

El examen que te realizarás requiere de tu máximo esfuerzo. Para lograrlo recibirá instrucciones claras y fuertes por parte del Kinesiólogo, en donde se solicitará caminar (no trotar ni correr) **al ritmo más rápido que le sea posible durante 6 minutos, abarcando la mayor distancia de ida y vuelta.** Podremos evaluar la respuesta de tu corazón frente al ejercicio, saturación de oxígeno y cansancio asociado, información de utilidad para tu médico en el manejo de la enfermedad. Cada un minuto te iremos motivando y avisando el tiempo que estante del examen. Al principio y final del examen se te pedirá cuantificar su cansancio y malestar en piernas con notas desde 0 (Nada) a 10 (Muy, muy intenso).

Si usas bastones o prótesis, no es necesario que los retires para realizar el examen. Si usas oxígeno y el médico indica el examen mantenerlo, el examen se llevará a cabo con el balón de oxígeno de transporte en la dosis habitual (0.5 a 4 litros por minuto).

Si bien el examen dura 6 minutos, podrá suspenderse temporal o definitivamente en caso de dolor torácico, cansancio intolerable, calambres intensos en las piernas, aparición de cianosis evidente, palidez y aspecto extenuado, entre otros.

Para tu confianza, este examen es muy seguro y en todo momento será monitorizado por un profesional Kinesiólogo. De existir contraindicaciones, Clínica Alemana Valdivia se reserva el derecho a no realizar el examen. En caso de existir una emergencia, será activado el código azul y un equipo médico multidisciplinario lo asistirá en segundos.

48 horas previas al examen, deberás realizarte un examen PCR. Éste puede ser tomado en la carpa de vacunatorio de lunes a viernes de 08:00 a 11:00 AM. En todo momento deberás portar tu escudo facial. Todo acompañante de niño o adulto mayor debe usar obligatoriamente su mascarilla quirúrgica y portar tu pase de movilidad vigente.

Finalmente, si no puedes asistir, anula tu hora llamando al teléfono 2246211

Contraindicaciones

Contraindicaciones absolutas

- Angina inestable en el primer mes de evolución.
- Infarto agudo al miocardio en el primer mes de evolución.
- Imposibilidad para caminar por evento agudo (Ej. esguince de tobillo, herida en el pie, fractura de pierna, etc).

Contraindicaciones relativas

- Frecuencia cardíaca > 120 por minuto en reposo.
- Presión arterial sistólica > 180 mmHg.
- Presión arterial diastólica > 100 mmHg.
- Saturación arterial de oxígeno en reposo < 89%.