

"Pilates" AND "Fibromyalgia". Os critérios de inclusão foram estudos randomizados, com textos completos, publicados entre os anos de 2016 e 2023. Os estudos excluídos foram os trabalhos duplicados nas bases de dados selecionadas, artigos de revisão, relatos de caso, editoriais, monografias, teses, dissertações e aqueles que não abrangeram a temática do estudo.

A partir da análise das plataformas, foram encontrados 80 artigos, sendo que destes, selecionados 11 para compor a amostra desta revisão.

RESULTADOS

O Método Pilates destacou-se por sua eficácia na reabilitação e diminuição das áreas dolorosas, na promoção do bem-estar clínico e biopsicossocial, assim como na melhoria da qualidade de vida em pacientes com fibromialgia.

O estudo de Caglayan et al.¹, assim como o de Jesus et al.² respaldam o método como uma abordagem segura e eficaz, não apenas aliviando o impacto global, aprimorando o sono e a funcionalidade, mas, também, proporcionando melhorias abrangentes na atividade da doença, estado funcional e ansiedade em indivíduos com fibromialgia.

Outro aspecto importante encontrado no trabalho de Medeiros et al.³ que avaliou a prática de Pilates em mulheres com fibromialgia, foi a redução no consumo de analgésicos associada à prática regular da modalidade, oferecendo uma alternativa mais segura e sustentável para o manejo da dor crônica. Isso não apenas minimizou os efeitos colaterais associados aos medicamentos, como também promoveu uma experiência terapêutica mais satisfatória para os pacientes, aumentando sua adesão ao tratamento e melhorando os resultados a longo prazo.

Além disso, apontado em análise de Kumpel et al.⁴ que comparou os efeitos da hidroterapia com o Pilates nos pacientes com fibromialgia, uma das grandes vantagens do Pilates é a sua adaptabilidade a diferentes níveis de condicionamento físico e habilidades. Os exercícios podem ser facilmente modificados para atender às necessidades individuais, tornando-os acessíveis a uma ampla gama de pessoas, o que torna a prática inclusiva e acessível para todos, independentemente de idade, gênero ou condição física.

CONCLUSÃO

O Pilates é uma estratégia segura e eficaz na reabilitação da fibromialgia, proporcionando alívio da dor, melhoria do bem-estar clínico e qualidade de vida. Esses benefícios estendem-se à aprimoramento do sono e funcionalidade, com contribuição significativa para a gestão da atividade da doença, estado clínico e ansiedade.

REFERÊNCIAS

1. Caglayan BC, Basakci Calik B, Gur Kabul E, Karasu U. Investigation of effectiveness of reformer pilates in individuals with fibromyalgia: A randomized controlled trial. *Reumatol Clin (Engl Ed)*. 2023;19(1):18-25. Doi: [10.1016/j.reuma.2022.01.003](https://doi.org/10.1016/j.reuma.2022.01.003)
2. Jesus DXG, Pacheco CR, Rezende RM. The use of Pilates for pain control in patients with fibromyalgia. *Fisioter mov*. 2022;35:e35204. Doi: [10.1590/fm.2022.35204](https://doi.org/10.1590/fm.2022.35204)

3. Medeiros SA, Silva HJA, Nascimento RM, Maia JBS, Lins CAA, Souza MC. Mat Pilates is as effective as aquatic aerobic exercise in treating women with fibromyalgia: a clinical, randomized and blind trial. *Adv Rheumatol*. 2020;60(1):21. Doi: [10.1186/s42358-020-0124-2](https://doi.org/10.1186/s42358-020-0124-2)
4. Kumpel C, Porto EF, Silva KMOM, Aguiar SD, Lima PB, Campos GF, et al. Estudo comparativo dos efeitos da hidroterapia e método Pilates sobre a capacidade funcional de pacientes portadores de fibromialgia. *Acta Fisiátr*. 2020;27(2):64-70. Doi: [10.11606/issn.2317-0190.v27i2a166723](https://doi.org/10.11606/issn.2317-0190.v27i2a166723)

Informações contidas nos vídeos sobre dor lombar no Youtube seguem as diretrizes clínicas de reabilitação?

Leonardo Bonicontrô Fonsati¹, Nise Ribeiro Marques², Mateus dos Reis Esteves², Breno Moreira da Silva², Marcelo Tavella Navega¹

¹Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho"

²Centro Universitário Sagrado Coração

Palavras-chave: Dor Lombar, Reabilitação, Gestão da Informação em Saúde, Guia de Prática Clínica, Desinformação

INTRODUÇÃO

A dor lombar é indicada como a condição musculoesquelética que mais gera incapacidade e perda de produtividade em adultos no mundo. Devido a alta pluralidade de tipos e tratamentos de dor lombar, diretrizes de prática clínica são um ótimo meio do clínico se atualizar quanto ao poder e recomendação da literatura científica para aumentar sua eficácia e diminuir o risco de efeitos adversos ao longo da sua carreira. No Brasil, observa-se pouca adesão do fisioterapeuta ao uso dessas diretrizes e atualização científica, tendo como uma das principais barreiras a incapacidade de entender dados estatísticos e aumentando as chances de procurar de informação através de mídias sociais, como o Youtube[®]. Atualmente, os recursos online sobre dor lombar são limitados quanto a sua qualidade e quanto ao seu conteúdo, o que pode responder de forma incompleta as dúvidas dos pacientes.¹ Vídeos no Youtube[®] para dor lombar se mostram insatisfatórios quanto às suas recomendações² e podem interferir de forma negativa para a educação do paciente.³

OBJETIVO

Identificar as principais informações vinculadas no Youtube a respeito do diagnóstico e tratamento não farmacológico da dor lombar e comparar com as informações descritas em diretrizes de prática clínica.

MÉTODO

Uma análise transversal foi realizada no Youtube[®] a fim de se-

leccionar os 100 primeiros vídeos na língua portuguesa dos últimos 5 anos utilizando o descritor “dor lombar” por 3 pesquisadores independentes, com objetivo de minimizar os riscos de seleção dos vídeos conforme o algoritmo gerado pelo site através das buscas anteriores e, posteriormente, foram selecionados os vídeos que foram encontrados em comum entre os 3.

Os vídeos foram analisados e descritos quanto ao tipo, intenção, duração, número de curtidas, visualizações, número de comentários, profissional da saúde e recomendações de diagnóstico e tratamento, cuja análise foi feita através de uma tabela de pontuação composta por informações contidas em diretrizes clínicas de 2017 até o atual ano. As notas para recomendações diagnósticas foram separadas em: Ruim (0-2 pontos), aceitável (3-4 pontos) e boa (5-6 pontos), enquanto as recomendações de tratamento foram separadas em: Ruim (nota 0-3 pontos), aceitável (4-6 pontos) e boa (7-9 pontos).

Quadro 1. Classificação baseada nas diretrizes

Recomendações diagnósticas	Pontos
Classificação	1
Anamnese e exame físico	1
Bandeiras vermelhas	1
Exame neurológico	1
Considerar imagem apenas se bandeiras vermelhas estiverem presentes	1
Bandeiras amarelas	1
Recomendações de tratamento	
Evitar repouso no leito para dor lombar aguda	1
Aconselhamento para manter as atividades normais em pacientes agudos	1
Assegurando que lombalgia não é uma doença grave	1
Tranquilizando sobre o prognóstico favorável da dor lombar aguda	1
Indicação de encaminhamento ao especialista	1
Encaminhamento para um especialista se não houver melhora entre 4 semanas a 2 anos	1
Reabilitação multidisciplinar	1
Estratégias psicossociais em dor lombar crônica	1
Terapia por exercícios em dor lombar crônica	1

Adaptado de Maia et al.²

RESULTADOS

Foram encontrados 46 vídeos em comum entre os 3 pesquisadores, onde 3 vídeos foram excluídos da amostra devido ao tempo de publicação e 1 por se tratar de intervenção farmacológica, restando à análise final um total de 42 vídeos. 90,4% dos vídeos eram no formato de videoaula, com uma duração média de 11:38 ± 0,36 minutos, número de curtidas médias de 20166,69, com média de 421071,7 visualizações e média de 533,66 comentários, onde 69% tinham como intenção mostrar a intervenção na dor lombar. Fisioterapeutas foram os profissionais da saúde que mais publicaram vídeos (45,2%), seguido de médicos (28%). Recomendações de diagnóstico tiveram como média 0,725 ± 1,14

pontos, enquanto as recomendações de tratamento tiveram como média 1,175 ± 1,14 pontos.

Tabela 1. Resultados descritivos dos vídeos do Youtube®

Tipo	
Videoaula	88,09%
Programa	9,52%
Entrevista	2,39%
Intenção	
Informar sobre diagnóstico	21,40%
Informar sobre prognóstico	2,30%
Informar sobre epidemiologia	7,10%
Informar sobre intervenções	69,20%
Profissional da Saúde	
Fisioterapeuta	45,29%
Profissional de Educação Física	4,76%
Médico	28%
Indeterminado	21,95%
Recomendações de Diagnóstico	0,725 ± 1,14
Ruim	88,10%
Aceitável	11,90%
Bom	0%
Recomendações de Tratamento	1,175 ± 1,14
Ruim	97,61%
Aceitável	2,39%
Bom	0%
Visualizações	421071,74 ± 658956,7
Número de Curtidas	20166,69 ± 28146,62
Número de Comentários	599,67 ± 687,54
Duração	11,38 ± 0,37

Recomendações de Diagnóstico, Recomendações de Tratamento, Visualizações, Número de Curtidas, Número de Comentários e Duração: Média ± Desvio Padrão, Duração: minutos

DISCUSSÃO

O atual estudo é pioneiro no que se diz respeito a qualidade dos vídeos relacionados à dor lombar na língua portuguesa. No entanto, evidências já existentes relatam que a qualidade dos vídeos em outras línguas e condições de saúde são precárias. O que fica evidenciado no presente estudo, é a escassez de relatos quanto ao prognóstico e epidemiologia da lombalgia, enquanto relatos sobre intervenções são a grande maioria. No que se diz respeito à prática baseada em evidências, o peso é igual para a melhor evidência disponível no momento, experiência profissional e preferência do paciente, porém os vídeos expõem a falta da melhor evidência científica no momento, enquanto relatos sobre casos são narrados como uma verdade absoluta, podendo gerar conflito de interesses e/ou expondo mais ainda o viés de confirmação de quem realizou o vídeo.

Kim⁴ encontrou resultados semelhantes no que se diz respeito aos vídeos em mídias sociais sobre a saúde da mulher, demonstrando que no Youtube®, principalmente, a qualidade das informações era baixa. Em relação a quem está gravando o vídeo é muito importante. Profissionais de saúde transmitem informações superiores, mas ainda sim a qualidade é muito ruim. O que é notável também em várias áreas, é a divulgação de informação

para o autocuidado, como se a ida a um profissional de saúde fosse descartável.

CONCLUSÃO

As informações transmitidas por profissionais da saúde ao público são consideradas ruins quando comparadas com as informações contidas nas diretrizes clínicas, podendo acarretar na baixa eficácia do sistema de saúde na dor lombar.

REFERÊNCIAS

1. Nielsen M, Jull G, Hodges PW. Information needs of people with low back pain for an online resource: a qualitative study of consumer views. *Disabil Rehabil.* 2014;36(13):1085-91. Doi: [10.3109/09638288.2013.829532](https://doi.org/10.3109/09638288.2013.829532)
2. Maia LB, Silva JP, Souza MB, Henschke N, Oliveira VC. Popular videos related to low back pain on YouTube™ do not reflect current clinical guidelines: a cross-sectional study. *Braz J Phys Ther.* 2021;25(6):803-810. Doi: [10.1016/j.bjpt.2021.06.009](https://doi.org/10.1016/j.bjpt.2021.06.009)
3. Hornung AL, Rudisill SS, Suleiman RW, Siyaji ZK, Sood S, Siddiqui S, et al. Low back pain: What is the role of YouTube content in patient education? *J Orthop Res.* 2022;40(4):901-908. Doi: [10.1002/jor.25104](https://doi.org/10.1002/jor.25104)
4. Kim JH, Kim HK. Content and quality of YouTube regarding women's health: a scoping review. *Korean J Women Health Nurs.* 2023;29(3):179-189. Doi: [10.4069/kjwhn.2023.08.19](https://doi.org/10.4069/kjwhn.2023.08.19)

Inovação em reabilitação pós acidente vascular cerebral (AVC): órteses personalizadas com uso da manufatura aditiva

Maria Elizete Kunkel¹, Marcele Florêncio das Neves², Letícia Martins Ramos Ortega¹, Beatriz Yumi Omine¹, Thabata Alcântara Ferreira Ganga¹

¹Universidade Federal de São Paulo

²Universidade do Vale do Paraíba

Palavras-chave: Extremidade Superior, Aparelhos Ortopédicos, Acidente Vascular Cerebral

INTRODUÇÃO

O Acidente Vascular Cerebral (AVC) é uma condição neurológica que representa uma das principais causas globais de deficiência adquirida na idade adulta,¹ com 13 milhões de novos casos anualmente.² Os principais problemas de saúde que envolvem AVCs advêm de complicações da síndrome a longo prazo, que afetam a qualidade de vida do indivíduo¹ e se manifestam como sequelas cognitivas, psicológicas e físicas.²

Órteses são dispositivos de tecnologia assistiva comumente aceitos na linha de tratamento clínico e desempenham um papel relevante na reabilitação de membros superiores pós-AVC.³ Entretanto, esses dispositivos são frequentemente abandonados devido ao desconforto associado aos materiais e processos de

fabricação.⁴ Diante desse problema, a tecnologia de manufatura aditiva surge como alternativa viável na fabricação de órteses personalizadas, oferecendo possibilidade de personalização e de explorar diversos materiais e processos.⁵ Apesar do potencial da manufatura aditiva na produção de órteses,⁵ estudos sobre sua aplicação para membro superior em indivíduos pós-AVC são recentes e não há protocolos definidos, o que destaca a necessidade de uma revisão da literatura.

OBJETIVO

Estabelecer uma revisão de escopo da literatura sobre a aplicação da manufatura aditiva na fabricação de órteses de membro superior para indivíduos pós-AVC, com o objetivo de compreender os processos, materiais, finalidade de aplicação e resultados clínicos associados.

MÉTODO

Uma metodologia abrangente de cinco etapas foi adotada para identificar e sintetizar evidências relevantes de estudos em inglês entre 2018 e 2023, publicados em revistas de saúde e tecnologia: 1. Formulação da pergunta de pesquisa: Quais são os processos e materiais de manufatura aditiva mais utilizados em pesquisas de órtese de membro superior pós-AVC, quais são as finalidades de aplicação de cada órtese para cada caso e os resultados dos ensaios clínicos, se realizados; 2. Busca por estudos publicados nas bases de dados ACM Digital Library, Portal Periódico Capes, PubMed, Science@Direct e Scopus. As palavras-chaves utilizadas foram "Stroke, additive manufacturing, upper limb orthosis"; 3. Seleção dos estudos relevantes que respondiam à pergunta de pesquisa; 4. Mapeamento dos estudos selecionados em tipos de órteses: dinâmicas mecânicas, dinâmicas automatizadas e estáticas; 5. Sumarização e relato dos resultados.

RESULTADOS

No total, 10 estudos foram selecionados e analisados, de 2018 a 2023. Todos os anos resultaram em ao menos um artigo, tendo uma crescente de números entre 2022 e 2023 (Quadro 1). Para uma melhor análise, pode-se agrupar as órteses de cada artigo em três tipos: estáticas, dinâmicas mecânicas e dinâmicas automatizadas (Figura 1).

ÓRTESES DINÂMICAS MECÂNICAS

Os dispositivos capazes de fornecer um ajuste ou assistência motora apenas por ação mecânica foram agrupados em órteses dinâmicas mecânicas. Essas órteses prevalecem em quantidade dentre os artigos e são destinadas principalmente para voluntários que possuíam uma função motora debilitada e/ou necessitavam de uma órtese que acompanhasse o grau de correção durante a reabilitação. Tal finalidade é atingida utilizando componentes elásticos, além das partes impressas 3D, como apresentado por Dudley et al., Chang et al., Huber et al., ou até mesmo por partes intercambiáveis como foices apresentado por Chen et al. em seu estudo (Figura 1).

Para a análise clínica, alguns parâmetros eram utilizados como Análise de Amplitude de Movimento e a Escala Modificada de Ashworth (MAS) para avaliar a melhora no final do estudo. Quanto aos testes, eram utilizados, por exemplo, Box and Block Test (BBT), Fugl-Meyer Assessment (FMA), Action Research Arm