

Traduzione a cura di:  
 Infermiera MARIA CRISTINA ROBB  
 in collaborazione con D.D.S.I. Paolo Chiari  
 Centri studi EBN - Direzione Servizio Infermieristico e Tecnico  
 Azienda Ospedaliera di Bologna – Policlinico S.Orsola-Malpighi  
 Via Massarenti, 9  
 40138 Bologna, Italia

Tel. e Fax. 051 6363049

E-mail: [ebn@orsola-malpighi.med.unibo.it](mailto:ebn@orsola-malpighi.med.unibo.it)

Web: [http://www.med.unibo.it/reparti\\_servizi/servinfer/homepage.html](http://www.med.unibo.it/reparti_servizi/servinfer/homepage.html)

## CERCANDO LE MIGLIORI EVIDENZE. PARTE 1°: DOVE GUARDARE

I clinici sono continuamente stimolati a mantenere aggiornate le informazioni di base, in rapida crescita e cambiamento, nella loro area di interesse. Non devono solo individuare informazioni rilevanti, ma anche valutare la loro qualità chiedendosi: devo o dovrei credere a questa informazione? In più hanno a che fare con informazioni conflittuali. Per esempio uno studio può riferire che il trattamento A era migliore del trattamento B, ma un altro studio può riportare il contrario. Questo è il primo di due editoriali sulla ricerca per la migliore evidenza. Descriverà i cinque principali tipi di risorse informative che possono essere usate per trovare le informazioni necessarie alle infermiere, con esempi sulle tipologie di risorse che sono meglio sfruttabili per formulare differenti tipi di quesiti. La seconda parte di questo editoriale si focalizzerà sulle tecniche per un efficiente reperimento di informazioni di alta qualità da una importante fonte informativa per infermiere - i database bibliografici elettronici, in specifico CINAHL e Medline.

Per le infermiere la maggior parte delle informazioni necessarie possono essere trovate usando cinque tipi di risorse: libri di testo, giornali, database bibliografici online, prodotti che ricavano il meglio dalla ricerca e internet. Ognuna sarà trattata di seguito.

### LIBRI DI TESTO

I libri di testo forniscono informazioni per due tipi di necessità. Se i testi sono tradizionali o su CD-ROM sono preziosi per rispondere a bisogni "stabili" di informazione - cioè elementi che non cambiano spesso come l'anatomia, i principi di base, i meccanismi e le caratteristiche specifiche di una malattia. Se i testi sono aggiornati possono anche fornire sintesi di nuovi argomenti complessi, o permettere l'accesso ad altre aree correlate di conoscenza. Esempi dei tipi di quesiti che possono essere risolti usando i libri di testo sono: quali sono

le pietre miliari dello sviluppo dei bambini di due anni? o qual'è il periodo di incubazione della varicella?

Molti professionisti sanitari avvertono la necessità di uno o due libri di testo generali e numerosi testi specialistici per coprire le loro specifiche aree di esperienza (per esempio neurologia o pediatria). È importante ricordare, comunque, che la maggior parte dei libri di testo sono già vecchi di almeno due anni quando vengono pubblicati, per il tempo richiesto alla preparazione, all'edizione e alla produzione. In più gli autori spesso non forniscono referenze per verificare le loro affermazioni e arricchire i loro capitoli.

### RIVISTE

Le riviste forniscono una tribuna per i clinici dove condividere gli apprendimenti e le esperienze formatesi con la pratica professionale. Forniscono un meccanismo per mantenere aggiornati i lettori mediante la ricerca effettuata su gli argomenti più vari.

Più di 400 riviste infermieristiche sono incluse nel Ulrich's International Periodicals Directory. Quando si seleziona quali riviste leggere o sottoscrivere (allo scopo di mantenersi aggiornate con le nuove ricerche), le infermiere possono farsi le seguenti domande:

- La rivista è revisionato da pari? (gli articoli sottoposti alla pubblicazione sono rivisti e valutati da esperti nel campo?)
- La rivista è a scopo locale, nazionale o internazionale?
- Include articoli di ricerca che riportano i metodi e i risultati qualitativi o quantitativi degli studi o è più generica, riferendo sulle novità nella professione, le esperienze personali dei clinici e le discussioni generali sulle pubblicazioni cliniche attuali?

Sebbene le riviste infermieristiche parlano degli

avanzamenti rilevanti per le infermiere nella ricerca e nella pratica, nelle più importanti riviste di medicina generale sono pubblicate normalmente le novità rilevanti in ogni area dell'assistenza sanitaria – BMJ, New England Journal of Medicine, Lancet e Jama. La concentrazione di importanti passi avanti di queste riviste dipende dalla tradizione, dal prestigio e dalla loro alta tiratura. Molti di questi avanzamenti, comunque, hanno implicazioni importanti per i professionisti sanitari, oltre che per i medici. È quindi importante per le infermiere considerare anche queste riviste mediche, quando devono decidere quale rivista leggere.

Come fonte di informazione i giornali hanno alcune limitazioni. Una delle più ovvie è dovuta agli errori di pubblicazione. È stato dimostrato che gli studi di ricerca che riportano risultati positivi (per esempio che un intervento ha effetti benefici o dannosi per i pazienti) sono pubblicati con più probabilità o pubblicati più velocemente di quelli che non riportano differenze. Quindi, gli studi dove risulta che un intervento non ha effetti sui risultati dei pazienti, sono probabilmente sottorappresentati nella letteratura pubblicata. Le infermiere possono anche incontrare degli ostacoli ad accedere a riviste importanti, come gli alti costi della sottoscrizione personale e il non reperire riviste in alcuni campi clinici.

Il tipo di quesiti che possono trovare risposta leggendo le pubblicazioni di riviste normalmente coprono ampie aree di argomenti. Per esempio, ci sono novità nel trattamento del paziente con diabete mellito? o ci sono nuove informazioni che possono aiutare a capire meglio come i miei pazienti vivono la loro malattia e la loro assistenza? Leggere gli ultimi numeri delle riviste non è comunque una via efficace per trovare informazioni su specifici quesiti che possono sorgere nella pratica clinica quotidiana. Fonti alternative come i database bibliografici online, sono più adatti a rispondere a questi tipi di quesiti.

## **DATABASE BIBLIOGRAFICI**

Alcuni grandi database bibliografici forniscono alle infermiere l'accesso alle citazioni (alcune con abstract) sugli studi più originali e le revisioni pubblicate nella letteratura sanitaria. Questi database includono CINAHL (un database generale per infermiere ed altre professioni sanitarie correlate, dagli USA), Medline (un database molto generale, dagli USA) e Embase (un database molto generale, da Excerpta Medica in Olanda). Tutti includono citazioni e abstract degli autori, ma questi database non forniscono elettronicamente il full-text degli articoli.

CINAHL (Cumulated Index To Nursing And Allied Health Literature - Indice cumulativo di assistenza infermieristica e letteratura sanitaria affine) è

prodotto dal sistema d'informazione CINAHL ([www.cinahl.com/](http://www.cinahl.com/)). Il database nacque nel 1940 ed includeva molte annate di articoli indicizzati su carte registrate 3" x 5". La versione computerizzata iniziò nel 1983 e include citazione di più di 250.000 articoli da più di 650 giornali di lingua inglese. Il contenuto è concentrato sull'assistenza infermieristica, fisioterapia, terapia occupazionale, assistenza d'emergenza e trattamenti alternativi. In aggiunta alle citazioni e agli abstract molti articoli includono una bibliografia estensiva degli articoli correlati.

Medline è prodotto dalla US National Library Of Medicine. Include più di 8 milioni di citazioni, da pubblicazioni che vanno fino al 1966, con articoli indicizzati da più di 3.500 giornali. Medline fornisce una copertura di tutte le aree di assistenza sanitaria, specialmente quella della ricerca.

Un utile lavoro di Burnham e Shearer fornisce una descrizione e una breve storia di ciascuno, CINAHL, Meline ed Embase, così come i risultati delle ricerche infermieristiche per specifici argomenti clinici in ognuno dei tre database. Basandoci sui loro risultati e la nostra esperienza di ricerca suggeriamo di usare CINAHL e Medline per la necessità di ricerche quotidiane e di aggiungere la ricerca su Embase solo quando è importante trovare quasi tutto su un argomento.

Esistono metodi differenti per accedere a ciascun database e ogni sistema ha il suo stile di ricerca e il suo meccanismo di entrata. Precisazioni migliori sulla ricerca su CINAHL e Medline saranno discusse nella seconda parte dell'editoriale.

Quando cercate in un qualsiasi grande database bibliografico potete farlo usando i termini e le frasi che gli autori hanno usato nei titoli e negli abstract (spesso chiamato textword) o potete cercare usando i termini indicizzati assegnati ad ogni articolo per prepararli all'immissione nel database (per esempio su Medline questi sono chiamati termini MeSH - intestazioni di soggetti medici). Ogni tipo di ricerca ha delle forze e delle debolezze. La ricerca fatta utilizzando termini presi dal titolo o dall'abstract (ricerca per parole di testo) è spesso più efficace per trovare informazioni su idee nuove. Per esempio, la ricerca per parole di testo potrebbe essere probabilmente il miglior approccio quando cerchiamo informazioni sugli effetti del fumo negli ambienti domestici – un argomento di studio relativamente nuovo. È anche utile quando proviamo a localizzare uno studio specifico come il Nurses' Health Study o il DCCT (Sperimentazione Sul Controllo e le Complicanze Dei Diabetici). Un approccio mediante parole di testo potrebbe non essere così efficace quando cerchiamo informazioni su un argomento che ha molti nomi o termini differenti perché il ricercatore dovrebbe identificare ed includere tutti questi termini quando effettua la ricerca. Per esempio, le ulcere da decubito sono

conosciute come: “bed sore”, “bed sores”, “bedsore”, “bedsores”, “pressure ulcer”, “pressure ulcers”, “pressure sore”, “pressure sores” e possono essere identificate usando anche il termine “tissue viability” (vitalità tissutale). In questo caso, la ricerca usando i termini di indicizzazione del database (“pressure ulcer” per CINAHL e “decubitus ulcer” per Medline) potrebbe essere più efficace.

Visto che i database sono grandi, i risultati basati su singoli termini di ricerca spesso non sono efficaci: CINAHL ha 286 articoli sulla violenza sugli anziani, 427 sul lavaggio delle mani e 1653 sulle ulcere da decubito e Medline indica 483, 1042 e 4068 articoli sui medesimi argomenti. Per ridurre il numero di risultati e per permettere una migliore rifinitura del quesito viene utilizzato l'operatore “AND” dell'algebra booleana. Collegando con “AND” due o più concetti insieme, un ricercatore definisce che solo le citazioni con entrambi i concetti sono da cercare. Nell'esempio del lavaggio delle mani, collegando con AND con i termini infezioni della ferita chirurgica (per esempio “handwashing” AND “surgical wound infection”), CINAHL ritrova 12 citazioni che sono indicizzate sia con lavaggio delle mani che con infezione della ferita chirurgica e nei sottoinsiemi più recenti di Medline (1995-98) si trovano 8 citazioni. Anche la funzione dell'operatore booleano “OR” può essere usata per collegare due concetti di ricerca. OR combina l'idea di uguale - per esempio se siete interessati all'uso sia di amoxicillina che di decongestionanti nasali per trattare le sinusiti acute, CINAHL ha 4 articoli e il database recente di Medline 23 articoli. Molti si lamentano che l'uso degli operatori “AND” e “OR” nella ricerca si comportano in modo contro-intuitivo. Un semplice modo per ricordare il loro uso è considerare la richiesta di un cliente in un ristorante al momento dell'ordine e usare l'approccio opposto - ad una cameriera, “piselli e carote” significa entrambi e “piselli o carote” significa solo uno - per un ricercatore è l'opposto.

## **FONTI DI INFORMAZIONI “DISTILLATE” E “CONSOLIDATE”**

### **FONTI DI INFORMAZIONI DISTILLATE (Abstract strutturati e commentati)**

Nonostante le revisioni tra pari, non tutti gli studi di ricerca pubblicati nelle riviste sono accurati metodologicamente e alcuni possono essere più accurati di altri. La valutazione della qualità degli studi di ricerca (spesso chiamato approccio critico) sarà l'argomento del prossimo editoriale. Per ora ci focalizzeremo sulle fonti delle informazioni che forniscono informazioni “distillate”. Cioè alcuni lavori preliminari di approccio critico sono stati realizzati per il lettore e sono presentati solo dei distillati dei migliori studi.

La serie delle riviste Evidence-Based (Evidence

Based Nursing, Evidence-Based Medicine e Evidence-Based Mental Health) e i giornali del club ACP, sono esempi di fonti di informazioni distillate. Gli articoli di ricerca di qualità metodologica migliore sono identificati cercando nell'attuale letteratura internazionale sanitaria. Sono preparati abstract strutturati per gli articoli selezionati (fino a 24 articoli per numero) su argomenti clinici rilevanti e ogni abstract è accompagnato da un commento scritto da un clinico che mette in relazione i risultati dello studio con la pratica clinica. Ogni abstract con il commento di accompagnamento è contenuto in una pagina.

Mentre EBN si focalizza sulla ricerca collegata al nursing, il giornale del club ACP, ora nel suo ottavo anno di pubblicazione, è rivolto agli internisti; EBM è pubblicato da 3 anni, è rivolto ai medici di base e per altri interessati ad un'ampia gamma di novità in medicina; EBMH, che ha pubblicato il suo primo numero nel febbraio 1998, si focalizza su argomenti di interesse per gli psichiatri, psicologi e altri professionisti della salute mentale.

La lettura regolare di abstract di riviste Evidence-Based può indirizzare alle tipologie di informazioni generali discusse nella sezione specifica sulle riviste. Il vantaggio è che sono inclusi solo studi di elevata qualità e le informazioni chiave sono fornite in un formato conciso. I lettori, perciò, risparmiano tempo su due fronti - non devono fare il lavoro separando il grano dal loglio e non devono leggere tante pagine di testo per trovare il nocciolo.

Similarmente, sebbene i bisogni quotidiani di informazione delle infermiere (per esempio trovare risposte a specifici quesiti clinici) possano essere soddisfatti dalla ricerca in grandi database bibliografici, questo richiede all'utilizzatore di setacciare tra numerose citazioni, per trovare un basso numero di citazioni rilevanti di elevata qualità che rispondano ai suoi quesiti. La migliore evidenza è una versione setacciata di un database bibliografico (disponibile in CD-ROM) con inclusi tutti gli abstract e i commenti che appaiono nel ACP journal Club e su EBM, così come le citazioni di altri articoli di elevata qualità che non sono stati selezionati per la costruzione dell'abstract. Nel 1999, Best Evidence si espanderà, includendo materiale da EBN e EBMH.

I vantaggi sul risparmio di tempo di Best Evidence sono simili a quelli precedentemente descritti per le riviste di abstract evidence-based. Il database è piccolo (<2000 articoli), facile e veloce da consultare usando semplicemente le parole di testo per la ricerca. Per esempio, il termine di ricerca “terapia sostitutiva ormonale” fornisce 24 studi originali e articoli di revisioni sistematiche che includono informazioni sulla terapia sostitutiva ormonale nel contesto dell'ictus, del cancro del seno, delle malattie cardiovascolari e delle fratture.

## FONTI DI INFORMAZIONI CONSOLIDATE (Revisioni sistematiche)

Quando si cercano informazioni su uno specifico argomento si trovano spesso dati conflittuali provenienti da studi differenti sullo stesso argomento. Le differenze di risultato possono presentarsi perché gli studi usano differenti disegni, metodi e obiettivi. Un tipo specifico di studio, la revisione sistematica, cerca di riconciliare queste differenze, sintetizzando i risultati di studi primari multipli sullo stesso argomento. Le revisioni sistematiche differiscono dalle revisioni narrative tradizionali in quanto si focalizzano su un quesito clinico specifico, usando fonti comprensibili e strategie di ricerca esplicite per identificare gli studi primari, selezionano articoli basati su criteri predeterminati e forniscono un approccio critico agli studi selezionati. I risultati di studi multipli, se sono giudicati sufficientemente simili, possono essere combinati usando metodi statistici. Questo tipo di revisione sistematica è chiamata meta-analisi.

La Cochrane Collaboration è una rete di professionisti sanitari internazionale che utilizza come persone impegnate per produrre e mantenere aggiornate revisioni sistematiche sugli effetti degli interventi sanitari. Le revisioni sistematiche raccolte e le citazioni di sperimentazioni controllate e di sperimentazioni randomizzate e controllate, sono pubblicate sulla Cochrane Library (reperibile su CD-ROM o su Internet a <http://www.cochrane.co.uk/> dietro pagamento di un canone). La Library include quattro database:

- 1) il database Cochrane delle revisioni sistematiche, contenente il testo completo di più di 300 revisioni sistematiche e di protocolli per più di 300 revisioni sistematiche pianificate o in itinere. Le revisioni sistematiche sono state condotte su molti argomenti relativi al nursing inclusi, adesione alle prescrizioni, alimentazione al seno, supporto sanitario e depressione post partum, collaborazione infermiere medico, effetti di un'educazione sanitaria limitata sull'asma, unità operative specializzate nell'ictus, supporto durante la nascita e il trattamento della scabbia;
- 2) il Database di abstract di revisioni di efficacia (DARE), che è prodotto dal Sistema Sanitario Inglese - Centro di Revisione e Disseminazione dell'Università di York e contiene più di 1500 registrazioni di revisioni sistematiche di elevata qualità provenienti da pubblicazioni internazionali. Numerosi database, incluso CINAHL, sono esaminati regolarmente per identificare revisioni sistematiche di elevata qualità e ogni revisione è affrontata da un revisore formato usando criteri di qualità stabiliti. Nella Cochrane Library, DARE è aggiornato trimestralmente; una versione Internet (<http://nhscrd.york.ac.uk/welcome.html>) è aggiornata più spesso;

3) il database Cochrane sulla metodologia di revisione, comprende rinvii ad articoli sulla teoria e i metodi delle revisioni sistematiche e sull'approccio critico;

4) il registro Cochrane delle sperimentazioni controllate è un database di citazioni di sperimentazione ed ha più di 150.000 registrazioni.

## INTERNET

Internet ha portato sia benedizioni che maledizioni per gli infermieri, come per altri. Ha permesso ai professionisti sanitari ed ai pazienti l'accesso alle fonti più valide di informazioni. Sfortunatamente, vista la velocità alla quale internet si espande e la mancanza di qualità dei controlli sull'informazione che è pubblicata, le fonti sono spesso nascoste in un pantano di informazioni di qualità discutibile o almeno incerta. La ricerca sulla valutazione della qualità dell'informazione, trovata nei siti internet, è ai suoi primi passi. In una revisione sistematica, Jadad e Gagliardi identificano 47 schemi di valutazione per testare la qualità dei siti internet che forniscono informazioni sanitarie e tutti risultano sviluppati in modo incompleto o non danno informazioni sulla attendibilità e sulla validità. Detto questo è importante per le infermiere giudicare la qualità dell'informazioni trovate su un sito internet usando criteri basati sul senso comune (per esempio considerare la fonte), controllandolo con un collega e applicando alcuni dei principi dell'approccio critico e della pratica basata sull'evidenza.

Le infermiere possono navigare in internet per cercare una moltitudine di informazioni necessarie. Per esempio, essi possono aiutare i pazienti, con una malattia diagnosticata di recente che richieda un trattamento a vita, ad identificare su internet i siti che forniscano informazioni specifiche ed accurate sulla malattia da una prospettiva professionale, gruppi di supporto online e mailing list elettroniche. Questo fornisce un'eccellente opportunità per i pazienti di essere coinvolti maggiormente nella presa di decisione sulla loro assistenza. Le infermiere possono accedere gratis ad alcuni database bibliografici, discussi nelle sezioni precedenti. Possono anche informarsi su argomenti nuovi, accedendo a siti tutoriali universitari, pubblicati da università e organizzazioni rispettabili. La seguente tabella include alcuni esempi di siti internet per alcuni dei bisogni di informazione precedentemente discussi.

### Siti specifici per malattie

Servizio AIDS della John Hopkins ([www.hopkins-aids.edu/default.htm](http://www.hopkins-aids.edu/default.htm)), include informazioni sulle pubblicazioni, i trattamenti, la gestione dell'assistenza, l'epidemiologia e funziona come un forum per i pazienti (dove i quesiti dei pazienti

