

ERGOMETRÍA

¿Qué es la ergometría y para qué sirve?

La ergometría, también conocida como prueba de esfuerzo, consiste en la realización de ejercicio físico en tapiz rodante o bicicleta estática, mientras se monitoriza el ritmo del corazón y la presión arterial.

Es una prueba fundamental que se utiliza principalmente para el diagnóstico de la angina de pecho en pacientes con dolor torácico. Con ella, se intenta reproducir el dolor sometiendo el corazón a un esfuerzo físico intenso, a la vez que buscar alteraciones electrocardiográficas en ese momento que pudieran estar ausentes en situación de reposo.

Además de ayudar al diagnóstico correcto, la ergometría es útil para valorar el pronóstico en aquellos pacientes con enfermedad coronaria ya conocida, así como para valorar el efecto del tratamiento. La ergometría también puede usarse para determinar cuál es el nivel de esfuerzo físico apropiado para cada persona.

¿Qué es la cardiopatía isquémica?

La cardiopatía isquémica se caracteriza por el acúmulo de placas de grasa en las arterias que irrigan el corazón (arterias coronarias). Si un paciente tiene enfermedad coronaria, la obstrucción en la arteria puede permitir un flujo de sangre al corazón normal en reposo, por lo que no experimentará ningún síntoma. Sin embargo, al realizar un ejercicio físico o esfuerzo aumentará el trabajo del corazón y, por tanto, la necesidad de aporte de sangre. Si existe una obstrucción coronaria, se producirá un déficit de riego sanguíneo que provocará la aparición de angina de pecho.

¿Qué preparación necesita?

El paciente deberá llevar ropa que se pueda quitar fácilmente y calzado cómodo, preferiblemente zapatillas deportivas (sin tacones). En ocasiones, si el paciente tiene mucho vello en el tórax hay que rasurarlo para que el registro del electrocardiograma sea de mayor calidad. No se debe acudir a la ergometría después de una comida copiosa (2-3 horas antes), ni realizarla tras ayuno prolongado por existir riesgo de hipoglucemia. La ergometría consiste en realizar el mayor esfuerzo posible, alcanzando incluso el umbral del cansancio o máximo nivel de resistencia. Si en este proceso el paciente experimenta dolor en el pecho debe decírselo urgentemente al médico.

INFORMACIÓN PARA PACIENTES

¿Cómo se realiza la prueba?

El paciente se conecta a un monitor en el que se visualiza en tiempo real y de forma continua el electrocardiograma.

Se inicia el ejercicio de forma suave, en cinta rodante o en bicicleta.

Cada tres minutos el nivel de esfuerzo se incrementa de forma automática para que el corazón se vaya acelerando hasta llegar a la frecuencia cardiaca deseada. También la presión arterial se va controlando cada tres minutos.

En el momento en el que el paciente no puede continuar con el esfuerzo debe comunicarlo al médico. Entonces, la prueba se detiene de inmediato y se pasa a la fase de recuperación.

Es muy importante que se intente realizar el máximo esfuerzo posible para que los resultados de la prueba sean fiables.

Si en algún momento se detecta alguna arritmia grave, alteraciones en la presión arterial, alteraciones en el electrocardiograma o el paciente experimenta angina de pecho progresiva, la prueba también se detendrá.

¿Qué complicaciones puede tener?

A pesar de la adecuada elección de la técnica y de su correcta realización, pueden presentarse efectos indeseables, tanto los comunes derivados de toda intervención y que pueden afectar a todos los órganos y sistemas, como los debidos a la situación vital del paciente (diabetes, cardiopatía, hipertensión, edad avanzada, anemia, obesidad...) y los específicos del procedimiento.

Los riesgos de las pruebas de esfuerzo son mínimos y raros e incluyen mareos, caídas, irregularidades de los latidos cardiacos. Sólo en caso de que existiera una enfermedad importante en el corazón, puede haber riesgo de arritmias graves, desvanecimiento, dolor fuerte en el pecho u otros síntomas que, en estos casos de especial gravedad, también pueden aparecer en circunstancias de la vida normal del paciente.