

VALUTAZIONE CLINICA DEL GRADO DI TOLLERANZA ALLO SFORZO FISICO (STEP TEST)

E'una prova che serve ad evidenziare la risposta dell'apparato cardiocircolatorio allo sforzo fisico ed eventuali suoi difetti.

COME SISVOLGE

Il paziente viene prima sottoposto ad elettrocardiogramma a riposo dal quale si può evidenziare la presenza di eventuali patologie che possono controindicare il proseguo dell'esame.

Successivamente dovrà eseguire uno sforzo che, secondo le normative di legge, prevede l'esecuzione di un esercizio di step su gradino di misura prestabilita per la durata di 3 minuti.

Al termine dell'esercizio viene eseguito un elettrocardiogramma (dopo sforzo) che deve essere registrato entro il 1° minuto successivo

Di seguito entro il 2° minuto successivo viene registrato l'I.R.I. test per un tempo di 30 secondi.

RISCHI POSSIBILI

Tale esame non è esente da complicanze anche se eseguito con diligenza e prudenza.

Durante la prova la persona dovrà tempestivamente avvertire della comparsa di dolore toracico, senso di vertigine, debolezza, malessere generale, poiché questi segni possono essere indicativi di uno stato di pericolo.

Sono comunque a disposizione apparecchiature idonee e personale addestrato ed esperto per affrontare tali situazioni.

CONTROINDICAZIONI

Il test da sforzo è controindicato agli atleti con problemi vascolari in atto.

Durante la prova infatti si realizza un aumento del sovraccarico emodinamico sul cuore e sul sistema cardiovascolare, come conseguenza di un aumento della portata cardiaca, della pressione arteriosa e dell'aumento della temperatura del corpo.

VALUTAZIONE CLINICA DEL GRADO DI TOLLERANZA ALLO SFORZO FISICO (CICLOERGOMETRO/TAPPETO ROTANTE)

Se c'è il dubbio che abbiate una malattia coronarica o se vi è già stata diagnosticata, un test da sforzo permetterà al vostro Medico di stimare la presenza e la severità delle ostruzioni di queste arterie.

Così, se avete avuto un intervento di angioplastica o di by-pass Aorto-Coronarico, un test da sforzo consentirà di monitorare il successo della procedura e decidere per un appropriato programma di riabilitazione per voi.

Che apparecchiature sono usate? Avrò dolore?

Il test da sforzo comporta un semplice esercizio (su un cicloergometro/tappeto rotante), mentre il vostro corpo è monitorato da più strumenti. Questi sono: un elettrocardiografo (ECG), un apparecchio per misurare la pressione arteriosa.

L'ECG registra l'attività elettrica del cuore dalle informazioni che riceve dagli elettrodi che vengono applicati sul vostro torace e sul dorso; il contatto con la vostra pelle è indolore.

L'apparecchio per misurare la PA serve per mantenere costantemente sotto controllo la vostra pressione arteriosa: è lo stesso che il vostro dottore usa nel suo ambulatorio e anch'esso non provoca dolore.

Come si svolge il test? Cosa può essere "troppo" per me?

Durante il test il medico produrrà degli incrementi gradualmente dello sforzo, personalizzati sulle vostre capacità di esercizio, che potranno susseguirsi ogni 2 o 3 minuti, mentre controllerà molto da vicino le prestazioni del vostro cuore attraverso gli strumenti di cui si è già detto.

Durante il test il medico attraverso i cambiamenti dell'elettrocardiogramma e della pressione arteriosa, nonché dell'eventuale mancanza di respiro, o di dolore al petto valuterà quelli che possono essere i segnali che manda un'ostruzione coronarica.

Quanto dura il test?

Solitamente il test da sforzo dura da 6 a 10 minuti, comunque il medico vi seguirà molto da vicino e fermerà il test se penserà che non è più sicuro per voi.

Cosa potrebbero significare i risultati del test per me?

Se verranno rilevati segni di malattia delle coronarie, il vostro medico potrà proporvi degli approfondimenti diagnostici ulteriori o un cambiamento di terapia. Se il vostro test invece è stato negativo (nessun cambiamento nell'ECG, normale comportamento della pressione arteriosa) è verosimile che il vostro rischio di avere una malattia coronarica sia molto basso.

Il test da sforzo ha una buona sensibilità, cioè è capace di rilevare la malattia coronarica, quando presente, in circa il 90% dei casi.

Se volete ulteriori spiegazioni potete discuterne con il vostro medico più a lungo. Certamente la diagnosi di malattia delle coronarie verrà formulata solo sui risultati del test.

Ambulatorio di medicina dello sport

CONSENSO INFORMATO PER VISITE DI IDONEITA' SPORTIVA

Il sottoscritto _____

nato/a a _____ il ___/___/___

(in caso di genitore di minore di 18 anni) padre/madre di _____

nato/a _____ il ___/___/___

Dichiara di voler (sottoporre il/la proprio/a figlio/a) essere sottoposto agli accertamenti previsti dal Decreto Ministeriale 18/02/82 al fine di certificare l'idoneità a svolgere attività sportiva a livello agonistico.

Dichiara inoltre di essere stato informato che per completare l'accertamento (oltre ad anamnesi, esame obiettivo, spirometria, prova visiva, esame delle urine):

- 1) verrà eseguito un test consistente nel salire e scendere un gradino di altezza adatta alla statura, età e sesso per 90 volte in tre minuti (per gli over 35 il test con gradino verrà sostituito con test da sforzo su cicloergometro);
- 2) verrà eseguito un ECG completo prima e dopo il test suddetto;
- 3) verrà misurata la pressione arteriosa prima e dopo il test;
- 4) durante l'esecuzione del test verranno messe in atto le precauzioni necessarie a ridurre al minimo i rischi insiti nel test e che esso verrà sospeso dietro esplicita richiesta dell'interessato;
- 5) il test suddetto, come ogni altro test da sforzo, è potenzialmente rischioso, potendo essere seguito da disturbi (malessere, debolezza, crampi alle gambe, dolore toracico) ed in rarissimi casi (2-3 su 10.000) da morte improvvisa.
- 6) acconsento ad eventuali misure terapeutiche che si rendessero necessarie ed opportune nel corso e dopo la realizzazione delle procedure.
- 7) dichiaro di aver letto e compreso quanto sopra espresso ed aver ottenuto risposta ad ogni mia richiesta o chiarimento.

Data, _____

Firma (o firma del genitore per i minori di 18 anni) _____

Firma del Medico, _____