

Prueba de esfuerzo cardíaco

¿Qué es la prueba de esfuerzo cardíaco?

La prueba de esfuerzo cardíaco mide el estado de salud del corazón mientras trabaja con intensidad. En la prueba de esfuerzo, se hace ejercicio para aumentar la carga de trabajo del corazón, con lo cual se incrementa la cantidad de sangre que circula hacia él. Si la persona no puede hacer ejercicio, se usan medicamentos para aumentar la circulación de sangre que llega al corazón. Según el estado de la persona y el tipo de prueba de esfuerzo que se haga, la forma en que responde el corazón se mide de diversas maneras, por ejemplo, mediante un electrocardiograma (ECG) o pruebas de imagen. Estas pruebas permiten al médico evaluar la circulación de sangre hacia diferentes zonas del músculo cardíaco.

¿Por qué son útiles?

Las pruebas de esfuerzo cardíaco pueden revelar problemas que no se detectan cuando el corazón está en reposo. El médico le puede pedir que se haga una prueba de este tipo si usted tiene dolor en el pecho de forma intermitente, dificultad para respirar, inflamación en los tobillos o los pies, frecuencia cardíaca irregular, cansancio o náuseas. Las pruebas de esfuerzo cardíaco pueden revelar lo siguiente:

- Obstrucciones parciales de las arterias que llegan al corazón.
- Modificaciones en la capacidad del corazón para bombear la sangre.
- Evolución de una insuficiencia cardíaca congestiva.
- Problemas con el ritmo cardíaco que solo se presentan cuando el corazón late con rapidez.

¿Cómo me preparo?

Antes de la prueba, el proveedor de cuidados de la salud le pedirá que cumpla con lo siguiente:

- Hacer una lista de los medicamentos que tome, incluso los de venta sin receta y los suplementos herbales. También debe decirle al médico si es alérgico a algún medicamento.

- Describir cualquier síntoma que tenga durante el ejercicio, como problemas con el ritmo cardíaco, náuseas, dolor en el pecho o dificultades para respirar.
- Seguir todas las instrucciones acerca de si debe dejar de tomar determinados medicamentos o si debe ayunar antes de la prueba.
- Ponerse ropa y zapatos cómodos si la prueba requiere que haga ejercicio para aumentar la frecuencia cardíaca.

¿Qué sucederá durante la prueba?

Se le monitoreará. Es posible que le coloquen un manguito en el brazo y un sensor en el dedo para monitorear la presión arterial y el oxígeno en sangre. Pueden colocarle electrodos (parches adhesivos) en el pecho para monitorear la actividad eléctrica del corazón.

Se aumentará la carga de trabajo del corazón. Si puede hacer ejercicio, caminará en una cinta sin fin o montará una bicicleta fija para conseguir que el corazón trabaje con mayor intensidad. Si no puede hacer ejercicio durante la prueba de esfuerzo cardíaco, le administrarán medicamentos por una vía intravenosa.

Esto es lo que sucede en cada caso:

- **Si hace ejercicio**, se incrementará gradualmente el esfuerzo que debe realizar. Por ejemplo, la cinta sin fin comenzará con lentitud. Cada pocos minutos la velocidad aumentará y la pendiente se hará más pronunciada, hasta que usted esté haciendo el ejercicio más intenso que pueda o hasta que alcance una determinada frecuencia cardíaca.
 - Si siente dolor en el pecho, náuseas o simplemente no se siente bien, infórmele al técnico. La cinta se puede detener en cualquier momento.
 - Para bajarse, espere a que la cinta se detenga por completo.
 - Infórmele al técnico cuando sienta que solo podrá seguir haciendo ejercicio por un minuto más. Según el tipo de prueba, podría ser importante para el técnico saber en qué momento usted casi ha llegado al punto en el que debe detenerse.

- Si le administran medicamentos por vía intravenosa durante la prueba de esfuerzo cardíaco, las siguientes son algunas cosas que debe recordar:
 - El medicamento puede hacerlo sentir como si estuviera ejercitándose. También puede sentir hormigueo, mareo, dolor de cabeza o náuseas leves.
 - Infórmele al proveedor de cuidados de la salud si siente dolor en el pecho, aleteo en el corazón, dificultad para respirar o sudoración. Ellos pueden cerciorarse de que esté seguro y pueden administrarle medicamentos para revertir los síntomas.

Preguntas para el médico:

Los proveedores de cuidados de la salud registrarán mediciones. Los siguientes son los tipos de prueba de esfuerzo:

- **Electrocardiograma:** los parches adhesivos que le colocan en el pecho envían señales a un dispositivo que mide la actividad eléctrica del corazón.
- **Ecocardiografía de esfuerzo:** antes de que comience a hacer ejercicio, un técnico le pasa por el pecho un dispositivo llamado transductor. El transductor transmite ondas sonoras que rebotan y crean imágenes del corazón. Después de haber hecho el ejercicio, el técnico le pasa de nuevo el transductor para tomar imágenes del corazón mientras late con fuerza.
- **Imágenes de medicina nuclear:** un técnico le inyecta un "marcador" radioactivo por la vía intravenosa. Una cámara especial registra el lugar donde se deposita el marcador dentro del corazón y las partes del corazón que tienen buena circulación sanguínea.

¿Qué sucederá después de la prueba?

Al final de la prueba, el técnico le quitará el manguito del brazo, el sensor digital y los electrodos, así como también la vía intravenosa, si le había colocado una. Por lo general se puede regresar a casa el mismo día.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Póngase en contacto con el médico si tiene algún síntoma cardíaco después de la prueba, como por ejemplo los siguientes:

- Ritmo cardíaco acelerado o con aleteo.
- Dolor en el pecho.
- Dificultad para respirar.

¿Qué riesgos y beneficios hay?

En el cuadro siguiente se enumeran los posibles beneficios, los riesgos y las alternativas más comunes de la prueba de esfuerzo. Hable con el médico acerca de otros beneficios y riesgos que podría haber de acuerdo a su propia situación médica. Haga todas las preguntas que tenga.

| Posibles beneficios | Riesgos y posibles complicaciones | Alternativas |
|--|---|---|
| Las pruebas de esfuerzo pueden revelar información sobre determinados problemas cardíacos y sobre cómo esos problemas afectan al corazón cuando este trabaja con intensidad. | El riesgo de que se presente una complicación grave es muy bajo. Los riesgos pueden ser los siguientes: <ul style="list-style-type: none"> • Síntomas causados por la aceleración de la frecuencia cardíaca, como dolor en el pecho, hipertensión, ritmo cardíaco irregular, mareo, náuseas, ataque al corazón o paro cardíaco repentino. Lo monitorearán detenidamente durante la prueba para evitar estos síntomas o para reaccionar con rapidez si se presentan. • Exposición a la radiación, que puede aumentar levemente el riesgo de padecer cáncer durante la vida (para obtener más información, consulte la <i>Guía para comprender la radiación</i> de Intermountain). • Reacción alérgica a los medicamentos que se le administren si no puede hacer ejercicio. | No existen otras pruebas que se puedan hacer para registrar la información específica que se mide durante la prueba de esfuerzo cardíaco. |

Cardiac Stress Testing

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

© 2009 – 2016 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications FS107S- 11/16 (Last reviewed - 10/16) (Spanish translation 5/09, 11/11, 10/16 by Lingotek, Inc.)