

Medicina integrativa

A medicina integrativa é a combinação de tratamentos pela medicina convencional e pelas terapias complementares para as quais haja evidências científicas sobre sua segurança e eficácia. Terapias complementares são as práticas que não são consideradas atualmente parte da medicina convencional. Embora muitas modalidades terapêuticas não convencionais já tenham passado pela análise científica, ainda há muito desconhecimento e preconceito por parte dos profissionais de saúde. Esta seção visa informar e atualizar o leitor nessas práticas.

*Marcelo Saad
Paulo de Tarso Lima*
Editores da seção

O efeito placebo nas terapias convencionais e complementares

Marcelo Saad¹, Roberta de Medeiros²

¹ *Doutor em Ciências; Membro do Corpo Clínico do Hospital Israelita Albert Einstein –HIAE, São Paulo (SP), Brasil.*

² *Bióloga, Doutora em Fisiologia; Professora titular de Fisiologia do Centro Universitário São Camilo – São Paulo (SP), Brasil.*

O efeito placebo é o efeito terapêutico produzido por algo que objetivamente não tem atividade sobre a condição tratada⁽¹⁾. Ele corresponde a uma mudança física ou psicológica benéfica que ocorre em resposta a um placebo. Os elementos que podem ser considerados placebo são:

- uma substância inativa feita para se parecer com um medicamento, como um comprimido de farinha;
- um equipamento ou um procedimento falso, como uma agulha de acupuntura que não penetra efetivamente na pele;
- uma experiência ou um símbolo terapêutico, como a relação médico-paciente (“efeito do jaleco branco”).

O efeito placebo também engloba os efeitos não específicos presentes em qualquer relação médico-paciente, que incluem: atenção, preocupação empática, exames, qualificação do estado de saúde e acompanhamento. Este conjunto repercute sobre a ansiedade do paciente e a relação que ele faz com a doença.

Todas as facetas do efeito placebo não podem ser explicadas por uma única teoria. Diversas explicações levam em conta as inter-relações entre os processos mentais (expectativas) e cerebrais (neurofisiologia). Atualmente,

duas teorias têm sido mais implicadas: a teoria clássica do condicionamento e a da expectativa⁽²⁾.

O efeito placebo está presente em qualquer ação dentro da prática terapêutica. Até mesmo a cirurgia é um campo em que o efeito placebo pode estar presente⁽¹⁾. A analgesia placebo (provocada pela injeção de solução salina) elicit a produção de opioides endógenos. Ela pode ser revertida por antagonistas opioides como a naloxona. Assim, dizer que uma terapia complementar “não é melhor que placebo” não significa que esta terapia seja ineficaz⁽¹⁾.

O ensaio randomizado, controlado por placebo foi desenvolvido para testar novas drogas e está baseado em pressupostos biomédicos. Em um ensaio sobre drogas, alguns elementos como fala e escuta são tidos como fatores incidentais separados do efeito objetivo do tratamento farmacológico. Nas terapias complementares, os fenômenos biológicos e incidentais estão imbricados. O uso do ensaio controlado por placebo para estudar as intervenções não convencionais pode levar a resultados falsos-negativos⁽³⁾.

Um paradoxo recorrente com relação aos ensaios clínicos com acupuntura é o fato de que tanto a acupuntura real quanto a falsa tem bons efeitos terapêuticos⁽³⁾. Isto poderia levar à crença de que a acupuntura age exclusivamente via efeito placebo. Porém, esta crença seria inadequada.

O ensaio controlado por acupuntura falsa, o desenho clássico, é baseado na suposição de que apenas o agulhamento é o tratamento efetivo na acupuntura. Assim, pacientes no Grupo Controle recebem quase tudo, exceto o agulhamento real. Como outros elementos do tratamento (o processo diagnóstico da medicina chine-

sa que envolve escuta e fala) também têm efeito concreto, este desenho é inapropriado, porque os dois grupos estão recebendo estes outros elementos. Consequentemente, a diferença entre os grupos pode subestimar o efeito terapêutico total da acupuntura⁽³⁾.

Um fator que também está em jogo é a eficácia performática. Esta se baseia no poder da crença, da mentalização, da expectativa, dos símbolos e de seus significados. Nas terapias complementares, os rituais terapêuticos tendem a ter uma eficácia performática especialmente poderosa. Isto poderia amplificar a extensão do efeito placebo.

Um estudo cego, randomizado e controlado⁽⁴⁾ acompanhou 262 adultos com síndrome do cólon irritável por seis meses. Eles foram divididos em três grupos: I – avaliação com observação; II – acupuntura placebo; III – acupuntura placebo associada a um relacionamento médico-paciente atencioso, caloroso e aberto. O resultado terapêutico do Grupo III foi superior aos outros dois. O Grupo II teve resultados ligeiramente melhores que o Grupo I.

Este estudo mostrou que o efeito placebo tem distintos componentes, ocorre alguma melhora pelo agulhamento falso e também melhora adicional devido a uma relação mais adequada entre médico e paciente.

Ao estudar o efeito placebo nas terapias complementares, Kaptchuk⁽⁵⁾ dividiu os fatores envolvidos em características do paciente, características do terapeuta, interação médico-paciente e natureza da doença.

Características do paciente: as expectativas do paciente influenciam os desfechos tanto de placebo quanto de tratamento ativo. Pacientes que têm preferência por um tipo de intervenção, especialmente por intervenções participativas (como exercícios ou dietas), podem ter melhores resultados com terapias complementares, via efeito placebo.

Características do terapeuta: o efeito placebo pode ser amplificado pelo papel de “salvador” que o profissional da saúde pode ter para o paciente. Vários ensaios clínicos comprovaram diferenças nos resultados dependendo da atitude do médico (entusiástica *versus* desconfiada). Isto vale para drogas ativas e para placebo.

Interação médico-paciente: o cenário para o efeito placebo pode estar mais favorável quando o paciente e o terapeuta compartilham convicções, gerando empatia. A consulta médica, pela relação médico-paciente, pode produzir um efeito placebo com melhora importante dos sintomas do paciente.

A natureza da doença: há indícios de que a grande maioria das doenças que tem bons resultados pelas terapias não convencionais são situações com sintomas subjetivos sem marcadores fisiológicos disponíveis; condições crônicas de curso flutuante influenciado pela atenção seletiva e desordens afetivas. Estas características incluem: dor crônica, fadiga, cefaleia, artrite, alergias, hipertensão arterial (alguns casos), insônia, asma, desordens digestivas, depressão e ansiedade. Nestes casos, o efeito placebo pode ter um papel particularmente forte.

Em qualquer tratamento de saúde, estão em jogo os seguintes fatores (Figura 1):

- elementos específicos (como o agulhamento na acupuntura);
- elementos indetectáveis e incidentais (como as crenças do paciente, fatores contextuais e significado, processo de escuta e de fala);
- elementos não relacionados com o tratamento (como o curso natural da doença ou regressão espontânea).

Estudos sobre o efeito placebo já auxiliaram na compreensão da influência da mente sobre o corpo. Agora, o efeito placebo tem sido estudado como uma potencial contribuição à eficácia dos tratamentos convencionais. O conhecimento científico das vias psicossomáticas tem levado ao desenvolvimento de estratégias para usar intencionalmente neste efeito para promover a saúde, sinergicamente ao tratamento convencional.

REFERÊNCIAS

1. Moerman DE, Jonas WB. Deconstructing the placebo effect and finding the meaning response. *Ann Intern Med.* 2002;136(6):471-6.
2. Stewart-Williams S, Podd J. The placebo effect: dissolving the expectancy versus conditioning debate. *Psychol Bull.* 2004;130(2):324-40.
3. Paterson C, Dieppe P. Characteristic and incidental (placebo) effects in complex interventions such as acupuncture. *BMJ.* 2005;330(7501):1202-5.
4. Kaptchuk TJ, Kelley JM, Conboy LA, Davis RB, Kerr CE, Jacobson EE, et al. Components of the placebo effect: randomized controlled trial in irritable bowel syndrome. *BMJ.* [Internet]. [cited 2008 Apr 1]. Available from: <http://www.bmj.com/cgi/content/full/bmj.39524.439618.25v1?rss=1>
5. Kaptchuk TJ. The placebo effect in alternative medicine: can the performance of a healing ritual have clinical significance? *Ann Intern Med.* 2002;136(11):817-25.

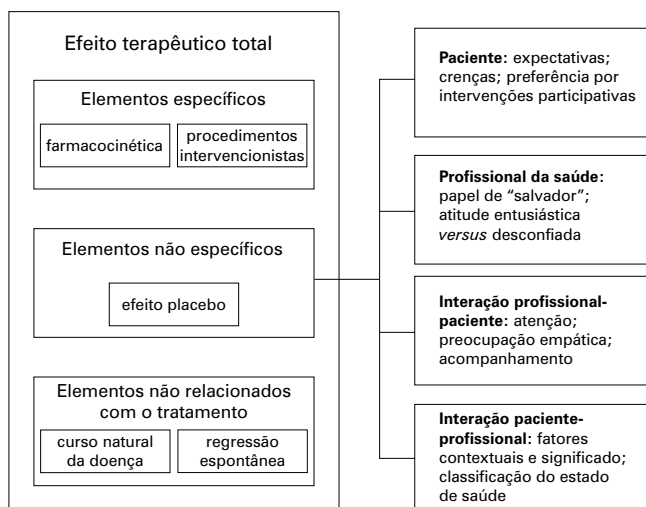


Figura 1. Elementos relacionados a todo e qualquer efeito terapêutico.