

Prueba de esfuerzo o ergometría

25 abril, 2016 Escrito por [CardioSaudeFerrol](#)

Uno de los síntomas por el que los pacientes acuden al cardiólogo es haber presentado dolor torácico al realizar esfuerzo físico, como subir escaleras o caminar por una pendiente.

Lo habitual es que el dolor ya no esté presente cuando usted acude a la consulta, por lo que el reto del médico es investigar qué sucedió en el momento en que se presentaron los síntomas.

Las pruebas que podemos hacer en la consulta aportan información sobre el estado de su corazón en ese instante (habitualmente en reposo y sin síntomas), y no siempre son suficientes para llegar al diagnóstico.

Para obtener más información, al cardiólogo puede interesarle saber cómo se comporta su corazón en el momento de realizar algún esfuerzo físico.

Para reproducir estas condiciones en un ambiente vigilado, se indica la realización de la **prueba de esfuerzo**.

Debemos aclarar que la prueba de esfuerzo también puede solicitarse por otros motivos como es el caso del estudio de algunas arritmias cardíacas, o para comprobar la capacidad de esfuerzo de cada paciente.

¿De qué se trata esa prueba de esfuerzo?

Es una prueba consistente en la realización de un esfuerzo físico en un ambiente vigilado para poder analizar cómo se comporta su corazón en esas condiciones. El estudio del corazón se realiza observando continuamente tanto el comportamiento de la tensión arterial como el electrocardiograma del paciente mientras camina en una cinta rodante similar a las que existen en los gimnasios.

¿Cómo se realiza?

A su llegada, se le colocarán unos electrodos en el pecho para registrar la actividad cardíaca. Puede ser necesario limpiar la zona con alcohol o incluso rasurar el vello en lo varones para mejorar la calidad del registro. Es recomendable no aplicarse cremas en la piel ese día.

Esos electrodos se conectan a su vez a un monitor que visualiza en tiempo real el electrocardiograma del paciente; además, se coloca un manguito en el brazo para poder medir la presión arterial durante el esfuerzo.

Una vez se activa la cinta, esta comienza a moverse de forma muy lenta para que el paciente se pueda adaptar. Cada 3 minutos varía automáticamente la velocidad e inclinación para conseguir un esfuerzo progresivamente mayor. La prueba no tiene una duración fija, depende de su capacidad o su edad, por ejemplo. Lo habitual es caminar durante aproximadamente 7 minutos.

En el momento en que haya llegado a su límite de esfuerzo o presente síntomas importantes, el médico detendrá progresivamente la cinta para comenzar la fase de recuperación.

La cinta se puede detener en cualquier momento, aunque, es importante que sepa que, cuanto más esfuerzo es usted capaz de realizar, más información nos va a aportar la prueba.

Durante la realización de la ergometría o prueba de esfuerzo, siempre estarán presentes el médico y la enfermera responsables, con los que usted se podrá comunicar en todo momento.

¿Qué puedo sentir?

Lo habitual es sentir fatiga por el esfuerzo que se realiza, pero también puede sentir dolor en el pecho, ya que una de las razones para hacer esta prueba es intentar desencadenarlo para analizar lo que ocurre en ese momento. Debe comunicar al personal sanitario todo lo que sienta, ya que siempre va a estar acompañado y vigilado.

Aunque el riesgo de complicaciones importantes es muy bajo, al igual que muchas otras pruebas médicas, antes de realizar la prueba de esfuerzo, debe leer atentamente y firmar el formulario de consentimiento informado.

¿Dónde se realiza?

El estudio se realiza en el hospital, en la zona de pruebas de cardiología. Se dispone de una sala especialmente acondicionada bajo la supervisión de un médico y una enfermera.

¿Cuándo le comunican el resultado?

La prueba es realizada por un cardiólogo, que le informará convenientemente del

resultado e implicaciones de la prueba así como del seguimiento previsto. En función del resultado del test, el cardiólogo podría modificar alguno de los fármacos que toma o incluso solicitarle alguna prueba adicional.

Medidas para el paciente:

El paciente debe acudir en unas condiciones adecuadas para la realización de un esfuerzo: ropa cómoda, un calzado adecuado para caminar y tras realizar un desayuno habitual (tanto el ayuno prolongado como una comida muy copiosa no son recomendables).

En ocasiones es necesario suspender alguna de las medicaciones. Será informado de ello por el médico o la enfermera con antelación.

Se requiere haber firmado un consentimiento informado.



Autor

Dr. Manuel López Pérez

Cardiólogo. Complejo Hospitalario Universitario de Ferrol.

Con el aval científico de

