

## Prueba de esfuerzo cardíaco

### ¿Qué es la prueba de esfuerzo cardíaco?

La prueba de esfuerzo cardíaco mide la salud del corazón mientras éste trabaja fuertemente. Para la prueba de esfuerzo usted hace ejercicio para aumentar el trabajo del corazón, con lo cual se aumenta el flujo de sangre hacia este órgano. Si usted no puede hacer ejercicio, se usarán medicamentos para aumentar el flujo de sangre al corazón. Dependiendo de su condición y del tipo de prueba de esfuerzo que se realice, la respuesta del corazón se mide de varias maneras, lo que puede incluir electrocardiogramas y estudios imagenológicos. Estas pruebas le ayudan al médico a evaluar el flujo de sangre hacia diferentes áreas del músculo cardíaco.

Durante la prueba de esfuerzo cardíaco, el personal de cuidados de la salud observa el ritmo cardíaco, el oxígeno y la presión arterial.



### ¿Por qué son útiles?

Las pruebas de esfuerzo cardíaco pueden revelar problemas que no son evidentes mientras el corazón está en reposo. Si usted tiene dolor en el pecho de vez en cuando, tiene dificultad para respirar, inflamación de los tobillos o los pies, ritmo cardíaco irregular, cansancio o náuseas, el médico le podría pedir una prueba de esfuerzo. La prueba de esfuerzo cardíaco puede revelar:

- Bloqueos parciales de las arterias que alimentan al corazón
- Cambios en la capacidad del corazón para bombear la sangre
- El avance de una insuficiencia cardíaca congestiva
- Problemas de ritmo cardíaco que sólo se presentan cuando el corazón late con rapidez

### ¿Cómo me debo preparar?

Antes de la prueba, su médico le dará instrucciones específicas. Estas son algunas medidas básicas para prepararse para la prueba de esfuerzo cardíaco:

- **Informe a su médico sobre los medicamentos que está tomando**, incluyendo los medicamentos de venta sin receta y los suplementos a base de hierbas. También dígame al médico si usted es alérgico a algún medicamento. **Rasuresé el vello del torax.**
- **Informe a su médico acerca de cualquier síntoma que sufra durante el ejercicio**, como problemas de ritmo cardíaco, náuseas, dolor en el pecho y problemas para respirar.

### Conversando sobre la prueba de esfuerzo

En el cuadro siguiente se enumeran los beneficios, riesgos y alternativas más comunes de la prueba de esfuerzo. En su situación médica particular podrían existir otros riesgos y beneficios. Para conocer estos riesgos y beneficios lo más importante es que converse médico. No deje de aclarar todas sus dudas.

Potencial beneficios	Riiesgos y complicaciones potenciales	Alternativas
Las pruebas de esfuerzo pueden revelar información sobre problemas cardíacos específicos y cómo estos problemas afectan al corazón cuando éste trabaja fuertemente.	El riesgo de una complicación grave es extremadamente bajo. Los riesgos pueden incluir: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Síntomas causados por un ritmo cardíaco acelerado, como dolor de pecho, hipertensión, latidos irregulares, mareo, náuseas, infarto al corazón o paro cardíaco repentino. Supervisaremos la prueba cuidadosamente para prevenir estos síntomas y reaccionar oportunamente si se presentan.</li> <li>· Reacción alérgica a los medicamentos que le podrían administrar en caso de que usted no pueda hacer ejercicio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Ecocardiograma de Stress farmacológico o mediante esfuerzo.</li> <li>· SPECT de perfusión.</li> <li>· Angiografía Coronaria</li> </ul>

- **Siga las instrucciones del médico** acerca de si debe suspender ciertos medicamentos o evitar comer antes de la prueba.
- Si va a hacer ejercicio para aumentar el ritmo cardíaco, **vista ropa y zapatos para caminar cómodos**

## ¿Qué sucede durante?

**Lo estarán observando.** Es posible que le coloquen un manguito en el brazo la presión arterial. Es posible que le coloquen electrodos (parches adhesivos) en el pecho para observar la actividad eléctrica del corazón.

**Usted aumentará la carga de trabajo del corazón.**

Si puede hacer ejercicio, caminará en una banda sin fin (caminadora) o montará una bicicleta de ejercicio para hacer que el corazón trabaje con mayor intensidad. Si no puede hacer ejercicio durante la prueba de esfuerzo, se suspenderá.

Esto es lo que sucede en cada caso:

- **Si está haciendo ejercicio**, incrementarán gradualmente su esfuerzo. Por ejemplo, la banda comenzará lentamente. Cada pocos minutos la velocidad se aumentará y la pendiente se hará más pronunciada hasta que usted se esté ejercitando lo más fuerte posible o hasta que alcance un ritmo cardíaco determinado.
  - Si le siente dolor, náuseas o simplemente no se siente bien, infórmele al técnico. La banda se puede detener en cualquier momento.
  - Para bajarse, espere a que la banda se detenga por completo.
  - Infórmele al técnico cuando sienta que sólo puede hacer ejercicio por un minuto más. Dependiendo del tipo de prueba, podría ser importante para el técnico saber cuándo usted se encuentra casi a punto de detenerse.

## ¿Qué sucede después de la prueba?

Después de la prueba le quitarán el manguito del brazo, y los electrodos. Generalmente podrá regresar a su casa el mismo día.

## ¿Cuándo debo llamar a mi médico?

Póngase en contacto con su médico si experimenta cualquier síntoma cardíaco después de la prueba, como palpitaciones, aceleramiento de los latidos del corazón, dolor de pecho o dificultad para respirar.

---

