

Práxis segura e eficaz sem evidências científicas: é possível?

Safe and effective praxis without scientific evidence: is it possible?

Jefferson Petto^{1,2,3,4} , Igor Macedo de Oliveira^{1,3,5} , Alice Miranda de Oliveira^{1,2} ,
Marvyn de Santana do Sacramento^{1,2,3} 

1. ACTUS CORDIOS Reabilitação Cardiovascular, Respiratória e Metabólica, Salvador, BA, Brasil.

2. Centro Universitário Social da Bahia, Salvador, BA, Brasil.

3. Faculdade do Centro Oeste Paulista, Bauru, SP, Brasil.

4. Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, Salvador, BA, Brasil.

5. Centro Universitário UniRuy, Salvador, BA, Brasil.

Os primeiros relatos sobre o pensamento científico datam de milhares de anos A.C, onde problemas no cotidiano de nossos predecessores levaram a busca por formas de resolução efetivas e replicáveis. Atualmente, no advento da ciência e tecnologia, a tomada de decisões dos profissionais de saúde tem sido organizada com base na análise das diversas evidências disponíveis na literatura científica. Esse processo recebeu a designação de Prática Baseada em Evidências (PBE).

A PBE originou-se no Canadá por volta da década de 80. Ela enfatiza o uso de pesquisas para guiar a tomada de decisão clínica, com o intuito de fornecer o melhor tratamento ao paciente e evitar a iatrogenia [1]. No entanto, para que a PBE funcione é necessário que os profissionais de saúde realizem a análise crítica da literatura científica disponível. Essa análise, envolve aspectos como a observação dos desenhos de estudo, identificação dos possíveis vieses metodológicos, análise da estatística aplicada e a similaridade entre a população do estudo e a que será tratada [1]. Mas, e quando as evidências disponíveis são insuficientes?

Por vezes, frente a determinadas situações clínicas, os profissionais de saúde não encontram respostas claras e contundentes na literatura científica. Nós, que militamos com Reabilitação Cardiovascular, temos na maioria das vezes, amparo de uma literatura vasta que nos ajuda a tomar decisões terapêuticas eficazes e seguras. No entanto, nos deparamos com casos nos quais não temos esse suporte. Recentemente, recebemos em nossa clínica um caso de Síndrome de Ebstein e outro de Aneurisma Ventricular não Isquêmico. Dois casos em que a literatura científica é escassa e quase inexistente no quesito prescrição do exercício físico. Então, nos deparamos com questões como: Existe alguma contraindicação relativa à prática do exercício nesses casos? Qual o benefício do exercício para esses pacientes? Como deve ser a prescrição do exercício para esses pacientes caso não exista contraindicação?

Diante de quadros como esses, indagamos - como proceder? Nessas situações, dois recursos podem ser valiosos, o racional biológico e a experiência prática acumulada. O racional biológico é fundamentado em um vasto e contínuo conhecimento das disciplinas de base, da área na qual cada profissional de saúde resolve

*Correspondência: Marvyn de Santana do Sacramento. Av. Anita Garibaldi, 1815, CME, Sala 13. Ondina, Salvador - BA, 40170-130. E-mail: marvynsantana@gmail.com

atuar. Disciplinas como histologia, anatomia, cinesiologia, fisiologia, fisiopatologia e fisiologia do exercício são essenciais, para nós profissionais que utilizamos o exercício físico, como nosso recurso terapêutico para a promoção da saúde. Portanto, notem que não é possível adquirir esse conhecimento em pouco tempo. Esse é um processo contínuo e muitas vezes árduo, que deve se perpetuar durante toda nossa jornada profissional. Nos exemplos que citamos, só pudemos tomar uma decisão porque tínhamos o conhecimento básico capital para inferirmos respostas as perguntas que surgiram diante dos casos em questão. Não tínhamos tempo hábil para revisarmos toda a literatura de base para posteriormente tomarmos uma decisão terapêutica. O conhecimento acumulado através do constante aprimoramento é que possibilitou o escrutínio adequado.

Infelizmente, poucos são os discentes e profissionais que entendem a importância da qualificação contínua. Isso, culmina com decisões terapêuticas inadequadas que geram ônus a pacientes, instituições e governos, por se apresentarem ora ineficazes, ora prejudiciais. Mesmo quando é possível exercer a PBE, é necessário que existam profissionais com conhecimento cabedal e que estejam num permanente crescimento intelectual para aplicá-la. Da mesma forma que não existe tomada de decisão baseada em racional biológico sem fundamentação consistente, não existe PBE executada por profissionais que apresentem conhecimento parco.

O segundo aspecto, a experiência, é uma virtude conquistada com o tempo. A exposição a prática, aprimora o julgamento, pois, nos permite acumular vivências que servirão de base a decisões futuras. Quando nos deparamos com casos raros, como os que citamos anteriormente (Síndrome de Ebstein e aneurisma ventricular não isquêmico) experiências anteriores bem ou malsucedidas, norteiam as condutas diante de um novo caso com o mesmo problema. Mesmo, com peculiares inerentes, casos similares prévios, geram importante suporte na adoção de decisões terapêuticas futuras.

Por isso, consideramos tão importante o compartilhamento de experiências entre profissionais, seja em congressos, simpósios ou reunião de especialistas. Talvez, por escassez de tempo, essa seja uma prática pouco habitual. Uma boa solução para isso é o compartilhamento de experiências através da publicação de relatos de casos em periódicos científicos. Os profissionais devem ser encorajados a registrarem e relatarem suas experiências. Um relato de caso pode servir de base (racional biológico prático) para outros profissionais que se deparem com situação similar, bem como, para estudos observacionais contundentes e de causa-efeito que um dia serão a base da PBE.

Finalmente, em resposta ao título deste artigo - sim, é possível exercer uma práxis segura e eficaz mesmo na carência de evidências científicas que embasem o tratamento. No entanto, seja para o exercício da PBE, seja para tratamentos elaborados com base no racional biológico e experiência prática, é preciso não olvidar a necessidade da coexistência de profissionais que primem por um conhecimento profundo e que se renova na continuidade. Por isso, convidamos você estudante ou profissional, a colocar mais um tijolo na construção do seu conhecimento, com a leitura atenta e crítica desta nova edição da *Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício*.

Referências

1. Galvão CM, Sawada NO, Rossi LA. A prática baseada em evidências: considerações teóricas para sua implementação na enfermagem perioperatória. *Rev Latino-am Enferm* 2002;10(5):690-5. <https://doi.org/10.1590/s0104-11692002000500010>