

# ¿Qué es una prueba de esfuerzo durante el ejercicio?



## Prueba de esfuerzo

Una prueba de esfuerzo durante el ejercicio se usa para lo siguiente:

- Buscar problemas con sus latidos cardíacos (frecuencia y ritmo) 
- Detectar una cardiopatía 
- Controlar cuán bien funciona su plan de cuidados 
- Ayudar a hacer un plan de ejercicios 



## Medicamentos

Preguntarle a su médico sobre la toma de medicamentos antes de la prueba



- Es posible que deba hacer cambios en lo que toma o su cantidad
- Si tiene diabetes, pregúntele a su médico qué debe tomar antes de su prueba
- No deje de tomar ningún medicamento antes de hablar con su médico



## 24 horas (1 día) antes de su prueba

24 horas (1 día) antes de su prueba

- No ingiera ningún alimento ni bebida con cafeína (café, té, refrigerio o chocolate) hasta después de su prueba



# ¿Qué es una prueba de esfuerzo durante el ejercicio?



## Día de su prueba

### Día de su prueba:

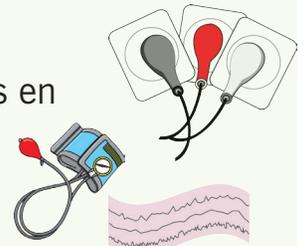
- Tome todos los medicamentos de la manera que su médico se lo indique. Lleve sus medicamentos e inhalador (si usa uno)
- No coma ni beba nada excepto agua durante 4 horas antes de su prueba
- Use ropa cómoda y calzado para caminar
- No fume ni use productos con nicotina



## ¿Cómo se realiza la prueba?

### ¿Cómo se realiza la prueba?

- Se le colocarán pequeños parches adhesivos en el pecho para registrar sus latidos cardíacos (frecuencia y ritmo)
- Su frecuencia cardíaca y presión arterial se controlarán antes y durante la prueba
- Hará ejercicio en una cinta o bicicleta fija
- Comenzará lentamente y trabajará más duro a medida que avanza la prueba. Haremos un seguimiento de su presión arterial y frecuencia cardíaca, y le preguntaremos cómo se sienta
- Puede sudar y sentirse cansado
- Hará ejercicio hasta que se sienta muy cansado y necesite parar



### ¿Cuánto tiempo dura la prueba?

- La cita durará alrededor de 1 hora
- No hará ejercicio todo el tiempo



### ¿Cómo obtengo los resultados de mi prueba?

- Su médico hablará con usted sobre los resultados de su prueba

