

O que é efeito nocebo?

Você pode salvar este artigo no seu computador e enviar para amigos



POR DR. RICARDO A. TEIXEIRA

Nocebo é uma palavra que não tem cara de coisa boa. E não é coisa boa mesmo. A origem da palavra é do latim e significa PREJUDICAREI. Ela define os eventos adversos associados a expectativas negativas e é o correspondente negativo do famoso efeito placebo. Se o otimismo e uma boa relação médico-paciente já são responsáveis por boa parte do sucesso de um tratamento, o pessimismo pode tornar as coisas mais difíceis. Tanto o nocebo como o placebo estão fortemente ligados ao contexto psicossocial do indivíduo, experiências prévias e sugestões verbais do próprio terapeuta.

Já temos boas evidências apontando que são maiores os efeitos adversos de um tratamento quando o médico dá mais ênfase a esses possíveis efeitos. O anestesista pode dizer a uma grávida que irá aplicar uma anestesia regional que evitará que ela sinta dor durante o parto. Pode também optar por dizer que ela sentirá uma picada forte nas costas e que esta é a pior parte da anestesia. Essa segunda forma de abordagem provocará mais dor do que a primeira. Efeitos colaterais de uma medicação na esfera sexual podem ser até três vezes mais frequentes quando o médico alerta o paciente no início do tratamento sobre esses riscos.



Qual é então a melhor prática médica? O médico deve evitar a todo custo falar de efeitos colaterais com os pacientes? Nem tanto. Minimizar o componente negativo do discurso médico pode ser uma diretriz bem razoável e o tamanho desse componente deve variar de acordo com a demanda do paciente. O paciente pode até se beneficiar de uma conversa sobre efeito nocebo com exemplos interessantes. O que parece não ser muito produtivo é listar ao paciente uma lista interminável de efeitos colaterais.

Fev 2012