

## TESTE ERGOESPIROMÉTRICO

### PREPARO:

- Não realizar o exame em jejum. Deve-se ingerir alimentos leves, evitando estar com o estômago cheio durante o exame;
- Nas 24 horas que antecedem o exame, não realizar atividades físicas, não ingerir bebidas alcólicas e não fumar;
- Recomenda-se dormir bem na véspera do exame;
- Não consumir bebidas que contenham cafeína duas horas antes da realização do exame;
- Não utilizar cremes, pomadas ou óleos na região do tórax;
- Caso o homem apresente muitos pelos na região do peito, estes devem ser depilados com lâmina;
- Não estar utilizando esmaltes nas unhas.