

Por Que Terapias Espúrias Frequentemente Parecem Funcionar

Barry L. Beyerstein, Ph.D.

Forças sutis podem levar pessoas inteligentes (tanto pacientes como terapeutas) a acharem que um tratamento ajudou alguém quando na verdade não ajudou. Isto é verdadeiro para tratamentos novos na medicina científica, bem como para preparados da medicina popular, das práticas marginais na "medicina alternativa" e para as manifestações de curandeiros que usam a fé.

Muitos métodos dúbios permanecem no mercado principalmente porque satisfazem consumidores que oferecem testemunhos de seu valor. Essencialmente, estas pessoas dizem: "Eu experimentei, e fiquei melhor, então deve ser eficaz." A mídia eletrônica e impressa tipicamente retrata testemunhos como evidência válida. Mas sem testes apropriados, é difícil ou impossível determinar se isto é verdade.

Este artigo descreve sete razões pelas quais as pessoas podem erroneamente concluir que uma terapia ineficaz funciona.

1. A doença pode ter seguido seu curso natural.

Muitas doenças são auto-limitadas. Se a condição não é crônica ou fatal, os processos de recuperação próprios do corpo normalmente restauram a saúde do doente. Desse modo, para demonstrar que uma terapia é eficaz, seus proponentes devem mostrar que o número de pacientes listados como melhora supere o número esperado de recuperação sem qualquer tratamento (ou que eles se recuperem realmente mais rápido que se deixados sem tratamento). Sem os registros detalhados dos sucessos e dos fracassos com um número grande o suficiente de pacientes com a mesma queixa, alguém não pode legitimamente alegar ter superado as normas publicadas de recuperação sem ajuda.

2. Muitas doenças são cíclicas.

Certas condições como artrite, esclerose múltipla, alergias e problemas gastrointestinais normalmente tem "altos e baixos". Naturalmente, as pessoas tendem a procurar tratamento durante a recaída de qualquer dado ciclo. Desta maneira, um tratamento espúrio terá oportunidades repetidas para coincidir com períodos de melhoras que teriam acontecido de qualquer jeito.

3. O efeito placebo pode ser o responsável.

Através da sugestão, crença, expectativa, reinterpretação cognitiva e desvio da atenção, os pacientes que recebem tratamentos inúteis biologicamente frequentemente experimentam alívio mensurável. Algumas respostas placebo produzem mudanças reais na condição física; outras são mudanças subjetivas que fazem os pacientes se sentirem melhores mesmo que não haja nenhuma mudança objetiva na patologia de base.

4. As pessoas que apostam suas fichas na coisa errada.

Se ocorre uma melhora após alguém ter sido submetido tanto ao tratamento "alternativo" como ao baseado na ciência, a prática marginal frequentemente leva uma divisão desproporcional do crédito.

5. O diagnóstico ou prognóstico original pode ter sido incorreto.

Médicos treinados cientificamente não são infalíveis. Um diagnóstico errado, seguido por uma visita a um santuário ou a um curandeiro "alternativo", pode levar a testemunhos inflamados de cura para uma condição que teria se resolvido sozinha. Em outros casos, o diagnóstico pode ser correto mas o prognóstico, que é inerentemente difícil de se prever, pode mostrar-se impreciso.

6. Melhora temporária do humor pode ser confundida com cura.

Curandeiros alternativos frequentemente possuem personalidades fortes, carismáticas. Até o ponto que os pacientes são levados pelos aspectos messiânicos da "medicina alternativa", o que pode ser seguido por uma melhora psicológica.

7. Necessidades psicológicas podem distorcer o que as pessoas percebem e fazem.

Mesmo quando nenhuma melhora objetiva ocorre, as pessoas com um investimento psicológico pesado na "medicina alternativa" podem se convencer que foram auxiliadas. De acordo com a teoria da dissonância cognitiva, quando as experiências contradizem as atitudes, os sentimentos ou os conhecimentos existentes, é gerada angústia mental. As pessoas tendem a aliviar esta discordância por reinterpretar (distorcer) a informação ofensiva. Se nenhum alívio ocorre após ter comprometido tempo, dinheiro e "encarado" um curso alternativo de tratamento (e talvez da visão de mundo da qual o tratamento faz parte), pode resultar em desarmonia interna. Ao invés de admitirem para elas mesmas ou para as outras que seus esforços foram um desperdício, muitas pessoas procuram algum valor para redimir o tratamento.

A essência da crença tende a ser vigorosamente defendida através da distorção da percepção e da memória. Praticantes que estão à margem da ciência e seus clientes são inclinados a interpretar erroneamente as sugestões e lembrarem-se das coisas como eles gostariam que elas tivessem acontecido. Podem ser seletivos naquilo que recordam, superestimando seus aparentes sucessos enquanto ignoram, enrolam ou atenuam seus fracassos.

O método científico evoluiu em grande parte para reduzir o impacto desta tendência humana para saltar para conclusões convenientes. Além disso, as pessoas normalmente se sentem obrigadas a reciprocidade quando alguém faz a elas algo de bom. Uma vez que a maioria dos terapeutas "alternativos" sinceramente acreditam que estão ajudando, é apenas natural que os pacientes queiram agradá-los em troca. Sem os pacientes necessariamente perceberem isto, tais obrigações são suficientes para inflar suas percepções de quanto benefício eles receberam.

Comprador Cuidado!

O trabalho de distinguir relações causais reais das espúrias exigem estudos muito bem conduzidos e abstrações lógicas a partir de grandes corpos de dados. Muitas fontes de erros

podem confundir as pessoas que se fiam na intuição ou razão informal para analisar eventos complexos.

Antes de concordar com qualquer tipo de tratamento, você deveria se sentir seguro que ele faz sentido e foi cientificamente validado através de estudos que controlam respostas placebo, efeitos de complacência e erros de julgamentos. Você deveria desconfiar muito se a "evidência" consiste meramente de testemunhos, panfletos ou livros publicados pelo próprio autor ou itens da mídia popular.

Dr. Beyerstein, membro do conselho executivo do Comitê para Investigação Científica das Alegações do Paranormal ([CSICOP](#)), é biopsicólogo na Simon Fraser University em Burnaby, Colúmbia Britânica, Canadá. Uma discussão mais detalhada deste tópico está em um dos seis magníficos artigos sobre "medicina alternativa" na edição setembro/outubro de 1999 da revista [Skeptical Inquirer](#) do CSICOP, que custa US\$7,50 nos EUA. Uma assinatura inicial (seis edições) ao preço especial para internet de US\$17,95 pode ser obtida através da seção de [assinaturas](#) do site.