



## TESTE CARDIOPULMONAR DE ESFORÇO

### **Critérios de realização**

- ATENÇÃO: Este exame é feito somente com pedido médico.
- Menores de 18 anos devem estar acompanhados de um adulto responsável no dia da avaliação
- Trazer últimos exames cardiológicos (ECO, ECG, Teste ergométrico, etc).
- Informar os medicamentos utilizados de uso contínuo.

### **Contraindicações**

- O exame não deve ser feito na vigência de estado febril, gripe, infecções agudas, enxaqueca, diarreia, gestação ou problemas ortopédicos que impeçam a caminhada rápida.
- Este exame deve ser realizado preferencialmente fora do período menstrual

### **Preparo**

- Nas 24 horas anteriores ao exame, a pele do tórax não deve receber cremes, pomadas, bronzeadores ou qualquer substância oleosa (HOMENS devem depilar o peito em casa).
- No dia do exame, o cliente não deve fazer exercícios físicos, ingerir bebidas alcoólicas nem bebidas que contenham cafeína.
- Tabagistas não devem fumar no dia do teste. Se isso não for possível, é necessário evitar o cigarro pelo menos nas três horas que antecedem a avaliação.

ATENÇÃO: O cliente precisa levar consigo roupas confortáveis para o exercício físico, TENIS (PREFERENCIAL) ou CALÇADO COM SOLA DE BORRACHA, FECHADO e SEM SALTO (ADEQUADO PARA EXERCÍCIO). O exame NÃO PODE SER REALIZADO DESCALÇO, CHINELOS, SANDÁLIAS. Clientes do sexo feminino devem levar à unidade top de ginástica ou sutiã adequado para a realização do exercício.

- Clientes do sexo feminino devem levar à unidade top de ginástica ou sutiã adequado para a realização do exercício.
- **OBS: Mulheres vir sem unha em gel e esmaltação.**
- Para homens, pode haver necessidade de uma raspagem de pelos em alguns pontos do tórax para permitir a fixação dos eletrodos.
- É possível fazer uma refeição leve até 30 minutos antes do exame. Se o teste ergométrico for de manhã, deve-se manter o jejum habitual. Se for à tarde, convém ingerir um almoço leve ou um sanduíche com suco natural. O teste não deve ser realizado em jejum.

### **Suspensão de medicamentos**

- Todos os medicamentos em uso devem ser mantidos, a não ser que o médico tenha solicitado a suspensão. Nesse caso, o cliente deve informar o nome dos medicamentos utilizados nos últimos cinco dias, para que sejam verificados os prazos de suspensão.

### **IMPORTANTE:**

- É fundamental seguir rigorosamente as instruções acima, uma vez que qualquer detalhe não observado pode acarretar o adiamento do exame.
- Chegar à unidade com, uma hora de antecedência.