

tan en esta dirección. Por eso su lectura es tan interesante y porque, además, son textos científico literarios rigurosos, disciplinariamente plurales, repletos de datos bien documentados y de una excelente bibliografía sobre el compartir alimentos en distintas culturas alrededor del mundo.

Luis CANTARERO ABAD²
Universidad de Zaragoza

Las terapias-placebo. Posibilidades, limitaciones, perspectivas, de Eduardo Aznar Martínez. Arre-Pamplona, Pamiela, 2016. 239 páginas. ISBN 9788476819319.

«La Universidad de Valencia no ofrecerá el próximo curso su polémico Máster en Medicina Naturista, Acupuntura y Homeopatía, tras nueve ediciones a un precio de 3.000 euros por alumno. “Los promotores no han presentado la solicitud dentro del plazo que tenían”, confirma un portavoz de la institución. La decisión es otro clavo en el ataúd de esta pseudociencia en España. Justo hace un mes, la Universidad de Barcelona —otra de las pocas públicas que todavía impartía un posgrado sobre esta pseudociencia— decidió fulminar su máster en homeopatía por “falta de base científica”». Esta noticia publicada recientemente en el periódico *El País* (Ansedo, 2016, en línea) muestra la posición que van tomando las instituciones académicas frente a algunas de las llamadas terapias alternativas o «prácticas médicas no validadas» (Sánchez González, 2012: 99). La obra de Eduardo Aznar Martínez ve la luz en un momento propicio, en el que el debate sobre la repercusión de estas terapias en la salud humana también está muy presente en los medios de comunicación.

Durante la segunda mitad del siglo xx, especialmente desde fines de los años 60, la sociedad occidental ha ido aceptando sin reparos toda una serie de terapias alternativas. Esta actitud se explica por las limitaciones de la medicina convencional que, como ciencia, sigue siendo incapaz de resolver muchos de los problemas sobre la salud del ser humano, a lo que se suma las discutibles políticas del mundo farmacéutico, la masificación de la sanidad pública o la excesiva agresividad de algunos tratamientos.

2 Profesor e investigador del Departamento de Psicología y Sociología de la Universidad de Zaragoza. Correo electrónico: lucan@unizar.es. Fecha de recepción de la reseña: 3 de noviembre de 2016. Fecha de aceptación: 12 de diciembre de 2016.

Estas opiniones se empiezan a bosquejar en la *Introducción* (9-12), donde el autor muestra sus intenciones: comprobar desde un punto de vista antropológico principalmente cuáles son las claves sociológicas y mentales por las que terapias como la homeopatía, la homotoxicología y las flores de Bach han obtenido tanto éxito, así como sus lejanas raíces en sistemas arcaicos de curación como el chamanismo o la sanación por la fe. Aznar Martínez busca desde una prudencial distancia y con una objetividad digna de elogio, «interpretar lo mejor posible la *lógica* de diversas terapias, hasta conseguir la comprensión global y profunda de los mecanismos que el ser humano ha utilizado para resolver sus problemas de salud» (11-12).

En este aspecto señalemos que por *interpretar* el autor entiende no solamente señalar las bases culturales y psicológicas que hacen que miles de personas busquen refugio en tratamientos no aceptados por el mundo académico, sino también poner todo en relación directa con los fenómenos de mejorías que se producen en muchos enfermos al consumir estas terapias, y cuáles podrían ser las razones biológicas y evolutivas de tales fenómenos. Y en cuanto a su grado de *objetividad* y distancia, debemos resaltar su permanente actitud escéptica (incluso hacia los escépticos), que huye de posicionamientos a favor o en contra de determinadas ideas por razones emocionales. El tipo de bibliografía utilizada revela una búsqueda muy ecléctica de información, recopilando diversas fuentes y autores de posicionamientos a veces opuestos y admitiendo sólo aquellos puntos o planteamientos que cuenten con bases firmes, siempre desde una perspectiva profundamente evolucionista y materialista cultural.

Para lograr hacer entender las «posibilidades que sugiere la investigación actual acerca de los fenómenos de mejoría y curación espontánea» el autor es consciente de que tiene que ‘instruir’ previamente al lector sobre la compleja definición y explicación de qué es un placebo, así como resumir el proceso evolutivo del término a lo largo del tiempo. De esto trata la primera parte del libro, con el título: *Placebos. Orígenes, evolución, características. Investigación* (13-88). Un concepto el de placebo que, como expone recurriendo a referencias bibliográficas clásicas, ha sido entendido desde finales del siglo XVIII con casi el mismo significado que mantiene hoy. El repaso a los primeros autores que fueron desarrollando el concepto viene seguido de los comentarios a los debates del siglo XX, durante el cual se ha intentado demostrar hasta qué punto el llamado ‘efecto placebo’ ha sido un «fenómeno *real*, comprobable y medible según criterios científicos, o más bien se estaba tratando de un fallo en la interpretación exacta

de lo que sucedía dentro de los pacientes que decían y parecían mejorar al administrarles terapias inertes para sus males.» (26)

Esta pregunta ha generado no poca controversia. Por un lado hay investigadores que consideran el placebo como una cuestión de cambios en la percepción psicológica de los síntomas, que no demuestran la existencia de curaciones reales, mientras que otros atribuyen que «todo se debe a capacidades completamente *naturales* de nuestros sistemas inmunitarios, o de generación de sustancias calmantes por parte del sistema nervioso.» (32) En realidad Aznar Martínez explica cómo ambos discernimientos son complementarios. Es decir, la investigación moderna y los modelos teóricos revelan que cuerpo y mente no son entes separados, sino que cada vez admitimos con más convicción la «profunda relación entre emociones, sistema nervioso y actividad de las defensas naturales del organismo.» (46)

A pesar de estas evidentes correlaciones, el autor plantea cómo la medicina oficial no se toma demasiado en serio el uso sistemático de terapias basadas en los placebos, principalmente porque se cree que placebo «es sinónimo de sugestión y falsedad», o por la presión del entorno farmacéutico industrial que ve peligrar sus beneficios económicos, e incluso por la creencia de algunos sectores de «que admitir la viabilidad de los placebos sería una especie de regresión en el campo médico: casi como volver a sistemas primarios.» (58) Aznar Martínez muestra cómo, paralelamente a estas actitudes, en el ámbito contrario de los terapeutas alternativos reina un excesivo optimismo acerca de los efectos de los tratamientos que ofrecen, existiendo infinidad de teóricos y prácticos que no tienen reparo en promulgar hasta la saciedad que la felicidad (y la salud por extensión) es una cuestión de simple autoconvencimiento. Un claro ejemplo de esto último es el gran número de publicaciones clasificadas bajo la etiqueta de «autoayuda» que inundan el mercado editorial actual. En esto último, el enfoque materialista de Aznar hace que su postura sea muy beligerante al respecto, considerando tales posicionamientos como preocupantes por los riesgos que conllevan para muchas personas de conducirlos a vivir en el autoengaño.

Las siguientes páginas (61-88) explican el fenómeno del efecto placebo desde el punto de vista biológico y su relación con los tratamientos para reducir el dolor. El autor aboga por una explicación de este fenómeno desde un punto de vista evolucionista, considerando especialmente atrayentes los estudios del psicólogo Nicholas Humphrey. Punto de vista que considera compatible con las opiniones «que sugieren interpretar a los placebos como estímulos externos que provocan la generación de analgésicos natu-

rales, para moderar el *dolor innecesario* cuando se está bajo el cuidado de otras personas, e incluso con la de quienes proponen que los tratamientos placebo provocan la supresión de la *respuesta inmunitaria innata* en concreto.» (73) Termina esta primera parte buscando respuestas a una difícil pregunta: ¿Hasta qué punto la complejidad del sistema nervioso humano se interrelaciona con su sistema inmunitario y se ha «vuelto más sensible a las influencias sociales»? (74)

La segunda parte, *La cura mágica. Chamanismo y sistemas tradicionales de sanación* (89-138), es una buena puesta al día de cómo el hombre ha entendido la enfermedad y sus formas de sanar desde la prehistoria hasta los momentos inmediatamente anteriores a la llegada de la Era industrial.

Advirtiendo que el modelo médico occidental, volcado con la visión materialista-mecanicista del cuerpo humano, es una creación muy reciente de la civilización humana, mientras que hasta hace pocos siglos hemos vivido atendidos por sanadores que se manejaban en base a parámetros opuestos, Aznar Martínez considera fundamental analizar la estructura de pensamiento que subyace en la «visión espiritualista de la salud y la enfermedad» y el porqué de su prolongada aceptación en todas las culturas humanas. Esta perspectiva lleva a deducir que las tradiciones primitivas, al carecer de sistemas químicos o quirúrgicos eficientes, de manera inconsciente han «potenciado dentro de la especie humana nuestra capacidad para responder positivamente a los placebos.» (97)

Con la etiqueta de «cura mágica» el autor aborda los distintos rituales y sistemas de curación que el hombre ha utilizado a través del tiempo, basados en la administración de «fuertes impactos emocionales» y que conseguían (todavía lo hacen hoy en día en algunas culturas, e incluso dentro de nuestra propia sociedad lo siguen haciendo terapeutas alternativos) «movilizar en muchos pacientes las últimas defensas» para combatir la enfermedad. (101) Del mismo modo Aznar Martínez se aproxima al ámbito iniciático y del pensamiento chamánico, así como a las técnicas primitivas de diagnóstico y sanación, dando un gran valor a la psicología y la antropología modernas por ser capaces de «reconocer que detrás de los repertorios religiosos-mágicos tradicionales late un agudo sentido de observación psicológica sobre los problemas humanos.» (121) El autor es consciente de que, pese a que las creencias arcaicas no tienen base científica, que los espíritus y demonios de la enfermedad son entes imaginarios, su correcta interpretación es muy importante para entender los mecanismos naturales del efecto placebo. En esta parte resulta interesante la forma de abordar cómo las distintas civilizaciones han ido apropiándose de todo un arsenal

terapéutico que hoy conocemos. Del mismo modo recoge diversos ejemplos de la importancia que ha adquirido el «plano psicológico» (127), incluidas las curas de carácter espiritual o religiosa, en los procesos de sanación no solo en el pasado. Al final queda demostrado que estos últimos procesos están lejos de tener un origen sobrenatural, y que la sugestión puede llegar a lograr que el cuerpo en algunos casos sea capaz de «autosanarse en condiciones de especial exaltación espiritual, pero siempre dentro de las fronteras de sus capacidades de regeneración, que no son infinitas.» (130) Es decir, muestra la estrecha relación existente entre el efecto placebo y la curación psicósomática.

La tercera parte —*Homeopatía*— (139-164), la cuarta —*Homotoxicología*— (165-182), y la quinta —*Las flores de Bach*— (183-216) abordan, por un lado, el proceso histórico del nacimiento, las bases teóricas y desarrollo de unas terapias que hoy gozan de cierto reconocimiento entre buena parte de la sociedad occidental, pero están siendo ampliamente criticadas desde el ámbito científico. El autor se muestra equilibrado en sus apreciaciones sobre su validez terapéutica a día de hoy. Mantiene un sentido crítico sobre las acciones farmacológicas de cada una de ellas, en el sentido de no considerar a sus productos como dotados por lo general de suficientes concentraciones de principios activos, pero es consciente de que pueden funcionar como terapias placebo si se administran en contextos sugestivos y por parte de terapeutas hábiles en el manejo de los caminos de la mente humana.

Finaliza el ensayo con unas atinadas *Conclusiones finales* (217-232). Sabedor de la posibilidad de que el cuerpo tiene sus propios mecanismos naturales de autorregeneración, propone que el sistema médico actual, pese al rechazo que ello conlleva, explore la posibilidad de integrar en su teoría y práctica diarias los aspectos más útiles que hemos aprendido del estudio de las distintas formas de terapia placebo basadas en el pensamiento arcaico, aunque marcando distancias con «los especialistas en espiritualidad y terapias alternativas que tanto pululan por nuestra sociedad.» (222) Entre las conclusiones finales se ofrecen los planteamientos generales con el fin de que queden claros al lector. Por un lado la importancia que las terapias placebo pueden alcanzar en las causas inmateriales de la enfermedad, en especial en los casos de enfermedades crónicas. Por otro lado la utilización de tratamientos placebo debe orientarse «a que el cuerpo aumente su respuesta inmunitaria o de regeneración de tejidos, y no a que el subconsciente del paciente interprete que la medicina o tratamiento prescrito resuelvan por sí solos el problema.» (226) Estas y otras proposiciones

forman parte de los deseos de Aznar Martínez que, pese a todo, se muestra poco optimista en que el sistema médico oficial integre en un corto plazo de tiempo «las nuevas ideas surgidas de la investigación de estos años acerca de la relación cuerpo-mente-mensajes del entorno.» (231)

Un libro, serio y riguroso, destinado al público en general que acerca aspectos que no por conocidos son comprendidos en su verdadera amplitud. Un libro muy recomendable también a los profesionales del mundo sanitario y a aquellos que aspiran a pertenecer a ese grupo. En definitiva un libro que toda biblioteca universitaria, en especial, aquellas que forman parte de facultades donde se imparte Antropología Social y Cultural y también Medicina y otras ciencias de la salud debería contar.

REFERENCIAS

- ANSEDE, Manuel, 2016, «La Universidad de Valencia también se queda sin máster de homeopatía», *El País*, 08/04/2016. http://elpais.com/elpais/2016/04/07/ciencia/1460045601_197578.html#comentarios [Consultado el 11/05/2016].
- SÁNCHEZ GONZÁLEZ, Miguel Ángel, 2012, *Historia de la medicina y humanidades Médicas*. Barcelona: Elsevier-Masson. 2ª edición.

Fernando SERRANO LARRÁYOZ³
Universidad de Alcalá

3 Profesor e investigador del Departamento de Cirugía, Ciencias Médicas y Sociales, Universidad de Alcalá. Correo electrónico: fernando.serranol@uah.es. Fecha de recepción del artículo: 29 de junio de 2016. Fecha de aceptación: 1 de septiembre de 2016.