



SCHEDA INFORMATIVA

TEST DEL CAMMINO PER 6 MINUTI

Che cos'è?

Il test del cammino dei 6 minuti è un test pratico e semplice per valutare la capacità di esercizio e permette una valutazione funzionale integrata di tutti i sistemi coinvolti durante l'esercizio: cardiopolmonare, respiratorio, circolatorio, unità neuromuscolare e metabolismo muscolare, fornendo un quadro d'insieme senza però dare informazioni sui singoli sistemi; generalmente viene consigliato a scopo diagnostico o terapeutico, per valutare la necessità di somministrare ossigeno durante l'attività motoria.

I parametri di valutazione sono la distanza in metri percorsa dal paziente e la saturazione ossiemoglobinica.

Come si svolge ?

L'esame si svolge facendo camminare una persona per 6 minuti lungo un corridoio di circa 30 metri. Il soggetto può camminare alla velocità che preferisce, effettuare soste e utilizzare il bastone, se abituato a farlo.

All'inizio e al termine della prova viene rilevata la pressione arteriosa e valutato il grado di difficoltà respiratoria; nel corso dell'esame viene applicato un saturimetro che permette di conoscere il livello dell'ossigeno nel sangue.

Al termine dell'esame può essere effettuato un prelievo di sangue arterioso per effettuare l'emogasanalisi. L'esame può essere ripetuto anche fornendo un supplemento di ossigeno, in modo da verificare se la carenza di ossigeno evidenziata durante la prova eseguita respirando aria ambiente può essere in questo modo corretta.

Controindicazioni assolute

Angina instabile	Dispnea a riposo
Infarto miocardico	Aritmie ventricolari

Controindicazioni relative

Angina stabile	Iipertensione arteriosa (>180/100)
Aritmie ipercinetiche SV (con Fc >120/min)	

Come prepararsi ad un test del cammino ?

Per eseguire questo test si consiglia di indossare abiti comodi e scarpe chiuse.

La consueta terapia in atto deve essere assunta regolarmente, salvo diversa indicazione del Medico che ha richiesto l'esame.