

El efecto placebo que funciona sin mentiras

Un estudio demuestra por primera vez que una píldora de azúcar mejora a pacientes con síndrome del colon irritable // La clave podría estar en la atención personalizada del médico

AINHUA IRIBERRI
MADRID

— “Le voy a recetar este comprimido, que deberá tomar dos veces al día. Se trata de un placebo, pastillas inactivas sin ningún tipo de medicación entre sus ingredientes. Eso sí, en algunos ensayos clínicos muy bien diseñados han demostrado ser eficaces para la enfermedad que usted padece”. Un total de 37 pacientes de síndrome del colon irritable, una patología que afecta a entre el 10% y el 15% de la población y que incluye molestias gastrointestinales, además de estreñimiento y dolor abdominal, recibieron esta explicación de un médico en el marco de un ensayo clínico en el que habían accedido a participar.

Tres semanas después, el mismo profesional les realizó un completo cuestionario sobre su enfermedad con un sorprendente resultado: 22 de los participantes declararon haber mejorado sus síntomas. Estos enfermos no eran los únicos que habían participado en el ensayo clínico, publicado recientemente en la revista *PLoS ONE*. Otros 43 afectados por la patología también habían sido atendidos por el mismo médico que, en ese caso, había optado por no recetarles nada. Y, en esos pacientes —que componían el grupo control— también se registraron mejoras: 15 de los 43 declararon haber mejorado en sus síntomas.

En principio, este estudio demuestra algo que ya se ha probado muchas veces: las personas se pueden curar con un

HISTORIA

Una eficacia cuestionada por los médicos



ORIGEN

El investigador especialista en Anestesiología Henry Beecher publicó en 1955 el estudio 'El poderoso placebo' en la revista 'The New England Journal of Medicine' (NEJM). En él, tras analizar 15 ensayos clínicos, concluía que más del 30% de los afectados por diferentes dolencias se curaban con un tratamiento falso, un placebo. Por esta razón, abogó por que en los ensayos clínicos siempre se comparara el fármaco nuevo con uno falso de aspecto similar. Con el tiempo, la ética de la investigación clínica evolucionó y, en la actualidad, sólo puede compararse con placebo un fármaco para una dolencia para la que no exista tratamiento eficaz.

POLEMICA

El 'NEJM' publicó un estudio en 2001 que afirmaba que el principio en el que se basaba Beecher era erróneo, puesto que no se tenía en cuenta el curso de la enfermedad o la influencia de otros posibles factores en la curación del paciente.

comprimido sin principio activo. Es lo que se denomina *efecto placebo*, reconocido en la investigación clínica desde que, en 1955, el anestesiólogo y experto en ética Henry Beecher afirmara que los ensayos clínicos se debían diseñar con el método conocido como doble ciego, en el que la mitad de la población de estudio probará un nuevo fármaco y, el resto, una sustancia inactiva de aspecto similar, un placebo.

Sin embargo, la gran novedad del estudio de *PLoS ONE*, dirigido por el investigador de la Facultad de Medicina de la Universidad de Harvard, Ted Kaptchuk, es que, por primera vez, los pacientes que tomaban placebo sabían que lo hacían. Al contrario que en los numerosos ensayos clínicos en los que se ha demostrado el efecto placebo, los pacientes eran conscientes del engaño. Aún así, sus síntomas mejoraron.

Un trabajo necesario

Para los autores, este estudio era necesario por los problemas éticos que, a su juicio, conlleva el uso regular del placebo, incluso en el contexto de la investigación clínica. Esta práctica, aducen, implica que el médico mienta a su paciente y puede conllevar, por lo tanto, una pérdida de confianza en la relación del paciente.

A efectos prácticos, el estudio sugiere que se podría recetar placebo, sin mentir, tanto a afectados por dolencias con síntomas subjetivos como a pacientes en los que no esté claro que haga falta una medicación, en una suerte de estra-



tegia de "vigilancia y espera".

En España, el placebo no se utiliza en la práctica clínica ambulatoria, pero sí en la hospitalaria, como explica el especialista en Farmacología Clínica del Instituto Municipal de Investigación Médica (IMIM) de Barcelona Magí Farré, que ha publicado diversos trabajos sobre el efecto placebo.

Según este experto, el resultado de este estudio no es tan relevante ya que, aunque los médicos sí señalaban a los pacientes que iban a tomar un comprimido sin principio activo, resaltaban que podía actuar a través de mecanismos "que no se conocían". Farré subraya que la fe en el efecto placebo no es ni mucho menos común a toda la profesión médica. "Hay gente que dice que el efecto placebo no existe", comenta, y recuerda además que "muchas dolencias se curan espontáneamente, o va por ciclos".

El mayor ejemplo de la desconfianza en el efecto placebo lo ofrece un conocido estudio publicado en *New England Journal of Medicine* en 2001. Con el título *¿Es el placebo ineficaz?*, los autores, del Cochrane Centre -una institución que elabora recomendaciones a través de metaanálisis de la literatura científica publicada-, concluían que "existía poca evidencia" de que el placebo tuviera efectos clínicos poderosos, aunque reconocían "posibles pequeños beneficios" en estudios que evaluaban el tratamiento del dolor u otros factores subjetivos.

Atención personalizada

Para Farré, igual que para muchos otros expertos, la base del efecto placebo es la "atención personalizada, el dar más atención a la persona". De hecho, su equipo está trabajando en un estudio que pretende evaluar cómo la información puede modificar la respuesta a un tratamiento.

El profesor de Farmacia Clínica y Farmacoterapia de la Universidad CEU San Pablo (Madrid) Antonio Aguilar se expresa en términos parecidos. A su juicio, el resultado positivo de esta investigación "podría ser achacable al efecto

«Muchas dolencias se curan espontáneamente», resalta un experto

Buena parte de estas enfermedades son de origen nervioso

Algunos médicos creen que no es ético utilizar esta técnica

Un conocido estudio concluyó que el placebo no era eficaz

beneficioso que ejerce el médico sobre el paciente, y más en una enfermedad que tiene dependencia del sistema nervioso, como es el síndrome del colon irritable".

Este farmacólogo comenta que el placebo se utiliza con cierta frecuencia en la práctica clínica. "En los hospitales, por ejemplo, los servicios de farmacia elaboran cápsulas de distintos colores a tal fin, que sólo llevan en su interior lactosa, celulosa o cualquier excipiente inerte, es decir, sin efectos farmacológicos". Para Aguilar, esta práctica está "perfectamente justificada en algunos casos", aunque, en ocasiones, se haya cuestionado su ética.

Mucho por saber

Este especialista considera que del placebo "queda por saber prácticamente todo". A pesar de que se han hecho estudios, subraya, todavía no se conoce el mecanismo por el que el tratamiento placebo mejora a los pacientes. "Con seguridad están implicadas en ellos ciertas reacciones del cerebro que, por su complejidad, sigue siendo el órgano más difícil de estudiar".

Lo que sí parece estar claro es que los pacientes no mienten cuando afirman que el placebo les hace efecto y así lo demostró científicamente un estudio publicado en la revista *Neuron* por científicos de la Universidad de Michigan. Los investigadores observaron mediante una prueba de diagnóstico por imagen, un PET, que el placebo aliviaba el dolor en humanos, a través de la descarga de dopamina, un neurotransmisor que actúa como un opioide, en el núcleo accumbens, una zona del cerebro profundo.

Un artículo del investigador de la Universidad de Berkeley John F. Killstrom, publicado en *McGill Journal of Medicine* hace hincapié en lo que queda por estudiar: "Es de interés teórico, por la luz que puede arrojar sobre los problemas de la mente y el cuerpo, y porque nos recuerda que los estados mentales pueden afectar al funcionamiento de este", concluye. *

CLAVES

Obecalp, el placebo para niños e hipocondríacos

Tantos años hablando del efecto placebo y a alguien se le tenía que ocurrir cómo sacar beneficio de él. En 2008, la empresa Efficacy Brands sacaba al mercado en EEUU el producto Obecalp (placebo, al revés), comprimidos que se venden en un envase similar al de los fármacos y que se recomienda para niños con dolencias menores y para hipocondríacos.

La inyección falsa, más eficaz que la pastilla

Un estudio demostró que la forma de administración de un placebo influía en su eficacia. Así, los placebos administrados por vía intravenosa son más eficaces que los que se dan en comprimidos y, entre ellos, también hay diferencias. Las pastillas grandes de colores oscuros, así como las que saben mal, 'curan' más que las pequeñas de buen sabor.

Las tres hipótesis de su funcionamiento

Hay varias teorías para explicar la 'eficacia' del placebo. La hipótesis psicológica cree que la salud está en la mente y explica así la respuesta al placebo. La segunda hipótesis atribuye el efecto a que el médico diga que el 'fármaco' va a funcionar y a la atención. La última habla de los genes, ya que el efecto placebo no es igual para todo el mundo.