

## Preparo de Exame

### Teste Ergométrico

- O teste ergométrico consiste na aplicação de um esforço físico, com incremento progressivo na intensidade do exercício, em esteira ou bicicleta ergométrica;
- Deve ser realizado por médico qualificado;
- O limite de peso para realização do exame é de 150kg;
- Portadores de marca-passo / CDI devem trazer cópia da carteirinha contendo as informações do equipamento;
- O exame não deve ser feito na vigência de estado febril, infecção aguda, diarreia, gestação, ou problemas ortopédicos que impeçam a caminhada;
- Para realização do exame é necessário apresentar o pedido médico;
- **Atenção! É necessário que o paciente chegue à unidade com 30 minutos de antecedência, tempo necessário para abertura de ficha e preparo. Atrasos poderão resultar na não realização do exame. Contamos com a sua compreensão.**

### Vestuário

Vir ou trazer uma roupa confortável (ex: bermuda, shorts, agasalho, top); Vir ou trazer calçado apropriado (tênis ou sapato fechado com sola de borracha. O exame não poderá ser realizado de sandálias, chinelos, sapatilhas, "crocs" ou descalço);

### Medicação:

Todos os medicamentos em uso devem ser mantidos, a não ser que o médico solicitante tenha orientado a suspensão.

### Atenção:

- Não estar em jejum;
  - Não fumar 3 horas antes do exame e 1 hora depois;
  - Dieta normal 2 horas antes ou dieta leve 1 hora antes do exame;
  - Evitar consumir produtos com cafeína como café, chás, chocolates, refrigerantes até 2 horas antes do exame;
  - Não praticar atividades físicas nas 24 horas que antecedem o exame.
- Caso necessário será realizada a raspagem de pelos na região do tórax. Desta forma não utilizar cremes, pomadas, gel ou óleo no corpo no dia do exame.  
Informar os medicamentos tomados nos últimos dias.

**Observação:** devido à pandemia da Covid-19, pelo fato do teste ergométrico ser um exame com alto risco de transmissibilidade, o exame deve ser realizado de máscara. Sugerimos o uso de máscara cirúrgica descartável de TNT (tecido não tecido) que tem se mostrado mais confortável para a realização de atividade física.