

PARÂMETROS DA REABILITAÇÃO CARDIOVASCULAR- TESTE DE CAMINHADA

| | | | | | | |
|-------------------------|---------|-------|-----|-------|-----|------|
| Nome: | Data: | | | | | |
| Idade: | altura: | peso: | FC: | SpO2: | Fr: | P.A: |
| FCT (máx): h() ou m() | | | | | | |

CÁLCULOS:

$$TC6M (h) = (7,57 \times \text{altura cm}) - (5,02 \times \text{idade}) - (1,76 \times \text{peso Kg}) - 309m \text{ (Margem de 153m)}$$

$$TC6M (m) = (2,11 \times \text{altura cm}) - (2,29 \times \text{peso Kg}) - (5,78 \times \text{idade}) + 667 \text{ (Margem de 139m)}$$

| ESCORES PÓS-TESTE | | | | | |
|------------------------|-------|-----|------|---------------------|--|
| Escores pós-teste: FC: | SpO2: | Fr: | P.A: | Esc. Borg adaptada: | |

| NÍVEL | ESFORÇO | SINAIS FÍSICOS |
|-------|----------------------|--|
| 0 | Nenhum | Nenhum |
| 1 | Mínimo | Nenhum |
| 2 | Pouco | Sensação de movimento |
| 3 | Moderado | Forte sensação de movimento |
| 4 | Um pouco difícil | Calor |
| 5 | Difícil | Começa a suar |
| 6 | Mais difícil | Moderada sudorese |
| 7 | Muito difícil | Moderada sudorese e respiração normal |
| 8 | Extremamente difícil | Transpiração intensa e dificuldade na respiração |
| 9 | Esforço máximo | Sudorese máxima e exercício sem respiração |
| 10 | Fadiga | Exaustão |

Há probabilidade de hospitalização e/ou óbito em distâncias percorridas inferiores a 300 metros.

Britto e Sousa (2006)

| Resultados | | |
|---------------------|------------|-----------|
| Distâncias: Mínima: | Aceitável: | Esperada: |

Estagiário (a) _____ Supervisor (a): _____