



Marcação

Segunda à sexta-feira de 7:00 às 19:00h e sábado de 7:00 às 13:00h.

Telefone

(71) 2102-8555

Local

1º andar

### **Sobre o Exame**

A Ergoespirometria ou Teste Cárdio-Pulmonar de Exercício é um exame que auxilia no diagnóstico de problemas tanto cardiovasculares quanto respiratórios. De uma forma simples, consiste em um teste ergométrico (teste de esforço), complementado pela análise de variáveis ventilatórias, gases expirados e oximetria.

É um exame que auxilia na avaliação de atletas amadores e profissionais, uma vez que contribui para excluir doenças que possam colocar em risco sua saúde, além de fornecer parâmetros que colaboram para a melhora do desempenho esportivo.

### **Como é feito o exame?**

Na FBC, o teste é realizado na esteira ergométrica e a análise das variáveis ventilatórias é realizada com auxílio de uma máscara facial ou sistema bucal. O paciente é monitorizado durante todo o exame com eletrocardiograma, oxímetro de pulso e medidas da pressão arterial. O tempo total para realização do teste, incluindo preparo e recuperação, é de aproximadamente 30 a 40 minutos, sendo que o tempo de exercício varia de 8 a 12 minutos, baseado em um protocolo individualizado, de acordo com o perfil e o objetivo de cada paciente.

### **Preparo Prévio Importante:**

O exame não pode ser realizado com indivíduos com dificuldade de locomoção e/ou com febre, resfriado, dores musculares e tosse.

### **Recomendamos:**

1. Alimentação leve e de fácil digestão 2 horas antes do exame. Não se deve realizar o exame em jejum.
2. Não ingerir álcool na véspera do exame.
3. Não fumar, nem ingerir café, pelo menos 1 hora antes do exame.
4. Usar roupa apropriada para atividade física e tênis.
5. Mulheres devem usar sutiã sem aro ou top por baixo da blusa.
6. Se houver presença de pelos espessos nas áreas nas quais os eletrodos serão aplicados, será realizada uma depilação no local de fixação dos eletrodos.
7. Não estar utilizando esmaltes nas unhas.
8. Dormir bem na véspera do exame.
9. Não realizar atividade física na véspera do exame.