

**UNITA' OPERATIVA DI MEDICINA DELLO SPORT**

Via del Progresso n. 4 - 88060 Satriano Marina (CZ) - Tel/Fax 0967.530337
Part. IVA: 03062560796 Aut. Regione Calabria DCA N.96/19.11.2014

NOTA INFORMATIVA SUL TEST ERGOMETRICO MASSIMALE (PROVA DA SFORZO MASSIMALE) FINALIZZATO ALLA CERTIFICAZIONE DI IDONEITA' SPORTIVA

Il test da sforzo massimale in medicina dello sport è una prova standardizzata di lavoro muscolare, prevista tra gli accertamenti per l'idoneità sportiva.

L'ambulatorio dedicato a questo test consente di eseguire prove con monitoraggio continuo dell'ECG tramite cicloergometro (cyclette). Tipo e modalità del test vengono scelti dal medico dello sport in base all'età ed alla storia familiare e personale dell'atleta.

MODALITA' DI PREPARAZIONE AL TEST

Prima di effettuare il test è importante seguire le seguenti norme comportamentali:

1. non mangiare prima della prova: è concesso solo un piccolo spuntino 2-3 ore prima;
2. non bere caffè o altre bevande eccitanti; niente bevande gassate due giorni prima;
3. non fumare da almeno 2 ore prima dell'inizio della prova;
4. non compiere sforzi muscolari di una certa importanza nelle ore precedenti la prova;
5. presentarsi muniti di pantaloncini, maglietta, scarpe da ginnastica, asciugamano, bottiglietta d'acqua;
6. portare eventuali elettrocardiogrammi e/o accertamenti cardiologici già eseguiti.

Prima dell'esecuzione dell'esame sarà richiesto il consenso scritto con la sottoscrizione del modulo allegato.

IN COSA CONSISTE IL TEST?

Il test al cicloergometro è una prova da sforzo massimale, cioè protratta fino all'esaurimento muscolare, che si effettua applicando carichi di lavoro progressivamente crescenti.

Durante la prova al cicloergometro viene registrato continuamente un elettrocardiogramma e viene monitorizzata la pressione arteriosa radiale: in tal modo è possibile determinare il grado di tolleranza allo sforzo misurando i carichi di lavoro e valutare istante per istante la presenza o meno di eventuali anomalie.

La parte dell'esame, con applicazione del carico di lavoro, avrà una durata media di 15 minuti e sarà seguita da un periodo di defaticamento di 3-6 minuti.

QUALI SONO I RISCHI CORRELATI ALLA PROCEDURA?

I rischi legati al test sono molto modesti.

In alcuni casi potrebbe essere indotta una ischemia cardiaca che si manifesterà con comparsa di dolore toracico oppure sarà rilevata dal medico all'elettrocardiogramma; solo raramente è richiesta la somministrazione di farmaci per risolvere l'ischemia cardiaca.

Talora si può verificare una marcata riduzione della pressione arteriosa che si accompagna a sintomi quali sudorazione ed offuscamento della vista.

Sono comunque prontamente disponibili i presidi sanitari necessari a fronteggiare tali evenienze ed il personale è addestrato ad affrontarle al momento dell'occorrenza.

In rari casi possono comparire aritmie cardiache pericolose per la vita.

E' FONDAMENTALE, IN CASO DI COMPARSA DI DISTURBI DURANTE L'INDAGINE, INFORMARE IMMEDIATAMENTE IL PERSONALE MEDICO ED INFERMIERISTICO (DOLORE AL PETTO, DIFFICOLTA' NELLA RESPIRAZIONE, PALPITAZIONI, SENSO DI MANCAMENTO)