

Què és una prova d'esforç o Ergometria?



L'Ergometria és una prova amb finalitat diagnòstica o pronòstica per a pacients amb malalties del cor, pulmons, o amb sospita de malaltia de les artèries coronàries. També permet conèixer l'estat corporal d'una persona que ha iniciat un programa d'entrenament físic.

Per a què serveix?

Permet comprovar la resposta del cor a l'exercici físic controlat i per valorar la capacitat global de l'organisme davant l'esforç.

Com us heu de preparar per a la prova?

- Eviteu els àpats copiosos en les hores prèvies a la prova. No feu dejuni perllongat per evitar el risc d'hipoglucèmies
- **Consulteu el metge si heu de prendre els medicaments de rutina el dia de l'examen** (especialment si són medicaments per al cor)
- Cal que advertiu de possibles al·lèrgies medicamentoses, alteracions de la coagulació, malalties cardiopulmonars, si porteu pròtesis, marcapassos i medicacions actuals
- Es recomana usar roba i calçat còmode

Qui realitza la prova?

Un equip format per un cardiòleg i una infermera. La supervisió de la prova i l'informe de l'exploració la portarà a terme el cardiòleg. Infermeria s'encarre-

garà de la seva preparació, realització, i de la valoració durant i després del procediment.

Com es realitza?

Es realitza caminant sobre una cinta rodant. S'augmenta progressivament la velocitat i el pendent en períodes de temps determinats. Durant tota l'exploració es controlen la pressió arterial, la freqüència del pols i l'electrocardiograma, per analitzar les seves variacions. La prova s'aturarà si apareixen símptomes, signes alarmants o en cas de cansament. Després es passa a la fase de recuperació. És molt important que intentar realitzar el màxim esforç possible perquè els resultats de la prova siguin fiables.

Quins riscos té?

Poden existir símptomes com cansament muscular, mareig, angina de pit, mal de cames o altres signes com hipertensió arterial que alleujaran o desapareixeran en cessar l'activitat física. En certs casos de malaltia coronària important es poden presentar trastorns del ritme cardíac greus, síncope i, molt ocasionalment, infart de miocardi o insuficiència cardíaca. El risc de mort és excepcional.

En general, els beneficis derivats de la realització d'aquesta prova superen els possibles riscos. Si apareixen complicacions, el personal mèdic i d'infermeria que us atén està capacitat i disposa dels mitjans per a tractar de resoldre-les.