

A. Atualização do PEDro (2 Março 2020)

O PEDro possui 46.285 registros. Na última atualização do dia 2 de Março de 2020 você encontrará:

- 36.076 ensaios clínicos (35.206 com avaliação da qualidade metodológica pela escala PEDro confirmada)
- 9.538 revisões sistemáticas
- 671 diretrizes de prática clínica.

A última atualização do PEDro já está disponível (2/03/2020). Acesse [Evidência no seu e-mail](#) para as mais recentes diretrizes de prática clínica, revisões sistemáticas e ensaios clínicos.

B. Atualização do DiTA (2 Março 2020)

O DiTA possui 1.669 registros. Na última atualização do dia 2 de Março de 2020 você encontrará:

- 1.515 estudos de acurácia diagnóstica
- 76 revisões sistemáticas.

A última atualização do DiTA já está disponível (2/03/2020). Acesse [Evidência no seu e-mail](#) para os mais recentes estudos originais e revisões sistemáticas de estudos de acurácia diagnóstica.

C. O PEDro possui mais de 46.000 registros



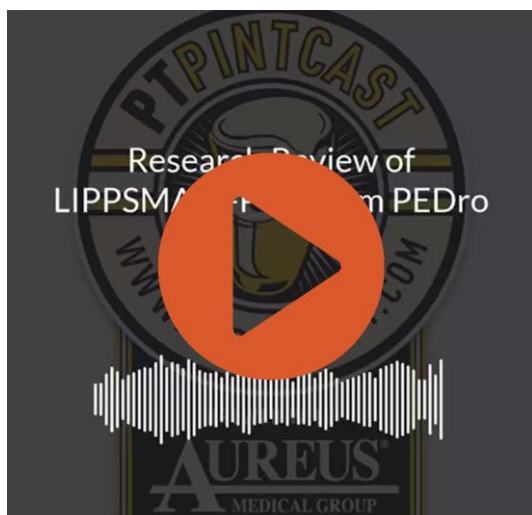
ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas e diretrizes de prática clínica em fisioterapia no PEDro

Temos o prazer de anunciar que o PEDro acaba de alcançar um novo marco para a quantidade de evidência disponível. Mais de 46.000 registros de ensaios clínicos, revisões sistemáticas e diretrizes de prática clínica estão agora indexados no [PEDro](#).

D. Ouça agora os podcasts sobre os Top 5 ensaios clínicos do PEDro entre 2014-2019

Ano passado, anunciamos o [Top 5 ensaios clínicos randomizados do PEDro entre 2014-2019](#). Os ensaios clínicos foram nominados por usuários do PEDro, e um painel independente formado por pesquisadores especializados em ensaios clínicos randomizados julgou as indicações recebidas.

Em parceria com o podcast [PT Pintcast](#), o PEDro produziu cinco podcasts com os autores líderes de cada um dos cinco ensaios clínicos do top 5 do PEDro. O último podcast está agora disponível (os podcasts estão disponíveis apenas em inglês)!



[Preoperative physiotherapy for the prevention of respiratory complications after upper abdominal surgery: pragmatic, double blinded, multicentre randomised controlled trial](#)

Boden I, Skinner EH, Browning L, Reeve J, Anderson L, Hill C, Robertson IK, Story D, Denehy L

BMJ 2018 Jan 24;360:j5916

Obrigado Jimmy McKay e ao time do [PT Pintcast](#) por produzirem estes podcasts.

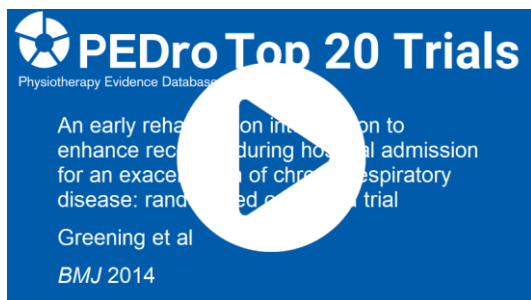
Parabéns a todos os grupos de pesquisa que realizaram os Top 5 ensaios clínicos randomizados do PEDro. A contribuição destes estudos à prática fisioterapêutica é muito importante e apreciada por todos.

E. Vídeos para os 20 melhores ensaios clínicos do PEDro

Em 2014, quando o PEDro comemorava seu 14 aniversário, nós decidimos identificar os [15 ensaios clínicos mais importantes em fisioterapia](#). Nós adicionamos mais [5 ensaios clínicos à esta lista para celebrar o vigésimo aniversário do PEDro](#). Coletivamente, estes estudos serão chamados 'os 20 melhores ensaios clínicos do PEDro'.

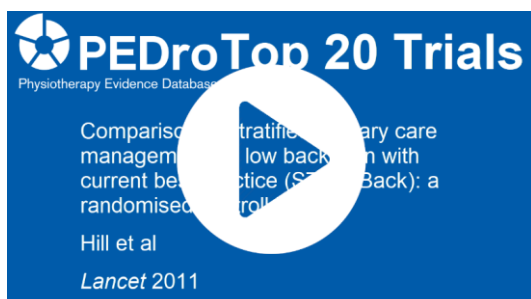
Criamos um vídeo curto para [sumarizar os resultados do 17](#).

Produzimos vídeos para os últimos 3 ensaios clínicos, e a coleção dos top 20 ensaios clínicos está agora completa.



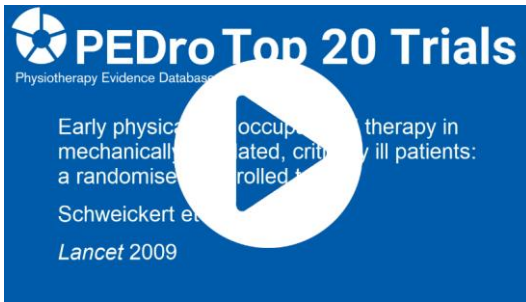
[An early rehabilitation intervention to enhance recovery during hospital admission for an exacerbation of chronic respiratory disease: randomised controlled trial](#)

Greening NJ, Williams JEA, Hussain SF, Harvey-Dunstan TC, Bankart MJ, Chaplin EJ, Vincent EE, Chimera R, Morgan MD, Singh SJ, Steiner MC
BMJ 2014;349:g4315



[Comparison of stratified primary care management for low back pain with current best practice \(STarT Back\): a randomised controlled trial](#)

Hill JC, Whitehurst DG, Lewis M, Bryan S, Dunn KM, Foster NE, Konstantinou K, Main CJ, Mason E, Somerville S, Sowden G, Vohora K, Hay EM
Lancet 2011;378(9802):1560-71



[Early physical and occupational therapy in mechanically ventilated, critically ill patients: a randomised controlled trial](#)

Schweickert WD, Pohlman MC, Pohlman AS, Nigos C, Pawlik AJ, Esbrook CL, Spears L, Miller M, Franczyk M, Deprizio D, Schmidt GA, Bowman A, Barr R, McCallister KE, Hall JB, Kress JP
Lancet 2009;373(9678):1874-82

F. Destaques das mídias sociais do PEDro em 2019

Encontramos os quatro posts com os quais os usuários e seguidores do PEDro mais engajaram em 2019. Caso você tenha perdido os posts, aqui vai uma breve descrição e links para os posts originais.

- Resumo do ensaio clínico PREVENT que encontrou que adicionar educação intensiva do paciente ao tratamento convencional não foi melhor para melhorar desfechos clínicos comparado a educação placebo em pacientes com dor lombar aguda. Leia mais no [PEDro](#).
 - Resumo de uma revisão sistemática que identificou 11 recomendações consistentes em diretrizes de prática clínica baseadas em evidências. Leia mais no [PEDro](#).
 - Discussão sobre o debate teste de significância estatística e estimativa de efeitos de tratamento em ensaios clínicos randomizados. Leia mais no [PEDro](#).
 - Lançamento da DiTA (para testes de acurácia diagnóstica), produzida pela em parceria com o PEDro. Leia mais no [PEDro](#).
-

G. Clubes de leitura são uma ótima forma de traduzir a pesquisa para a prática

Clubes de leitura representam um tipo de atividade de formação continuada em que profissionais da saúde se encontram para avaliar criticamente e discutir artigos. Estas discussões visam a facilitar a tradução da evidência de pesquisa para a prática clínica. Uma revisão da Cochrane concluiu que reuniões educacionais, tais como clubes de leitura, podem melhorar a prática profissional e desfechos do paciente (Forsetlund et al 2009). Melhorar o conhecimento e habilidades em prática baseada em evidências também

pode ocorrer durante a participação ativa nos clubes de leitura (Ilic et al 20200).

Os quarto elementos do clube de leitura são:

1. Selecione e leia um artigo (ou artigos) que aborde um problema de pesquisa relevante para a sua prática ou que descreva novos achados. Os participantes podem participar ativamente no processo de seleção dos artigos e devem lê-lo(s) antes da reunião.
2. Resuma os pontos-chave do artigo (em especial aos métodos utilizados, resultados principais, pontos fortes e limitações) no início da reunião.
3. Discuta as implicações dos resultados para a prática. Os participantes podem a partir de então decidir se a implementação daquela evidência traria efeitos positivos na prática clínica, e quais seriam as potenciais barreiras e os facilitadores deste processo.
4. Determine estratégias para implementar a evidência na prática. Por exemplo, a criação de planos para realização de auditorias e feedback para quantificar a prática futura e atual.

Um fator chave para o sucesso de um clube de leitura é a formação de um grupo de participantes que compartilhem interesses, ou que tenham interesses complementares, de modo a criar um senso de pertencimento dos participantes em relação ao grupo. Envolver pesquisadores, acadêmicos, ou estatísticos pode ser benéfico em termos de geração conhecimento e desenvolvimento de habilidades. O grupo pode ser composto por uma única categoria profissional, ou ser multiprofissional. Pode ocorrer no ambiente de trabalho ou fora dele. Devido aos desenvolvimentos tecnológicos na área de comunicação à distância (por exemplo, por meio de vídeo conferência), a distância não é mais uma barreira. Todos podem estar envolvidos, desde estudantes até professores. Quando a oportunidade surgir, você pode convidar experts na área do conhecimento.

Dois formatos de clube de leitura em profissões da saúde (incluindo a fisioterapia) foram recentemente avaliadas em um ensaio clínico randomizado (Wenke et al 2018). O formato TREAT (Tailoring Research Evidence And Theory) foi comparado ao formato padrão. Enquanto não houve diferença no desenvolvimento de habilidades em prática baseada em evidências, atitudes, conhecimento e prática entre os dois grupos, uma avaliação qualitativa (Wenke et al 2019) com os participantes do estudo identificou alguns fatores-chave que contribuem para a sustentabilidade do clube de leitura a longo prazo. Estes fatores eram:

- desenvolvimento de conhecimentos e habilidades em pesquisa
- acesso a pesquisadores experts na área
- ter a expectativa de que tanto gestores quanto equipe participarão
- desenvolvimento de uma cultura coletiva que valoriza a prática baseada em evidências

- garantir a aplicação do conhecimento na prática, e
- empoderamento dos participantes e desenvolvimento de um senso de pertencimento dos participantes em relação ao grupo.

Alguns elementos-chave de um clube de leitura que são comumente recomendados (incluindo o formato TREAT) incluem:

1. Estabelecer um grupo de participantes com interesses semelhantes.
2. Possuir um objetivo em comum entre os participantes.
3. Regularidade das reuniões no mesmo horário e dia para que vire uma rotina.
4. Circular o artigo (ou artigos) antes da reunião, com tempo suficiente para que a leitura possa ser realizada.
5. Colaboração com pesquisadores ou acadêmicos para mentoria e suporte.
6. Ter um facilitador para auxiliar na escolha de artigos e guiar a discussão.
7. Utilizar ferramentas padronizadas de avaliação da evidência.
8. Aderir aos princípios de aprendizado adulto, utilizando estratégias de aprendizado multi-facetadas.
9. Garantir a discussão da evidência no contexto da prática e avaliar a aquisição do conhecimento tanto formal quanto informalmente.
10. Oferecer atualizações interessantes aos participantes.

Nós encorajamos os usuários do PEDro a se envolverem e um clube de leitura (ou revisar e refinar os moldes do seu clube de leitura atual) para auxiliar a transmissão e implementação do conhecimento científico na prática.

Artigos citados neste post:

Forsyth L, et al. [Continuing education meetings and workshops: effects on professional practice and health care outcomes](#). *Cochrane Database Syst Rev* 2009; Issue 2

Ilic D, et al. [The use of journal clubs to teach evidence-based medicine to health professionals: a systematic review and meta-analysis](#). *J Evid Based Med* 2020 Jan 17; Epub ahead of print

Wenke RJ, et al. [The effectiveness and feasibility of TREAT \(Tailoring Research Evidence And Theory\) journal clubs in allied health: a randomised controlled trial](#). *BMC Med Educ* 2018; 18(104): Epub

Wenke R, et al. [Factors that influence the sustainability of structured allied health journal clubs: a qualitative study](#). *BMC Med Educ* 2019; 19(6): Epub

H. O Clube Mundial de Leitura do PEDro será lançado em Abril de 2020

É com muito prazer que anunciamos uma nova iniciativa do PEDro para 2020.

Começando em Abril, o PEDro criará um clube de leitura mundial. O propósito deste clube é encorajar a comunidade de fisioterapeutas do mundo inteiro a ler ensaios clínicos, revisões sistemáticas e diretrizes de prática clínica que tenham impacto importante sobre a prática clínica. Esperamos que a facilitação das discussões sobre pesquisa ajude fisioterapeutas a implementarem as melhores evidências na prática clínica.

O Clube Mundial de Leitura do PEDro incluirá os seguintes aspectos:

1. Um artigo que aborde um questão importante de pesquisa.
2. Um resumo dos pontos mais importantes do artigo (com atenção especial sendo dada aos métodos, resultados principais, e pontos fortes e limitações do estudo) em formato de vídeo.
3. Uma discussão em formato de painel sobre as implicações para a prática, bem como a discussão sobre potenciais barreiras e facilitadores.
4. Links para diferentes recursos para facilitar a discussão e auxiliar na implementação da evidência na prática. Aqueles interessados em se envolverem podem utilizar estes recursos como base para criarem seus clubes de leitura locais com seus pares.

Três a quarto Clubes Mundiais de Leitura do PEDro estão planejados para 2020. O primeiro clube terá enfoque em terapia por contensão induzida após acidente vascular encefálico e iniciará em Abril. Convidamos a todos os fisioterapeutas que trabalhem em neurologia a se envolverem neste clube. Se você está interessado em se envolver nesta importante iniciativa, você pode começar a se preparar a convidar um grupo de profissionais para se envolverem, criarem um grupo de discussão local e lerem o ensaio clínico EXCITE:

Wolf SL, Winstein CJ, Miller JP, Taub E, Uswatte G, Morris D, Giuliani C, Light KE, Nichols-Larsen D, for the EXCITE Investigators. [Effect of constraint-induced movement therapy on upper extremity function 3 to 9 months after stroke: the EXCITE randomized clinical trial](#). JAMA 2006;296(17):2095-104

Mais detalhes em breve, na edição de Abril da newsletter do PEDro.

I. PEDro celebra o Dia Internacional da Síndrome de Down em 21 de Março de 2020

21 de Março de 2020 é o [Dia Internacional da Síndrome de Down](#). O tema deste ano é **Nós decidimos**, uma campanha para encorajar pessoas com Síndrome de Down a

participarem das decisões que afetam suas vidas diariamente. Fisioterapeutas que trabalham com crianças e adultos com Síndrome de Down tem um papel importante em empoderar e defender o direito à ampla e efetiva participação destes indivíduos na tomada de decisão sobre sua própria saúde.

Fisioterapeutas podem também fazer a diferença nas vidas daqueles com Síndrome de Down ao trabalharem com indivíduos e suas famílias para encorajar o desenvolvimento de habilidades motoras, independência funcional nas atividades de vida diária, assim como participação em atividades físicas. Fisioterapeutas também podem auxiliar nos aspectos relacionados à incoordenação motora, fraqueza muscular, problemas ventilatórios e tolerância reduzida ao exercício.

Há um crescente corpo de pesquisa clínica para guiar fisioterapeutas no manejo de pessoas com Síndrome de Down. Atualmente, o PEDro indexa mais de 80 ensaios clínicos e revisões sistemáticas avaliando intervenções fisioterapêuticas para pessoas com Síndrome de Down. Você pode explorar algumas das revisões sistemáticas mais recentes sobre intervenções para melhorar o equilíbrio, força, condicionamento aeróbio e participação em atividades físicas:

- Hassan NM, et al. [Effectiveness of interventions to increase physical activity in individuals with intellectual disabilities: a systematic review of randomised controlled trials](#). *J Intellect Disabil Res* 2019;63(2):168-91
- Ruiz-Gonzalez L, et al. [Physical therapy in Down Syndrome: systematic review and meta-analysis](#). *J Intellect Disabil Res* 2019;63(8):1041-67
- Maiano C, et al. [Do exercise interventions improve balance for children and adolescents with Down Syndrome? A systematic review](#). *Phys Ther* 2019;99(5):507-18

Alguns ensaios clínicos de alta qualidade avaliando tratamentos fisioterapêuticos para Síndrome de Down que estão indexados no PEDro incluem:

- Eid MA. [Effect of whole-body vibration training on standing balance and muscle strength in children with Down Syndrome](#). *Am J Phys Med Rehabil* 2015;94(8):633-643
- Shields N, et al. [A community-based strength training programme increases muscle strength and physical activity in young people with Down Syndrome: a randomised controlled trial](#). *Res Dev Disabil* 2013;34(12):4385-94
- Khalili MA, et al. [Aerobic exercise improves lung function in children with intellectual disability: a randomised trial](#). *J Physiother* 2009;55(3):171-5

Para se manter atualizado com os ensaios clínicos, revisões e diretrizes avaliando intervenções fisioterapêuticas para pessoas com Síndrome de Down mais recentes, se inscreva no feed 'Pediatria' no [Evidência no seu e-mail](#) do PEDro. A inscrição é gratuita.

J. Infográfico de revisão sistemática que exercício reduz risco de quedas em idosos acima de 60 anos vivendo na comunidade

No mês passado nós resumimos a [revisão sistemática de Sherrington et al.](#) Esta revisão concluiu que exercícios reduzem a taxa de quedas em 23% em idosos com idade igual ou superior a 60 anos vivendo na comunidade comparado a controles.

Este infográfico descreve algumas sugestões para tornar o seu programa de treinamento mais efetivo.



Revisão sistemática de 108 ensaios clínicos randomizados encontrou que exercício reduz a taxa de quedas em idosos vivendo na comunidade

Quais programas foram efetivos?

Programas efetivos:

- Incluem exercícios de equilíbrio e que enfatizam atividades funcionais
- São prescritos por profissionais da saúde, tais como fisioterapeutas
- São realizados individualmente ou em grupo
- Envolvem pessoas com idade igual ou superior a 60 anos
- Envolvem pessoas independente de apresentarem fatores de risco para quedas ou não

CITAÇÃO

Sherrington C et al. Exercise for preventing falls in older people living in the community: an abridged Cochrane systematic review. *Br J Sports Med* 2019 Dec 2:Epub ahead of print



Sherrington C et al. Exercise for preventing falls in older people living in the community: an abridged Cochrane systematic review. *Br J Sports Med* 2019 Dec 2:Epub ahead of print

Leia mais no [PEDro](#).

K. Revisão sistemática encontrou que exercícios melhoram saúde e condicionamento cardiovascular materno durante a gravidez

Exercício no período pré-natal reduz complicações da gravidez (por exemplo, diabetes gestacional, pre-eclâmpsia, hipertensão) sem aumentar o risco de aborto, nascimento precoce ou baixo peso ao nascer. Enquanto mulheres grávidas são encorajadas a se exercitarem, o impacto do exercício durante a gravidez na saúde e condicionamento cardiovascular ainda não foi resumido em uma revisão sistemática. O objetivo desta revisão sistemática foi avaliar os efeitos do exercício pré-natal na saúde e condicionamento cardiovascular materno comparado a não se exercitar.

Foram realizadas buscas em oito bases de dados a fim de encontrar ensaios clínicos randomizados envolvendo mulheres em qualquer estágio de gravidez submetidas a um programa de exercício iniciado após a concepção e com duração mínima de uma semana que tivesse sido comparado a não se exercitar. Os principais desfechos foram de condicionamento cardiovascular (capacidade aerobia máxima, capacidade aerobia submáxima, limiar anaerobio) e saúde cardiovascular (frequência cardíaca de repouso e pressão arterial). Dois autores selecionaram os estudos e extraíram os dados independentemente. A qualidade dos estudos foi avaliada com a ferramenta da Colaboração Cochrane para avaliação de risco de viés em ensaios clínicos randomizados. A ferramenta Grading of Recommendations, Assessment, Development and Evaluation (GRADE) foi utilizada para determinar a certeza da evidência. Metanálises foram realizadas para cada desfecho e foram reportadas como diferença entre médias (intervalo de confiança 95%). Cinco análises de subgrupo foram pré-especificadas no protocolo: (1) mulheres com vs sem diabetes; (2) índice de massa corporal ≥ 25 kg/m² vs < 25 kg/m²; (3) previamente fisicamente inativa vs previamente fisicamente ativa; (4) dose e início do exercício; (5) tipo de avaliação de condicionamento cardiovascular.

Vinte e seis ensaios clínicos (2.292 participantes) foram incluídos. Os exercícios foram realizados em média entre 2-7 dias por semana, entre 15-60 minutos por sessão, e iniciaram entre 6-32 semanas após o início da gravidez. As modalidades de exercício incluíram bicicleta ergométrica, caminhada, treinamento de força, exercícios aerobios e combinação de diferentes modalidades de exercícios.

Foi encontrada evidência com alto nível de certeza de que exercício aumentou a capacidade aerobia máxima (0,25 L/min (0,11 a 0,39), 3 estudos, 77 participantes), e capacidade aerobia submáxima (0,61 mL/kg/min (0,17 a 1,04), 3 estudos, 177 participantes) comparado a não-exercício. Foi encontrada evidência com baixo nível de certeza de que exercício aumentou a capacidade aerobia máxima relativa (2,77 mL/kg/min (0,32 a 5,21), 5 estudos, 430 participantes), mas não modificou o limiar anaerobio (1,22 mL/kg/min (-0,83 a 3,28), 2 estudos, 116 participantes). Foi encontrada evidência com alto nível de certeza que exercício reduziu a frequência cardíaca de repouso (-1,7 bpm (-

3,2 a -0,2), 9 estudos, 637 participantes), e evidência com baixo nível de certeza que exercício reduziu a pressão sistólica em repouso (-2,1 mmHg (-3,7 a -0,5), 16 estudos, 1.672 participantes), assim como pressão arterial diastólica de repouso (-1,8 mmHg (-2,9 a -0,6), 15 estudos, 1.624 participantes) comparado a não-exercício.

As análises de subgrupo indicaram que os estudos com duração inferior a 20 semanas apresentaram maiores reduções na pressão arterial diastólica de repouso que estudos com intervenção de duração superior a 20 semanas (-2,9 vs -0,9 mmHg). Estudos em que o exercício foi iniciado <16 semanas de idade gestacional apresentaram reduções similares na pressão arterial diastólica que aqueles que iniciaram entre 16-20 semanas ou após 20 semanas (-0,8 vs -2,8 vs -3,9 mmHg). As outras análises de subgrupo foram inconclusivas devido ao baixo número de estudos em cada categoria.

Exercício iniciado após a concepção pode melhorar a saúde e condicionamento cardiovascular maternos.

Cai C, et al. Prenatal exercise and cardiorespiratory health and fitness: a meta-analysis. *Med Sci Sports Exerc* 2020 Jan 17:Epub ahead of print

Leia mais no [PEDro](#).

L. O apoio ao PEDro vem da indústria, organizações profissionais de fisioterapia e indivíduos

O apoio ao PEDro vem de parcerias comerciais ao redor do mundo. Dentre os nossos parceiros estão a [Australian Physiotherapy Association](#), [Accident Insurance Commission](#), [Transport Accident Commission](#), [Chartered Society of Physiotherapy](#) e [Cerebral Palsy Alliance](#). Nossos [Patrocinadores Associados](#) para 2019 são organizações presentes em mais de 38 países e afiliadas à Confederação Mundial de Fisioterapia.

Agradecemos aos fisioterapeutas que realizaram doações individuais ao PEDro durante o ano de 2019.

Porém, o PEDro está enfrentando diversos problemas financeiros. Precisamos de mais parceiros para continuar com nosso trabalho e manter o PEDro gratuito e acessível ao redor do mundo. Nós podemos fazer um pacote de patrocinador que melhor se ajusta a sua instituição (clínicas privadas, hospitais, departamentos governamentais e universidades). Se a sua organização gostaria de contribuir para o futuro da fisioterapia, por favor nos contate através do [link](#).

[Um outro jeito de ajudar a manter o PEDro gratuito é através de doações dos usuários.](#)

Você pode escolher a quantia que melhor se ajusta ao seu orçamento. Agradecemos a sua ajuda.

M. As próximas atualizações do PEDro e DiTA (Abril 2020)

As próximas atualizações do PEDro e DiTA serão na próxima segunda-feira 6 de Abril de 2020.

Proudly supported by



AUSTRALIAN
PHYSIOTHERAPY
ASSOCIATION



Copyright © 2020 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](#)