

# COMPREENDENDO O EFEITO PLACEBO NOS ANIMAIS E NO HOMEM

**Isar Naves Ribeiro<sup>1</sup>; Marivaldo de Souza<sup>1</sup>; Wanete Fagundes Souza<sup>1</sup>,  
Marisa Barreto<sup>1</sup>; William Carlos de Souza<sup>1</sup>; Ricardo Bandeira<sup>1</sup>**

Universidade Ibirapuera  
Av. Interlaos, 1329 – São Paulo – SP  
ricardoban@gmail.com

---

## Resumo

Novas evidências obtidas por meio de um simulador virtual revelam como funciona o “efeito placebo” no corpo humano – quando, em determinadas circunstâncias, um medicamento falso pode curar uma doença como se fosse um remédio verdadeiro. O estudo, conduzido pelo biólogo Peter Trimmer, da Universidade de Bristol, na Grã-Bretanha, indicou que a reação se deve a uma espécie de “interruptor” presente no sistema imunológico, fruto da evolução e controlado pela mente. Durante as pesquisas, Trimmer percebeu que os roedores não combatiam as infecções tão bem quando as luzes de suas gaiolas simulavam o inverno. Segundo Trimmer, o sistema imunológico exige muitos esforços do corpo. Quando o esforço é grande demais, em casos de infecções letais, homens e animais podem perder grande parte de suas reservas lutando contra a doença, o que pode colocar em risco a vida. Mas quando a infecção não é mortal, a melhor forma de lidar com o problema é esperar por um sinal de que não é necessário combater a doença. Esse sinal pode ser um placebo – iluminação artificial, aos hamsters, ou um remédio falso aos humanos. Hoje, quando os médicos oferecem um remédio, não estão preocupados só em curar a doença, mas também com o ambiente em que a pessoa está inserida”, acrescentou. Esse não é, entretanto, o único mecanismo que explica o efeito placebo. A reação pode ocorrer também quando a pessoa está convencida de que tomar certo medicamento garantirá sua cura.

**Palavras-chave:** Placebo, Efeito placebo, Tendência Atualizante, Autocura, Estudos duplo-cegos.

## Abstract

New evidence obtained by means of a virtual simulator reveal how the “placebo effect” in the human body - when, in certain circumstances, a fake medicine can cure a disease like a real thing. The study, led by biologist Peter Trimmer, University of Bristol in Britain, indicated that the reaction is due to a kind of “switch” present in the immune system, the result of evolution and controlled by the mind. The research began when Trimmer and his team observed that other animals also exhibited a response similar to the placebo effect. The studies clearly indicate an evolutionary advantage to start and stop the immune system, depending on the ambient conditions. Trimmer explained that in the case of humans, there are good and bad times to activate the immune system. “If a person breaks his foot normally puts all the effort in the immune system to heal quickly. Nevertheless, if you’re being chased by a predator - a lion, for example - it is better not to concentrate their efforts in healing, but on the trail, he explained. Today, when doctors offer a remedy, are not concerned only cure the disease, but also with the environment in which the person is located,” he added. This is not, however, the only mechanism explaining the placebo effect. The reaction can also occur when a person is convinced that taking certain medication guarantee their healing.

**Keywords:** Placebo, Placebo effect, Actualizing Tendency, Self-healing, Double-blind studies.

## 1. Introdução

O efeito placebo é um dos fenômenos mais estranhos e menos compreendidos da fisiologia e psicologia humanas. A maioria de nós já experimentou ou ouviu falar nele: é a ideia de que podemos, essencialmente, nos curar de doenças simplesmente porque acreditamos que estamos sendo curados. A ideia de nós mesmos nos enganarmos a ter saúde prova que o cérebro é realmente uma entidade extremamente poderosa. Embora faça sentido, de uma forma estranha, que sejamos capazes de fazer isso, há certos aspectos do efeito placebo que até mesmo cientistas e médicos não conseguem explicar.

## 2. Objetivo

Empresas farmacêuticas empregam os mesmos procedimentos (testes duplos e cegos) em cães ao testar medicamentos para animais, como para humanos. Em um estudo em particular, cães com epilepsia receberam ou uma medicação, ou um placebo. O grupo do placebo reagiu de forma extremamente positiva. Novos estudos com hamsters também revelam que a maioria dos animais tem algo semelhante ao efeito placebo, que entra em ação dependendo do ambiente e da energia corporal disponível. Quando hamsters foram levados a acreditar que era inverno, seu sistema imunológico entrou em um estado mais dormente para preservar energia.

Esse mecanismo ajuda a explicar por que não podemos simplesmente nos recuperar, mas precisamos tomar uma pílula, seja qual for. Em essência, nós precisamos de algum tipo de influência externa para iniciar a sequência de eventos que levam ao efeito placebo. • Placebos mudam a interpretação da dor no cérebro

## 3. Embriaguez placebo

Mulheres geralmente ficam bêbadas mais facilmente que os homens, requerendo menos álcool. Na verdade, para ficar embriagado não é necessário nenhum álcool. Isso porque podemos simplesmente enganar-nos a pensar que estamos bêbados. Pesquisas diferentes já descobriram que aqueles que acreditam ter bebido álcool

(mesmo que a bebida fosse não alcoólica) se sentem bêbados e têm realmente o julgamento prejudicado. Ou seja, se saem pior em testes simples e seu QI torna-se menor, como se estivessem realmente embriagados.

## 4. Moradia afeta o efeito placebo

Americanos tendem a exibir hipocondria mais do que qualquer outra cultura na Terra, já que a propaganda de saúde e medicamentos lá é extensa. Por alguma razão, tendem a atribuir muito poder aos medicamentos que podem ser injetados na veia (provavelmente porque foram condicionados a respeitar o poder de injeções desde o nascimento). Europeus, por outro lado, reagem de forma mais positiva a comprimidos de placebo do que injeções. Ou seja, fatores culturais influenciam fortemente a maneira pela qual o efeito placebo se manifesta. Drogas de placebo utilizadas em um estudo para o tratamento de úlceras funcionaram muito melhor na Alemanha do que no Brasil. Um teste de drogas para hipertensão foi o menos reativo para as pílulas de placebo na Alemanha.

Esses fatores culturais são poderosos na formação das nossas esperanças, medos e expectativas, de maneira que o efeito placebo se transforma quando atravessa fronteiras.

## 5. Funcionamento

Toda a premissa do efeito placebo é que os pacientes acreditam que estão recebendo medicamento verdadeiro e são curados. Mas, mesmo quando os pacientes descobrem que estão recebendo uma droga falsa, ela ainda funciona de forma eficaz, o que não faz nenhum sentido.

• **Efeito placebo:** mesmo quando os pacientes sabem que estão tomando remédios falsos, há efeitos positivos. Em testes nos quais os doentes recebem medicamentos simulados, eles são eventualmente informados de que tomaram placebo. Depois de saber disso, cientistas esperam que os benefícios positivos do remédio diminuam ou pelo menos enfraqueçam nos pacientes. Mas, pelo contrário, os efeitos positivos per-

manecem e muitos querem continuar a tomar a droga.

No futuro, isso poderia significar que médicos prescreverão pílulas de açúcar para pacientes com pleno conhecimento que estão tomando placebo.

## **6. Efeito placebo derivado de infecções falsas e doenças não relacionadas**

Um grupo de médicos queria ver se as pessoas que sofriam de asma que fossem infectadas com amarelão iriam sentir alívio nos seus sintomas. Eles dividiram o grupo de doentes asmáticos em dois, infectaram um com ancilóstomo, e fizeram o segundo pensar que também tinha sido infectado. O grupo que tinha realmente sido infectado viu uma melhora. O segundo grupo, incrivelmente, também. Isso demonstrou que as melhorias de ambos os grupos foram resultado do efeito placebo.

A maior parte do grupo que tinha sido infectado escolheu manter as infecções após terminar o estudo, por causa das vantagens percebidas.

## **7. Gêmeo “Nocebo”**

Assim como as nossas expectativas sobre a eficácia de uma droga podem influenciar a nossa reação a um placebo, uma expectativa de efeitos colaterais pode levar-nos a experimentá-los também. Isso tem se manifestado em uma infinidade de formas, às vezes extremas, e ficou conhecido como “nocebo”. Um estudo notável documentou os efeitos do nocebo na Itália, onde pessoas com ou sem intolerância à lactose tomaram o que pensaram ser lactose (não era). 44% das pessoas com intolerância e 26% sem intolerância desenvolveram sintomas de desconforto gastrointestinal. Como se ter diarreia e dor de estômago sem motivo algum não fosse ruim o suficiente, imagine perder a fé em seu pênis normal por causa do que o seu médico lhe disse.

O efeito nocebo lamentavelmente funciona em pessoas que tomam medicamentos reais, como foi revelado por um estudo realizado em homens que tomaram a droga finasterida para próstatas aumentadas. Metade foi informada pelo médico que disfunção erétil era um possível efeito colateral, e a outra metade não. Do grupo que ouviu sobre o efeito, 44% relataram disfunção erétil, em compara-

ção com apenas 15% do grupo que não tinha sido informado.

Em outro estudo, um paciente participando de um teste para medicação antidepressiva engoliu 26 pílulas de placebo em uma tentativa de suicídio.

Mesmo sendo completamente inofensivas, sua pressão arterial de alguma forma caiu perigosamente.

## **8. Cor e tamanho afetam efeito placebo**

Nossa percepção de quão bem funciona uma pílula muitas vezes determina o quão bem ela realmente acaba funcionando. Esta eficácia percebida é baseada em grande parte no tamanho, forma e cor da pílula. Pesquisadores descobriram que pílulas de placebo amarelas são as mais eficazes no tratamento da depressão, enquanto pílulas vermelhas levam o paciente a ficar mais alerta e acordado. Comprimidos verdes ajudam a aliviar a ansiedade, enquanto pílulas brancas aliviam problemas estomacais, como úlceras.

Quanto mais pílulas de placebo as pessoas tomam, melhor, com as tomadas quatro vezes por dia sendo mais eficazes do que as tomadas duas vezes por dia. Comprimidos que têm uma “marca” carimbada sobre eles também funcionam melhor do que pílulas que não têm nada escrito sobre elas. Parece que nós somos superficiais até quando se trata de medicamentos falsos.

## **9. Cirurgias placebo também são eficazes**

Imagine sofrer uma lesão que exige cirurgia e ser submetido ao procedimento, o que resulta em um membro sem dor. Agora imagine o médico lhe dizendo, um mês depois, que não reparou nada durante a cirurgia, apenas lhe cortou e lhe fez acreditar que um procedimento tinha ocorrido. Isso é essencialmente o que vem acontecendo em testes médicos, e os resultados mostram que as cirurgias falsas podem ser tão eficazes quanto as reais. A melhor parte é, obviamente, que a cirurgia falsa é bem mais barata.

## **10. Poder ao longo dos anos**

O efeito placebo foi observado pela primeira vez no final de 1700, mas suas verdadeiras implicações fisiológicas não foram realmente compreendidas até a década de

1970. Ainda assim, parece que, quanto mais os médicos conduzem testes, mais poderoso o efeito placebo se torna. Isso pode ser resultado de nosso condicionamento social. Humanos colocam muita fé em profissionais médicos. Conforme a tecnologia médica melhora, a mortalidade diminui e a nossa fé na medicina se torna mais forte. Tomamos conforto na rotina de ir ao médico, ser examinado, ir à farmácia e começar a tomar pílulas.

Esperamos nos curar e, ao longo do tempo, essa expectativa tornou-se ainda mais pronunciada, conforme nossa fé na ciência se fortaleceu. Na Idade Média, teria havido pouca razão para ter fé nos procedimentos médicos, já que a maioria das pessoas morria. Hoje, nossa confiança nas drogas só deve crescer. Com isto, o efeito placebo cresce também.

## 11. Método

Foi realizado um amplo estudo bibliográfico, abrangendo as seguintes fontes: internet, sites competentes, livros conceituados, artigos científicos envolvendo experimentos, estatísticas e vasta comprovação na efetividade.

## 12. História

Placebo (do latim *placere*, significando “agradarei”) é como se denomina um fármaco ou procedimento inerte, e que apresenta efeitos terapêuticos devido aos efeitos fisiológicos da crença do paciente de que está a ser tratado.

Um placebo é uma substância inerte, ou cirurgia ou terapia “de mentira”, usada como controle em uma experiência, ou dada a um paciente pelo seu possível ou provável efeito benéfico. O por quê de uma substância inerte, uma assim chamada “pílula de açúcar,” ou falsa cirurgia ou terapia fazerem efeito, não está completamente esclarecido. Muitos médicos também podem atribuir efeito placebo a medicamentos com princípios ativos, mas que apresentam efeitos terapêuticos diferentes do esperado. Por exemplo, um comprimido de vitamina C pode aliviar a dor de cabeça de quem acredite estar ingerindo um analgésico, sendo um exemplo clássico de que o que cura é não apenas o conteúdo do que ingerimos mas também a forma.

Seguindo esta corrente de pensamento, o dicionário médico Hooper cita o placebo como “o nome dado

a qualquer medicamento administrado mais para agradar do que beneficiar o paciente”.

O placebo pode ser eficaz porque pode reduzir a ansiedade do paciente, revertendo assim uma série de respostas orgânicas que dificultam a cura espontânea:

- Aumento da frequência cardíaca e respiratória
- Produção e liberação de adrenalina na circulação sanguínea
- Contração dos vasos sanguíneos

Essas respostas orgânicas são vantajosas para reações de fugir ou lutar contra agressores externos. Mas também prejudicam a cicatrização e o fluxo de leucócitos, e são, portanto, prejudiciais para o processo de cura, sendo aqui o efeito placebo bastante útil. O efeito placebo pode ainda ser usado para testar a validade de medicamentos ou técnicas verdadeiras. Consiste, por exemplo, no uso de cápsulas desprovidas de substâncias terapêuticas ou contendo produtos conhecidamente inertes e inócuos, que são administrados a grupos de cobaias humanas ou animais para comparar o efeito da sugestão no tratamento de doenças, evitando-se atribuir possíveis resultados terapêuticos a tratamentos sem valor.

Na comparação com placebo estabelece-se a validade de um medicamento ao compará-lo com os processos de cura espontânea ou por sugestão.

O princípio subjacente é o de que num ensaio com placebo, parte do sucesso da substância ativa é devido não a esta mas sim ao efeito placebo da mesma. Efeito placebo é o efeito mensurável ou observável sobre uma pessoa ou grupo, ao qual tenha sido dado um tratamento placebo.

## 13. Tipos de placebos

Os placebos são classificados em dois tipos:

**Placebos inertes** - são aqueles realmente desprovidos de qualquer ação farmacológica, cirúrgica, etc.

**Placebos ativos** - são os que têm ação própria, embora, às vezes, não específica para a doença para a qual estão sendo administrados.

Muitos acreditam que o efeito placebo seja psicológico, devido a um efeito real causado pela crença ou por uma ilusão subjetiva. “Se eu acreditar que a pílula ajuda, ela vai ajudar. Ou a minha condição física não muda, mas eu sinto que ela mudou. Por exemplo, Irving Kirsch, um

psicólogo da Universidade de Connecticut, acredita que a eficácia do Prozac e drogas similares pode ser atribuída quase que inteiramente ao efeito placebo.

“O fator crítico,” afirma Kirsch, “são nossas crenças a respeito do que irá acontecer conosco. Você não precisa confiar nas drogas para ver uma profunda transformação.” Em um estudo anterior, Sapirstein analisou 39 estudos, feitos entre 1974 e 1995, de pacientes depressivos tratados com drogas, psicoterapia, ou uma combinação de ambos. Ele descobriu que 50 por cento do efeito das drogas se deve à resposta placebo.

As crenças e esperanças de uma pessoa sobre um tratamento, combinadas com sua sugestibilidade, podem ter um efeito bioquímico significativo.

Sabemos que as experiências sensoriais e pensamentos podem afetar a neuroquímica, e que o sistema neuroquímico do corpo afeta e é afetado por outros sistemas bioquímicos, inclusive o hormonal e o imunológico.

Assim, há provavelmente uma boa dose de verdade na afirmação de que a atitude esperançosa e as crenças de uma pessoa são muito importantes para o seu bem estar físico e sua recuperação de lesões ou doenças.

Entretanto, pode ser que muito do efeito placebo não seja uma questão da mente controlando moléculas, mas sim controlando o comportamento. Uma parte do comportamento de uma pessoa “doente” é aprendida.

Assim como o é parte do comportamento de uma pessoa que sente dor. Em resumo, há uma certa quantidade de representação de papéis pelas pessoas doentes ou feridas.

Representação de papéis não é o mesmo que falsidade, é claro. Não estamos falando de fingimento. O comportamento de pessoas doentes ou com lesões tem bases, até certo ponto, sociais e culturais.

O efeito placebo pode ser uma medida da alteração do comportamento, afetado por uma crença no tratamento. A mudança no comportamento inclui uma mudança na atitude, na qual uma pessoa diz como se sente, ou como esta pessoa age. Ela também pode afetar a química do corpo da pessoa.

A explicação psicológica parece ser aquela em que as pessoas mais acreditam. Talvez seja por isso que muitas pessoas fiquem consternadas quando são informa-

das de que a droga eficiente que estão tomando é um placebo. Isso a faz pensar que o problema está “todo em sua cabeça” e que não há nada realmente errado com elas.

Além disso, há muitos estudos que descobriram melhoras objetivas na saúde com o uso de placebos para apoiar a noção de que o efeito placebo é inteiramente psicológico. Em um estudo publicado [em junho de 1999], Kirsch e... Guy Sapirstein... analisaram 19 testes clínicos de antidepressivos e concluíram que a expectativa de melhora, e não ajustes na química do cérebro, foram responsáveis por 75 por cento da eficácia das drogas. Médicos em um estudo eliminaram verrugas com sucesso, pintando-as com uma tinta colorida e inerte, e prometendo aos pacientes que as verrugas desapareceriam quando a cor se desgastasse.

Em um estudo de asmáticos, pesquisadores descobriram que podiam produzir a dilatação das vias aéreas simplesmente dizendo às pessoas que elas estavam inalando um broncodilatador, mesmo quando não estavam.

Pacientes sofrendo dores após a extração dos dentes sisos tiveram exatamente tanto alívio com uma falsa aplicação de ultrassom quanto com uma verdadeira, quando tanto o paciente quanto o terapeuta pensavam que a máquina estava ligada.

Cinquenta e dois por cento dos pacientes com colite tratados com placebos em 11 diferentes testes, relataram sentir-se melhor -- e 50 por cento dos intestinos inflamados realmente pareciam melhores quando avaliados com um sigmoidoscópio. A palavra placebo vem do latim e foi cunhada da Bíblia cristã, após vários erros de tradução, diz o doutor Ben Z. Krentzman. A palavra apareceu em primeiro lugar no salmo 116 e foi adquirindo uma conotação científica nos dicionários ao longo do tempo.

#### 14. Casos Verídicos

O primeiro caso é relatado por Dr. Rossi como um caso de “vida e morte vodu”, ou como “o complexo de desistência no sistema nervoso autônomo”, onde um médico da Fundação Rockefeller, a serviço em uma missão no Pacífico Ocidental, convivia com nativos convertidos e não convertidos. O caso envolveu o padre da missão, seu assistente de serviços gerais, um nativo chamado Rob e um feiticeiro de nome Nebo. Certo dia, o padre veio até o médico depois de

constatar que o nativo Rob estava muito doente.

O médico examinou o nativo e não encontrou sinais de febre, nem queixas de dores, nem sinais evidentes de doença, mas, ao mesmo tempo, ficou impressionado ao constatar que o nativo estava extremamente fraco e doente. Por meio do missionário, o médico soube que o feiticeiro Nebo havia apontado um osso para Rob e o nativo se convenceu que iria morrer.

O médico e o missionário foram até Nebo e o intimaram a ver Rob, caso contrário seu suprimento de comida, fornecido pela missão, seria cortado. O feiticeiro foi com eles até o nativo e, lá chegando, aproximou-se de Rob dizendo que tudo havia sido uma brincadeira, um engano.

O médico (cujo relatório na íntegra foi publicado no livro de Dr. Rossi e nos artigos do fisiologista Walter Cannon) ficou estupefato ante a metamorfose. De uma fase de pré-coma o nativo passou imediatamente a uma fase saudável, com total força física, e na mesma tarde estava perambulando pela missão.

Dr. Rossi relata, mostrando artigos de outros pesquisadores como Cannon e Engel, que a morte vodu, muito comum naquela região, é devida a uma exposição intensa e prolongada ao stress emocional e à crença dos nativos de que estavam sob o poder do médico feiticeiro.

A causa 'real', na verdade, era um sistema nervoso simpático superativado. Em outro caso semelhante, um nativo veio a falecer diante de um agudo completo "desist-retoma" e de um poderoso agente sugestionador, que acabou se revertendo em tempo no caso do nativo Rob. Outro exemplo de experiência de condicionamento em seres humanos: dá-se choque na mão de um sujeito após ele ouvir a palavra caminho, provocando retirada da sua mão. Depois de algum tempo, ouvindo a palavra caminho, esta pessoa retira a mão, fazendo o mesmo, também, ao ouvir sinônimos: estrada, via, rota, etc.

## 15. Resultados

Um placebo pode ser especialmente benéfico quando algumas situações como as numeradas abaixo acontecem:

1. O médico, por observação clínica, tem de início um

pré-diagnóstico da possível doença do paciente mas não deseja administrar uma droga química, devido aos efeitos colaterais indesejáveis, e então aplica um 'remédio' que na verdade não tem a função de curar aquela doença. O paciente toma e, acreditando estar tomando um remédio poderoso, fica livre da doença ou pelo menos dos sintomas.

2. O paciente deseja sinceramente se ver livre de alguma doença ou problema físico e não só deposita esperança no remédio que está tomando, mas também permite que o remédio ingerido faça efeito.

3. O indivíduo, mesmo sabendo que está tomando um placebo, ainda assim deseja se livrar do desconforto físico e o próprio indivíduo, atribui qualidades de cura ao 'remédio' e permite também que esse remédio faça o efeito.

4. A simples ida ao médico, que compreende a presença do médico diante do paciente, o ritual da anamnese (coleta de dados) e da observação clínica, o toque da mão do médico na pessoa, a atenção, a roupa branca do médico, esse aparato, por si só, é passível de provocar o efeito placebo, quando o paciente manifesta melhoras, porque confia em seu médico, segundo relata Dr. Brown.

5. Um placebo pode ser benéfico nos casos em que, ingerido em lugar de uma droga química, não provoca os efeitos colaterais que a droga provocaria. Existem pacientes que são sensíveis ou alérgicos a certos medicamentos, e o placebo, como uma substância inerte, não provoca efeitos colaterais.

6. Principalmente, um placebo é benéfico quando promove a cura, a melhora ou o alívio da doença.

7. Segundo Dr. Brown e Dr. Rossi, existem casos comprovados de melhora nas questões do stress e em pessoas com úlceras gástricas, verrugas, artrites e outras deficiências relacionadas ao sistema de defesa imunológico.

## 16. Danos

Existem riscos para o uso indiscriminado dos placebos, alerta Dr. Brown quando diz que seu uso acaba evocando também a questão da ética. Ele questiona que, por um lado, o médico não deve enganar o indivíduo, e, por outro lado, não pode furtar-se em aliviar suas dores. Aqui, alguns exemplos dos efeitos não benéficos do placebo:

1. Quando o paciente toma um placebo e sente melhora dos sintomas, mas na realidade a doença continua avançando e pode ser determinante fatal.
2. Quando, diante de uma droga química comprovadamente eficaz para determinada doença, o médico opta por administrar um placebo.
3. Alguns pacientes, relata o Dr. Brown, apresentam efeitos colaterais mesmo com um placebo. Ele não cita, porém, que efeitos seriam estes desencadeados.
4. Na automedicação, quando um placebo é recomendado por um amigo ou comprado por conta própria na farmácia.
5. Quando a pessoa despende seu tempo, sua vida e suas economias com um tratamento tipo placebo que não é a melhor indicação para o seu caso.
6. Na visão de Dr. Brown, o placebo não funciona para doenças mais sérias como o câncer, para a qual seria mais indicado o tratamento tradicional.

Os estudos clínicos feitos com a administração de placebos a pacientes, em grupos de controle, sem que os próprios médicos que fazem essa administração saibam que se trata de placebos (apenas o orientador do estudo o sabe), constituem a prova maior de que existe algum fator, força ou tendência, a nível psicológico ou organísmico, que provoca de fato tais mudanças em direção à cura, as quais são tudo menos ocasionais ou meramente ilusórias.

Rapidamente se verificou que os placebos produzem muito mais efeitos sobre a doença estudada do que se poderia supor, tendo até, em alguns casos, os efeitos colaterais indesejados dos placebos chegando a ultrapassar os do medicamento ativo. Esse fato provocou a curiosidade científica de muitos investigadores que passaram então a tentar compreender o que provocava o efeito placebo.

Nestes estudos, denominados “duplo-cegos”, os pacientes são aleatoriamente divididos em dois grupos, o grupo experimental e o grupo de controle. O primeiro recebe o fármaco sob investigação, enquanto que o segundo não recebe tratamento. O resultado de ambos os grupos é comparado entre si, procurando então evidenciar-se o efeito efetivo do tratamento experimental, ou a ausência de efeito. Segundo o efeito placebo, os pacientes que julgam estar a receber um novo tratamento experimental tendem a ser mais otimistas sobre o resultado.

Quando são questionados tendem a minimizar os problemas de saúde e a dar mais peso aos efeitos positivos. Tendem a cuidar-se mais e a cumprir melhor as condições da experiência. Existe uma evidência substancial de que, independentemente dos fatores acima, os pacientes que depositam maiores expectativas sobre o seu tratamento evoluem melhor do que os que não as têm. Em muitos casos, o efeito placebo é pelo menos tão forte como quaisquer efeitos objetivos do medicamento.

Por outro lado, os médicos que acreditam que o paciente está a receber um novo tratamento experimental tendem a ser mais otimistas sobre as possibilidades daqueles pacientes. Nestes casos, o médico tende a avaliar mais favoravelmente o estado de saúde do examinado. Além disso, tendem a comunicar expectativas mais positivas ao paciente, o qual, por seu lado, tenta melhorar, de modo a fazer prova de que o seu médico está certo.

## 17. Outros estudos

Em estudo publicado na revista científica “Science”, pesquisadores da Universidade da Colúmbia Britânica afirmam que o simples ato de receber algum tipo de tratamento, seja ele ativo ou não, pode ser eficiente devido à expectativa de benefício que ele cria, justamente o efeito placebo.

Em investigação efetuada com doentes que sofrem de Parkinson, o cientista coordenador do estudo da “Science”, Jon Stoessl, declarou que: “os nossos resultados mostram que o efeito placebo não só é real como de considerável magnitude.

As modificações observadas são comparáveis às que ocorrem naqueles que tomam anfetamina, conhecida por libertar quantidades substanciais de dopamina”(9). Segundo outro dos autores do mesmo estudo, Fuente-Fernández, existem três patologias onde o efeito placebo já foi repetidamente verificado: dor, depressão e doença de Parkinson, curiosamente três desordens associadas à disfunção dos neurotransmissores no sistema nervoso central.

Numa experiência relativamente recente, crianças asmáticas a que deram essência de baunilha juntamente com o seu medicamento habitual para a asma, passaram a dar a mesma resposta tomando apenas essência de

baunilha. Segundo Brody, é “óbvio que o espírito pode curar o corpo quando reforçado pela esperança”.

De acordo com Lemoine, a ansiedade, a depressão, o pânico, o síndrome pré-menstrual, as dores cancerosas, pós-operatórias, as enxaquecas, a febre dos fenos, a tosse, as constipações, a tuberculose e mesmo o crescimento tumoral, são doenças que já foram estudadas do ponto de vista do placebo e dos seus efeitos, além de outras patologias como artrite crônica, úlcera gástrica e duodenal, diminuição da mobilidade intestinal, falta de ar, e doença de Parkinson.

A eficácia média do placebo situar-se-ia em cerca de 30 por cento. Mas este dado estatístico reveste-se de um significado muito relativo, já que “o efeito placebo varia em função de vários fatores: sintoma-alvo, apresentação do placebo, personalidade do subscritor e do doente”, entre outros. O placebo parece funcionar, acima de tudo, como o catalisador que faz desencadear no indivíduo os seus mecanismos internos de conservação, instinto de sobrevivência, preservação da espécie, amor a vida, e à existência orgânica, perpetuação, o organismo busca a homeostase, reconstrução, cicatrização, defesas natas e inatas imunológicas e assim por diante.

## 18. Conclusões

Poderíamos então definir efeito placebo como o resultado terapeuticamente positivo (ou negativo) de expectativas implantadas no sistema nervoso dos pacientes por condicionamento decorrente do uso anterior de medicação, contatos com médicos e informações obtidas por leituras e comentários de outras pessoas.

Cria-se uma expectativa positiva (ou negativa), decisiva no efeito real do medicamento no organismo do paciente.

Desta forma produzindo como consequência efeitos positivos ou negativos, conforme a sugestão terapêutica for encarada pelo paciente em relação a uma enorme gama de fatores associados, que se forem bem relacionados podem trazer cura ou melhoras muito significativas em diversos tipos de moléstias que acometem o organismo humano. Desde distúrbios psíquicos a doenças somáticas ou puramente fisiológicas.

Portanto conclui-se que há de se tirar grande

proveito científico do estudo aprofundado do efeito placebo, que dentro dos princípios da ética profissional médica pode representar grande avanço na busca médica-científica quanto a cura por meios naturais visando o fortalecimento do sistema imunológico sem consequências colaterais danosas.

Se aplicada com técnica precisa visando resultados positivos o efeito placebo pode se tornar um grandioso aliado não só nas pesquisas científicas como instrumento de controle comparativo, mas também como terapia médica, pois todos os tratamentos invasivos ou não trazem consequências com possibilidades benéficas ou malélicas, em percentuais questionáveis.

Enfim o efeito placebo poderá vir a se tornar o veículo de cura ideal, o mais desejável de todos, aquele que exalta o poder da alta cura imunológica, quem sabe o maior avanço científico do futuro na busca da tão sonhada perpetuação da vida humana, o aprimoramento da nossa própria imunidade, mas até que ponto isso atenderia aos interesses da poderosa indústria farmacêutica, que conjecturemos, deveria convergir seus esforços na visão de buscar não tanto quimioterápicos e imunossuppressores mas sim imunoterápicos e mediadores da regulação determinante genética.

## 19. Referências Bibliográficas

- Amaral, J. R. e Sabbatini, R. M. E. (1999) “Efeito Placebo: o poder da pílula de açúcar”. Cérebro e Mente.
- Barrett, S. (2002) “Remissão Espontânea e Efeito Placebo”. Quackwatch em português.
- Brody, H. (2000) “Placebo: os comprimidos a fingir”. Expresso.
- Brodley, B. (1998) “O Conceito de Tendência Atualizante na Teoria Centrada no Cliente”. A Pessoa como Centro – revista de estudos rogerianos, Lisboa, Ed. APPCPC.
- Carroll, R. T. (2000) “O Efeito placebo”. The Skeptic’s Dictionary.
- Gerhardt, I. (2001) “Substância Inócua combate Parkinson”. Folha de S. Paulo.

Gobbi, S. L. e Missel, S. T. (1998) "Abordagem Centrada na Pessoa – vocabulário e noções básicas", Tubarão, Ed. Universitária.

Hipólito, J. e Nunes, O., "Patologia Somática Grave". A Pessoa como Centro – revista de estudos rogerianos, Lisboa, Ed. APPCPC.

Lemoine, P. (1998) "O Mistério da Autocura em Medicina", Lisboa, Ed. Instituto Piaget.

Pagès, M. (1976) "Orientação Não-Directiva em Psicoterapia e em Psicologia Social", Rio, Ed. Forense-Universitária.

Rogers, C. R. (1983) "Um Jeito de Ser", Rio, Ed. EPU, p. 40.

Rogers, C. e Kinget (1977) "Psicoterapia e Relações Humanas", I, Belo Horizonte, Ed. Interlivros, 159-160.