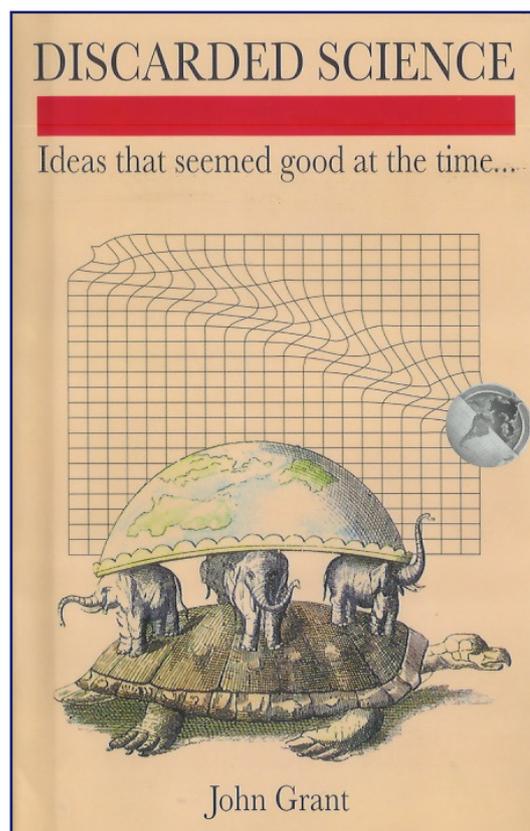


y nos presentan en forma quizás excesivamente concisa a todos nuestros “sospechosos habituales”: la pluralidad de mundos habitados, la Tierra Hueca (uno de los primeros en defender tal hipótesis fue el astrónomo Halley), la Atlántida, el creacionismo (transmutado ahora en Diseño Inteligente), los platillos volantes, las máquinas de movimiento perpetuo, las medicinas alternativas, etc.

Pese a esa inevitable brevedad, el autor consigue aclarar muy bien los puntos clave de cada teoría y, si he de juzgar por su tratamiento del campo con el que estoy más familiarizado (la Ufología), con pocos errores que, más bien, pueden considerarse puntos de vista diferentes. Quizá podría criticarse su selección de los aspectos a tratar, a veces un poco demasiado superficiales, pero con ello consigue mantener el interés del lector. Incluso para los ya iniciados, el texto está lleno de perlas como la de aquel científico alemán que demostró (para su completa satisfacción... y sólo la suya) que la Tierra gira en sentido contrario al que todos los demás percibimos, o la de aquel dietista americano que defendía que los ovnis eran meras alucinaciones debidas a la mala alimentación, fácilmente subsanables comiendo 50 dientes de león al día.

Tras leer el libro, en mi mente han quedado dos reflexiones:

1. Que pese a los grandes avances científicos alcanzados, no están tan lejanos los tiempos en que la irracionalidad seguía campando por sus respetos en el discurso científico y aún hoy lo sigue haciendo en muchas disciplinas quizá menores pero de gran impacto entre la población, como la medicina.



[Archivo]

2. Que, inevitablemente, algunos elementos de la ciencia actual acabarán formando parte de los descartes futuros. Lo difícil es identificar cuáles sin la perspectiva privilegiada que nos da el paso de los años. Por ello, debemos impedir que un exceso de escepticismo hacia las nuevas ideas sofoque la creatividad imprescindible para seguir avanzando.

Luis R. González Manso

## EL EFECTO PLACEBO, ¿MITO O CIENCIA?

**Carlos López Borgoñoz**

Editorial AAC, 2006\*

Excelente trabajo sobre el placebo, bajo el punto de vista de este lego (sobre esta materia) que os escribe. El libro empieza con una historia, cuya protagonista, Amalia, es una mujer sensata y que aplica el pensamiento crítico a todo lo que le rodea, y que ante la previsible muerte de su madre acaba llevándola a un curandero. Su madre muere, pero ello lleva al autor a que nos preguntemos por qué llevó a su progenitora hasta esa otra ‘medicina’, y dando respuesta a dicha pregunta nos dirige a un completo estudio sobre el llamado *efecto placebo*.

el escéptico 68

Este concepto no está muy claro ni siquiera para escépticos convencidos. Así, nos cuenta que Carl Sagan escribió en su libro *El mundo y sus demonios*: “La curación por la Fe puede ayudar en enfermedades placebo o mediadas por la mente: un malestar en espalda y rodillas (...) asma, ceguera, falso embarazo (...). No es sorprendente que la apelación a un estado mental llamado Fe pueda aliviar los síntomas causados, al menos en parte, por otro estado mental quizá no muy diferente”, presentándonos ejemplos realmente sorprendentes: “La fiesta anual de la cosecha (*Harvest Moon Festivals*) es importante en las comunidades chinas tradicionales de Norteamérica. En la semana precedente a la fiesta, la tasa de mortalidad de la comunidad cae un 35%. En la siguiente semana sube un 35%. Los grupos de control no chinos no marcan este efecto. Se podría pensar que se debe a los suicidios pero sólo se cuentan las muertes debidas a causas naturales

(...) En un estudio más detallado resultó que las fluctuaciones de la tasa de mortalidad ocurrían exclusivamente entre mujeres de 75 años o más: como la fiesta lunar de la cosecha está presidida por las mujeres más ancianas de las casas, eran capaces de postergar la muerte para ejercer las responsabilidades ceremoniales. Se encuentra un efecto similar entre los hombres judíos las semanas dedicadas a la Pascua judía, una fiesta en la que los ancianos juegan un papel central, y, de modo parecido, en todo el mundo por cumpleaños, ceremonias de graduación y cosas parecidas“. ¿Es ello posible, pese a decirlo Sagan?

La respuesta es no. O. Carlos López aporta datos que contradicen las afirmaciones de Sagan (y que muchos creíamos), basadas en un estudio. Así, el *Departamento de Economía del Pomona College* (que publicó el trabajo inicial), editó en el año 2004 una revisión de su propio estudio (en la revista *Psychosomatic Medicine*) en la que negaba su anterior afirmación, concluyendo que los datos no soportaban la hipótesis de que las mujeres chino-americanas eran capaces de prolongar su vida ante acontecimientos sociales inminentes.

Carlos López Borgoñoz también nos habla de la psicoendoneuroinmunología, extraña hipótesis que defiende entre otras cosas que un paciente predispuesto a sanar tiene mejores resultados en la curación de sus dolencias que otro apesadumbrado y/o decaído, y dice que debemos tratar este tema con sumo cuidado. El buen ánimo del paciente, ante una enfermedad, no ayudará a mejor resolver el problema médico; otra cosa es que el entorno del paciente ‘agradezca’ ese ‘buen humor’, esa buena disposición ante la adversidad, que la creencia en la curación estimule el fiel cumplimiento de lo que mandan los médicos...

Todo lo anterior nos lleva a la *Medicina Basada en la Evidencia* (MBE), de la que cita sus grandes virtudes sin olvidar sus limitaciones, como por ejemplo lo que se conoce en los EEUU como ‘medicina defensiva’, la cual está basada en hacer aquello que ‘está aceptado’ con el fin de prevenir posibles complicaciones legales...

No existen las panaceas... el placebo no cura, curan los principios activos o remedios o conductas que se puede probar que curan. En el libro se cita se apela mucho al pensamiento crítico y sólo queda la sensata deducción de que no debe olvidarse que el análisis final y las buenas prácticas en la sanación sólo deben ser efectuadas por profesionales bien preparados.

En cuanto a la MBE dice que es una desafortunada traducción del inglés (*Evidence Based Medicine*), razonando: ‘Evidencia’ (en la primera acepción del DRAE) significa

**CONFERENCIA**



# Efecto Placebo

¿Mito o ciencia?



A cargo de  
**Carlos López Borgoñoz,**  
biólogo, miembro de la  
Sociedad para el Avance  
del Pensamiento Crítico y  
trabajador de la empresa  
farmacéutica.

**Viernes 17 de Noviembre a las 18:00**  
Lugar: Centre Cívic Estació Magòria  
C.V. Corts Catalanes, 247 (esq. Moianés)



Organizan:



Generalitat de Catalunya  
Departament de Benestar i Família  
Direcció General  
d'Actuacions Comunitàries i Cíviques



Sociedad para el Avance  
del Pensamiento Crítico

‘Certeza clara y manifiesta de la que no se puede dudar’  
¡¡Exactamente lo contrario de lo que pretendemos!!

Nos habla de las herramientas de la MBE, como el meta-análisis y los ensayos clínicos (con sus cuatro fases), y nos dice cómo se afrontan las diversas comprobaciones, los costes de los ensayos, los problemas que hay en las elecciones de los pacientes, los diferentes muestreos, los estudios ‘piloto’, doble ciego, uso de ‘placebos activos’ (sustancias que ‘imitan’ los efectos adversos de los medicamentos que ponemos a prueba), comités éticos y de seguridad, la declaración de Helsinki (aprobada en 1964, y que tras lo ocurrido en la Segunda Guerra Mundial, decía: nunca más los seres humanos debían ser utilizados como cobayas) y los Comités Éticos de Investigación Clínica, etc.

Entresaco unas líneas de sumo interés sobre los ensayos clínicos y el placebo, que debe hacernos ver lo complicado que es todo lo que rodea al placebo: “Aclaremos que todos los pacientes que participan en un estudio deben recibir *el mejor tratamiento disponible* que se conozca, con la única diferencia del tratamiento que ponemos a prueba. En algunos casos, tal vez exista ya un tratamiento previo aceptado como eficaz; en ese caso deberemos comparar el nuevo tratamiento con el antiguo, con el fin de demostrar que aporta más eficacia. En ese caso no utilizaremos nunca un placebo [que sepamos que no actúa contra el mal sobre el que actuamos]. En el caso de que no exista nada previo comparable, y sólo en ese caso, usaremos un placebo...“. Ojo al dato: “el grupo placebo ha obtenido el mejor tratamiento disponible, *además del placebo*. ¡¡Por ello tienen a veces tasas sorprendentemente altas de curación!!“.

Para acabar con las preguntas del millón... Pero, después de todo, ¿existe el *efecto placebo*, o no? ¿Es capaz el individuo humano de intervenir en su propia curación sobre la base de su ‘esfuerzo’ personal? ¿Influye en algo ‘las ganas de vivir’ que un enfermo tenga en el curso de su enfermedad? ¿Puede la ‘sugestión’, o el convencimiento de que se está siendo tratado con el mejor tratamiento posible, tener un efecto beneficioso sobre enfermedades de todo tipo, ya sean infecciosas, degenerativas o vasculares?

El objetivo de este ensayo es proporcionar ciertas herramientas destinadas a que el lector pueda por sí mismo adoptar una postura en relación a este tema, que es muy debatido en foros científicos del más alto nivel, y no pretende forjar una opinión determinada.

Pero aclara en sus páginas: “Una supuesta capacidad autocurativa del cuerpo humano, proporcionada a través de mecanismos psicológicos desconocidos, debemos reconocer que nos produce más rechazo previo que aceptación. Pensamos firmemente, por otra parte, que la carga de la prueba, la obligación de demostrar, no reside en quienes afirman que no existe, sino en los que sí creen en su efecto beneficioso. *Afirmaciones extraordinarias requieren demostraciones extraordinarias*”.

Pero hay datos que avalan su posición... “La Colaboración Cochrane estudió en una de sus revisiones sistemáticas el efecto placebo ni más ni menos que en 156 ensayos clínicos que incluyeron 46 afecciones clínicas diferentes. En dichos estudios se comparó el empleo de un placebo con la no utilización de ningún tratamiento, comparación fundamental para poder descubrir si los placebos tienen algún efecto sobre la curación de enfermedades o no lo tienen [... Así,] demostraron que “No hubo pruebas

de que las intervenciones placebo, en general, tengan efectos clínicamente importantes. Debido al sesgo no se pudo distinguir con claridad un posible efecto pequeño para los resultados continuos informados por los pacientes, especialmente el dolor”. Estos resultados deberían hacernos abandonar la idea de la existencia de ese extraño mecanismo mental de autocuración.

Y en cuanto al dolor, se pregunta ¿es eficaz el placebo en el tratamiento del dolor? Por ello, comenta que “En absoluto podemos estar seguros ni siquiera de ello; debemos tener en cuenta que el dolor es una percepción absolutamente subjetiva. La única manera de valorarlo, por lo menos de manera frecuente, es sencillamente preguntándole al paciente su propia percepción del dolor que sufre.

También se tratan diversos temas que centran al placebo con algunas de las medicinas alternativas o complementarias (homeopatía, acupuntura, reflexoterapia...), y se afirma que sí que han habido estudios oficiales de esas técnicas, pero que han dado el resultado de que no hay pruebas de sus beneficios. Al final de la obra, incluso, se habla del efecto placebo en animales.

Todo ello en un lenguaje llano, ameno y lleno de ejemplos que ayudan a entender todo lo relacionado con el placebo. Este libro es una maravillosa herramienta para cualquier escéptico que debe estar en lugar preferente en su biblioteca particular.

Juan Soler Enfedaque

\* Una copia del libro se puede descargar de forma gratuita desde <http://borgonoz.googlepages.com/placebo>.

## ¡OJALÁ LO SUPIERA! LAS CARTAS DE RICHARD P. FEYNMAN

**Richard P. Feynman**

Editorial Crítica 2006. 467 páginas

Admito que me es difícil hacer una valoración objetiva de este libro, por contarse el autor entre mis “superhéroes favoritos”. Pero dudo que defraude las expectativas que suele generar siempre una obra de Feynman, premio Nobel de Física en 1965 y con un extenso currículum tanto en investigación científica como en muchos otros aspectos, como su afición a abrir cajas de seguridad en Los Álamos mientras desarrollaban la bomba atómica, tocar los bongos, aficionarse a pintar pasados los

cuarenta años, desarrollar investigaciones de física en espectáculos de *striptease*, selección y crítica de libros de texto e investigación del accidente del Challenger, con su celebre explicación del problema ante las cámaras.

Tal y como indica el título, se recoge la correspondencia de Feynman, así como algunas entrevistas en el apéndice. La hija adoptiva de Feynman recogió las cartas e hizo una selección de las más relevantes, que se han publicado.

Lo primero que puede sorprender al lector es el volumen de correspondencia generada, sobre todo si lo habitual es pensar que a los buzones llega poco más que propaganda y facturas. En el libro se muestra un elevado número de cartas, lo que indica una gran cantidad, tanto de entrada