

# Metodologia testului de efort

**Claudia Borza, Rodica Mateescu, Erika Deak**

*Universitatea de Medicină și Farmacie „Victor Babeș” Timișoara*

## **Rezumat**

Testele de efort permit aprecierea capacității de adaptare cardiovasculară, respiratorie și metabolică la solicitări suplimentare. În funcție de modul de desfășurare a efortului fizic există teste continue (cu intensitate constantă sau progresiv crescândă) sau discontinue cu perioade de repaus între treptele de încărcare. În timpul efortului fizic, parametri funcționali sunt monitorizați în dinamică: la începutul efortului, în timpul și după terminarea probei. Acești parametri sunt: tensiunea arterială, frecvența cardiacă, consumul maxim de oxigen și parametri ventilatori.

**Cuvinte cheie:** cicloergometru, test de efort, parametri cardiovasculari și ventilatori, consum maxim de oxigen.