

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

**Entrevista de Eduard Punset con Samuel Barondes, psiquiatra de la Universidad de California. Puebla, México, noviembre de 2008.**

**Vídeo del programa:** <http://www.smartplanet.es/redesblog/?p=277>

*Usamos sustancias químicas para modificar nuestro cerebro desde que se supo cómo fermentar la uva*  
**Samuel Barondes**

**Eduard Punset:**

*Al comienzo de la década de los años sesenta tuvimos la suerte de descubrir que algunas píldoras podían suprimir las alucinaciones, cuando uno las tenía, y otro tipo de enfermedades mentales. Y, bueno, se creó un gran alborozo, y el hecho es que desde entonces más de cien millones de personas viven con pastillas...*

... con fármacos mentales, Sam. Y, ¿estaba justificado todo ese entusiasmo?

**Samuel Barondes:**

Sí.

**Eduard Punset:**

Lo estaba.

**Samuel Barondes:**

Sí, en el sentido de que es muy prometedor. Y, en muchos casos, los fármacos que han llegado en los últimos cincuenta años realmente han ayudado muchísimo a la gente. Pero, desgraciadamente, todos tienen sus limitaciones.

**Eduard Punset:**

Porque, básicamente, hacen más cosas de las que se esperan.

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

**Samuel Barondes:**

Sí, sí.

**Eduard Punset:**

¿Como qué? Dame un ejemplo.

**Samuel Barondes:**

Bueno... uno tiene que entender que el objetivo es el cerebro. Y el cerebro es sumamente complicado. Y la idea de que una pastilla puede entrar en el organismo e ir exactamente a los sitios correctos y hacer exactamente las cosas adecuadas, y dejar en paz a todo lo demás, es muy ingenua. Los efectos colaterales, los otros efectos en diferentes partes del cerebro, o en diferentes partes del cuerpo -porque la pastilla va a todas partes- pueden ser no deseados. Y otra cosa que hay que tener clara es que no todas las personas son iguales. Entonces, cuando yo me tomo la misma pastilla y te la doy a ti, es posible que no tenga exactamente los mismos efectos.

**Eduard Punset:**

Y tendemos a olvidar esto. Con la aspirina, por ejemplo...

**Samuel Barondes:**

La aspirina es un ejemplo magnífico del hecho de que los fármacos afectan a las personas de maneras distintas. Algunas personas son muy sensibles a sus efectos en el estómago, por ejemplo, y pueden acabar teniendo úlceras si toman aspirina.

**Eduard Punset:**

El título de uno de tus libros es "Mejor que Prozac". Hablemos del Prozac, por ejemplo que ha tenido muchísimo éxito.

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

**Samuel Barondes:**

Sí, es un fármaco sumamente exitoso. Con el Prozac ocurre exactamente lo mismo. Excepto que, en el Prozac, el problema adicional es que actúa en el cerebro, que es la parte más compleja del cuerpo. Entonces, respecto a qué efectos no deseados tiene...

**Eduard Punset:**

Sí.

**Samuel Barondes:**

Bien. El efecto no deseado más habitual del que la gente realmente se queja es la disfunción sexual. Muchas personas son incapaces de tener un orgasmo cuando están tomando Prozac.

**Eduard Punset:**

Cuando están habituadas al Prozac.

**Samuel Barondes:**

Pero otro efecto es que hace que algunas personas se vuelvan demasiado indiferentes. Quiero decir que lo que hace es que reduce tus temores, pero su impulso, su motivación, su deseo de hacer cosas disminuye como consecuencia de tomar este fármaco. Y también puede afectar a la claridad de sus pensamientos. Algunas personas son... no pueden pensar y concentrarse con tanta claridad. Ahora bien, todo esto es variable. Conozco personalmente a personas que toman Prozac y creo que es lo mejor que les ha pasado.

**Eduard Punset:**

Pero, cuando uno lee tus libros y ve las estadísticas y la administración de los fármacos a lo largo de la historia reciente a veces uno se queda aterrado ante los efectos negativos de medicamentos que realmente no han sido probados... ha habido muchísimos fármacos que, tras años de utilización, tuvisteis que decidir retirarlos del mercado.

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

**Samuel Barondes:**

Ah, sí. Bueno, hay algunos ejemplos muy buenos, y un ejemplo es... tiene que ver exactamente con la aspirina, de la que estábamos hablando antes. Ahora sabemos que la aspirina tiene efectos en dos enzimas distintas del cuerpo, llamadas Cox-1 y Cox-2. Bien, hace unos años se descubrió que los efectos deseables de la aspirina sobre las inflamaciones son debidos a su efecto sobre el Cox-2. De manera que las empresas farmacéuticas decidieron: "Vamos a fabricar una aspirina que actúe sobre el Cox-2 y no actúe sobre el Cox-1". La empresa Merck fabricó un fármaco maravilloso llamado Viox que actúa únicamente en el Cox-2 y no en el Cox-1. Y lo vendían y era estupendo, y estaban ganando miles de millones con él. Pero resultó que era tan eficaz... actuando únicamente en el Cox-2, y no en el Cox-1, que en realidad eso resultó ser malo...

**Eduard Punset:**

Ya veo.

**Samuel Barondes:**

... porque resulta ser que, si realmente lo dejas actuar de una forma selectiva, eso puede aumentar tus probabilidades de tener coágulos. Y entonces la gente, al tomar eso, empezó a tener infartos. Fue un resultado completamente inesperado. Y, en consecuencia, tuvieron que retirar el medicamento del mercado. Ha habido litigios, y muchos de los miles de millones que ganaron al fabricar ese fármaco los perdieron resolviendo esos litigios, a causa de su efecto indeseable. Y eso no fue evidente... De modo que tienes mucha razón en lo que has dicho.

**Eduard Punset:**

Sí... Pero, ¿ahora hay un reglamento más estricto sobre esto?

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

**Samuel Barondes:**

Sí, pero lo interesante acerca de este problema es que incluso el reglamento estricto no pudo impedir que eso ocurriera. Fue necesario que millones de personas tomaran el medicamento durante mucho tiempo, porque ese efecto tardó años en aparecer. Y sencillamente no es práctico probar los medicamentos en millones de personas durante años antes de introducirlos. Ya cuesta más de mil millones de dólares introducir un fármaco nuevo. Si hubiera que hacerlo pasar por ese tipo de prueba, costaría decenas de miles de millones de dólares. Simplemente no es práctico.

**Eduard Punset:**

Una de tus pacientes -Clara, supongo- tuvo la tentación de dejar de lado todos los medicamentos y probar la terapia cognitiva.

**Samuel Barondes:**

En realidad, Clara probó la terapia cognitiva antes de probar el Prozac. La terapia cognitiva es una herramienta sumamente útil para la depresión. Y, de hecho, algunos estudios muestran que puede ser tan eficaz como el Prozac, y en algunas personas más eficaz que el Prozac. A algunos médicos les gusta usar ambas cosas. Y a veces la combinación puede ser incluso más eficaz que una cosa o la otra. Pero, como ocurre con todos los tratamientos, las diferentes personas responden de maneras distintas. Ella encontraba que era un poco tonto. Quiero decir, ella... Clara, como recordarás, es filósofa...

**Eduard Punset:**

Sí.

**Samuel Barondes:**

De manera que es muy... no es una paciente corriente, y cuando las personas hacían la terapia cognitiva y le decían: "Mira, Clara, no estás pensando correctamente acerca de la forma en

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

que... tú sabes, en realidad tu madre...", ella decía: "Ay, no me vengas con esas tonterías...", ya sabes. Entonces, lo interesante es que en realidad ella no era, con toda su sofisticación, la persona ideal para la terapia cognitiva. ¡Aunque muchos filósofos lo son! De modo que los tratamientos en psiquiatría, como en toda la medicina, tienen que estar hechos a la medida de una persona a la vez.

**Eduard Punset:**

Fue muy interesante seguir el itinerario de Clara... Ella probó algo llamado amitriptilina.

**Samuel Barondes:**

Sí, sí.

**Eduard Punset:**

¿Por qué probó eso...?

**Samuel Barondes:**

Bueno, yo le di amitriptilina antes de darle Prozac. Verás, esto tiene una historia. La amitriptilina fue uno de los primeros antidepresivos. El primero de los primeros antidepresivos. En realidad fue descubierto como un antihistamínico. Todos los antidepresivos de los que desciende el Prozac fueron descubiertos como antihistamínicos. En los años cuarenta había un gran interés en fabricar antihistamínicos para las alergias y para los resfriados. Y una de las cosas que tienen los antihistamínicos es que, además, te dan un poco de sueño. Algunas personas toman antihistamínicos por la noche para que las ayude a quedarse dormidas. Entonces, lo que ocurrió fue que, y es una larga historia, los psiquiatras acabaron intentando usar estos fármacos por sus efectos psicológicos, no por sus efectos antihistamínicos, y se descubrió que entre esos antihistamínicos había algunos que en realidad eran muy buenos antidepresivos. Y uno de ellos fue la amitriptilina.

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

**Eduard Punset:**

La amitriptilina.

**Samuel Barondes:**

Entonces, la primera vez que vi a Clara, ella estaba teniendo problemas para dormir. En esa época, no se consideraba apropiado dar Prozac a las personas en su estado, porque ella no estaba terriblemente deprimida, sólo estaba ligeramente deprimida. Entonces, le di amitriptilina para ayudarla a dormir, y resultó ser muy, muy buena para ella, porque también tenía este efecto antidepresivo.

**Eduard Punset:**

Cada día descubríamos medicamentos que eran buenos... que se creía que eran buenos... para curar la esquizofrenia, por ejemplo... Un fármaco que se creía que podía curar la esquizofrenia y que, además, era responsable de una infección, cambiando algo en la sangre...

**Samuel Barondes:**

Sí, closapina, que de hecho es un fármaco estupendo, también tiene un efecto en ciertos glóbulos blancos, de modo que, en ciertas personas, puede suprimir a los glóbulos blancos y disminuir la respuesta inmunitaria...

**Eduard Punset:**

Es increíble...

**Samuel Barondes:**

...y, por lo tanto, pueden tener infecciones. De manera que, si quieres tomar closapina, tienes que controlar, reiteradamente, cada una o dos semanas, esos glóbulos blancos para asegurarte de que no están siendo dañados.

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

**Eduard Punset:**

Hay un efecto famoso, el efecto placebo... y es tan potente... Mi padre era médico rural...

**Samuel Barondes:**

¿En serio?

**Eduard Punset:**

Sí. Y recuerdo... Tengo en mi memoria algunas imágenes de hospitales en los que las enfermeras eran muy conscientes del efecto placebo porque veían que simplemente ponías agua en la vena y el paciente se sentía mejor, y sin ninguna angustia, y los médicos eran más escépticos sobre el efecto placebo que las enfermeras. ¿Cómo ha interferido el efecto placebo en tu profesión? Quiero decir, ¿lo has visto?

**Samuel Barondes:**

Bueno, estamos muy agradecidos. Los médicos están todos agradecidos por el efecto placebo, porque aumenta las probabilidades de que los pacientes mejoren. Tiene un maravilloso efecto favorable.

**Eduard Punset:**

¿Treinta por ciento, aproximadamente?

**Samuel Barondes:**

Treinta... Bueno, en la depresión es un treinta por ciento, sí. Pero, por supuesto, hace que resulte difícil estudiar los efectos de la medicación, porque tienes que compensar eso. Tienes menos facilidad para evaluar el verdadero efecto terapéutico, porque tienes que restarle el efecto placebo.

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

**Eduard Punset:**

Sam, de lo que dices y piensas, podría extraer una conclusión. Los medicamentos se utilizaban para personas con enfermedades y minusvalías hasta los años cincuenta o sesenta. Nadie recetaba fármacos, fármacos mentales, a personas con una depresión leve, o porque necesitaban energía... No, no, acudían a una terapia cognitiva o al psicólogo... El gran invento, quiero decir, el gran descubrimiento, fue realmente recetar también medicamentos, como el Valium o el Librium a personas que solamente tenían un trastorno mental leve. Ése es... ése es el gran cambio, ¿no?

**Samuel Barondes:**

Sí, lo es y no lo es. Verás, desde... Recuerda que hay drogas que la gente lleva mucho tiempo utilizando para este propósito. Una de ellas es el alcohol. Ya sabes, si estás un poco tenso, si vas a una fiesta y tienes un poco de fobia social respecto a conocer a personas extrañas... Cuando entras... al entrar te dan una copa de champagne, el cual contiene una droga psicológica muy, muy poderosa llamada alcohol.

**Eduard Punset:**

Alcohol.

**Samuel Barondes:**

Correcto. Y tú sabes que el alcohol actúa exactamente como el Valium. El alcohol y el Valium actúan en el mismo receptor del cerebro, llamado receptor GABA. Entonces, de hecho, esta idea de que una persona normal tome algo para regular su estado mental, existe desde hace mucho, mucho...

**Eduard Punset:**

Desde hace siglos, sí.

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

**Samuel Barondes:**

...mucho, mucho tiempo.

**Eduard Punset:**

¿Y las anfetaminas?

**Samuel Barondes:**

Las anfetaminas, bien. Es increíble lo mucho que se usan las anfetaminas. Las usan para el trastorno de déficit de atención.

**Eduard Punset:**

La gente joven las toma, muchísimo.

**Samuel Barondes:**

Para los niños. Las anfetaminas tienen un verdadero potencial para el daño, porque si realmente te empiezan a gustar y empiezas a tomar dosis muy grandes, realmente pueden causarte enormes problemas. Pero lo interesante es que, una vez más, si las das en preparaciones que las liberan lentamente y no llegan a niveles muy altos, puedes provocar cambios mentales favorables en algunas personas. Y pueden tomarlas día tras día durante años, con algún beneficio. Así que...

**Eduard Punset:**

Pero, en cierto modo, sientes que hay un peligro. Que dentro de diez o veinte años podría aparecer alguien y decir: "Las anfetaminas tienen estos efectos negativos".

**Samuel Barondes:**

Sí, sí. En realidad siempre hay ese peligro. Y el Prozac también tiene ese peligro. Pero ahora llevamos bastante... mucho tiempo utilizándolo.

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

**Eduard Punset:**

Así es.

**Samuel Barondes:**

Quiero decir, el Prozac lleva más de veinte años en el mercado en Estados Unidos. Y hay personas que llevan veinte años tomándolo. En pequeñas dosis, pero continuamente. Y todavía no hemos encontrado que haya ocurrido nada horrible. Eso no quiere decir que dentro de treinta o cuarenta años no... Recuerda, es como fumar. Ya sabes, fumar no provoca cáncer hasta... Tiene un efecto acumulativo muy malo, que puede tomar treinta o cuarenta años. Así que, siempre nos preocupamos. Yo me preocupo. Me preocupa que tomar estos fármacos durante periodos de tiempo muy, muy prolongados pueda tener algún efecto adverso que desconocemos. Pero hasta ahora, sorprendentemente, la gente puede tomar Prozac durante periodos muy largos, o anfetaminas, o Valium durante periodos muy largos. Parece que no hay problemas.

**Eduard Punset:**

Mi última pregunta tiene que ver con... bueno, ¿qué tienen que ver los animales con las enfermedades mentales? Lo que hemos visto es que, al principio, tus colegas utilizaban animales muy caros, ya sabes, primates, y ahora animales menos caros, pero aún así, ratas... ¿Qué tiene que ver una rata o un ratón con mi depresión mental?

**Samuel Barondes:**

Sí, bueno, la mayoría de las enfermedades mentales tiene un enorme componente en las partes inferiores del cerebro, los sistemas emocionales.

**Eduard Punset:**

Emocionales.

# redes

Título: "Fármacos para las emociones" – emisión 25 (01/03/2009, 1 h) – temporada 13

## **Samuel Barondes:**

Y los sistemas emocionales son muy, muy similares en las personas y en los ratones. Hemos evolucionado... Ahora bien, encima de esos sistemas emocionales, nosotros hemos puesto una capa de nuestros sistemas corticales, los cuales permiten el lenguaje y más volición, más razonamiento y un mayor sentido práctico. Y algunas de esas funciones se alteran con las enfermedades mentales, pero el motivo por el cual se alteran es porque el sistema emocional está funcionando inadecuadamente, y guía incorrectamente, o hiperactiva, o activa demasiado poco, a los centros cognitivos superiores. La clave, entonces, de muchas enfermedades mentales reside en sistemas que están más abajo, que compartimos casi completamente con los ratones.

## **Eduard Punset:**

*Fascinante, ¿no?, la historia de los medicamentos. Y es fascinante porque es la historia de las enfermedades mentales. Y yo creo que una de las conclusiones de este programa ha sido justamente que nos podemos fiar de las y de otros mamíferos que no son las ratas. Nos podemos fiar de ellos porque estamos hablando de un mal funcionamiento del sistema emocional, y eso lo heredamos, lo heredamos de otros mamíferos, ¿no? La segunda conclusión que yo sacaría de este programa es que, realmente, para que se produzcan grandes saltos adelante, necesitamos saber muchísimo más de la naturaleza, del alcance y de los orígenes de las enfermedades mentales. En realidad, muchos de los medicamentos que estamos aplicando lo podemos hacer por lo que descubrimos en los años cincuenta, pero estamos pendientes de profundizar muchísimo más en la naturaleza de las enfermedades mentales antes de que podamos dar otro salto adelante en los medicamentos necesarios para curarlas.*