

Preparo para TESTE ERGOMÉTRICO ou TESTE DE ESFORÇO

No dia anterior do exame:

Atividades leves de dia e dormir bem à noite. Não realizar exercícios físicos.

No dia do exame:

O exame não será realizado em jejum.

Fazer alimentação leve até 1 hora antes do exame: suco de fruta, sanduíche, torradas, biscoitos, bolachas, gelatina, fruta.

Não tomar café, chocolate, chá, açúcar em excesso, refrigerantes, bebida alcoólica ou energético. Não fumar 3 horas antes do exame e 1 hora após o exame.

Tomar suas medicações normalmente, exceto se o seu médico pediu para suspender.

Depilar (raspar) os pelos do tórax e abdome, mesmo que poucos.

Tomar banho antes de sair de casa, esfregando bem o tórax com água e sabonete.

Não usar no corpo nenhum tipo de creme, hidratante, óleo, perfume ou talco.

Trazer por escrito o Peso e a Altura, os nomes dos medicamentos em uso com doses e horários, exame anterior de Teste Ergométrico e de exames cardiológicos, se houver.

Obrigatório vestir roupas esportivas: Tênis para correr na esteira ergométrica. Short, calção, bermuda, calça esportiva ou leg. Camiseta, camisa ou blusa de manga curta e larga. Trazer toalha de rosto. Mulheres: vir com top ou sutiã sem armação de ferro.

Orientações Gerais:

Chegar com 30 minutos de antecedência e trazer:

- Documento com foto (RG ou CNH);
- Pedido médico original; Guia de autorização do convênio; Carteirinha do convênio.

DATA DO EXAME: ____/____/____ HORÁRIO: ____:____ h

Como chegar:

A Clínica está em um prédio de esquina e a entrada é pela lateral, no Edifício Bueno de Moraes, ao lado da Fiat Sinal.

Próximo ao Metrô Alto da Boa Vista - Linha Lilás.

O estacionamento é pago e a entrada fica entre o Banco do Brasil e a Fiat.

Av. Adolfo Pinheiro, 1.000 cj. 03 - Bairro: Santo Amaro - São Paulo - SP

WhatsApp: 94746-2585 - Telefones: 5521-3266 e 5524-8266