



A. Atualização do PEDro (6 Abril 2020)

O PEDro possui 46.649 registros. Na última atualização do dia 6 de Abril de 2020 você encontrará:

- 36.330 ensaios clínicos (35.511 com avaliação da qualidade metodológica pela escala PEDro confirmada)
- 9.641 revisões sistemáticas
- 678 diretrizes de prática clínica.

A última atualização do PEDro já está disponível (6/04/2020). Acesse [Evidência no seu e-mail](#) para as mais recentes diretrizes de prática clínica, revisões sistemáticas e ensaios clínicos.

B. Atualização do DiTA (6 Abril 2020)

O DiTA possui 1.749 registros. Na última atualização do dia 6 de Abril de 2020 você encontrará:

- 1.588 estudos de acurácia diagnóstica
- 161 revisões sistemáticas.

A última atualização do DiTA já está disponível (6/04/2020). Acesse [Evidência no seu e-mail](#) para os mais recentes estudos originais e revisões sistemáticas de estudos de acurácia diagnóstica.

C. PEDro homenageia fisioterapeutas e outros profissionais da saúde na linha de frente contra o COVID-19

O PEDro presta sua homenagem a todos os fisioterapeutas e outros profissionais de saúde atuando na linha de frente durante a pandemia do Coronavírus (COVID-19). Agradecemos sua coragem, dedicação e expertise. Vocês tem o apoio da comunidade fisioterapêutica global.

Durante a pandemia, fisioterapeutas tem trabalhado em colaboração para entregar tratamentos de qualidade, para auxiliar outros colegas ao redor do mundo, criando ferramentas educacionais, treinamentos, e transmitindo mensagens importantes do ponto de vista da saúde pública. Neste post, destacamos algumas iniciativas-chave e ferramentas desenvolvidas por fisioterapeutas.

Um group de experts em fisioterapia cardiopulmonar (Austrália, Bélgica, Canadá, e Reino Unido) se uniu para preparar um conjunto de recomendações para o tratamento fisioterapêutico da COVID-19 no ambiente hospitalar. O guideline contempla o planejamento e organização de equipes de trabalho, bem como a utilização de intervenções fisioterapêuticas. O documento contém 17 recomendações para planejamento de trabalho, 7 recomendações para screening visando a determinar indicações para fisioterapia, 16 para tratamentos fisioterapêuticos respiratórios, 11 para mobilização, exercício intervenções reabilitativas, e 15 para a utilização de equipamento de proteção individual. Até o presente momento, o guideline foi endossado pela Australian Physiotherapy Association, Canadian Physiotherapy Association, Association of Chartered Society of Physiotherapists in Respiratory Care UK, Associazione Riabilitatori dell' Insufficienza Respiratoria, International Confederation of Cardiorespiratory Physical Therapists, e World Confederation of Physical Therapy (WCPT).

A versão final do guideline para o manejo fisioterapêutico da COVID-19 no ambiente hospitalar foi aceito para publicação no Journal of Physiotherapy:

[Thomas P, Baldwin C, Bissett B, Boden I, Gosselink R, Granger CL, Hodgson C, Jones AYM, Kho ME, Moses R, Ntoumenopoulos G, Parry SM, Patman S, van der Lee L. Physiotherapy management for COVID-19 in the acute hospital setting: clinical practice recommendations. *Journal of Physiotherapy* 2020;66\(2\):in press](#)

O plano é revisar e atualizar a diretriz na medida em que mais informações forem descobertas sobre o tratamento da COVID-19.

WCPT e Physiopedia estão fazendo importantes contribuições para educação e treinamento. [WCPT fez um recorte de uma série de informações úteis específica para fisioterapeutas](#). Fisioterapeutas podem se [inscrever na lista de emails](#) do WCPT para manterem-se informados. Physiopedia está oferecendo [um curso online a respeito do COVID-19](#) para participantes aprenderem mais sobre a pandemia sob a perspectiva do

fisioterapeuta.

Fisioterapeutas e outros profissionais sa saúde tem sido fundamentais para a promoção de mensagens adequadas sobre a importância do distanciamento social. O distanciamento foi adotado em diversos países, e destacamos aqui dois grandes exemplos do [Belfast Health and Social Care Trust in Northern Ireland](#) e do programa [“7:30”, de televisão da rede Australiana ABC](#).

Auto-cuidado é incrivelmente importante durante estes tempos difíceis. [Mindspot](#) publicou uma série de [10 dicas psicológicas](#) para mantermo-nos resilientes durante a fase de distanciamento social, auto-isolamento e quarentena. As dicas incluem buscar informações de fontes confiáveis, se desapegar de informações advindas das redes sociais 24 horas por dia, organizar o seu dia, manter hábitos saudáveis, e se manter engajado socialmente. Fontes confiáveis de informação incluem a [Organização Mundial de Saúde](#) e o ministério de saúde (por exemplo, o [Ministério da Saúde de Singapura](#)).

Manter-se fisicamente ativo é importante para a saúde mental e física. A iniciativa [QuaranTrain](#) oferece diversas sugestões sobre como se exercitar durante a fase de distanciamento social, auto-isolamento e quarentena. Esta valiosa fonte de informação foi desenvolvida por um grupo de estudantes de fisioterapia da HAN – University of Applied Sciences na Holanda e está disponível em inglês e holandês.

Por fim, finalizamos o post com algumas palavras inspiradoras da Primeira-Ministra da Nova Zelanda, [Jacinda Ardern](#), que nos lembra que: “Vamos passar por isso juntos, mas apenas se permanecermos unidos. Sejam fortes e gentis uns com os outros.”

D. Evidência para guiar a implementação de telerreabilitação em fisioterapia

Com muitos fisioterapeutas agora realizando atendimentos online por conta da pandemia do Coronavírus (COVID-19), resumimos aqui algumas pesquisas de alta qualidade para guiar intervenções em telerreabilitação. Abaixo segue uma lista de revisões sistemáticas publicadas nos últimos 5 anos que avaliou os efeitos de intervenções de telerreabilitação. A Chartered Society of Physiotherapy produziu um guia rápido para a [implementação de consultas de telerreabilitação que podem ser úteis](#).

Title	Method
Telerehabilitation services for stroke (Cochrane review)	systematic review

Alternative models of cardiac rehabilitation: a systematic review	systematic review
Telehealthcare in COPD: a systematic review and meta-analysis on physical outcomes and dyspnea	systematic review
Telehealth interventions versus center-based cardiac rehabilitation of coronary artery disease: a systematic review and meta-analysis	primary study
Telehealth exercise-based cardiac rehabilitation: a systematic review and meta-analysis	systematic review
Interventions to achieve ongoing exercise adherence for adults with chronic health conditions who have completed a supervised exercise program: systematic review and meta-analysis	systematic review
Real-time telerehabilitation for the treatment of musculoskeletal conditions is effective and comparable to standard practice: a systematic review and meta-analysis	systematic review
Telehealth interventions to support self-management of long-term conditions: a systematic metareview of diabetes, heart failure, asthma, chronic obstructive pulmonary disease, and cancer	systematic review
Lifestyle interventions based on the diabetes prevention program delivered via eHealth: a systematic review and meta-analysis	systematic review
The effectiveness of exercise-based telemedicine on pain, physical activity and quality of life in the treatment of chronic pain: a systematic review	systematic review
Exploring effectiveness and effective components of self-management interventions for young people with chronic physical conditions: a systematic review	systematic review
Clinical-effectiveness of self-management interventions in chronic obstructive pulmonary disease: an overview of reviews	systematic review
The use of mobile applications to support self-management for people with asthma: a systematic review of controlled studies to identify features associated with clinical effectiveness and adherence	systematic review
Effectiveness of telephone-based interventions for managing osteoarthritis and spinal pain: a systematic review and meta-analysis	systematic review
The efficacy of telehealth delivered educational approaches for patients with chronic diseases: a systematic review	systematic review
Cost-effectiveness of cardiac rehabilitation: a systematic review	systematic review
eHealth interventions for people with chronic kidney disease (Cochrane review)	systematic review

E. O Clube Mundial de Leitura do PEDro sobre terapia de contensão induzida após acidente vascular encefálico está disponível

Bem-vindo ao Clube Mundial de Leitura do PEDro. O objetivo desse clube de leitura é encorajar a comunidade de fisioterapeutas mundialmente a ler ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas e diretrizes de prática clínica que tragam implicações importantes para a prática clínica. Nosso desejo é facilitar a discussão sobre pesquisa e auxiliar fisioterapeutas a implementarem os resultados das pesquisas em sua prática clínica.

Clubes de leitura são uma grande forma de translação de pesquisa para a prática clínica. Em Março de 2020, o [PEDro publicou um post](#) que delineou aspectos-chave para o sucesso de um clube de leitura. Utilizaremos este modelo para realizarmos três ou quatro clubes de leitura durante o ano de 2020. A ideia é que fisioterapeutas utilizem as informações disponibilizadas pelo PEDro como base para a organização de clubes de leitura locais com seus pares.

O primeiro Clube Mundial de Leitura do PEDro é sobre terapia de contensão induzida para pessoas com condições neurológicas (em especial acidente vascular encefálico). [Discutiremos o estudo EXCITE](#). Encorajamos fisioterapeutas com interesse em neurologia a participarem deste processo, que consiste em cinco etapas:

1. convide seus colegas para se envolverem
2. [leia o artigo](#)
3. assista (ou ouça) o [vídeo](#) resumindo o estudo EXCITE
4. assista (ou ouça) o [vídeo](#) do painel de debate a respeito do estudo EXCITE
5. reúna-se com seus colegas e discutam o estudo EXCITE

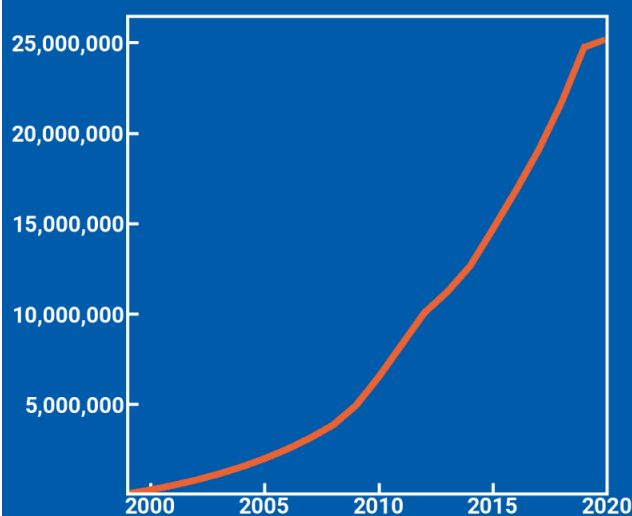
Se você estiver interessado em se envolver com o Clube Mundial de Leitura, visite o website do [PEDro](#) para mais informações.

F. Mais de 25 milhões de buscas no PEDro foram realizadas entre 1999-2020

Este mês, o PEDro comemora outro marco histórico; mais de 25 milhões de buscas foram realizadas desde o lançamento do PEDro em Outubro de 1999 até Fevereiro de 2020. Fisioterapeutas, professores e estudantes ao redor do mundo realizaram buscas e acessaram pesquisas de alta qualidade metodológica para responder perguntas clínicas e melhorar o tratamento dos pacientes.

Encorajamos os usuários do [PEDro a acessarem a página de busca avançada](#). Para aproveitar o máximo da ferramenta de busca avançada do PEDro, você pode assistir os vídeos '[Como realizar uma busca avançada no PEDro](#)' e '[Como otimizar uma pesquisa na base de dados PEDro](#)'.

Mais de 25 milhões de buscas no PEDro foram realizadas entre 1999-2020



PEDro

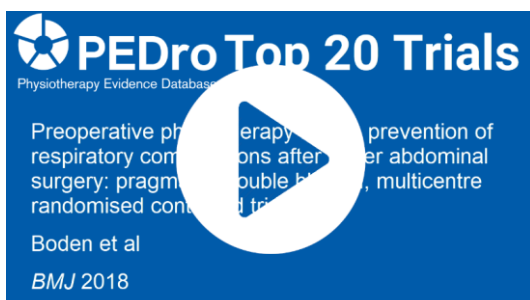
Physiotherapy Evidence Database

www.pedro.org.au

G. Vídeos para o Top 5 Ensaios Clínicos do PEDro em 2014-2019 estão agora disponíveis em Espanhol

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. [Criamos pequenos vídeos para explicar cada ensaio clínico](#).

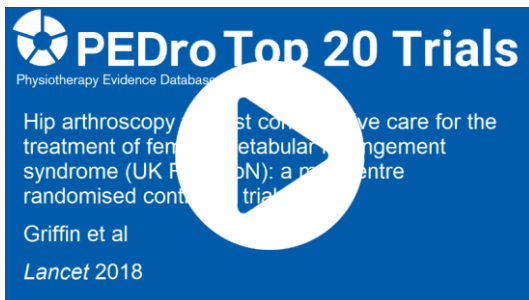
É com muito prazer que anunciamos que os vídeos dos top 5 ensaios clínicos entre 2014-2019 estão agora disponíveis em Espanhol. O PEDro gostaria de agradecer María Fernanda Stauffert e Elena Lozano Cavero, que traduziram os vídeos para o Espanhol. María traduziu e gravou os vídeos durante seu estágio de 10 semanas no Institute for Musculoskeletal Health, na School of Public Health, The University of Sydney. María é estudante de fisioterapia na Universidad Nacional Autónoma de México, México. Elena é da Universidad Complutense em Madrid, Espanha.



[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;360:i5916](#)



[Exercises to improve function of the rheumatoid hand \(SARAH\): a randomised controlled trial](#)
[Lamb SE, Williamson EM, Heine PJ, Adams J, Dosanjh S, Dritsaki M, Glover MJ, Lord J, McConkey C, Nichols V, Rahman A, Underwood M, Williams MA, on behalf of the Strengthening and Stretching for Rheumatoid Arthritis of the Hand Trial \(SARAH\) Trial Team](#)
[Lancet 2015;385\(9966\):421-9](#)



[Hip arthroscopy versus best conservative care for the treatment of femoroacetabular impingement syndrome \(UK FASHIoN\): a multicentre randomised controlled trial](#)
[Griffin DR, Dickenson EJ, Wall PDH, Achana F, Donovan JL, Griffin J, Hobson R, Hutchinson CE, Jepson M, Parsons NR, Petrou S, Realpe A, Smith J, Foster NE, on behalf of the FASHIoN Study Group](#)
[Lancet 2018;391\(10136\):2225-35](#)

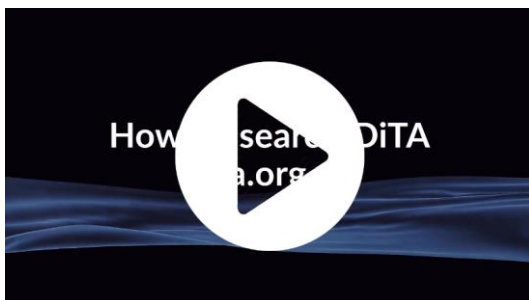


[Effect of inpatient rehabilitation versus a monitored home-based program on mobility in patients with total knee arthroplasty: the HIHO randomized clinical trial](#)
[Buhagiar MA, Naylor JM, Harris IA, Xuan W, Kohler F, Wright R, Fortunato R](#)
[JAMA 2017;317\(10\):1037-46](#)



[Efficacy and safety of very early mobilisation within 24 h of stroke onset \(AVERT\): a randomised controlled trial](#)
[The AVERT Trial Collaboration group](#)
[Lancet 2015;386\(9988\):46-55](#)

H. Tutorial sobre como realizar buscas na DiTA agora disponível



A DiTA (Diagnostic Test Accuracy) é uma base de dados que indexa estudos e revisões sistemáticas que avaliam a acurácia diagnóstica de testes utilizados por fisioterapeutas. É com muito prazer que anunciamos a publicação do tutorial, [em vídeo, sobre como realizar buscas na DiTA](#). O vídeo está em Inglês.

Você encontra a página de busca da [DiTA na home-page](#). Clique em “SEARCH” no cabeçalho ou rodapé da página, ou no centro da página. Ao buscar na DiTA, você pode utilizar termos de busca para 14 diferentes campos de busca ou categorias. Alguns destes campos apresentam listas específicas de termos que você pode adicionar à sua busca. Estes termos são indicados com uma seta. Por exemplo, para buscar partes do corpo, a lista conta com diferentes regiões anatômicas que são o foco de um teste diagnóstico. Outros campos permitem que você digite texto nas caixas de busca. Por exemplo, você pode digitar o nome de um teste diagnóstico no campo “Name of index test”.

Utilizar o PICO para realizar sua pergunta clínica vai auxiliar você a estruturar a busca. Para questões relacionadas à acurácia diagnóstica, utilize:

P, para População (ou Paciente)

I, para Investigação (o teste que você quer pesquisar)

C, para Comparador (o padrão-ouro com o qual você quer comparar o teste de interesse)

O, para desfecho (‘Outcome’, em inglês – o diagnóstico que o teste visa a confirmar ou excluir).

É importante ressaltar que não é necessário adicionar termos em todos os campos de busca da página. Um ou dois termos cuidadosamente selecionados provavelmente serão suficientes.

O vídeo tutorial ‘How to search DiTA’ ilustra como realizar uma pergunta clínica utilizando o PICO, como selecionar termos, e refinar sua busca até que um número manejável de resultados tenha sido obtido.

A página ‘DiTA Search Help’ é outra maneira importante para descobrir mais sobre como realizar buscas. Essa página pode ser acessada ao clicar em ‘LEARN’ no cabeçalho, rodapé ou no ícone da [DiTA no centro da home-page](#). Você também pode encontrar um link para a página ‘Search help’ na página de busca da DiTA.

I. Infográfico de revisão sistemática que demonstrou que exercícios melhoram saúde e condicionamento cardiovascular materno durante a gravidez

No mês passado resumimos a [revisão sistemática de Cai et al.](#) Esta revisão concluiu que exercícios melhoram saúde e condicionamento cardiovascular materno durante a gravidez.

Este infográfico descreve algumas sugestões para programas de exercício.



Uma recente revisão sistemática de 26 ensaios clínicos randomizados encontrou que exercício melhora a saúde cardiorespiratória e aptidão física em mulheres grávidas

Exercícios de baixa a alta intensidade, 2 a 7 dias/semana, durante 15 a 60 minutos por sessão



Caminhada



Bicicleta estacionária



Treinamento de força



Treinamento aeróbico



Exercícios combinados

CITAÇÃO

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



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.](#)

J. Revisão sistemática encontrou que exercício melhora sintomas de depressão em pessoas com condições crônicas de saúde

Pessoas com doenças não-comunicáveis, tais como câncer, doenças respiratórias e diabetes tipo II apresentam maiores taxas de sintomas depressivos que a população em geral. Sintomas de depressão também representam um fator de prognóstico adverso para estas condições. O exercício aeróbico é aceito como uma opção de tratamento efetiva para depressão em pessoas com e sem comorbidades. Esta revisão sistemática determinou o efeito do exercício aeróbico comparado ao tratamento convencional nos sintomas de depressão em pessoas com doenças crônicas.

Buscas abrangentes em três bases de dados identificaram estudos, randomizados ou não, que recrutaram adultos com doença cardiovascular, câncer, doenças respiratórias ou diabetes tipo II. O estudo tinha que comparar exercício aeróbio (ao menos duas vezes por semana com intensidade ao menos moderada por um mínimo de 4 semanas) a tratamento convencional. Estudos em que o tratamento convencional envolveu algum tipo de exercício foram excluídos. O desfecho foi depressão determinada por avaliação clínica ou mensurada com escalas validadas. Dois pesquisadores selecionaram os estudos e extraíram os dados independentemente. A qualidade dos estudos foi avaliada com o checklist Downs and Black, e a certeza da evidência foi avaliada com a ferramenta Grading of Recommendations, Assessment, Development and Evaluation (GRADE). Metanálises foram reportadas como standardised mean difference (SMD) e intervalos de confiança (IC) 95%. Cinco análises de subgrupo foram pre-especificadas e estimadas via meta-regressão: (1) tipo de condição; (2) frequência do exercício (≤ 3 vs > 3 sessões por semana); (3) duração das sessões (≤ 30 vs > 30 minutos); (4) duração do programa (< 12 vs ≥ 12 semanas).

30 ensaios clínicos randomizados e 2 estudos não randomizados (4.111 participantes) foram incluídos na revisão, dentre os quais 24 puderam ser incluídos na metanálise. As intervenções foram entregues entre 2 a 5 sessões por semana durante 20 a 80 minutos por 4 a 24 semanas. Onze estudos incluíram participantes com doenças cardiovasculares, 10 estudos em pessoas com câncer, 2 com doenças respiratórias e 1 com diabetes tipo II.

Há evidência de baixa certeza que exercício melhora sintomas de depressão em pessoas com condições crônicas (SMD 0,5; IC 95% 0,25 a 0,76; 24 estudos) comparado a tratamento usual. Há evidência de moderada certeza que exercício aeróbio melhora sintomas depressivos em pessoas com doença cardiovascular (SMD 0,67; IC 95% 0,35 a 0,99; 11 estudos), e evidência de baixa certeza (SMD 0,22; IC 95% 0,07 a 0,37; 10 estudos). Há evidência de baixa certeza sobre a ausência de efeito do exercício em doenças respiratórias (SMD 0,98; IC 95% -0,01 a 1,96; 2 estudos) e diabetes (SMD 0,11; IC 95% -0,43 a 0,65; 1 estudo). Meta-regressão identificou que a frequência, duração e duração dos programas não influenciaram o tamanho do efeito.

Exercício aeróbio traz efeitos potencialmente importantes clinicamente em sintomas depressivos em pessoas com doenças não-comunicáveis. A certeza da evidência é maior em pessoas com doenças cardiovasculares. Os programas de exercício investigados foram direcionados às patologias de base, não a sintomas depressivos em si. É também importante notar que esta revisão não objetivou avaliar o efeito do exercício em pessoas com diagnóstico clínico de depressão severa.

Beland M, et al. Aerobic exercise alleviates depressive symptoms in patients with a major non-communicable chronic disease: a systematic review and meta-analysis. *Brit J Sports Med* 2020;54:272-8

[Leia mais no PEDro.](#)

K. O suporte ao PEDro também vem da Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie e Irish Society of Chartered Physiotherapists

Agradecemos a [Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie](#) e [Irish Society of Chartered Physiotherapists](#) por renovar a sua parceria com o PEDro por mais um ano.

L. As próximas atualizações do PEDro e DiTA (Maio 2020)

As próximas atualizações do PEDro e DiTA serão na próxima segunda-feira 4 de Maio 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](#)