PEDrinho Notícias 4 Julho 2023 View this email in your browser

# Sandra Gluppe ganha prêmio PEDro de melhor ensaio clínico apresentado no Congresso Mundial de Fisioterapia 2023

O prêmio PEDro é concedido à pessoa que apresentar o melhor reporte de um ensaio clínico controlado aleatorizado no Congresso Mundial de Fisioterapia.

O prêmio reconhece as realizações de pesquisadores que conduzem ensaios clínicos aleatorizados de alta qualidade e clinicamente importantes.

Para ser elegível, a apresentação deve ter sido um reporte primário de um ensaio clínico controlado aleatorizado completo que avalia os efeitos de uma intervenção de fisioterapia.

O julgamento foi realizado por um painel de avaliadores internacionais. A pontuação foi baseada na qualidade (risco de viés, tamanho, desenho e análise do estudo), bem como na significância (importância dos achados para a prática clínica).

O estudo premiado, que obteve 8 de 10 pontos na escala PEDro, foi “Exercícios de flexão abdominal (curl-up) melhoram a força muscular abdominal sem piorar a distância inter-retos em mulheres com diástase do reto abdominal após o parto: um estudo controlado e randomizado”. A autora principal, Sandra Gluppe da Noruega, responde algumas perguntas sobre o estudo.

**Por que as flexões são frequentemente desaconselhadas para mulheres com diástase do reto abdominal?**
Não sei o motivo exato disso, mas acho que tem a ver com o medo relacionado ao aumento da pressão intra-abdominal durante o exercício ou com a protrusão observada que pode estar presente em algumas mulheres durante as flexões.

**Quais pacientes você incluiu em seu estudo?**
Mulheres primíparas ou multíparas com diagnóstico de diástase 6 a 12 meses após o parto, com uma gravidez única ou múltipla após qualquer tipo de parto.

**Quais intervenções o estudo comparou?**
Um programa de exercícios abdominais com duração de 12 semanas comparado a um grupo de controle que não realizou exercícios abdominais.

**Qual foi o efeito das flexões e elevações de cabeça na distância inter-retos?**
Houve pouca ou nenhuma diferença na mudança da distância inter-retos entre os dois grupos desde a linha de base até a semana 12.

**Qual foi o efeito das flexões e elevações de cabeça na espessura e na força do abdome?** O grupo de exercícios melhorou a espessura do músculo reto abdominal e a força isométrica máxima mais do que o grupo de controle.

**E quanto aos outros desfechos do estudo?**
Na Semana 12, os participantes de ambos os grupos foram solicitados a relatar se perceberam melhora na diástase em comparação com a linha de base em uma escala de Classificação Global de Mudança. Na semana 12, 20 dos 33 participantes (61%) do grupo de exercícios e 15 dos 35 participantes (43%) do grupo de controle relataram melhora na diástase.

**Você acha que é importante repetir o estudo em mulheres com diástase mais leve do que o limite que você usou para inscrever as participantes no seu estudo?**
Não, a maioria dos estudos nesse campo foi realizada com diástases menores, mas seria muito interessante investigar mulheres com um grau grave de DMRA.

Parabéns Sandra. Os resultados do ensaio clínico acabaram de ser publicados. Estamos ansiosos para indexar este artigo no PEDro.

Gluppe SB, Ellström Engh M, Bø K. Curl-up exercises improve abdominal muscle strength

without worsening inter-recti distance in women with diastasis recti abdominis postpartum: a randomised controlled trial. *J Physiother*. 2023 Jun 5:S1836-9553(23)00052-8. doi: 10.1016/j.jphys.2023.05.017. Epub ahead of print. PMID: 37286390.

---

## A campanha #PEDroCombatendoBarreiras para fisioterapia baseada em evidências

A campanha #PEDroCombatendoBarreiras para fisioterapia baseada em evidências foi realizada entre 2022 e 2023 para ajudar os fisioterapeutas a combater as maiores barreiras à prática baseada em evidências. Este blog resume o histórico da campanha, um resumo das barreiras abordadas na campanha e as métricas da campanha.

Essa campanha foi inspirada por uma revisão sistemática de Matteo Paci e colegas que investigou as barreiras para a fisioterapia baseada em evidências. A revisão incluiu 29 estudos que relataram as opiniões de quase 10.000 fisioterapeutas. A falta de tempo foi a barreira encontrada com mais frequência e foi relatada por 53% dos fisioterapeutas. Em seguida, vieram o idioma (36%), a falta de acesso (34%) e a falta de habilidades estatísticas (31%).

A campanha #PEDroCombatendoBarreiras para fisioterapia baseada em evidências forneceu informações sobre como combater as barreiras de tempo, idioma, falta de acesso e falta de habilidades estatísticas, como também exemplos reais de como os fisioterapeutas superaram as barreiras para garantir que os pacientes recebessem cuidados eficazes e baseados em evidências.

**Tempo:** 17 fisioterapeutas ao redor do mundo enviaram suas dicas sobre como enfrentam a barreira do tempo. Isso inclui discutir evidências em reuniões de equipe, participar de clubes de leitura, usar o tempo gasto no trajeto para ler evidências de alta qualidade e usar estrategicamente as mídias sociais. Veja mais:

- inglês
- francês
- italiano
- português

**Idioma:** O idioma é uma barreira importante para o acesso e a implementação da fisioterapia baseada em evidências em muitos países, sendo o inglês o idioma dominante usado para publicar e disseminar pesquisas e diretrizes baseadas em evidências. Como parte da campanha #PEDroTacklesBarriers para fisioterapia baseada em evidências, cinco fisioterapeutas e grupos de fisioterapia compartilharam como eles enfrentaram a barreira do idioma. Isso incluiu o uso de serviços online como o Google Translate, ajudando outras pessoas ao traduzir recursos do PEDro para idiomas diferentes do inglês e realizando

clubes de leitura em inglês e em idiomas diferentes do inglês. Veja mais:

- inglês
- francês
- italiano
- português

**Falta de acesso:** Para enfrentar a barreira da falta de acesso à pesquisa, disponibilizamos dois vídeos demonstrando como acessar textos completos usando links no PEDro e estratégias para encontrar textos completos usando métodos não-PEDro. Veja mais:

- inglês
- francês
- italiano
- português

**Falta de habilidades estatísticas:** A falta de habilidades estatísticas é uma barreira comum à interpretação de evidências e à implementação da fisioterapia baseada em evidências. Como parte da campanha, compartilhamos como três pesquisadores clínicos, incluindo o Editor Científico do Journal of Physiotherapy, enfrentam a barreira da falta de habilidades estatísticas discutindo os métodos usados para conduzir, analisar, relatar e interpretar ensaios clínicos randomizados.  Veja mais:

- inglês
- francês
- italiano
- português

**Conectando tudo:** A parte final da campanha #PEDroTacklesBarriers para fisioterapia baseada em evidências incluiu histórias de sucesso de como os fisioterapeutas superaram diferentes barreiras para garantir que os pacientes recebessem cuidados eficazes e baseados em evidências.  Veja mais:

- inglês
- francês
- italiano
- português

Métricas da campanha #PEDroTacklesBarriers para fisioterapia baseada em evidências:

- Publicado em 4 idiomas no website do PEDro; inglês, português, francês and italiano
- Destaque mensal nos boletins informativos PEDro (inglês) e PEDrinho (português)
- Criou 228 postagens em mídias sociais e blogs
- As postagens em mídias sociais e blogs foram vistas por mais de 150.000

usuários
- Produzimos 23 vídeos do YouTube com mais de 10.000 visualizações
- Tivemos mais de 4.000 interações com as postagens

A campanha #PEDroCombatendoBarreiras para fisioterapia baseada em evidências foi apoiado pela Fisioterapia Mundial, Associação Australiana de Fisioterapia, Sociedade Italiana de Fisioterapia, Sociedade Francesa de Fisioterapia, e Sociedade Real Holandesa de Fisioterapia.

O PEDro gostaria de agradecer a Joshua Zadro por coordenar essa campanha. Agradecemos também a todos os colaboradores da campanha, ao trabalho de tradução de Mariana Nascimento Leite, Junior Vitorino Fandim (português), Leonardo Pellicciari, Francesco Ferrarello, Michele Marelli, Matteo Paci, Paolo Pillastrini (italiano), Elodie Louvion, Magda Costa Castany, Céline Lesage, Matthieu Guémann e Guillaume Galliou (francês), o Comitê de Educação e Treinamento do PEDro e o apoio à produção do PEDro de Geraldine Wallbank, Courtney West e Anne Moseley.

Veja todas as dicas da campanha aqui: inglês, francês, italiano e português.

---

## O PEDro precisa da ajuda da comunidade global de fisioterapia!

O PEDro é o principal recurso de evidências para fisioterapeutas em todo o mundo. O PEDro é incomparável em seu escopo. O PEDro agora indexa mais de 59.000 ensaios clínicos baseados em evidências, revisões sistemáticas e diretrizes de prática clínica e hospeda mais de 10.000 visitas diárias.

O site está disponível em 17 idiomas e possui muitos recursos para apoiar o aprendizado e a implementação da prática baseada em evidências. O PEDro permite que os clínicos implementem a melhor pesquisa para seus pacientes.

O PEDro é acessado em mais de 211 países para responder a uma pergunta clínica a cada 7 segundos todos os dias.

Mas o PEDro não pode ser sustentado sem a ajuda voluntária e financeira de indivíduos e organizações da comunidade global de fisioterapia.

Veja como você pode
**ajudar: https://redcap.sydney.edu.au/surveys/?s=RDD8CDARFCWF7MF9**

---

## Infográfico: Revisão sistemática encontrou que em pessoas com hipertensão pulmonar clinicamente estáveis, a reabilitação baseada em exercícios supervisionados pode levar a um grande aumento na capacidade de exercício sem danos significativos quando comparada a uma intervenção não baseada em exercícios.

No mês passado, resumimos a revisão sistemática de Morris et al. 2022. A revisão concluiu que a reabilitação baseada em exercícios supervisionados pode levar a um grande aumento na capacidade de exercício sem danos significativos em pessoas com hipertensão pulmonar clinicamente estáveis.

Alguns achados estão incluídos neste infográfico.

# REABILITAÇÃO BASEADA EM EXERCÍCIOS SUPERVISIONADOS PARA PESSOAS COM HIPERTENSÃO PULMONAR

Morris NR, et al. Exercise-based rehabilitation programmes for pulmonary hypertension. *Cochrane Database Syst Rev*. 2023;3(3):CD011285.

## O QUE ELES FIZERAM?

**Desenho do estudo:** Revisão sistemática incluiu 14 estudos (11 na meta-análise).

**População:** 574 adultos com hipertensão pulmonar (462 na meta-análise) que estavam clinicamente estáveis.

**Intervenção:** Reabilitação baseada em exercícios supervisionados.

**Comparador:** Cuidados habituais ou educação sem componente específico de exercícios.

**Desfechos:** Os desfechos primários foram a capacidade de exercício, incluindo medidas como 6MWT (distância percorrida em m), capacidade de pico de exercício (pico de VO2 mL/kg/min).

A reabilitação baseada em exercícios foi realizada em ambientes de internação e ambulatoriais e incluíram exercícios para membros superiores e inferiores.

## RESULTADOS

Reabilitação baseada em exercícios supervisionados comparado com controle:

- aumentou a distância média de caminhada de seis minutos em 48.52 m, IC 95% 33.42 a 63.62
- aumentou o consumo médio de oxigênio máximo 2.07 mL/kg/min, IC 95% 1.57 a 2.57
- provavelmente não aumentou o risco de eventos adversos graves (diferença de risco 0, IC 95% -0,-.03 a 0.03); certeza moderada de evidência.

**Nota:** Baseado em baixa certeza de evidência, houve falta de alocação secreta e falta de relato de todos os dados dos resultados.

**Em pessoas com hipertensão pulmonar clinicamente estáveis, a reabilitação baseada em exercícios supervisionados pode resultar em um grande aumento na capacidade de exercício sem danos significativos quando comparado a uma intervenção não baseada em exercícios.**

pedro.org.au/portuguese
@PEDrinho_dbase
@PEDrinho_database
PEDrinho - Physiotherapy Evidence Database

PEDrinho
Physiotherapy Evidence Database

Morris NR, Kermeen FD, Jones AW, Lee JYT, Holland AE. Exercise-based rehabilitation programmes for pulmonary hypertension. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2023, Issue 3. Art. No.: CD011285. DOI: 10.1002/14651858.CD011285.pub3.

Leia mais no PEDro.

## O apoio ao PEDro vem de organizações globais de fisioterapia.

Nós reconhecemos a Associação de Fisioterapeutas do Luxemburgo, Società Italiana di Fisioterapia, Physioswiss que acabam de renovar sua parceria com o PEDro por mais um ano.

As parcerias fornecidas por essas Organizações Membros Mundiais de Fisioterapia são cruciais, pois garantem a sustentabilidade contínua do PEDro.

Gostaríamos de agradecer pelo seu apoio.

---

## Atualização do PEDro (3 de julho de 2023)

O PEDro possui 59.391 registros. Na última atualização do dia 3 de julho de 2023 você encontrará:

- 45.379 ensaios clínicos (44.063 com avaliação da qualidade metodológica pela escala PEDro confirmada)
- 13.247 revisões sistemáticas
- 765 diretrizes de prática clínica.

Acesse *Evidência no seu e-mail* para as mais recentes diretrizes de prática clínica, revisões sistemáticas e ensaios clínicos.

---

## Atualização do DiTA (3 de julho de 2023)

O DiTA possui 2.419 registros. Na última atualização do dia 3 de julho de 2023 você encontrará:

- 2.154 estudos de acurácia diagnóstica
- 265 revisões sistemáticas.

Acesse *Evidência no seu e-mail* para os mais recentes estudos originais e revisões sistemáticas de estudos de acurácia diagnóstica.

---

## As próximas atualizações do PEDro e DiTA (Agosto 2023)

As próximas atualizações do PEDro e DiTA serão na próxima segunda-feira 7 de agosto de 2023

---

Proudly supported by

AUSTRALIAN PHYSIOTHERAPY ASSOCIATION

*Copyright © 2023 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