

# IL TEST DEI 6 MINUTI DI CAMMINO

## **Di cosa si tratta**

Il test dei 6 minuti di cammino generalmente viene consigliato a scopo diagnostico o terapeutico, per valutare la necessità di somministrare ossigeno durante l'attività motoria. E' un test facile, ambientale, ben tollerato, sicuro, che permette una misura della capacità funzionale.

## **Come si svolge**

L'esame si svolge facendo camminare una persona per 6 minuti lungo un corridoio di circa 30 metri. Il soggetto può camminare alla velocità che preferisce, effettuare soste e riprendere il cammino e utilizzare il bastone, se abituato a farlo.

All'inizio e al termine della prova viene rilevata la pressione arteriosa e valutato il grado di difficoltà respiratoria; nel corso dell'esame viene applicato un saturimetro che permette di conoscere il livello dell'ossigeno nel sangue.

Al termine dell'esame può essere effettuato un prelievo di sangue arterioso per effettuare l'emogasanalisi.

L'esame può essere ripetuto anche fornendo un supplemento di ossigeno, in modo da verificare se la carenza di ossigeno evidenziata durante la prova eseguita respirando aria ambiente può essere in questo modo corretta.

## **Cosa bisogna fare**

Per eseguire questo test si consiglia di indossare abiti comodi e scarpe chiuse. La consueta terapia deve essere assunta normalmente.