

RECOMENDACIONES PARA LA REALIZACION DE ERGOMETRIA:

1. El día de la prueba acuda con desayuno ligero y las pastillas tomadas. Puede tomar la medicación cardiovascular que tiene prescrita esa mañana.
 2. No tome bebidas que contengan alcohol o cafeína las seis horas antes de la prueba.
 3. No tome productos que contengan nicotina desde tres horas antes de la prueba.
 4. Evite hacer ejercicio las 12 horas antes de la prueba.
 5. Acuda con calzado y ropa cómodas para hacer ejercicio.
 6. Acuda con el pecho rasurado.
 7. Acuda a su farmacia más cercana el día previo a la prueba, haga una medición de peso y talla.
- Apórtela el día de la prueba.