

INFORMATION AUX PARTICIPANTS ET CONSENTEMENT AVANT UN TEST D'EFFORT



❖ POURQUOI PROPOSE-T-ON UN TEST D'EFFORT ?

Vous allez réaliser un test d'effort avec le Dr Frédéric FRAU au sein du plateau technique du centre hospitalier de Bastia. Cet examen est indiqué dans plusieurs situations:

- Diagnostic de pathologies
- Évaluation de maladies chroniques et des risques opératoires
- Prescription d'un programme de rééducation
- Évaluation des réponses aux traitements
- Prise en charge de l'obésité, du diabète (calorimétrie d'effort)
- Évaluation des capacités du sportif

❖ REALISATION D'UN TEST D'EFFORT

Il existe 2 types de test en fonction de l'intensité. Le test d'effort maximal consiste à accroître le travail de votre cœur et de vos muscles en augmentant les besoins en oxygène, par un effort, jusqu'au maximum de vos capacités physiques, sur bicyclette ou sur tapis roulant. Le test sous maximal (ex : calorimétrie d'effort) consiste à réaliser un effort d'intensité inférieure à vos capacités physiques maximales. Votre activité cardiaque est enregistrée en permanence (**ElectroCardioGramme**) pour y détecter d'éventuelles anomalies. Cette surveillance se prolonge quelques minutes après l'effort.

Vous devez respecter les consignes suivantes:

- préciser votre **traitement habituel** et vos **antécédents médicaux**.
- signaler **tout problème infectieux** récent ou en cours (y compris les infections banales comme les angines, les rhumes, la grippe...).
- **ne pas fumer 2 heures avant et 2 heures après ce test**.
- **ne pas réaliser d'effort intense** dans les 24h qui précèdent afin de pouvoir réaliser un effort de qualité (48h à 72h pour une évaluation sportive en cas de compétition ou d'entraînement intense).
- Votre **dernier repas** doit être pris **2 à 3 heures** avant l'épreuve pour **l'épreuve maximale** et **4 heures** pour **la calorimétrie**.

Cet examen nécessite votre collaboration active, pour obtenir un test maximal selon vos capacités (sous maximal pour la calorimétrie d'effort), en présence d'un personnel qualifié qui surveille en permanence votre ECG et votre tension artérielle au cours de l'effort et décide de l'arrêt de celui-ci. Votre tension artérielle sera suivie régulièrement tout au long de l'examen. Vous devez signaler tout symptôme particulier ou inhabituel. La mesure des gaz expirés parfois associée, nécessite la pose d'un masque facial.

Le choix de l'ergomètre est fait par le médecin selon l'indication (Ainsi, **le médecin pourra refuser de le réaliser sur tapis**, s'il estime que celui-ci n'est pas adapté médicalement à la situation.)

Des prélèvements sanguins capillaires (gazométrie) ou veineux pourront être réalisés au cours de l'examen afin d'étudier l'évolution de paramètres biologiques à l'exercice. Une crème vasodilatatrice à base d'un piment (capsaïcine) devra être appliquée au point de ponction pour permettre un afflux sanguin suffisant. Cette crème peut entraîner une sensation de chaleur locale et dans de rares cas une réaction allergique locale.

LE TEST D'EFFORT COMPORTE-T-IL DES RISQUES ?

La salle d'épreuve d'effort comporte un personnel compétent et un matériel de réanimation adapté selon les normes établies par la société française de cardiologie.

Les risques sont peu fréquents (troubles du rythme cardiaque, malaise, chute, complications musculaires ou articulaires...) et les complications graves très exceptionnelles (infarctus, arrêt cardiaque, AVC, décès...).



Chez les participants coronariens connus ou suspectés, il est fréquent qu'il apparaisse, au cours d'un test d'effort, une douleur transitoire dans la poitrine qui doit être signalée.

Cette douleur passe généralement rapidement. On pourrait être amené à vous donner de la trinitrine sublinguale pour une résolution plus rapide de celle-ci ou à vous hospitaliser pour une surveillance plus poussée.

Vous pouvez demander au médecin qui réalise le test d'effort toutes précisions supplémentaires sur la nature, les buts et les risques de ce test d'effort.

❖ QUELS BÉNÉFICES PEUT-ON ATTENDRE DU TEST D'EFFORT ?

Le test maximal soumet votre système cardio-vasculaire à un effort intense et bref, pendant lequel sont recherchées les anomalies cliniques, électrocardiographiques, tensionnelles, et des anomalies des échanges gazeux. Leur dépistage pourra conduire à vous prescrire un traitement adapté ou à vous proposer la réalisation d'autres examens plus spécialisés (scintigraphie myocardique, coronarographie, consultations spécialisés, ...)

Dans le cadre de l'évaluation des capacités d'un sportif, le but du test est d'évaluer des paramètres pour optimiser performances du sportif.

La calorimétrie d'effort permet de déterminer des paramètres pour optimiser la prise en charge de maladies métaboliques comme l'obésité, et le diabète.

❖ COMMENT EST REMBOURSÉ L'EXAMEN ?

Seuls les examens réalisés avec une indication médicale sont remboursés par les assurances maladies et mutuelles. Les épreuves réalisées pour évaluation uniquement des capacités sportives ou sans indication médicale ne sont pas remboursées (tarif : 120 euro).

CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ

Je, soussigné reconnais avoir été informé par le Dr Frédéric FRAU du déroulement, de l'intérêt et des risques à réaliser une épreuve d'effort maximale et sous maximale. Ceux ci m'ont été expliqués en des termes que j'ai compris, et qui ont répondu de façon satisfaisante à toutes mes questions.

Rayer les mentions inutiles:

- Je consens donc librement à réaliser cette épreuve d'effort.
- J'accepte que les données recueillies puissent être utilisées pour des études de recherche.

(Conformément à la loi informatique et liberté (loi n° 79-17 du 06 janvier 1978 modifiée par la loi du 06 août 2004), je peux à tout moment, m'opposer au traitement de ces données.)

Bastia, le:

Signature du patient ou du représentant légal: