

¿Qué es una Prueba de Esfuerzo?

Una prueba de esfuerzo mide cómo funciona su corazón durante el ejercicio. Su corazón bombea más fuerte cuando hace ejercicio y necesita más sangre, esta prueba puede mostrar cualquier problema que tenga de circulación de sangre.

"El síntoma más común por el que se recomienda una prueba de esfuerzo es el dolor de pecho, para ver si el corazón es la causa del dolor de pecho. Otros motivos podrían ser porque alguien pierde el conocimiento, o tiene latidos rápidos de corazón, tiene palpitaciones o tiene episodios cuando el corazón late demasiado lento." - Rajiv Chandra, MD, Cardiólogo

La prueba para el esfuerzo puede ayudar a diagnosticar una enfermedad cardíaca, problemas con el ritmo cardíaco, enfermedades de las válvulas y la insuficiencia cardíaca. Es posible que le pidan que deje de tomar ciertas medicinas antes de la prueba, y que evite comer, beber o fumar entre 2 y 4 horas antes. Tiene permitido beber agua.

"Debe de tener puesto algo cómodo como shorts, pants, y tenis ya que va a hacer ejercicio." - Meredith Osowski, Asistente Médica

Antes de la prueba, le van a colocar en el pecho y abdomen varios electrodos. Después van a conectar cables a éstos. Los cables estarán conectados a una máquina de electrocardiograma, también conocida por ECG o EKG - es un aparato que graba la actividad eléctrica de su corazón. Le van a poner en el brazo un aparato para tomarle la presión. Después lo van a hacer caminar en una banda rodante o pedalear una bicicleta estática.

Va a empezar a un paso muy lento.

"Más o menos a los veinte segundos, la banda va a acelerarse otra vez..."

Poco a poco van a volver a aumentar la velocidad. También, si está en la banda rodante, van a aumentar el grado de inclinación para que su corazón trabaje más. El objetivo es llevarlo a su frecuencia cardíaca deseada. Mientras hace ejercicio van a medir su presión, respiraciones y ritmo cardíaco, y también evaluar la actividad eléctrica de su corazón.

"Tres, dos, uno. Ahora va a bajar la velocidad."

La prueba en total toma una hora, pero solo va a hacer ejercicio por 15 minutos.

"Si el paciente empieza a tener falta de respiración, dolor de pecho, mareos ese tipo de síntomas, definitivamente... vamos a parar la prueba o hacer que sea más lenta." - Meredith Osowski, Asistente Médica

Después, es posible que le pidan que se recueste, para que su profesional médico vea si tiene algún cambio mientras su ritmo cardíaco regresa a la normalidad.

"Si no está suficientemente bien para hacer la prueba en la banda rodante, le vamos a dar un medicamento que básicamente va a causar que su corazón haga ejercicio sin que tenga que usar la banda." - Meredith Osowski, Asistente Médica

¿Qué es una Prueba de Esfuerzo?

¿Cómo se siente? "Muy bien."

Puede volver a su rutina normal después de la prueba.

"Si no tiene problemas con esa prueba particular, entonces es posible que exista otra razón para sus síntomas, y su doctor va a investigar cuáles causas posibles puede haber para sentirse así. Si encuentra un problema durante una prueba específica, esto lo va a guiar para hacer otras pruebas que puedan confirmar el mejor plan de tratamiento para arreglar el problema." - Rajiv Chandra, MD, Cardiólogo