



British Journal of Sports Medicine

British Journal of Sports Medicine

bjbm.bmj.com

Br J Sports Med doi: 10.1136 / bjsports-2014-094389

Editorial

Muerte por la eficacia: el ejercicio como medicina atrapados en la trampa eficacia!



Chris Beedie^{1, 2}, Steve Mann², Alfonso Jimenez^{2, 3}, Lynne Kennedy^{2, 4}, Andrew M Carril⁵, Sarah Domone², Stephen Wilson², Greg Whyte^{2, 6}

Afiliaciones de los autores

Correspondencia con

el Dr. Chris Beedie, Departamento de Psicología, Universidad de Aberystwyth, Aberystwyth, Ceredigion, Gales SY23 3UX, Reino Unido; chb44@aber.ac.uk

Aceptado 21 de de enero de el año 2015

Publicado en línea primero 12 de febrero de el año 2015

Deporte y Ejercicio de la Medicina (SEM) ha tenido una buena carrera. Durante un tiempo fue la bala mágica bajo costo. Con una eficacia demostrada en un estudio tras otro, la conclusión fue clara: "El ejercicio es la medicina", una panacea potencial de salud pública.

Por desgracia, la promesa inicial se desvaneció. Mientras continuamos siendo bombardeados por la investigación y la revisión del original extolling *eficacia* del ejercicio, hay una escasez aparente de la evidencia de su *efectividad*. Este hecho se pone de relieve en los informes de 2014 el Gobierno del Reino Unido¹ y Salud Pública Inglaterra.²

Se argumenta a menudo que el principal reto para la efectividad del ejercicio es la adhesión. La adherencia al ejercicio, informó de diversas maneras entre el 40% y el 50%³ no es menor que la reportada por los medicamentos.⁴ Sin embargo, mientras que no es general la confianza de que las licencias fármacos son eficaces cuando se toman, los informes citados anteriormente^{1, 2, 4} sugieren que esta confianza hace Actualmente no se extienden para hacer ejercicio.

La confianza en las drogas resulta de su demostró eficacia y efectividad en ensayos clínicos. La eficacia, demostrada en las fases I-III de un ensayo, se refiere a "el grado en que un fármaco tiene la capacidad de producir el efecto deseado en circunstancias ideales".⁵ La eficacia, demostrada en los estudios de fase IV, se refiere a "la medida en que un fármaco logra el efecto deseado en el entorno clínico habitual".⁵ La eficacia es lo que importa a los comisarios y los pacientes.

El requisito para la eficacia (es decir, la fase IV) los estudios es bien reconocido.⁶ intervenciones de ejercicios del mundo real Un volumen considerable de investigación en ciencias sociales ha examinado y por lo tanto constituye la investigación de fase IV. Sin embargo, todos los datos con demasiada frecuencia resultante refieren en gran parte o exclusivamente para ejercer el comportamiento, proporcionando evidencia de la eficacia del comportamiento o aplicación, pero poca evidencia de la efectividad clínica o tratamiento.⁷ En todas las intervenciones de ejercicios, el comportamiento de ejercicio es el rendimiento, con el estado de salud de la salida. Las salidas son más importantes para las partes interesadas.

Por otra parte, una revisión reciente⁸ identificó que muchos estudios que examinan la eficacia del tratamiento de ejercicio en el mundo real adoptan métodos de laboratorio y controles de estilo que sería poco práctico y poco rentable en las intervenciones del mundo real. Los datos resultantes de este tipo de estudios sólo le agregan al conjunto de datos de eficacia.

Se argumenta que a pesar metafóricamente ahogarse en evidencia de la eficacia y efectividad de la implementación, sin embargo, SEM es proporcionar evidencia suficiente de la efectividad del tratamiento. Por otra parte, si bien es un error confundir la eficacia con eficacia,⁹ en el cabileo para el ejercicio como una herramienta de salud pública, que a menudo no sólo eso.

Sobre la base de lo anterior creemos que el riesgo de hacerse SEM lado forrado en salud pública. Si hemos de proporcionar soporte vital fundamental para SEM-y podría decirse que la salud acosados servicios de línea de vida que es la producción de alta calidad de la investigación de fase IV / eficacia.

Una metodología de fase IV aplicable a una amplia gama de intervenciones de ejercicios es el gran ensayo sencillo (LST).¹⁰ LST están incrustadas en la prestación de tratamiento, hacer uso de la infraestructura de datos y servicios existentes, la demanda poco esfuerzo extra de los profesionales y los pacientes. v puede llevarse a cabo a un costo relativamente modestos (este factor es crítico en un momento en que los fondos mejor gastado en la atención).¹⁰ Mientras que un ensayo controlado aleatorio observacional ha limitado validez, pero maximiza la posibilidad de generalizar, un LST bien representan una combinación de una evaluación del proceso, importante para las partes 'evaluación controlada' sería de hecho un descriptor alternativa apropiada).

No importa qué tan eficaz una intervención durante las fases I-III de un ensayo clínico, si hacen, no debe ponerse en servicio. Si la comunidad SEM no proporciona evidencia de la población a las intervenciones biomédicas cada vez más complejas y costosas, con la salud. También podríamos condenar a nuestra disciplina para el estado de un papel secu



Texto original

Adherence to exercise, variously reported at between 40% and 50%³ is no lower than that reported for drugs.⁴ However, while there is general confidence that licensed drugs are

La "comunidad SEM" se extiende a los editores de revistas, comisarios, los profesionales desempeñar. Los editores de revistas deben reconocer el valor de la investigación en el rigurosos de trabajo de laboratorio. comisarios de salud pública no sólo deben insistir en datos en curso es una característica de todas las intervenciones por encargo. De acuerdo en la incorporación de captura y análisis de datos en toda la actividad correspondiente. La salud y los consejos de investigación para proporcionar una mayor financiación para la in

effective when taken, reports cited above 1 , 2 suggest that this confidence does not currently extend to exercise.

[Sugiere una traducción mejor](#)

Sin embargo, mientras que las contribuciones anteriormente son importantes, es SEM inv realización de estudios de efectividad rigurosos podría ser crítico si SEM es evitar el declive inexorable hacia una muerte prematura!

Notas al pie

Colaboradores CB escribió secciones sustanciales y asume la responsabilidad de todo el contenido. SM escribió secciones sustanciales. GW, LK, AL, AJ, SD y SW contribuyeron directa y sustancialmente al contenido intelectual del documento.

Conflicto de intereses Ninguno.

Procedencia y la revisión paritaria No encargó; externamente revisadas por pares.

Este es un artículo de acceso abierto distribuido de acuerdo con la Creative Commons Reconocimiento No Comercial (CC BY-NC 4.0) licencia, que permite a otros distribuir, mezclar, adaptar, ampliar este trabajo para fines no comerciales, y la licencia de sus trabajos derivados en diferentes términos, siempre que la obra original esté debidamente citados y el uso es no comercial. Ver: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

referencias

1. Hacer frente a la inactividad física un enfoque coordinado de todos los partidos Comisión de Actividad Física . 2014 . <http://parliamentarycommissiononphysicalactivity.files.wordpress.com/2014/04/apcoba-final.pdf>
2. Inglaterra Salud Pública . Identificar lo que funciona para las intervenciones de inactividad física locales . Salud Pública Inglaterra , 2014 . http://researchinstitute.ukactive.com/downloads/managed/Identifying_what_works.pdf
3. Hallal PC ,Andersen LB ,Bull FC , et al; Grupo de Trabajo Serie Actividad Física Lancet . Físicas globales niveles de actividad: el progreso de vigilancia, trampas, y las perspectivas . *Lancet* 2012 ; **380** : 247 - 57 . [\[CrossRef\]](#) [\[Medline\]](#) [\[Web of Science\]](#) [Google Académico](#)
4. Sabaté E. *La adherencia a los tratamientos a largo plazo: es necesario actuar* . Organización Mundial de la Salud , 2003 . [Google Académico](#)
5. colina TP. ? La realización de estudios clínicos de fase IV: un imperativo moral *ecancermedicalscience* 2012 ; **6** : 276 . [Doi: 10.3332 / ecancer.2012.276](#) [Google Académico](#)
6. Mackay FJ. Los estudios post-comercialización: el trabajo de la Unidad de Investigación de Seguridad de Medicamentos . *Drogas Saf* 1998 ; **19** : 343 - 53 . [Doi: 10.2165 / 00002018-199819050-00002](#) [\[CrossRef\]](#) [\[Medline\]](#) [\[Web of Science\]](#) [Google Académico](#)
7. Flay BR. Los estudios de eficacia y efectividad (y otras fases de la investigación) en el desarrollo de programas de promoción de la salud . *Prev Med* 1986 ; **15** : 451 - 74 . [Doi: 10.1016 / 0091-7435 \(86\) 90024-1](#) [\[CrossRef\]](#) [\[Medline\]](#) [\[Web of Science\]](#) [Google Académico](#)
8. Beedie C ,Mann S ,Jimenez A. Intervenciones de actividad física basada en el gimnasio de la Comunidad: una breve revisión . *Curr Med Deportes Rep* 2014 ; **13** : 267 - 74 . [Doi: 10.1249 / JSR.0000000000000070](#) [\[CrossRef\]](#) [\[Medline\]](#) [Google Académico](#)
9. Glasgow RE ,Lichtenstein E ,Marcus AC. ¿Por qué no vemos más traducción de la investigación promoción de la salud a la práctica? Repensar la transición de la eficacia a la efectividad . *Am J Public Health* 2003 ; **93** : 1261 - 7 . [Doi: 10.2105 / AJPH.93.8.1261](#) [\[CrossRef\]](#) [\[Medline\]](#) [\[Web of Science\]](#) [Google Académico](#)
10. suvarna V. Fase IV del desarrollo de fármacos . *Perspect Clin Res* 2010 ; **1** : 57 - 60 . [\[Medline\]](#) [Google Académico](#)



British Journal of Sports Medicine
sitio beta

Por favor, venir y echar un vistazo a nuestro
nuevo diseño

BMJ Journals


[Ver más detalles](#)

- Blogueado por 1
- Twitteado por 128
- En 10 páginas de Facebook
- 22 lectores en Mendeley

Nosotros recomendamos

efectividad comparativa de los ejercicios y de drogas
intervenciones en los resultados de mortalidad:
estudio metaepidemiological

Huseyin Naci et al., Br J Sports Med 2015

El papel del médico de medicina deportiva y el
ejercicio en el Servicio Nacional de Salud: una
encuesta basada en un cuestionario.

P O'Halloran et al., Br J Sports Med 2009

prevención de lesiones en las lesiones relacionadas
con el deporte pediátricos: un enfoque científico.

CA Emery, Br J Sports Med 2009

intervenciones de actividad física: un componente
esencial en la recuperación de una enfermedad

British Journal of Sports Medicine
sitio beta

Por favor, venir y echar un vistazo a nuestro
nuevo diseño

BMJ Journals

Basada en la Evidencia? Cuidado con este hotel!

Earl P. Steinberg, et al., Medscape , 2005

Establecido por la FDA para agilizar el acceso
paciente a los medicamentos

Susannah Motl, Sarah J. Miller, Patrick Burns,
Medscape , 2003

Efecto de la Telesalud en el uso de la atención
secundaria y Mortalidad

Adam Steventon, et al., Medscape

Aspectos destacados de la Conferencia y
Exposición Internacional de la modernización de la
medicina tradicional china y Productos Sanitarios

Robert I. Fox, MD, PhD, et al., Medscape , 2005

El paciente informó los resultados: Más allá de la
demanda de la etiqueta

Lynda C Doward, et al., Medscape de 2010

Desarrollado por

Valorar este artículo

me gusta esto

No me gusta este

Le gusta: 12 No le gusta: 6

[Cuéntanos por qué te gusta / no me gusta este artículo](#)