

Il Test Ergometrico Massimale (TEM) è un test da sforzo che consiste nel controllare, durante un esercizio fisico, la funzione del cuore con un elettrocardiogramma.

Lo sforzo può essere eseguito facendo pedalare il paziente su una cyclette che permette di regolare con esattezza la potenza (espressa in Watt), collegata a un elettrocardiografo per il monitoraggio del cuore, o facendolo camminare su un tapis roulant. Il medico monitorerà il cuore e la pressione sia a riposo che durante lo sforzo e nel recupero. Lo sforzo è variabile secondo le capacità del paziente; perchè la prova abbia valore diagnostico occorre superare l'80% del valore di soglia teorico per il soggetto esaminato, che corrisponde ad un significativo aumento del lavoro del cuore. Infatti, un apporto deficitario di sangue al cuore da parte delle coronarie, spesso risulta sufficiente in condizioni di riposo mentre non lo è quando sotto sforzo aumenta il lavoro del cuore. È opportuno evitare di mangiare nelle ore immediatamente precedenti il test, ed è consigliabile indossare abiti comodi, in particolare calzature sportive che permettano una pedalata confortevole.