

A. Atualização do PEDro (1 de Agosto de 2022)

O [PEDro](#) possui 55.812 registros. Na última atualização do dia 1 de Agosto de 2022 você encontrará:

- 42.673 ensaios clínicos (41.839 com avaliação da qualidade metodológica pela escala PEDro confirmada)
- 12.418 revisões sistemáticas
- 721 diretrizes de prática clínica.

Acesse [Evidência no seu e-mail](#) para as mais recentes diretrizes de prática clínica, revisões sistemáticas e ensaios clínicos.

B. Atualização do DiTA (1 de Agosto de 2022)

[DiTA](#) foi atualizado pela última vez em 4 de julho de 2022. O DiTA possui 2.366 registros. Na última atualização do dia 1 de Agosto de 2022 você encontrará:

- 2.117 estudos de acurácia diagnóstica
- 249 revisões sistemáticas.

Acesse [Evidência no seu e-mail](#) para os mais recentes estudos originais e revisões sistemáticas de estudos de acurácia diagnóstica

C. #PEDroCombatendoBarreiras (#PEDroTacklesBarreiras) à fisioterapia baseada em evidências: vídeo de lançamento agora disponível em francês

Temos o prazer de anunciar que o vídeo de lançamento da campanha #PEDroTacklesBarriers para fisioterapia baseada em evidências já está disponível em francês. Agradecimentos a Élodie Louvion da Société Française de Physiothérapie pela tradução e gravação do [vídeo](#).



A campanha #PEDroCombatendoBarreiras (#PEDroTacklesBarriers) à fisioterapia baseada em evidências visa enfrentar as quatro maiores barreiras à fisioterapia baseada em evidências: tempo, idioma, falta de acesso e falta de habilidades estatísticas. Este mês, a campanha abordará a barreira do idioma.

Você pode ver dicas anteriores sobre como enfrentar a barreira do tempo no [site do PEDro](#).

D. #PEDroTacklesBarriers (#PEDroCombatendoBarreiras) para fisioterapia baseada em evidência: Idioma

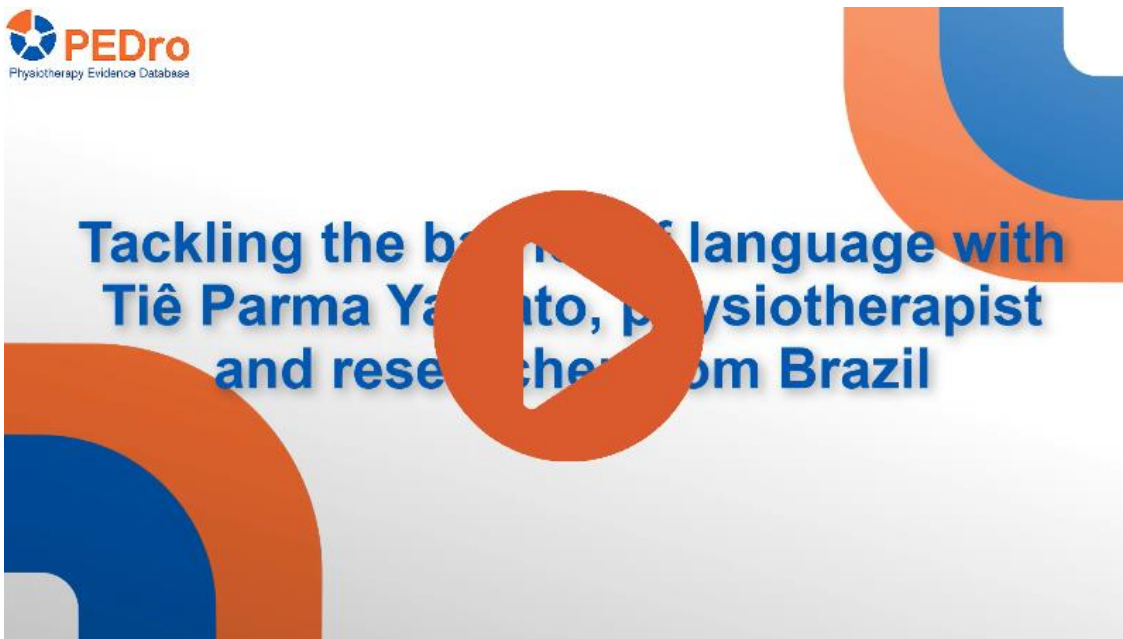
O idioma é uma barreira importante para acessar e implementar a fisioterapia baseada em evidências em muitos países, sendo o inglês o idioma dominante usado para publicar e divulgar pesquisas e diretrizes baseadas em evidências.

Este mês, a barreira da língua é abordada. Cinco fisioterapeutas e grupos compartilham como enfrentaram a barreira do idioma para a campanha #PEDroTacklesBarriers à fisioterapia baseada em evidências.



Tiê Parma Yamato, Brasil

Tiê Parma Yamato é uma pesquisadora, natural do Brasil, onde o inglês é sua segunda língua. Tiê tem priorizado o aprendizado do inglês como estratégia para superar a barreira do idioma na prática baseada em evidências, já que a maioria das pesquisas é divulgada em inglês. Inicialmente, ela dependia muito de serviços de tradução (ou seja, google tradutor), fazia cursos de inglês e lia muito em inglês. Em seguida, ela viajou para o exterior (Austrália) para mergulhar ainda mais na língua inglesa. À medida que se tornou mais familiarizada com a linguagem, ela se envolveu com vocabulário e discussão mais complexos, o que lhe permitiu ter uma compreensão mais profunda da literatura e da prática baseada em evidências.



Zbyszek Wroński, Polônia

Recentemente, a PEDro foi traduzida para o polonês. Isso levou a um grande aumento nas pesquisas relacionadas a PEDro na Polônia e aumentou a acessibilidade da prática baseada em evidências entre os fisioterapeutas poloneses. A PEDro agora está sendo usada como uma ferramenta de ensino em cursos de fisioterapia na Polônia para ensinar e promover a prática baseada em evidências para os alunos. A acessibilidade à pesquisa melhorou com este recurso, porém o idioma continua sendo uma barreira, com a maioria dos artigos de pesquisa publicados em inglês.

Tackling the barrier of language with [unreadable] Wroński



Cynthia Srikesavan, Tamil Nadu, Índia

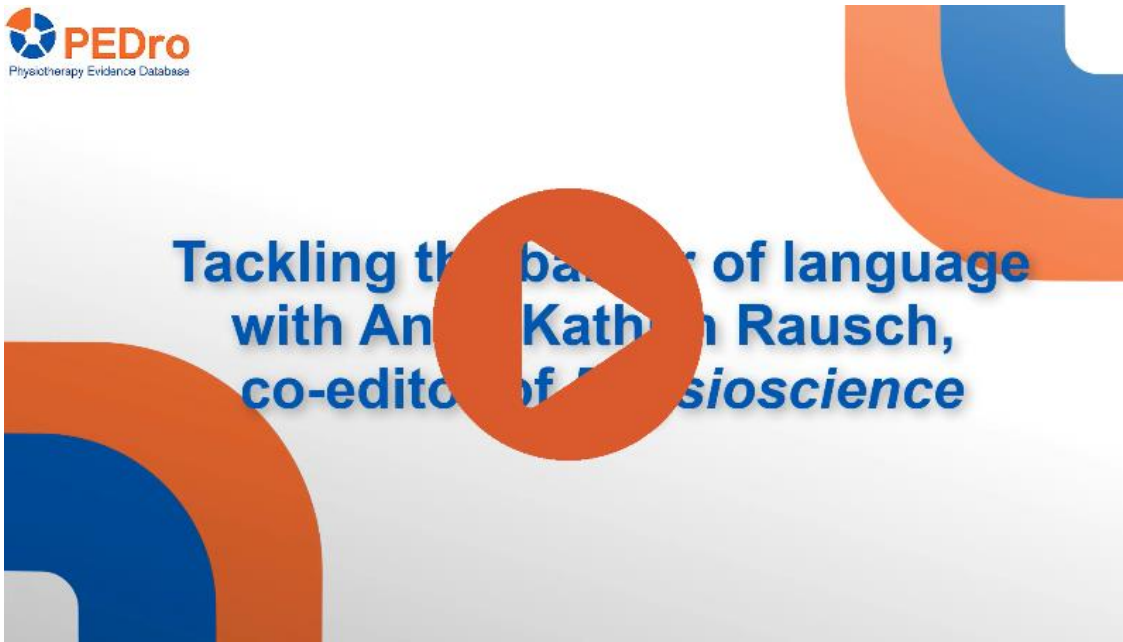
Um pequeno grupo de fisioterapeutas falantes de tâmil do Tamil Nadu, no sul da Índia, administra um clube de leitura virtual mensal desde 2020. Uma estratégia que eles usam para superar a barreira do idioma é usar inglês e tâmil durante seus clubes de leitura. Por exemplo, eles introduzem a estrutura e os conceitos iniciais do artigo em tâmil, têm suas apresentações mais formais em inglês e terminam com discussões de grupo mais amplas em tâmil. Isso, entre outras estratégias, melhora o inglês e a compreensão da fisioterapia baseada em evidências.

Tackling the barrier of language with Cynthia Srikesavan, Senior Researcher in Physiotherapy, University of Oxford



Anne-Kathrin Rausch, Alemanha

Anne-Kathrin says Physioscience é uma plataforma que publica pesquisas no idioma alemão e é a publicação oficial da Sociedade Alemã de Ciências da Fisioterapia. Para tornar a pesquisa mais acessível, a Physioscience publica trabalhos em alemão e inglês. Em cada edição, a Physioscience publica três artigos 'Lidos & Comentados'. Esses artigos são em alemão e incluem um resumo do trabalho publicado, seguido de uma avaliação crítica e comentário para discutir o tema no contexto da fisioterapia na Alemanha, Áustria e Suíça.



Nynke Swart, Holanda

Nynke Swart diz que KNGF (Sociedade Real Holandesa de Fisioterapia) desenvolveu 16 diretrizes de práticas clínicas relevantes para a prática da fisioterapia na Holanda. Ao desenvolver diretrizes, eles se concentram principalmente nos estudos de holandês e inglês. As evidências, juntamente com outras considerações, são traduzidas em recomendações fáceis de usar para fisioterapeutas por um grupo de especialistas. A KNGF divulga suas diretrizes em holandês e inglês para aumentar a acessibilidade.



Tackling the barriers of language with Nancy Swartz, Clinical Guidelines Developer at KNGF

Junte-se a nós na campanha 'PEDroTacklesBarriers to Evidence-based Physiotherapy' para ajudar a enfrentar as maiores barreiras à fisioterapia baseada em evidências. Você pode acompanhar a campanha na [página do PEDro](#), [blog](#), [Twitter](#) (@PEDrinho_dbase) ou [Facebook](#) (@PhysiotherapyEvidenceDatabase.PEDrinho).

E. O Clube Mundial de Leitura do PEDro sobre o efeito de programas de exercícios para prevenção de lesões musculoesqueléticas no futebol está agora disponível

Bem vindo ao Clube Mundial de Leitura do PEDro. O objetivo do Clube Mundial de Leitura do PEDro é incentivar a comunidade mundial de fisioterapia a ler ensaios, revisões e diretrizes que têm implicações importantes para a prática clínica. Esperamos que facilitar a discussão desta pesquisa ajude os fisioterapeutas a implementar os resultados em sua prática clínica.

Clubes de leitura são uma ótima maneira de traduzir a pesquisa em prática. Em março de 2020, PEDro publicou um blog que delineou algumas características-chave para administrar um clube de leitura com sucesso. Desde então, o PEDro já dirigiu cinco clubes de leituras que foram bem recebidos. A idéia é que os fisioterapeutas utilizem os recursos fornecidos pelo PEDro como base para administrar um clube de periódicos local com seus pares.

Este é o primeiro PEDro World-Wide Journal Club realizado em português e trata programas baseados em exercícios na prevenção de lesões musculoesqueléticas sem contato no futebol. Discutiremos a revisão sistemática realizada por Lemes e col. Nós

encorajamos fisioterapeutas com interesse em fisioterapia musculoesquelética e esportiva a participar de um processo de cinco etapas:

1. Convide seus colegas a se envolverem

2. [Leia o artigo](#)

3. [assistir \(ou ouvir\) o vídeo](#)

[sintetizando](#) programas de exercícios para prevenção de lesões

musculoesqueléticas no futebol revisão sistemática



Lemes IR et al

Do exercise-based prevention programmes reduce non-contact musculoskeletal injuries in football (soccer)? A systematic review and meta-analysis with 13 355 athletes and more than 1 million exposure hours



Br J of Sports Med 2021;55:1170-1178

4. [assistir \(ou ouvir\) o vídeo](#)

[do painel](#) discutindo

programas de exercícios para prevenção de lesões musculoesqueléticas no

futebol revisão sistemática

PEDro World-wide journal club

Exercise to reduce non-contact musculoskeletal injuries in football (soccer)



Lemes I R, et al. Do exercise-based prevention programmes reduce non-contact musculoskeletal injuries in football (soccer)? A systematic review and meta-analysis with 13 355 athletes and more than 1 million exposure hours. Br J Sports Med 2021;55(20):1170-1178



5. Reúna-se com seus colegas para ter sua própria discussão sobre programas de exercícios para prevenção de lesões musculoesqueléticas no futebol revisão sistemática.

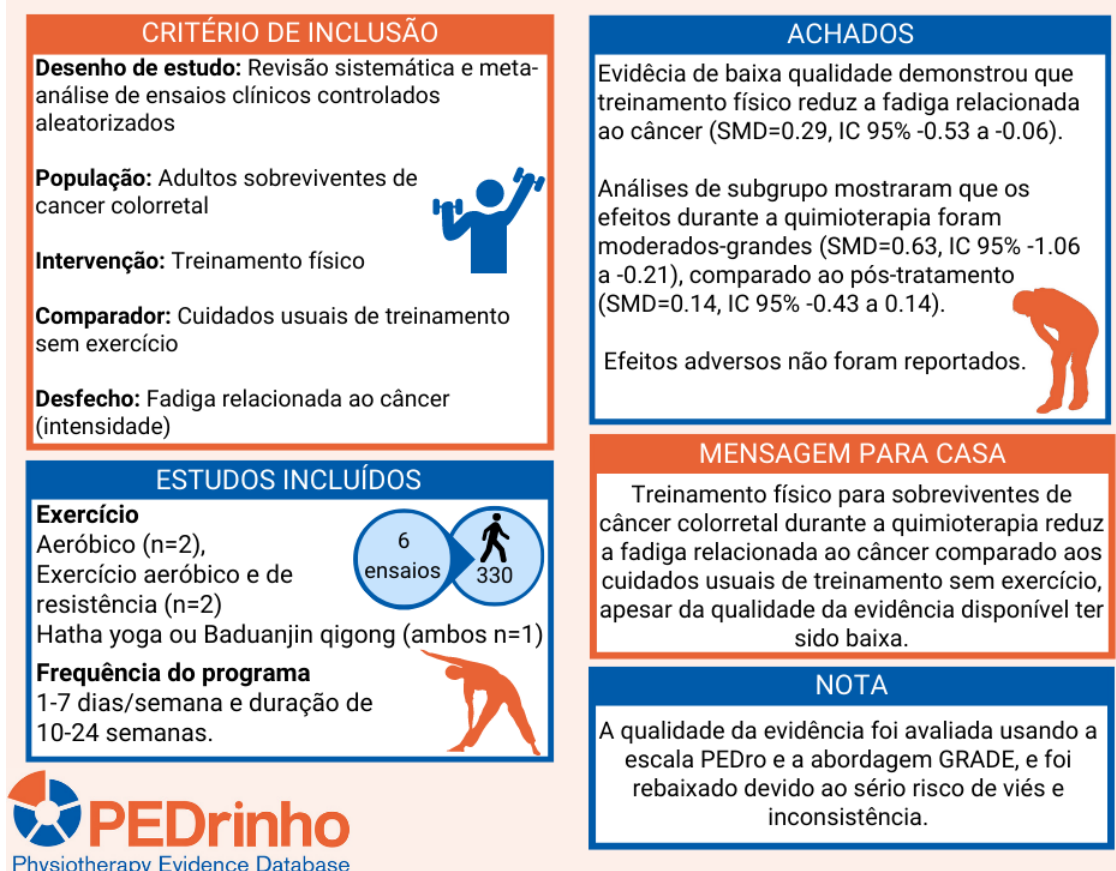
Se você estiver interessado em se envolver, [visite o site do PEDro](#) para obter mais informações.

F. Infográfico da revisão sistemática que encontrou que treinamento físico para sobreviventes de câncer colorretal durante a quimioterapia reduz a fadiga relacionada ao câncer

No mês passado, resumimos a [revisão sistemática de Machado P et al](#). A revisão concluiu que o treinamento físico para sobreviventes de câncer colorretal durante a quimioterapia reduz a fadiga relacionada ao câncer em comparação com os cuidados usuais de treinamento sem exercício, embora a qualidade das evidências disponíveis tenha sido baixa.

Alguns dos achados podem ser conferidos nesse infográfico.

Machado P, Morgado M, Raposo J, Mendes M, Silva CG, Morais N. Effectiveness of exercise training on cancer-related fatigue in colorectal cancer survivors: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Support Care Cancer* 2022;30(7):5601-5613



Machado P, Morgado M, Raposo J, Mendes M, Silva CG, Morais N. Effectiveness of exercise training on cancer-related fatigue in colorectal cancer survivors: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Support Care Cancer*. 2022 Jul;30(7):5601-5613. <https://doi.org/10.1007/s00520-022-06856-3>

[Leia mais no PEDro.](#)

G. Uma revisão sistemática encontrou que a cada 30 min/semana de exercício aeróbico supervisionado moderado a vigoroso em pessoas com diabetes tipo 2 reduziu significativamente o HbA1c, com a maior redução observada com 100 min/semana.

Diabetes tipo 2 é uma questão de saúde pública global, com crescente incidência e impacto financeiro. A melhoria do controle glicêmico (medido pela hemoglobina glicosilada, HbA1c) reduz os riscos de complicações microvasculares e eventos de

doenças cardiovasculares. Revisões sistemáticas anteriores indicaram que o exercício aeróbico melhora o controle glicêmico, mas a dose ideal de exercício era desconhecida. Esta revisão sistemática visava estimar os efeitos dose-dependentes do exercício aeróbico supervisionado de 12 semanas ou mais em comparação com nenhuma intervenção ou atividade usual (grupo controle) nos níveis de HbA1c em pessoas com diabetes tipo 2.

Guiados por um protocolo registrado prospectivamente, foram realizadas pesquisas sensíveis em três bases de dados (incluindo PubMed, Scopus e Web of Science) e rastreamento de citações para identificar ensaios controlados aleatórios avaliando o treinamento aeróbico supervisionado. Os participantes eram pessoas com diabetes tipo 2 com 18 anos de idade ou mais. A intervenção foi um treinamento aeróbico supervisionado de qualquer intensidade, modalidade, frequência e duração de sessão em um programa por 12 semanas ou mais. Foram excluídos os ensaios que implementaram o treinamento combinado de exercícios aeróbicos e de resistência ou que tinham um grupo de controle ativo (por exemplo, treinamento de resistência). O desfecho primário foi a mudança no HbA1c (%). Além de relatar o HbA1c, os ensaios incluídos precisavam relatar a duração e intensidade do treinamento aeróbico para o grupo de intervenção. Dois revisores selecionaram independentemente os ensaios, extraíram dados e avaliaram a qualidade dos ensaios. Os desacordos foram resolvidos através de discussão ou arbitragem por um terceiro revisor. A qualidade do ensaio foi avaliada utilizando a ferramenta Cochrane de risco de viés. Certeza da evidência foi avaliada usando a abordagem Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation (GRADE). A meta-análise dose-resposta foi usada para calcular a diferença média entre grupos e o intervalo de confiança de 95% (IC) para ilustrar o efeito dose-dependente da duração (min/semana) do exercício aeróbico supervisionado sobre HbA1c. Análises pré-definidas de subgrupos foram baseadas no peso basal e status de saúde, modalidade e intensidade do exercício, duração da intervenção, presença de co-intervenção dietética e risco de avaliação do viés.

Vinte e seis ensaios (1.253 participantes) publicados entre 1994 e 2020 foram incluídos nesta revisão. Os ensaios foram realizados nas Américas do Norte e do Sul, Europa, África, Ásia e Oceania. Dezenove ensaios incluíam homens e mulheres, cinco incluíam apenas mulheres e dois incluíam apenas homens. Uma combinação de faixas de peso (peso normal, sobrepeso e obesidade) e incidência variada de comorbidades ou complicações diabéticas. A duração da intervenção variou de 12 a 52 semanas. A frequência do treinamento supervisionado de exercícios aeróbicos foi de 1-4 sessões/semana. Doze ensaios implementaram um programa de exercício aeróbico de intensidade moderada, 10 ensaios um programa de intensidade moderada a vigorosa, e quatro ensaios um programa de intensidade vigorosa. Todas as experiências implementaram exercícios aeróbicos contínuos, com exceção de um estudo que implementou um treinamento em intervalos de alta intensidade. Catorze ensaios implementaram um programa de exercícios aeróbicos não progressivos e os outros 12 ensaios progrediram no treinamento em termos de frequência, intensidade ou duração.

Cada exercício aeróbico supervisionado de 30 min/semana reduziu o HbA1c em -0,22 ponto percentual (IC 95% -0,29 a -0,15; 26 ensaios; 1253 participantes; forte certeza). As análises do subgrupo produziram resultados similares para as características do participante de linha de base, desenho do programa e risco de viés. Os níveis de HbA1c diminuíram proporcionalmente com um aumento na duração do treinamento aeróbico supervisionado até 140 min/semana (DM: -0,88 ponto percentual, 95% CI -1,22 a -0,53), embora as melhorias contínuas após 100 min/semana tenham sido triviais.

Cada 30 min/semana de treinamento aeróbico supervisionado de intensidade moderada a vigorosa reduziu o HbA1c em 0,22 ponto percentual. A maior redução foi observada a 140 min/semana, porém durações acima de 100 min/semana não diminuem ainda mais o HbA1c. A certeza da evidência foi classificada como forte com base na abordagem GRADE.

Jayedi A, Emadi A, Shab-Bidar S. Dose-dependent effect of supervised aerobic exercise on hba1c in patients with type 2 diabetes: a meta-analysis of randomized controlled trials. *Sports Medicine* 2022 Apr 1:Epub ahead of print.

[Leia mais no PEDro.](#)

H. As próximas atualizações do PEDro e DiTA (Setembro 2022)

As próximas atualizações do [PEDro](#) e [DiTA](#) serão na próxima segunda-feira 5 de Setembro de 2022.

Proudly supported by



AUSTRALIAN
PHYSIOTHERAPY
ASSOCIATION



Copyright © 2022 Physiotherapy Evidence Database (PEDro), All rights reserved.
You are receiving this email because you opted in at our website www.pedro.org.au

Our mailing address is:

Physiotherapy Evidence Database (PEDro)
PO Box M179
MISSENDEN ROAD, NSW 2050

Australia

[Add us to your address book](#)

Want to change how you receive these emails?

You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#)