

# Cómo Elegir Sabiamente®

*Una iniciativa de la Fundación ABIM*



AMERICAN ACADEMY OF  
FAMILY PHYSICIANS

## Los electrocardiogramas (ECG) (EKG) y las pruebas de esfuerzo durante el ejercicio

### Cuándo se necesitan y cuándo no

Los ECG y las pruebas de esfuerzo son pruebas que pueden ayudarle a su médico a determinar qué tan bien le está funcionando el corazón. Un electrocardiograma (EKG, por sus siglas en inglés) le mide la actividad del corazón. En una prueba de esfuerzo durante el ejercicio, tiene un ECG mientras camina o trota en una caminadora (treadmill).

Es posible que necesite estas pruebas si tiene síntomas de una enfermedad cardíaca, como dolor de pecho, o es posible que las necesite si ya sufre de una enfermedad cardíaca o tiene un alto riesgo de una enfermedad cardíaca. Estas pruebas pueden ayudarle a su médico a evaluar cómo le está funcionando el corazón y a decidir cómo tratar cualquier problema.

Pero en otros casos, usted debería pensarlo bien antes de someterse a estas pruebas, por las siguientes razones:



**Usualmente, usted no necesita estas pruebas si no sufre de ningún síntoma.**

Las pruebas no son útiles para las personas que no tienen síntomas de una enfermedad cardíaca, como dolor de pecho. Sin embargo, muchas personas sin síntomas se realizan un ECG como parte de sus exámenes de rutina.

Por ejemplo, 1,200 adultos, de entre 40 y 60 años, fueron encuestadas. Estas personas no tenían antecedentes ni síntomas de una enfermedad cardíaca. No obstante, casi la mitad se había realizado un ECG en los últimos cinco años. Y casi una de cada diez personas se había sometido a una prueba de esfuerzo durante el ejercicio.

Hay maneras mejores y menos costosas para evaluar la salud del corazón que los ECG y las pruebas de esfuerzo durante el ejercicio. Vea la siguiente página.

### **Estas pruebas pueden conducir a pruebas y tratamientos de seguimiento que usted no necesita.**

Los ECG y las pruebas de esfuerzo durante el ejercicio no le harán daño, pero los resultados pueden ser inconclusos. Esto puede conducir a otras pruebas y tratamientos que sí tienen riesgos.

Por ejemplo, si los resultados de su ECG son inconclusos, es posible que su médico ordene una angiografía coronaria. Esto lo puede exponer a una radiación parecida a si le tomaran entre 600 y 800 radiografías del tórax. La radiación tiene efectos que pueden acumularse, así que es mejor evitarla cuando se pueda.

Los ECG y las pruebas de esfuerzo durante el ejercicio también pueden conducir a tratamientos innecesarios. Es posible que a usted le den medicamentos que no necesita, o podría someterse a un procedimiento llamado angioplastia para forzar a que las arterias en el corazón se abran. Esto puede ayudar a algunas personas, pero para muchas, cambios en su estilo de vida y tomar medicina son igual de buenos. La angioplastia provoca un ataque cardíaco en uno o dos de cada 100 pacientes.

### **Las pruebas pueden ser un desperdicio de dinero.**

Un ECG cuesta aproximadamente \$50, y una prueba de esfuerzo durante el ejercicio cuesta \$175 o más. ¿Para qué desperdiciar dinero en pruebas que no necesita? Y si conducen a más pruebas y tratamientos, esto puede costar miles de dólares.

### **¿Cuándo se necesitan los ECG y las pruebas de esfuerzo durante el ejercicio?**

En algunos casos, puede ser importante realizarse estas pruebas. Usted probablemente debe realizarse un ECG y una prueba de esfuerzo durante el ejercicio si sufre de síntomas de una enfermedad cardíaca, como dolor en el pecho, falta de aliento, un latido irregular del corazón o latidos fuertes del corazón. Es posible que también necesite las pruebas si tiene antecedentes de enfermedad cardíaca, y posiblemente necesite estas pruebas si tiene diabetes u otros riesgos. Es posible que su médico quiera que se someta a un ECG antes de comenzar un programa de ejercicios si corre riesgo de sufrir una enfermedad cardíaca.

Este informe es para que lo use usted cuando hable con su proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Use este informe a su propio riesgo.

© 2016 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con la Academia Americana de Médicos Familiares. Para obtener más información acerca de las fuentes usadas en este informe y los términos y condiciones de uso, visite

[www.choosingwisely.org/patient-resources](http://www.choosingwisely.org/patient-resources)