada principalmente para **esclarecer el origen del dolor de pecho**. En caso de que el paciente tenga una angina de pecho, esta prueba trata de provocarla para que se pueda diagnosticar. Durante la prueba, **el corazón se somete a un esfuerzo físico intenso**. Muchas veces, en reposo no aparecen alteraciones en el electrocardiograma que, sin embargo, son evidentes cuando el corazón está realizando un esfuerzo físico intenso.

La ergometría también está indicada para conocer el estado físico de una persona que va a iniciar un programa de entrenamiento físico o para valorar el pronóstico de pacientes que ya han sufrido previamente un infarto de miocardio.

## 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, alteraciones en el electrocardiograma o el paciente experimenta angina de pecho progresiva, la prueba también se detendrá.



# Ficha del paciente\*: Ergometría o prueba de esfuerzo

## ¿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.

## PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

· Más información en la Web:

<http://www.fundaciondelcorazon.com/informacion-para-pacientes/metodos-diagnosticos/ergometria.html>

· ¿Cómo funciona el corazón?

<http://www.fundaciondelcorazon.com/informacion-para-pacientes/como-funciona-el-corazon.html>

La **Sociedad Española de Cardiología** y la **Fundación Española del Corazón** constituyen una organización cuyo impulso vital es velar por la salud cardiovascular de la población a través de la excelencia clínica e investigadora, así como educativa y divulgativa.

