

REPORTAJE

'TIMOTERAPIAS' DE MODA

Pulseras holográficas, calzoncillos con imanes, pastillas homeopáticas... El mercado de la salud vende productos de gran éxito comercial, pero que no demuestran su eficacia clínica. **Por I. Labrador**

Hasta la recién estrenada ministra de Sanidad ha sucumbido a los encantos del efecto placebo, en su caso, con forma de pulsera. La famosa PowerBalance se ha convertido en el último ejemplo de la larga lista de *timoterapias* que de forma periódica sacuden el mercado, el bolsillo de los incautos consumidores y hasta el sentido común de una ministra de Sanidad.

La fórmula parece clara: un fabricante crea un producto inocuo, por ejemplo una pulsera de látex. Le incorpora un elemento que le dé un carácter diferencial, como una pegatina con un holograma. Y a partir de ahí se lanza la idea de que ese elemento produce una reacción beneficiosa en el organismo. Pero, ¿cómo demuestran que realmente producen dichos efectos? "No lo hacen. No pueden porque lo que venden se cae por su propio peso cuando se somete al más mínimo estudio riguroso", afirma el biólogo José María Hernández: "Lo que pasa es que las promesas de salud que hacen nos resultan apetecibles y terminamos creyéndolo".

Placebos magnéticos

Otro caso similar es el de las pulseras magnéticas. Es la misma fórmula, pero cambiando hologramas por imanes. "Tenemos muy claro que vendemos un producto que no tiene una certificación médica real. Y que lejos de obrar milagros, actúa muchas veces en forma de placebo", señala un portavoz de Noamagnetics, uno de los fabricantes de pulseras con imanes. No todas las marcas dicen lo mismo, y muchas de ellas insisten en que lo que venden tiene efectos beneficiosos para la salud, pese a que ningún estudio clínico lo acredita y que tampoco es la primera vez que aparecen en el mercado artículos similares. Se pueden encontrar plantillas para los zapatos, colchones... y hasta calzoncillos que prometen mejorar la vida sexual gracias al magnetismo. Pero ninguno ha demostrado ser efectivo.

En 2002 el doctor Robert Bratton y sus colegas de la Clínica Mayo realizaron un estudio para medir los efectos de un popular brazalete magnético. Para ello, le entregaron a un grupo de 305 personas estos brazaletes. A otro grupo idéntico se le entregó un producto falso, pero a todos los sujetos se les dijo que lo que llevaban era una pulsera magnética. Curiosamente los dos grupos, incluso el que portaba imitaciones, afirmaron haber sufrido menos molestias físicas mientras las llevaban. ¿Cómo es eso posible?



Medicamentos homeopáticos, junto a una suma de dinero. THINKSTOCK

LA PRUEBA SUICIDA

Uno de los productos homeopáticos más vendidos es el denominado *Oscillocoquinum*, que se comercializa para combatir la gripe. Sin embargo, en su prospecto figura que 1 gramo de esta sustancia está compuesta por 0,85 gramos de sacarosa y 0,15 gramos de lactosa. ¿Dónde está entonces el principio activo? "No lo tiene. Las pastillas homeopáticas no tienen ningún efecto", dice el periodista Oscar Menéndez, quien para denunciar este hecho llevó a cabo el pasado mes de octubre un 'suicidio homeopático'. "Durante un programa de televisión me tomé en 45 minutos 36 pastillas de Sedatin, que es un sedante homeopático que tiene 1 billonésima parte de belladona, que es un veneno. Si fuera un medicamento con una acción real, habría necesitado que me llevaran al hospital. Pero ni siquiera me relajó".

La explicación se encuentra en el efecto placebo, es decir, la falsa sensación de que algo inocuo funciona por el mero hecho de creer que funciona.

¿Cómo discernir los productos terapéuticos que funcionan realmente de los timos basados en el placebo? "Si no tienes conocimientos de medicina

avanzados, lo mejor es ir al médico y preguntar", concluye Hernández. Pero cabe la posibilidad de que el médico en cuestión sea prescriptor de homeopatía, una disciplina que no ha demostrado su efectividad en ensayos clínicos más allá del efecto placebo. De hecho la cadena británica de farmacias Boots confesó el año pasado que vende productos homeopáticos "porque son populares, no porque curan". ¿Se trata de otra *timoterapia*?

"La homeopatía es muy eficaz y segura, y no tiene efectos secundarios", defiende María Dolores Tremiño, presidenta de la Sociedad Española de Medicina Homeopática. Para los detractores de esta práctica, la cuestión está en que tampoco se ha demostrado clínicamente que tenga efectos primarios.

Agua con memoria

En 2005 la revista científica *The Lancet* llevó a cabo un estudio comparando 110 ensayos clínicos que utilizaban compuestos homeopáticos y otros derivados de la medicina convencional. La conclusión fue que los efectos de la homeopatía no se diferenciaban del placebo y no resultaban eficaces para

curar enfermedades. Esta disciplina se basa en dos principios: el primero, que la misma sustancia que produce una enfermedad sirve para curarla. El segundo, que esta sustancia debe administrarse en dosis infinitesimales. Así, por ejemplo, en la elaboración de un compuesto homeopático se diluye una pequeña porción de principio activo en un litro de agua; se agita, se extrae una gota de la mezcla y se vuelve a diluir en otro litro de agua. Y así 15, 25, 30 ó 50 veces.

"En la disolución final no queda ni una sola molécula del principio activo", denuncia Víctor Javier Sanz, autor del libro *La homeopatía ¡Vaya timol!* "Eso es porque la homeopatía no tiene una acción química, sino física", defiende Tremiño. Según explican los homeopatas, esta acción física tiene que ver con un curioso fenómeno denominado *memoria del agua*. Supuestamente el agua memoriza las propiedades de la sustancia que se le añade para reproducirlas en el organismo del paciente. Este fenómeno no ha sido confirmado experimentalmente.

"El agua está en contacto con muchas sustancias a lo largo de su ciclo y además tiene residuos secos de sodio, potasio... ¿Cómo es que memoriza unas sustancias y otras no?", se pregunta Sanz, para quien "el éxito de la homeopatía es más sociológico y psicológico que científico".

LA CADENA FARMACÉUTICA BOOTS CONFIESA QUE VENDE HOMEOPATÍA "PORQUE ES POPULAR, NO PORQUE FUNCIONE"