

# EL LADO OSCURO DEL EFECTO PLACEBO

Arnaldo González Arias<sup>a</sup>

Pre-print

El *efecto placebo* consiste en cualquier mejora de los síntomas tras una intervención médica físicamente inerte – o no específica – para la condición que se desea tratar.<sup>1</sup> El compuesto administrado (el placebo) puede ser alguna sustancia sin efectos terapéuticos como azúcar, talco, agua mentolada o solución salina (placebo puro), pero además puede ser un placebo impuro, tal como una vitamina no necesaria, dosis no terapéuticas de alguna sustancia psicotrópica, o algún fármaco no específico para la enfermedad en cuestión (por ejemplo, suministrar un antibacteriano para tratar una infección viral). También se utilizan con este fin algunas terapias no demostradas, tanto por parte del personal sanitario como por intrusos<sup>b</sup>: (ejemplos son la aplicación de imanes en diversas partes del cuerpo y las terapias ‘energéticas’<sup>2,3</sup>).



El efecto se ve favorecido por el contacto manual y una comunicación verbal cercana entre quien aplica los cuidados y quien los recibe. Sus efectos son especialmente intensos en el alivio de síntomas subjetivos tales como el dolor, la fatiga y la depresión. Muchos médicos utilizan el efecto placebo de forma consciente para beneficio de los pacientes, aunque se ha señalado que este procedimiento también proporciona una vía ancha para “sanadores” inescrupulosos de todo tipo.<sup>1</sup>

Aunque por regla general el efecto placebo se presenta únicamente en un porcentaje reducido de pacientes, mucho personal de la salud cree que sólo puede ser provechoso o nulo para el paciente, pero nunca dañino. Sin embargo, un reciente artículo de revisión con 134 referencias señala la presencia significativa del *efecto nocebo* en estos casos; es decir, la aparición de *eventos adversos* que se presentan en los pacientes cuando se suministra un placebo. Los síntomas más comunes son náuseas, sequedad en la boca, somnolencia, ansiedad, nerviosismo, dolor de cabeza, falta de aire, mareo, sonrojos, flatulencia, disminución de la presión arterial y sensación de pesantez.<sup>4</sup>

<sup>a</sup> Universidad de la Habana. [agonzalezarias@gmail.com](mailto:agonzalezarias@gmail.com)

<sup>b</sup> Intrusismo es el ejercicio de actividades profesionales por persona no autorizada para ello. Puede constituir delito (DRAE).

La intensidad del efecto es variable y desaparece sin secuelas cuando se retira el placebo. El artículo de revisión concluye que tanto el efecto placebo como el nocebo no son imaginarios, sino que tienen bases neurofisiológicas bien definidas. También considera que ambos efectos siempre deben ser tomados en cuenta, así como que información al respecto se debería incluir de forma regular en los cursos de medicina y enfermería.

Algunos autores reportan diversos factores personales asociados a la ocurrencia del efecto nocebo; estos incluyen una personalidad pesimista y la información previa al paciente de posibles reacciones adversas, tanto en los prospectos de los medicamentos como mediante los medios de difusión. Otros estudios concluyen que las mujeres son más propensas al nocebo que los hombres.<sup>5</sup>

Diversos ensayos clínicos han encontrado, de forma regular, una incidencia negativa del placebo en el grupo de control entre 10 y 20% de los pacientes que lo reciben, aunque hay casos donde la incidencia sale fuera de esos límites. En ocasiones también se ha encontrado que los efectos colaterales atribuibles a diversos medicamentos pueden ser debido al efecto nocebo y no al medicamento en sí; los más recientes incluyen a las vacunas anticovid.<sup>6,7</sup> Por esta razón se ha señalado que el efecto nocebo puede afectar los resultados de los ensayos clínicos, tanto en el grupo de control como en el grupo de ensayo, algo que usualmente no se toma en cuenta.<sup>8</sup> Existen propuestas de estudios estadísticos cruzados para facilitar la interpretación de los resultados en los ensayos donde intervienen placebos.<sup>9</sup>

---

<sup>1</sup> Morton E. Tavel, MD. The Placebo Effect: the Good, the Bad, and the Ugly. *Journal of Medicine*, Vol 127, No 6, June 2014, p. 484-488

<sup>2</sup> González Arias A. Magnetismo y Pseudociencia en la Medicina, *Rev. Cub. Fis. Vol. 20, No. 1, 2003*

<sup>3</sup> González Arias A. Apuntes para una historia sobre la medicina alternativa en Cuba: III. Terapias bioenergéticas. *Revista Anales de la Academia de Ciencias de Cuba, Vol.4, No.1, Año 2014*

<sup>4</sup> Alfredo Jose Pardo-Cabello, · Victoria Manzano-Gamero, · Emilio Puche-Cañas. *Placebo: a brief updated review Naunyn-Schmiedeberg's Archives of Pharmacology (2022) 395:1343–1356*

<sup>5</sup> Wartolowska K (2019). *The nocebo effect as a source of bias in the assessment of treatment effects. F1000Res 8:5. https://doi.org/10.12688/f1000research.17611.2*

<sup>6</sup> Haas JW, Ongaro G, Jacobson E, Conboy LA, Nee J, Iturrino J, Rangan V, Lembo A, Kaptchuk TJ, Ballou S. *Patients' experiences treated with open-label placebo versus double-blind placebo: a mixed methods qualitative study. BMC Psychol 10:20. https://doi.org/10.1186/s40359-022-00731-w Erratum.In: JAMAN*

<sup>7</sup> Haas JW, Bender FL, Ballou S, Kelley JM, Wilhelm M, Miller FG, Rief W, Kaptchuk TJ. *Frequency of adverse events in the placebo arms of COVID-19 vaccine trials: a systematic review and meta-analysis. JAMA Netw Open 5(1):e2143955. https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.43955. Erratum.In: JAMAN etwOpen.2022,5(2):e221277*

<sup>8</sup> Planès S, Villier C, Mallaret M. (2016) *The nocebo effect of drugs. Pharmacol Res Perspect 4:e00208. https://doi.org/10.1002/prp2.208*

<sup>9</sup> Raman R. (2020) *Statistical methods in handling placebo effect. Int Rev Neurobiol 153:103–120. https://doi.org/10.1016/bs.irn. 2020.04.004*