

Existen píldoras milagrosas que en realidad no deberían hacer nada. Los placebos vienen en distintas formas y tamaños, pero no contienen ingredientes activos. Y aun así, misteriosamente, con frecuencia parecieran tener algún efecto.

En las últimas décadas se ha investigado mucho sobre el funcionamiento y lo que pueden hacer estas pastillas.

Contenido relacionado

- [Recetar placebo es más común de lo que se cree](#)
- [El efecto nocebo de las noticias de salud](#)

Temas relacionados

- [Salud](#)

Sabemos que en situaciones adecuadas, pueden ser muy efectivas para aliviar el dolor o la depresión.

Pero el último estudio sugiere que incluso podría ayudar a mejorar síntomas de un trastorno neurológico más complicado, tal y como Paul Pattison descubrió.

Necesidad de medicación

De muchas maneras, Paul es como cualquier otra persona a quien le gusta la naturaleza.



Paul Pattison, con Parkinson, no podía creer el efecto que el placebo tuvo en su cuerpo.

Pasa buena parte de su tiempo libre haciendo paseos en bicicleta por las colinas de las afueras de Vancouver, Canadá, donde vive. Y cada día, pasea a su perro por el bosque de pinos, que empieza donde termina su jardín.

Pero hay una gran diferencia entre Paul y el aficionado al aire libre promedio. Ya sea caminando o en bicicleta, necesita su medicación, pues tiene la enfermedad de Parkinson.

Sin sus medicinas, incluso caminar puede significar un gran esfuerzo.

El Parkinson está causado por la inhabilidad del cerebro de liberar suficiente dopamina, un neurotransmisor que afecta nuestro estado de ánimo, pero también es esencial para la regulación del movimiento.

Afortunadamente para Paul, su medicación le ofrece la dopamina que necesita para mantener sus síntomas bajo control.

Dado todo lo que sabemos sobre la enfermedad, es difícil imaginar que un placebo pueda hacer algo para ayudar a alguien con Parkinson.

Y eso es lo que hace más notable el experimento del profesor Jon Stoessl, director del Centro de Investigación Pacific Parkinson de la Universidad de British Columbia, en Vancouver.

Hace unos años, Paul participó en una prueba que dirigía Stoessl. Uno de los requerimientos era dejar la medicación. Cuando acudió al hospital, tenía los síntomas a flor de piel.

"Allí fue cuando me dieron esta cápsula, y dejaron pasar media hora... el tiempo normal que se necesita para que la medicina empiece a actuar. Y ¡bum!", cuenta Paul.

"Yo pensaba que se trataba de (una medicina) muy buena. Mi cuerpo se erigió, mis hombros se fueron hacia atrás. No había manera de que pudiera estar así sin mi medicación".

Excepto que a Paul no le habían dado un fármaco. Le dieron placebo.

Placebo como estimulante

"Estaba sorprendido. Cuando me tomo mi medicina, siento cambios físicos, ¿cómo algo sin nada puede crear las mismas sensaciones?", se preguntó el paciente.

El profesor Stoessl ha realizado numerosos experimentos con decenas de pacientes, y no hay duda de que el placebo algunas veces puede aliviar los síntomas de Parkinson.

"Lo que descubrimos es que en alguien con Parkinson, el placebo puede liberar tanta dopamina como anfetamina o velocidad puede hacerlo alguien con un sistema sano de dopamina. Así que se trata de una respuesta importante"

Jon Stoessl, Universidad de British Columbia

"En el Parkinson, como en muchos otros trastornos, existe una respuesta al placebo importante que se puede medir con resultados clínicos".

Lo nuevo sobre el trabajo de Stoessl es que, al escanear el cerebro de las personas con Parkinson cuando experimentan un efecto placebo, ha podido tener indicios de cómo una pastilla sin ningún ingrediente activo puede tener algún efecto en los pacientes.

El experto ha descubierto que cuando alguien como Paul responde bien al placebo, no sólo se trata de que esté llevando mejor los síntomas, o que de alguna forma esté luchando con ellos. Más bien se trata del placebo, que actúa como disparador para la liberación de dopamina en su cerebro.

Y no se trata de una pequeña cantidad de dopamina.

"Lo que descubrimos es que en alguien con Parkinson, el placebo puede liberar tanta dopamina como anfetamina o velocidad puede hacerlo alguien con un sistema sano de dopamina. Así que se trata de una respuesta importante", señala el especialista.

La morfina del cerebro



Esa respuesta dramática sólo pareciera durar muy poco tiempo. Después de todo, el placebo no es una cura milagrosa.

E incluso si lo fuera, difícilmente los doctores podrían empezar a mentir a sus pacientes y reemplazar los medicamentos reales con placebo.

Tampoco está claro cuánto placebo exactamente se necesita para estimular al cerebro a producir más dopamina, tomando en cuenta que el Parkinson está causado por la aparente inhabilidad del cerebro de producir suficiente.

Pero lo que ciertamente está claro es que la dopamina no viene de la píldora de placebo, pues allí no hay nada. La dopamina viene de nuestro cerebro.

Cada vez hay evidencias más fuertes de que el placebo puede activar la habilidad natural del cerebro de producir las sustancias químicas que necesitamos.

El profesor Tor Wager en la Universidad de Colorado es un neurocientífico que estudia lo que ocurre en el cerebro cuando las personas reciben un placebo y piensan que es analgésico.

"Cuando le recetamos a la gente un tratamiento con placebo, lo que vemos es una liberación de opioides endógenos, que es la morfina del cerebro. Lo que ello significa es que el efecto placebo está aprovechando el mismo circuito de control de dolor que un medicamento opiáceo como la morfina".

Investigación "en pañales"

Pareciera que la pastilla de placebo puede hacer cosas diferentes, dependiendo de lo que esperas que haga.

Puede estimular potencialmente la liberación de dopamina, si crees que es un medicamento de aumento de dopamina, como el que se necesita para el Parkinson; o puede aliviar el dolor, si piensas que es un analgésico.

"Los medicamentos funcionan porque tenemos receptores de los fármacos, y ello significa que hay algún tipo de sustancias químicas endógenas que nuestro cerebro produce y que actúa en esos receptores. Los receptores evolucionan para responder a esas sustancias químicas naturales"

Tor Wager, Universidad de Colorado

En muchas formas nuestro cerebro es una farmacia natural, de una u otra forma constantemente suministra dosis de sustancias químicas: para detener el dolor, o para sentirlo; para darnos energías o para calmarnos.

Y pareciera que es esta farmacia interna la que puede estimular el placebo.

De hecho, los fármacos que compramos en una farmacia real con frecuencia imitan los químicos que produce nuestro cerebro.

Como lo expone el profesor Wager, "el efecto placebo abre los grifos de nuestra farmacia natural".

"Los medicamentos funcionan porque tenemos receptores de los fármacos, y ello significa que hay algún tipo de sustancias químicas endógenas que nuestro cerebro produce y que actúa en esos receptores. Los receptores evolucionan para responder a esas sustancias químicas naturales".

No obstante, la investigación sobre el poder del placebo está todavía en pañales.

Es mucho lo que no sabemos. ¿Cuáles son exactamente los mecanismos por los que trabaja? ¿Por qué los placebos funcionan en unas personas y no en otras?

Pero el área de estudio de placebo ha aumentado en la última década, y la evidencia se inclina en que el efecto placebo puede ser algo poderoso.

Y mientras más lo entendamos, mayores serán nuestras oportunidades de aprovechar su efecto, y sacar lo mejor de la medicina que hay en nuestra mente.

