



INSTRUCCIONS PER LA PROVA D'ESFORÇ

Sr. / Sra.

Se li ha sol·licitat aquesta prova per estudi del seu cor.

Aquesta prova consisteix en caminar per una cinta rodant.

Perquè la seva prova sigui vàlida, es necessita aconseguir la freqüència cardíaca que correspongui a la seva edat. Per tant, intenti realitzar el màxim esforç possible.

Per tal que estigui còmode i segur, li demanem la següent preparació:

1. Dejú 4 hores **abans de la prova**, pot pendre líquids.
2. **12hores** abans de la prova no pendrà begudes estimulants: cafè, te, coca-cola, cacau i derivats (xocolata), alcohol, i no fumarà.
3. Roba còmoda, xandall.
4. Sabates de sola de goma, o deportives.
5. El dia de la prova d'esforç no realitzarà cap tipus d'activitat física o recreacional.
6. El dia de l'estudi, després de la dutxa, no s'apliqui cremes ni olis a la zona del tòrax.
7. Si té algun dubte, si us plau, posis en contacte amb nosaltres (telf. 972-730013, extensió 2132 o 2133).