

CRITICALLY APPRAISED TOPIC (CAT)

Pergunta clínica: Em adolescentes com escoliose idiopática, a combinação de tratamento usual (observação ou uso de colete) e exercícios do método Schroth num período de 6 meses é melhor que o tratamento usual isolado para a qualidade de vida e a resistência dos músculos das costas?

Recomendações Clínicas

1. Em adolescentes com escoliose idiopática com ângulos de Cobb entre 10° e 45°, a combinação de exercícios corretivos do método Schroth e tratamento usual realizado de acordo com o protocolo deste estudo, durante 6 meses, é mais efetiva que o tratamento usual isolado para a melhor qualidade de vida (redução de dor e melhora da auto imagem) e maior resistência dos músculos das costas.

Resumo da Evidência

1. Desenho do estudo: Ensaio Clínico Aleatorizado

2. Amostra: Adolescentes com escoliose idiopática, entre 10 e 18 nos, com curvas entre 10° e 45° de Cobb, Risser entre 0 e 5, com ou sem uso de colete e disponibilidade para ir a sessões semanais. Critérios de exclusão: Outros diagnósticos além da escoliose, aqueles após término do tratamento com colete, com cirurgia programada, em acompanhamento agendado para mais de 6 ± 2 meses e cirurgia anterior da coluna.

3. Procedimentos: Os participantes foram classificados quanto ao tipo de curva através de um algoritmo de classificação do método Schroth desenvolvido para este estudo e randomizados em dois grupos. O grupo controle recebeu o tratamento usual, caracterizado como observação ou uso de colete seguindo os critérios da Sociedade de Pesquisa em Escoliose. O grupo de intervenção recebeu, além do tratamento usual, 5 sessões individuais de uma hora durante as 2 primeiras semanas e sessões em grupo, semanais, de uma hora nas próximas semanas, combinado com um programa diário de exercícios domiciliares de 30 a 45 minutos, todos baseados em movimentos corretivos do método Schroth para o tipo de curva específico do participante.

4. Desfechos: As medidas coletadas na linha de base, aos 3 meses e após 6 meses foram: resistência muscular das costas através do Biering-Sorensen Test, qualidade de vida (dor e auto imagem) do paciente através dos questionários Scoliosis Research Society (SRS-22r) e Spinal Appearance Questionnaire (SAQ).

5. Resultados: 50 adolescentes foram recrutados. A média de idade foi de 13,4 anos (DP 1,6), a média da maior curva foi de 28,5° (DP 8,8°) e a média do Risser foi de 1,6. 44 adolescentes se mantiveram no estudo até o final. Após 3 meses de intervenção, o grupo intervenção apresentou melhora significativa na resistência muscular das costas de 32,3 segundos contra 4,8 segundo no grupo controle (IC 95% 1,1 a 53,8 segundos, $p = 0,04$). De 3 a 6 meses houve melhora da auto imagem em 0,13 no grupo intervenção enquanto o grupo controle teve piora de 0,17 (IC 95% 0,01 a 0,59, $p = 0,049$) e melhora de dor no SRS-22r maior no grupo intervenção que no controle ($p=0.02$).

Apreciação e aplicabilidade

Pontos fortes: 1) Os critérios de elegibilidade foram especificados 2) Houve aleatorização dos sujeitos 3) Houve adequado seguimento 4) Houve comparação entre os grupos para o desfecho primário 5) Avaliadores foram cegados 6) Houve análise de intenção de tratar

Ameaças à validade do estudo: 1) Não houve cegamento de sujeitos e terapeutas

Citação: The effect of Schroth exercises added to the standard of care on the quality of life and muscle endurance in adolescents with idiopathic scoliosis—an assessor and statistician blinded randomized controlled trial: “SOSORT 2015 Award Winner”. *Scoliosis* 10:24. doi:10.1186/S13013-015-0048-5. 2015