

# EL EFECTO PLACEBO Y LA PSICOLOGÍA

Yissela María Otero de la Ossa, Juan Carlos Munive Escorcía y Efraín Antonio Ayala Sánchez

## RESUMEN

En el presente trabajo se presenta de manera breve el fenómeno del placebo y su relación con la psicología, campo que si bien ha sido estudiado científicamente desde nuestro quehacer profesional, aún es poco lo realizado en un tema tan polarizado entre las áreas del conocimiento de las ciencias biomédicas y las psicosociales.

La psicología ha venido postergando la inclusión de la evidencia del placebo en sus tratamientos. Es mucho lo estudiado e investigado en diferentes disciplinas, los cuales destacan la importancia del fenómeno placebo en la psicología.

Se concluye de la literatura revisada que la psicología como ciencia tiene un desafío en comprobar que las intervenciones psicoterapéuticas son superiores al efecto placebo, ya que las psicoterapias deben demostrar a la fecha ser superiores al no tratamiento, al azar y al efecto placebo. (DUAZARY Suplemento 2011, 112 - 114).

**Palabras clave:** efecto placebo, psicología, psicoterapia.

## SUMMARY

In this paper briefly presents the placebo phenomenon and its relation to psychology field but has been studied scientifically from our professional, yet little is done on an issue as polarized between areas of knowledge of the psychosocial and biomedical sciences.

Psychology has been postponing the inclusion of evidence from placebo treatments. Much studied and researched in different disciplines, which emphasize the importance of the placebo phenomenon in psychology.

It is concluded from the literature reviewed that psychology as a science is a challenge to verify that psychotherapeutic interventions are superior to the placebo effect, since the psychotherapies should prove to be far superior to no treatment, randomized, placebo effect.

**Keywords:** placebo effect, psychology, psychotherapy.

## INTRODUCCIÓN

La psicología ha venido postergando la inclusión de la evidencia del placebo en sus tratamientos. Es mucho lo estudiado e investigado en diferentes disciplinas, los cuales destacan la importancia del fenómeno placebo en la psicología<sup>1</sup>.

Desde el año 1811 se inician estos estudios<sup>2</sup> con mayor énfasis en la medicina, farmacología y la psicología<sup>1,2</sup>, sin embargo, el efecto placebo fue muy cuestionado por ser considerado como una consecuencia al azar de otra variable en estudio no controlada o por errores metodológicos del estudio<sup>2</sup>. Con el transcurrir de los años y el incremento de la investigación de este fenómeno, empieza a considerarse el placebo importante por sus factores simbólicos y de aprendizaje, es aquí cuando entran en juego los aspectos psicológicos para la comprensión o explicación del placebo<sup>3,4,5</sup>.

Actualmente se define el placebo y el efecto placebo como “una sustancia o procedimiento que no tiene poder inherente para producir un efecto que es buscado o esperado. Por su parte, el efecto placebo es definido como un efecto psicológico o fisiológico, en un humano u otro animal, que es atribuible al hecho de recibir una sustancia o estar bajo un procedimiento determinado, no siendo dicho efecto adjudicable al poder inherente de la sustancia o procedimiento”<sup>6</sup>.

Un autor<sup>5</sup> a inicios de los años 90 expone en su artículo, basado en la revisión científica existentes en su momento, la concepción clásica del placebo desde diferentes aspectos:

- Tipos de personalidad (cual tipo de personalidad caracteriza a los sujetos que reaccionan más fácilmente al placebo, ya que se sabe de las diferencias individuales existentes en la respuesta al placebo<sup>7,8,9,10</sup>. No obstante, los resultados han mostrado relaciones escasa entre estas variables y lo que podría ser pero, poco significativas). Sin
- Procesos de influencia social (la imagen poderosa del experto, atractivo del proceso terapéutico entre paciente y terapeuta y expectativa de obtener entre ambos la resolución del problema).
- Placebo como refuerzo condicionado<sup>11</sup>.
- Factores comunes a todas las psicoterapias (existe una relación intensa, confidencialidad a toda prueba cargada de mucha emoción hacia la persona que proporciona la ayuda, entre otras).

Para el año 1977, otro autor<sup>12</sup>, contradice lo anterior por considerarlo que está en función de un sistema conceptual del que se parte y por ende lo que encuentre variará acorde con la teoría en que uno se mueve. Por ello, plantea una nueva definición de placebo, a saber: “algún tipo de tratamiento o procedimiento (o componente de un tratamiento o procedimiento) que tiene efectos sobre un fenómeno bajo estudio, pero que no es explicado bajo el dominio teórico en el que es descrito” P. 328.

A pesar de todo lo anterior, y por investigaciones a lo realizado por diversos autores<sup>1</sup>, el placebo y su efecto es fundamental para el estudio de la psicología clínica, ya que permitiría entender los mecanismos internos de la psicoterapia y su verdadero alcance.

Se menciona la evidencia de que toda terapia es eficaz en el sentido que reduce problemas a los pacientes, sin embargo, las interpretaciones de los resultados de las investigaciones superan el alcance real de estos mismos resultados, algunos presentan validez externa pero no interna, en su gran mayoría son estudios correlacionales que no alcanzan a explicar causa efecto, sino más bien relaciones entre variables que tampoco explican los cambios<sup>1,13</sup>.

El efecto placebo esta estudiado en áreas de la ciencia como la base cerebral del placebo<sup>14,15</sup>, mecanismos bioquímicos<sup>16</sup>, psicología clínica<sup>17,18</sup>, medicina tradicional precolombina<sup>19</sup>, medicina alternativa<sup>20</sup>, intervención grupal<sup>21</sup>, entre otras.

Los autores comparten lo mencionado ya por un investigador<sup>1</sup>, en el sentido que el desafío consiste en que la psicología logre demostrar que son superiores al no tratamiento, el azar y efecto placebo. La psicología y el estudio del placebo es una ciencia joven y aún puede lograr este objetivo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Octavio Abarca A., Alexander Chacón S., Fabiola Espinosa S. & Pablo Vera-Villaruel. Placebo y Psicología Clínica: Aspectos Conceptuales, Teóricos e Implicancias. *Terapia psicológica*. 2005; 23(1):73-82.
2. Choliz, M. & Capafons, A. (1991). Un Intento de Reconceptualización del Fenómeno Placebo. *Psicothema*. 3, 319-336.
3. Pérez, G., Morer, A. & Martín-Santos, R. (2003). El Efecto Placebo. *La Medicina Hoy*. LIX. (1459) 35-39.
4. Stewart-Williams, S. & Podd, J. (2004). The Placebo

- Effect: Dissolving the Expectancy Versus Conditioning Debate. *Psychological Bulletin*. 130, 324-340.
5. Cholu M, Capafones A. Un intento de recontextualización del fenómeno placebo. *Psichotema*. 1991; 3(2): 319-36
  6. Stewart-Williams, S. (2004). The Placebo Puzzle: Putting Together The Pieces. *Health Psychology*, 23 (2), 198-206.
  7. Brody H. The placebo response. Recent research and implications for family medicine. *J Fam Pract*. 2000;49:649-54.
  8. Moerman DE, Jonas WB. Deconstructing the placebo effect and finding the meaning response. *Ann Intern Med*. 2002;52:332-42.
  9. Nies AS. Principles of therapeutics. En: Hardman JG, Limbird LE, Gilman AG, editores. Goodman & Gilman's. *The Pharmacological Basis of Therapeutics*. 10.<sup>a</sup> ed. New York: McGraw-Hill; 2001. p. 56
  10. Brown JB, et al. The first component: exploring both the disease and the illness experience. En: Stewart M, Brown JB, Weston WW, McWinninney R, Mc William CL, Freeman TR, editores. *Patient-centered Medicine. Transforming the Clinical Method*. 2.<sup>a</sup> ed. Abingdon: Radcliffe Med Press; 2003. p. 3-52.
  11. Chóliz M. Análisis experimental del efecto placebo. : *Estudios de Psicología*. 1994; 15(2):23-25
  12. Peek CJ. A critical look at the theory of placebo. *Biofeedback and self regulation*. 1977; 2: 327- 35.
  13. Mustaca, A. (2004a). El ocaso de las Escuelas de Psicoterapias. *Revista Mexicana de Psicología*, 21, 105-118.
  14. Ramos J. Efecto placebo y dolor: bases cerebrales. *Neurología*. 2007; 22(3): 99-105.
  15. Wager TD, Rilling JK, Smith EE, Sokolik A, Casey KL, Davidson RJ, et al. Placebo – induced changes FMRI in the anticipation and experience of pain. *Science*. 2004; 303: 1162-7.
  16. Bayes M. Análisis del efecto placebo. *Quaderns de Psicologia*. 1984; 1: 161-83.
  17. Peck C, Coleman G. Implications of Placebo Theory for Clinical Research and Practice in Pain Management. *Theoretical Medicine*. 1991; 12: 247-70.
  18. Vera-Villaruel PE. Estrategias de intervención en Psicología Clínica: las intervenciones apoyadas en la evidencia. En A.H. Contreras & L.A. Oblitas. *Terapia Cognitivo Conductual; teoría y práctica*. Bogotá: Picom Editores. 2005.
  19. Seligman MEP. The effectiveness of psychotherapy: the consumer reports study. *American Psychologist*. 1995; 50: 965-74.
  20. Guerra F. La medicina tradicional en la América precolombina. En Laín P, Sánchez L, López-Piñero JM, Albarracín (Eds.). *Historia universal de la medicina 1* (Tomo 1), Barcelona, Salvat. P: 297-324. J. M. López Piñero y A. Albarracín (Eds.), *Historia Universal de la Medicina*. (tomo 1), Barcelona, Salvat, pp. 297-324.
  21. Stanwa Y. *Alternative medicine. A guide to natural therapies*. Londres, MacDonals y Jane's. 1980.
  22. Herrera V, Vera-Villaruel PE. Efectos de una intervención grupal breve para trastornos emocionales. IV Congreso Iberoamericano de Psicología. FIAP. Santiago. 2004.