

## Prova de la marxa o Test dels 6 minuts

---

### En què consisteix aquesta prova?

Us faran caminar la màxima distància possible, controlant la saturació i la freqüència cardíaca.

### Us ha d'acompanyar algú?

No cal que us acompanyi ningú.

### Quina preparació heu de fer?

Heu de fer aquesta prova amb vestimenta còmoda i calçat adequat.

Heu d'abstenir-vos de fer exercici intens en les 2 hores prèvies a la prova. No és recomanable que estigueu en dejú abans de la prova, però el menjar que sigui lleuger.



### Com us faran la prova?

Us faran caminar durant 6 minuts. Us controlaran la saturació d'oxigen i la freqüència cardíaca, prèviament i durant la prova. En cas que sentiu dolor, sensació d'ofec, etc... es parerà la prova.



### Durada de la prova

La prova tindrà una durada d'uns 30 minuts aproximadament.

### Què heu de fer després de l'exploració?

Després de l'exploració podeu fer vida normal.

### Resultats

El resultat de la prova el tindreu el dia de consulta amb l'especialista.