

## Teste Ergométrico

- Não comparecer em jejum, fazer alimentação leve com 02 horas de antecedência.
- No dia do exame: não fazer uso de cafeína (café, chá preto), bebidas alcoólicas e cigarro;
- Não fazer exercícios intensos no dia e na véspera do exame;
- Trazer uma toalha de rosto;
- Calçado confortável (tênis) para caminhar na esteira;
- Mulher vir de top ou sutiã;
- Comparecer com 30 minutos de antecedência.