



LA PRUEBA DE ESFUERZO

Dr. Isaías Schwarz Galván - Jefe de Medicina Preventiva
Clínica San Pablo, Sede Surco - Lima Perú

Si Ud. quiere saber cuál es el estado de salud de sus arterias coronarias, debe someterse a una prueba de esfuerzo. Si sus arterias coronarias están saludables, tendrá como resultado una prueba de esfuerzo **«sin evidencia de enfermedad coronaria»** y si están enfermas el resultado será **«con evidencia de enfermedad coronaria»**.

Una arteria coronaria saludable es aquella que es capaz de darle al corazón la cantidad de sangre que necesita para el trabajo que está realizando en ese momento. Si está en reposo va a necesitar que su coronaria le dé menos cantidad de sangre que cuando está en su máxima actividad de manera que hay una relación directa entre el incremento de actividad y la llegada de sangre. Mientras las coronarias se conserven saludables este objetivo se cumplirá.

Cuando se desarrolla la enfermedad coronaria, las arterias pueden estar obstruidas parcialmente y la cantidad de sangre que dejan pasar es inferior a la que necesita el corazón, en este caso se dice que hay isquemia coronaria. Cuando se obstruyen totalmente se produce el Infarto o muerte de las células cardíacas que dependen de dicha arteria.

Es posible detectar la isquemia incluso antes que dé síntomas con la realización de una prueba de esfuerzo que consiste en incrementar los latidos cardiacos en forma lenta, progresiva y graduada en una faja sin fin, siguiendo un protocolo en el que se va aumentando velocidad y pendiente con la finalidad de que llegue mas sangre al corazón a través de sus arterias coronarias.

Por otro lado, con el electrocardiograma se registra la actividad eléctrica que es fundamental para que el músculo cardíaco pueda latir. Este registro se ve alterado cuando la llegada de sangre al corazón es inadecuada y puede

acompañarse o no con la presencia de otros síntomas o signos que el cardiólogo responsable de la prueba evaluará en su momento dándole la validez y peso necesarios para sacar una conclusión.

Lo importante de la prueba de esfuerzo es que además de decirnos cuál es el estado de salud de nuestras arterias coronarias, nos está diciendo también del estado de salud de todas las arterias del organismo ya que éstas no se enferman por partes o regiones sino que lo hacen en forma general.

Según las estadísticas el pico de infartos en hombres es aproximadamente a los 40 años de edad y en la mujeres a los 55 años, por lo tanto si queremos hacer detección temprana debemos buscar los indicios aproximadamente 10 años antes de esas edades y con mayor prioridad en aquellas personas que tienen mas factores de riesgo.

Siendo la enfermedad coronaria una causa importante de muerte a nivel mundial, se hace impostergable tratar de detectarla a tiempo en las edades antes recomendadas, introduciendo como parte de su chequeo médico anual una prueba de esfuerzo.

Diciembre 2004

File del Autor:

www.medicina-virtual.com/isaiasschwarz.html