

TERAPIA OCUPACIONAL Y LECTURA CRÍTICA OCCUPATIONAL THERAPY AND CRITICAL APPRAISAL

César Luis Sanz de la Garza. Psiquiatra. Población Begoña. Dirección correspondencia: Población Begoña.

Avenida Pablo Iglesias 90, bajo.
33204 Gijón. Asturias
Tf: 985363522
Fax: 985363611
Email: cesarayesha@hotmail.com

● RESUMEN

Buscar información para dar respuesta a una pregunta clínica puede ser agotador, quedando abrumados por la oferta de artículos científicos sobre Terapia Ocupacional. En lugar de seguir una trayectoria caótica, la lectura debería estar cuidadosamente planeada para obtener un rendimiento que vale la pena de acuerdo al tiempo invertido. La lectura crítica es el proceso de valorar e interpretar la evidencia considerando sistemáticamente su validez, resultados y relevancia en el trabajo individual. En el presente trabajo se revisan los criterios generales para evaluar críticamente la literatura científica y los criterios específicos para la evaluación de determinados artículos científicos.

● PALABRAS CLAVE

Medicina basada en la evidencia. Revisión. Artículo científico. Terapia Ocupacional.

● INTRODUCCIÓN

La mayoría de las veces que vemos a un paciente podemos necesitar información sobre algún elemento de su diagnóstico, pronóstico o tratamiento. En ocasiones tenemos claro aquello que nos hace falta y la información estará al alcance de la mano. En otros casos la necesidad de información no será tan obvia y tendremos que localizar la evidencia externa. Para muchos profesionales de la salud los esfuerzos requeridos para responder estas cuestiones es tan importante y nuestro tiempo tan limitado que la mayoría de nuestras necesidades de información nunca se sacian, pudiendo incluso quedar bloqueados en este proceso¹.

Frecuentemente se tiende a sacralizar el criterio de validez y relevancia establecido por los revisores de revistas con prestigio. No se puede dudar de toda la información que cae en nuestras manos, pero tampoco debemos aceptar todo sin evaluación crítica. Mantener el control sobre nuestra lectura implica seguir una serie de pasos (Tabla 1)². La medicina basada en la evidencia entendida como la utilización consciente, explícita y juiciosa de la mejor evidencia científica clínica disponible para tomar decisiones sobre el cuidado del paciente, incluye la lectura crítica de artículos científicos entre sus pilares prácticos (Tabla 2)³.

● ABSTRACT

Searching for information to answer a clinical question can be exhausting, being overwhelmed by the offer of scientific papers about Occupational Therapy. Instead of following a haphazard course, reading should be carefully planned to provide a worthwhile return on the time invested. Critical appraisal is the process of assessing and interpreting evidence by systematically considering its validity, results and relevance to individual's work. In the present work general criteria to critically appraise scientific literature and specific criteria to appraise scientific articles are reviewed.

● KEYWORDS

Evidence based medicine. Review. Journal article. Occupational Therapy.

TABLA 1. MANEJO EFICIENTE DE LA LECTURA

1. Aclarar las razones para la lectura
2. Especificar la información necesaria
3. Identificar los artículos relevantes
4. Lectura crítica de los artículos

TABLA 2. ETAPAS DE LA PRÁCTICA BASADA EN LA EVIDENCIA

1. Identificar el problema
2. Localizar la mejor evidencia científica
3. Lectura crítica de artículos
4. Aplicar los resultados a la práctica clínica
5. Evaluar los resultados

● TERAPIA OCUPACIONAL BASADA EN LA EVIDENCIA

Law y Baum indican que la Terapia Ocupacional basada en la evidencia aprovecha la evidencia procedente de la investigación y el conocimiento clínico para la toma de decisiones en la elección de intervenciones efectivas para un determinado cliente⁴.

Las decisiones tomadas en la evaluación de las necesidades ocupacionales de los clientes, tales como la asistencia en el desarrollo de habilidades para volver a trabajar, cuidado de sí mismo en el domicilio, inclusión en actividades satisfactorias para el individuo y adaptadas a sus posibilidades, difieren en gran medida de las decisiones relativas al diagnóstico, tratamiento y pronóstico consideradas en la medicina basada en la evidencia.

Para establecer que es lo mejor el Terapeuta Ocupacional debe considerar tres elementos: la tarea, el entorno y la persona. Un conocimiento profundo de estos factores permitirá al Terapeuta Ocupacional integrar la evidencia procedente de estudios poblacionales con su experiencia en el caso individual⁵.

A un nivel profesional se podría decir que la Terapia Ocupacional está empezando en el campo de la práctica basada en la evidencia. De hecho al menos dos conocidas revistas ya han dedicado un número completo para abordar en extensión la práctica basada en la evidencia^{4,6}.

Varios autores han comentado que la evidencia está surgiendo en algunos campos como el entrenamiento de habilidades en sujetos con trastornos mentales severos, abordaje centrado en el cliente en Terapia Ocupacional, programas de actividades estructuradas versus programas estándar en unidades de hospitalización psiquiátrica y prevención de caídas en ancianos⁴.

Asimismo cada vez hay más Terapeutas Ocupacionales llevando a cabo ensayos clínicos aleatorios y meta-análisis sobre intervenciones en Terapia Ocupacional⁷.

En resumen la investigación sobre la efectividad de las intervenciones de Terapia Ocupacional mediante ensayos clínicos aleatorios se encuentra todavía en pañales representando un reto para la profesión definir no sólo que se está haciendo sino demostrar si es efectivo.

● LA LECTURA CRÍTICA EN EL MUNDO

La lectura crítica de artículos científicos ha experimentado un notable desarrollo desde la aparición de los distintos programas de formación.

El programa CASP (Critical Appraisal Skills Programme) del Servicio de Salud Inglés que intenta

ayudar a adquirir habilidades para la lectura crítica y obtener así la evidencia científica necesaria para las decisiones clínicas, ha tenido una labor fundamental en el desarrollo de la lectura crítica.

En España existe el grupo CASPe (Programa de habilidades en la lectura crítica español) que forma parte de una organización llamada CASP internacional (CASPi) con la que comparte la filosofía docente, los materiales desarrollados en conjunto, las experiencias docentes y de organización, así como los proyectos de docencia. Está organizada en nodos localizados en distintos puntos de España y un centro coordinador situado en Alicante. Esta estructura permite compartir habilidades y tareas, así como hacer las lecturas más próximas sobre las necesidades y circunstancias locales. El objetivo de este programa es ayudar en la toma de decisiones a los profesionales sanitarios y desarrollar habilidades para la lectura crítica sobre la mejor evidencia de la literatura científica.

El logotipo CASP son tres flechas consecutivas que representan los tres pasos necesarios para usar la evidencia en la práctica profesional:

- BUSCAR la evidencia.
- VALORAR la evidencia que se ha identificado para comprobar:
 1. la validez de los resultados.
 2. los resultados.
 3. la relevancia para la práctica.
- ACTUAR si la evidencia es válida y relevante.

Las actividades docentes del programa CASP constan de talleres de lectura crítica multidisciplinares que tratan de fomentar la participación, aprendizaje en base a escenarios clínicos relacionados con la práctica diaria, y están sometidos a evaluación y mejora continua.

Asimismo desde los centros impulsores de la lectura crítica se han ido desarrollando un gran número de guías. La finalidad de estas guías es ayudar a los profesionales en su toma de decisiones, haciendo que se basen en la evidencia científica, reconociendo a la vez el nivel de certeza o la fuerza de la inferencia en que se fundamentan.

● CRITERIOS GENERALES PARA LA LECTURA CRÍTICA DE ARTÍCULOS

Cuando tengamos en nuestras manos un trabajo que vamos a utilizar en nuestra práctica clínica es aconsejable plantearse una duda razonable y ser sistemáticos en la lectura del mismo. La lectura crítica es una actividad dirigida a evaluar la validez de los trabajos para nuestra investigación o práctica profesional.

Se puede iniciar la lectura de estos artículos planteando una serie de cuestiones que responden a la evaluación preliminar de su calidad. En la Tabla 3 se

pueden encontrar dichas cuestiones así como el apartado del artículo donde deben buscarse.

Debemos utilizar una serie de criterios operativos que nos permitan evaluar si los resultados del trabajo son válidos y relevantes.

La validez interna de un trabajo se evalúa detectando si el estudio está libre de sesgos, es decir si se desvían los resultados de la realidad. Puede ser recomendable no continuar con la lectura de un trabajo

que carece de validez interna para evitar extraer conclusiones erróneas.

La utilidad de los resultados está en relación con su aplicabilidad en nuestra práctica profesional que está asimismo relacionada con la validez externa entendida como la generabilidad de los resultados.

Una buena lectura crítica de un artículo debería permitirnos responder a tres cuestiones básicas: 1) ¿es válido?, 2) ¿son relevantes sus resultados?, 3) ¿es útil?.

TABLA 3. EVALUACIÓN PRELIMINAR

| | | |
|--|---------------------------|---|
| 1. ¿Tiene interés el estudio? | Título Resumen | ¿Es el estudio relevante para nuestra búsqueda? ¿Son interesantes los resultados? |
| 2. ¿Por qué se realizó el estudio? | Introducción | ¿Se especifican y justifican los objetivos? ¿Se plantea una hipótesis de partida? |
| 3. ¿Cómo se realizó el estudio? | Métodos | ¿Se detalla como se lleva a cabo? ¿Se describe la muestra y el reclutamiento? |
| 4. ¿Qué ha encontrado el estudio? | Resultados | ¿Sirve el texto como guía rápida del contenido relevante? ¿Complementan las Tablas y figuras al texto? |
| 5. ¿Cuál es la relevancia del estudio? | Resumen Discusión | ¿Se pueden generalizar los resultados? ¿Qué novedad aporta a nuestra práctica? |
| 6. ¿Qué interés añadido aporta el estudio? | Introducción Discusión | ¿Se citan otras referencias de interés? ¿Se plantean otras ideas novedosas? |

● PREGUNTAS COMUNES

Hay una serie de preguntas que tenemos que responder en toda lectura crítica de artículos científicos independientemente del método y tipo de estudio analizado 2.

1. ¿Están expuestos con claridad los objetivos del estudio?

Los objetivos del estudio deberían estar claramente descritos y razonados permitiendo al lector decidir si el estudio aborda un problema relevante. Objetivos claramente definidos orientan a una hipótesis de investigación certera fruto de un estudio bien diseñado. Sin embargo aquellos estudios que persiguen objetivos poco definidos pueden aportar menos información de interés corriendo el riesgo de obtener resultados erróneos significativos estadísticamente.

¿Está justificado el tamaño de la muestra?

Antes de iniciar una investigación se debe evaluar la probabilidad de consecución de los objetivos. El tamaño muestral necesario para detectar un efecto es un elemento básico del diseño de un estudio que

debe calcularse a priori y describirse en la sección de métodos.

2. ¿Son válidas y fiables las variables de medida?

Los métodos de medida tiene que ser descritos con detalle y deben ser evaluados críticamente en busca de errores que afecten a la validez y fiabilidad de los mismos.

Una variable de medida válida debe medir aquello que se supone tiene que medir.

Una variable de medida fiable debe dar un resultado similar tras varias repeticiones. Debemos prestar especial atención a aquellas variables de medida dependientes de valoraciones subjetivas del examinador por estar sujetas a mayor riesgo de error.

3. ¿Se describen los métodos estadísticos utilizados?

Los procedimientos estadísticos se describen en la sección de métodos. Se recomienda utilizar tests estadísticos simples y no abusar de los valores "p" de significación estadística.

4. ¿Se describen adecuadamente los datos?

Se deben describir el número de sujetos que fueron incluidos en la investigación y su reclutamiento, las características básicas de los sujetos incluyendo medidas de tendencia central y dispersión (p.ej. desviación estándar), y exponer los resultados principales mediante Tablas o figuras.

5. ¿Cuadran los números?

Es frecuente tener pérdidas a lo largo de un estudio que deben ser reflejadas preferentemente en organigramas. Es recomendable revisar posible discrepancias en los totales de sujetos evaluados que pueden indicar descuidos de los autores y/o errores de impresión, y pueden afectar la validez de las conclusiones.

7. ¿Se evalúa la significación estadística?

Se debe valorar la significación estadística de los resultados preferentemente mediante intervalos de confianza que aportan información adicional como el tamaño del efecto y/o valores "p".

8. ¿Qué aportan los resultados principales?

Se suele seguir un orden en la interpretación de los resultados:

- Evaluar el tamaño de efecto (relevancia clínica).
- Contrastar los resultados con errores en el diseño, desarrollo o análisis.
- Investigar fuentes de error o confusión.
- Valorar la plausibilidad biológica de los resultados.

9. ¿Cómo se interpretan los resultados negativos?

Un resultado negativo debe ser valorado con sumo cuidado siendo diferente "ausencia de evidencia de

efecto" que "evidencia de ausencia de efecto". La ausencia de efecto puede deberse a un tamaño muestral pequeño o a defectos en el diseño del estudio.

10. ¿Difieren los resultados de investigaciones previas?

Se recomienda interpretar con sumo cuidado aquellos resultados de estudios únicos que contradicen la evidencia de estudios previos.

11. ¿Qué implicaciones puede tener el estudio para la práctica diaria?

La cuestión más importante cuando revisamos un estudio es la utilidad que puede tener para nuestros pacientes. Antes de establecer juicios precipitados es recomendable evaluar el tamaño del efecto, la relevancia clínica, la calidad del estudio, la validez de los resultados en función de la evidencia conocida y las condiciones de aplicabilidad de los resultados en la práctica diaria.

● CRITERIOS ESPECÍFICOS DE LECTURA CRÍTICA

Junto a los criterios generales y preguntas comunes a todo estudio existen una serie de criterios específicos en función del tipo de estudio evaluado.

Por ello una vez evaluada la validez del artículo se debe detectar el tipo de estudio durante el análisis de la validez de la investigación para implementar posteriormente los criterios específicos de lectura crítica (Tabla 4).

TABLA 4. EVALUACIÓN DE LA VALIDEZ DE UN ESTUDIO

| | |
|--|---|
| <p>1. VALIDEZ DEL ARTÍCULO</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Revista: evaluación por peer-review ● Título: relevancia y utilidad ● Resumen: estructura y aplicabilidad | <p>2. VALIDEZ DE LA INVESTIGACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tipos de estudios: transversales, cohortes, casos-controles, ensayos clínicos, revisiones y metaanálisis ● Tipos de artículos: primarios y secundarios |
|--|---|

BIBLIOGRAFÍA

1. Sackett D.L., Straus S. E., Richardson W. S., Rosenberg W. M., Haynes R. B. *Medicina basada en la evidencia*. 1ª edición. Madrid: Elsevier España (ed); 2002.

2. Crombie I. K. *The pocket guide to critical appraisal*. 11ª edition. Bristol (UK): BMJ publishing group, 2003.

3. Sackett DL, Rosenberg WM, Gray JA, Haynes RB, Richardson WS. *Evidence based medicine: what it is and what it isn't*. BMJ. 1996 Jan 13;312(7023):71-2.

4. Law, M., & Baum, C. (1998). *Evidence-based occupational therapy*. Canadian Journal of Occupational Therapy, 65(3), 131-135.

5. Egan, M., Dubouloz, C., Zweck, C., & Vallerand, J. (1998). *The client-centred evidence-based practice of occupational therapy*. Canadian Journal of Occupational Therapy, 65(3), 136-143.

6. Lloyd-Smith, W. (1997). *Evidence-based practice and occupational therapy*. British Journal of Occupational Therapy, 60(11), 474-478.

7. Jackson, J., Carlson, M., Mandel, D., Zemke, R., & Clark, F. (1998). *Occupation in lifestyle redesign: The Well Elderly Study Occupational Therapy Program*, American Journal of Occupational Therapy, 52(5), 326-336.