

## LIBROS

## Neil Armstrong contra el efecto placebo

La proliferación de las pseudoterapias y de las teorías conspirativas ha dado lugar a todo un género ensayístico dedicado a combatir las con argumentos científicos



POR ANTONIO CALVO ROY

Los ensayos científicos, como el resto, reflejan y explican el entorno cuando no son capaces de anticiparlo. Y nuestro entorno está plagado de gurúes que igual curan el cáncer con leña que el insomnio con agua y azúcar, igual ofrecen la salud a cambio de oler ciertas fragancias o por mirar fijamente piedras, dibujos, manos o ilusiones. Por eso son casi un género en sí mismo los ensayos que desmontan las llamadas terapias alternativas que, más precisamente, deberían llamarse terapias fraudulentas.

¿Truco o tratamiento? trata de "buscar la verdad utilizando el método científico", así que no es recomendable para quienes deciden estos asuntos sobre la base de la fe ciega. De hecho, si ya se ha decidido por la medicina al-

ternativa, ¿por qué querría conocer las conclusiones de miles de estudios de investigación cuando ya tiene todas las repuestas?. Escrito por Simon Singh, periodista científico, y Edzard Ernst, catedrático de Medicina y especialista en el estudio de medicinas alternativas, el libro pasa revista a diversas modalidades de este tipo de propuestas, entre ellas la homeopatía, la fitoterapia, la terapia quiropráctica y la acupuntura, además de ofrecer una guía rápida de otras más. Así, el primer capítulo se dedica a explicar cómo se establece la verdad en medicina, es decir, qué terapias han probado su eficacia más allá de toda duda analizadas con el método científico. Diferenciar, en suma, si hay evidencias o si hay creencias. Por ejemplo, sobre la acupuntura, a la que dedica otro capítulo en el que revisa su historia, las épocas y las razones diversas por las que ha estado de moda algunas

La tripulación del *Apollo 11* (de izquierda a derecha, Buzz Aldrin, Michael Collins y Neil Armstrong) posa en 1969 con una maqueta de la Luna.

HALFH MORSE (THE LIFE PICTURE COLLECTION VIA GETTY IMAGES)

veces, así como los estudios científicos y las, a juicio de los autores, equivocadas conclusiones de la OMS en un informe, publicado en 2003, que fue muy discutido y en el que proponía esta técnica como terapia efectiva. Para Singh y Ernst, la acupuntura solo funciona si se tiene fe en el tratamiento, es efecto placebo. De hecho, el desarrollo de la farmacología acabó con su primer boom en Europa. Introducida en Occidente en el siglo XVI, cuando llegaron los primeros informes sobre su uso gracias a los jesuitas que habían ejercido de misioneros en Japón, se puso de moda en Europa a mediados del siglo XVIII y hasta el XIX, momento en que el desarrollo de nuevos fármacos contra el dolor la desplazó. Frente al efecto placebo de las agujas, la farmacología tiene una efectividad real, así que esa moda pasó, aunque regresa de vez en cuando y se extiende entre las personas con más capacidad para creer.

Los autores recalcan, y es el absurdo de la homeopatía, la imposibilidad que tiene de actuar como remedio un producto que, por definición, no contiene ningún principio activo. De donde deducen que se trata de un lucrativo negocio mediante el cual "un simple pato" proporciona "20 millones de dólares. Este debe ser el ejemplo definitivo de la charlatanería médica". Hay un producto homeopático que explica bien la afirmación de los autores: el *Oscillo-coccinum*, hecho con un corazón o hígado de pato diluido en una cantidad de agua difícil de imaginar, 10 elevado a 400, es decir, un 1 seguido de 400 ceros. Un solo pato produce infinidad de dosis porque, en definitiva, no queda nada del corazón del pato en las píldoritas.

El "a mí me funciona" de algunos usuarios se explica con el efecto placebo o con el curso natural de muchos males que, si no empeoran, se curan solos. Estas pastillas homeopáticas que parecieran producidas por Celia Cruz —85% de sacarosa y 15 de lactosa, dos formas de azúcar— generan un mercado más que notable en Europa, aunque menguante en España y, desde 2020, aún más menguante en Francia, donde la Comisión de Transparencia de la Alta Autoridad de la Salud acaba de recomendar que la sanidad pública francesa deje de financiar productos homeopáticos aduciendo que "no han demostrado científicamente una eficacia suficiente para justificar que sean reembolsados". Además, el libro pasa revista a otras muchas variedades más o menos terapéuticas, como el detox, que "lo único que elimina es el dinero del paciente"; velas para oídos, "terapia a evitar"; *shiatsu*, que "puede provocar daños"; oxigenoterapia, "potencialmente dañina"; reflexología, "cara y sin ninguna evidencia", y otras, todas ellas pasadas a través del tamiz del método científico.

El uso de estos remedios no contrastados depende de muchos factores, pero entre ellos no está la formación de quien lo usa. Mario Bunge, filósofo de la ciencia y autor de *Las pseudociencias* *¿yaya timo!*, una colección de artículos sobre estas cuestiones editados por Alfonso López Borgeho, afirma que "los crédulos son más que los escépticos" y añade que "la paradoja es que la educación, tal y como está, en vez de hacer que la gente piense en forma científica hace que se vuelva más supersticiosa". Precisamente sobre este libro escribió Fernando Savater: "Da la impresión de que cada día aparecen otras nuevas [pseudociencias]. Es una paradoja

que nunca deja de darse en la modernidad, desde el Renacimiento: cuanto más avanza la ciencia, más prolifera la pseudociencia, como un remedio falso o como el mono del Zaratustra nietzscheano parodiaba las elucubraciones del maestro".

Desde otro punto de vista, Barbara Ehrenreich, bióloga, experta en inmunología celular, nos coloca frente al espejo en *Causas naturales. Cómo nos matamos por vivir más*, en el que se pregunta si "se puede confiar en la mente?". Para esta autora, dotada de una afilada ironía, todas las prácticas asociadas al *mindfulness* carecen de cualquier base científica y son, en realidad, una manera de gastar dinero. Pide sentido común, afrontar la muerte como algo natural y deja claro que cuidar mucho de uno mismo, hacerse exámenes médicos constantemente y perder la cabeza con dietas y ejercicios no garantiza vivir más si tus células enferman.

Con este mismo espíritu, desmontar mitos sobre prácticas médicas, el profesor de biotecnología de la Universidad Politécnica de Valencia José Miguel Mulet ha publicado *Medicina sin engaños*, una guía de carreteras en el país de las medicinas alternativas, muchas de las cuales son "un negocio que puede poner en riesgo la salud", así que escribió un libro "no sobre medicina, sino sobre los peligros de la pseudomedicina". Además de estos títulos, hay muchos más, aunque quizá no tantos como terapias novedosas, muchas de las cuales no son sino nuevas formas de estafas económicas o, más peligrosas, estafas a la salud, a la esperanza de quienes no encuentran en la medicina basada en la evidencia remedio para sus males. Porque si la medicina de verdad no ofrece curas, no siempre es fácil aceptar que es que aún no la tenemos.

Y, además de contra las falsas ciencias en salud, hay muchos libros dedicados a desmontar todo tipo de conspiraciones fantásticas. Justo ahora que se cumplen 50 años del primer paseo lunar de Armstrong y Aldrin, han regresado algunas de las tontunas repetidas por quienes piensan que son más listos que el resto y que a ellos nadie se las da con queso. Que, aunque los rusos se lo tragan, lo del *Apollo 11* fue una patraña. De entre los libros que explican esa necesidad, Eugenio Fernández Aguilar, físico, divulgador científico y profesor de secundaria, ha escrito *La conspiración lunar ¿yaya timo!*, uno de los más claros y entretenidos. Fernández, que publicó hace 10 años el libro que acaba de reeditarse, analiza las 50 razones que afirman, más allá de toda duda razonable, que el 21 de julio de 1969, la humanidad llegó a la Luna por primera vez, con permiso de Tintín.

¿Truco o tratamiento? Simon Singh y Edzard Ernst. Traducción de Paula Rubio Marqués y Máximo A. Chicano Díaz. Capitán Swing.

Las pseudociencias ¿yaya timo!. Mario Bunge. Laetoli.

Causas naturales. Cómo nos matamos por vivir más. Barbara Ehrenreich. Traducción de Laura Vidal. Turner.

Medicina sin engaños. José Miguel Mulet. Destino.

La conspiración lunar ¿yaya timo!. Manuel Fernández Aguilar. Laetoli.