

Procedimento para realização do teste ergométrico

* Vir com roupas confortáveis (shorts ou calça leve e fresca, agasalho esportivo e tênis)
* Mulheres devem usar sutiã firme.
* Homens vir com o peitoral depilado.
* No dia do exame não tomar café, chá, refrigerantes, achocolatados, grande quantidade de açúcar, bebidas alcoólicas e cigarros.

Fazer uma refeição leve até 1 hora antes do exame.

* **Manhã –** (leite, suco, pão bolacha)
* **Tarde-** (almoço leve de fácil digestão)

Não realizar o exame estando com infecções agudas, gripe, febre, enxaqueca, período menstrual, diarreia, gestação, problemas ortopédicos que impeçam a caminhada rápida.

Não suspender as seguintes medicações: para asma, diabetes, problemas neurológicos, labirinto e tireoide.

* Peso máximo para realização do exame 130Kg.

**Relação de medicações para suspender:**

**Por 3(três)dias:** Sustrate, Monocordil, Cincordil, Mononitrato de Isossorbida, Vastarel.

**Por 4(quatro)dias:** Anlodipina, Nifedipina, Verapamil (Dilacoron) e Cardizem (Diltiazem).

**Por 7(sete)dias:** Digoxina, Propanolol, Metroprolol (Selozok), Atenolol (Ablok, Angipress), Carvedilol, Bisoprolol (Concárdio, Concor).

**Por 60 ( Sessenta) dias:** Amiodarona (Ancoron).

**( salvo sob orientação médica)**