

# Falòries (o Ai, l'homeopatia!)

**Vicent Botella**  
Doctor en Física

**Ai, l'homeopatia!** Mala herba mai no mor i el bestiar no se la menja. És increïble que aquesta ximpleria del s. XVIII encara sure i sense haver-hi afegit ni un gram de forment. La trobe sovint i em faig creus. Breument: l'homeopatia és una pseudo-teràpia, una creença de caire supersticiós, que proposa que les malalties poden curar-se amb dosis petites (i quant més petites millor!) de la substància que les provoca. Segons el concepte homeopàtic de la “potenciació”, en diluir en aigua (o alcohol etílic) una substància repetidament, s’hi pot augmentar o potenciar el seu efecte. No hi entraré en detalls, però us deixo els dos quinzets que fan la pesseta: els productes homeopàtics estan tan diluïts que són solament aigua! A la capsula o botella hi trobareu una indicació de quantes vegades s’ha diluït el principi actiu. Per exemple, si hi posa “30C”, això implica que s’ha diluït una part de principi actiu en  $10^{60}$  (un 1 seguit de 60 zeros!) parts d’aigua. Ara ves i busca el principi actiu, no hi trobaràs ni una pobra molècula. I més enllà d’escurar-vos la butxaca, no li trobareu cap altre efecte.

Tot i així, hi ha metges (ho he vist personalment en algun pediatra) que s’atreveixen a prescriure remeis homeopàtics i farmàcies que te’ls venen sense cap rubor. I per suposat hi ha usuaris, i pares i mares, que en fan devotes recomanacions i en juren els beneficis. Ací és on ens cal recordar l’efecte “placebo” o com la gent tant sovint veu i sent (sols) allò que vol. L’efecte placebo és un efecte psicològic passatger que ens fa creure i sentir una certa millora en la nostra malaltia pel sol fet d’haver rebut un tractament o medicina, encara que fos fals (un got d’aigua amb coloret o una pastilleta de sucre, per exemple).

Com que els essers humans tenim aquests errors de percepció tan acreditats, per avaluar objectivament l’eficàcia de qualsevol medicina o tractament, cal fer estudis estadístics amb gran quantitat de pacients i, el més important, un grup “control”: un grup de pacients que (sense saber-ho) no reben la medicina de l’estudi sinó un placebo. Açò permet avaluar la diferència “real” en l’evolució dels símptomes entre aquells pacients que han rebut el tractament i els pacients del grup control que no han sigut tractats. Si no hi ha una diferència, es considera que el tractament no és eficaç.

Allò que en diuen medicina “alternativa” és un conjunt ben heterogeni de pràctiques que compar-

teixen un mateix tret característic: no s’ha pogut demostrar la seua eficàcia mitjançant cap estudi clínic. És a dir, no s’ha detectat cap diferència en el progrés dels pacients tractats amb la suposada teràpia i aquells del grup control. L’altra característica comuna de les pseudo-teràpies és que la manca d’evidència científica no sembla aturar a qui la practica ni a molts malalts que s’hi acosten a la vora de la superstició cercant ajuda o consol.

A banda de l’homeopatia, hi ha un rastre de pseudo-teràpies que ens assetgen constantment, com ara la naturopatia, l’acupuntura, el reiki, ayurveda, quiropraxis, diferents versions del tema “deixa que et pose una pedreta màgica damunt i voràs què bé” ... i reben una menció especial, per originals, les supersticions del nostre folklore popular com trencar l’enfit o treure el sol del cap.

Algunes d’aquestes teràpies tenen clarament un imaginari místic o un component religiós o sobrenatural ben colorit que evidencia clarament el seu distanciament de la ciència empírica. Altres, però, proven a aproximar-se a la imatge de la medicina científica per aprofitar-ne la reputació: us rebran posats de bata blanca en una consulta ben moblada i amb els bàrtuls adients. Cal anar amb compte amb les aparences.

I també, per favor, ull amb la xarxa: a internet s’hi pot trobar qualsevol cosa i la contrària. En llegir o escoltar alguna notícia sobre una nova teràpia o dieta o sobre l’últim aliment que diuen que fa càncer, cal que us pregunteu: 1. Quina és la font d’aquesta informació? Hi ha algun estudi científic darrere de la notícia? S’hi ha realitzat un estudi clínic aleatori amb grup control? 2. On s’ha publicat aquest estudi? Si un estudi ens diu que l’homeopatia és una meravella i el publica el “Grup d’amics de l’homeopatia” ja us en feu compte del problema de credibilitat. Els estudis científics han de ser avaluats per experts anònims independents abans de ser publicats. 3. I encara així, heu d’anar més enllà i preguntar: s’han pogut reproduir els resultats d’aquest estudi per algun altre grup d’investigació independent? La replicació dels resultats experimentals és una part fonamental del mètode científic! Pensareu que es una feinada considerable. Ho és! L’escepticisme és ben costós. És molt més fàcil mentir o creure’s qualsevol falòria.

Alguns potser em direu que si el metge prescriu homeopatia i el farmacèutic ho ven, potser tenen





El problema és que les pseudoteràpies sí que poden fer molt de mal.

Les pseudoteràpies baixen l'estàndard de qualitat de la nostra intel·ligència compartida, del pensament crític col·lectiu.

motius de pes. Jo n'hi veig un claríssim i de molt de pes: la mentida no és un mal model de negoci. De fet, amb açò de l'homeopatia hi ha qui està fent l'agost. Ara bé, a l'acte d'obtindre un benefici econòmic mitjançant l'engany cal dir-li estafa. I en el camp de l'estafa mèdica o terapèutica encara reguen a manta i cullen a mans plenes. Malauradament, quan els clients són pacients, s'hi donen les condicions òptimes de necessitat i vulnerabilitat, potser inclús desesperació, per treure'n un bon pessic a base d'engany.

Personalment, no crec que molts pediatres i farmacèutics tinguen un visió tan clara d'allò que fan realment en prescriure o vendre homeopatia. Pot ser ni tan sols s'han preocupat de recercar l'evidència científica al respecte. Ans al contrari, probablement molts es mouen en una certa boira ètica, una zona de grisos imaginària en la qual, si proven a verbalitzar el seu pensament, l'homeopatia "pot ser no fa res però tampoc fa mal i els malalts estan contents o més tranquils".

El problema és que les pseudoteràpies sí que poden fer molt de mal. Per exemple, quan un pacient decideix substituir la medicina científica per una pseudo-teràpia, s'hi exposa a un gran risc. Ja hi ha hagut casos de morts al País Valencià per aquest motiu i s'hi han publicat recentment alguns estudis estadístics que hi quantifiquen el risc d'aquestes pseudo-teràpies. Però el mal que fan les pseudoteràpies va molt més enllà del casos concrets dels pacients que s'hi puguen veure afectats. Les pseudoteràpies baixen l'estàndard de qualitat de la nostra intel·ligència compartida, del pensament crític col·lectiu. Recordem que hem hagut de lluitar durant segles contra l'obscurantisme, la superstició, les pors irracionals i la nostra pròpia ignorància. Generacions de científics s'han hagut d'esforçar per desvetllar els secrets del cos humà i de la natu-

ra per ajudar-nos a combatre malalties i millorar la nostra vida d'una manera efectiva. No podem fer un pas enrere, no podem baixar el nostre nivell d'exigència i tornar a creure en remeis màgics i panacees universals. Això seria perdre la guia, la brúixola de l'escepticisme i la racionalitat que ens ha dut fins ací. Les pseudo-teràpies són, en definitiva, un insult i una amenaça al nostre patrimoni intel·lectual i cultural.

Recentment la conselleria de Sanitat ha començat a combatre l'homeopatia i altres pseudo-teràpies al País Valencià i sembla que a Europa també comencen a moure's davant d'aquesta amenaça. Però més enllà de solucions en forma de regulació o prohibició, faríem mal d'ignorar les possibles causes del ressorgir d'aquestes pseudoteràpies. Potser ens cal (a la comunitat científica i mèdica) fer una mica d'autocrítica i reconèixer que en molts casos la pràctica mèdica actual, degut en gran part a la manca de recursos i temps, deixa de banda l'aspecte emocional, humà, pedagògic, d'acompanyament, de la interacció metge-pacient. Els terapeutes «alternatius» aprofiten aquesta mancança i ofereixen als pacients una narrativa de la seua malaltia fàcil d'entendre, recordar i reproduir, dediquen molt més temps a conversar amb el pacient i a simpatitzar amb el seu patiment.

Tot i que allò que ens conten és fal·laç i el tractament que ofereixen no és en absolut eficaç, el seu tracte personal pot ser atractiu per a qui se sent necessitat d'atenció o compassió. La lluita contra les pseudo-teràpies doncs, va lligada a la lluita per una sanitat pública, gratuïta i universal de la millor qualitat.

Per acabar, un raonament de butxaca per tal que no us emboliquen: si la medicina «alternativa» fos eficaç, no li caldrien cognoms, seria medicina i prou. Prou de fal·lòries.