

Prueba de marcha de 6 minutos (Six minute walk test)



¿Qué es una prueba de marcha de 6 minutos?

Se le hace una prueba de la marcha de 6 minutos a los niños mayores de 4 años para determinar su capacidad de hacer ejercicio. La prueba le indica al médico de su niño:

- Cuán lejos puede caminar su hijo en 6 minutos.
- Cómo se siente mientras camina.

Durante la prueba uno de los integrantes del equipo de atención médica le preguntará a su niño si le falta el aire, se siente cansado o mareado.

Si su hijo tiene un problema médico, podrá determinar también:

- Qué tan grave es el problema.
- Si el tratamiento está dando resultados.

Antes, durante y después de caminar, un integrante del grupo de atención médica controlará:

- El nivel de oxígeno
- La frecuencia cardíaca (la cantidad de veces que el corazón de su hijo late en 1 minuto)
- La presión arterial

Estos resultados le indicarán al equipo de atención médica la eficacia con que el cuerpo del niño responde al ejercicio.

¿Qué debo hacer para ayudar a mi hijo a prepararse para la prueba?

- Su hijo debe usar zapatos cómodos con suela de caucho, como zapatillas (tenis).
- Hable con su hijo sobre la prueba 1 o 2 días antes. Responda sus preguntas con sinceridad.
- Dígale con palabras sencillas cómo va a ser la prueba:
 - Deberá caminar por el pasillo, de un extremo al otro, durante 6 minutos.
 - Deberá caminar tanto como pueda; dígale que no se preocupe si desea caminar más despacio y necesita descansar durante la prueba.
 - La prueba no duele.
 - La prueba demorará unos 15-20 minutos.
- Su hijo podrá comer y beber como lo hace normalmente antes y después de la prueba.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Prueba de la marcha de 6 minutos, continuación

¿Cómo será la prueba?

El auxiliar hablará con su hijo sobre la prueba antes de empezar. El equipo de atención médica le controlará:

- La frecuencia cardíaca y la presión arterial al comenzar y terminar la prueba.
- Los niveles de oxígeno mientras camina y cuando haya terminado de caminar los 6 minutos.
 - Para determinar los niveles de oxígeno de su hijo, uno de los integrantes del equipo de atención médica le envolverá el dedo con un sensor pequeño y suave.
 - No le causará dolor.

Usted podrá observar a su hijo mientras camina por el pasillo, pero no podrá caminar con él.

¿Qué ocurrirá después de la prueba?

Cuando la prueba termine, usted y su hijo podrán regresar a la sala de espera. El médico analizará los resultados y hablará con usted.

¿Mi hijo necesitará atención de seguimiento?

El médico de su hijo le dirá si es necesario repetir el examen y cuándo se debe hacer.

Si tiene preguntas o inquietudes, por favor hable con el médico de su hijo o con el auxiliar médico.

Esta hoja educativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.