

Este texto pretende ayudar a pasar de la ciencia a la consciencia, cómo explica el educador y conferenciante Jesus Garcia Blanca en su libro Sanidad Contra Salud. Tomar consciencia es el motivo de este encuentro con ustedes convecinos.

La ciencia o, mejor dicho, el cientifismo ha tomado una peligrosa deriva en favor del mercantilismo, que da por resultado una salud enferma. Mi crítica se centrará en la continua injerencia que determinados agentes sociales hacen en la salud de las personas sanas, sin base científica suficiente. Buena prueba de ello es la ampliación, crecimiento y posterior medicalización farmacológica de los llamados factores de riesgo para la salud. El espacio que queda para la ausencia de enfermedad se ve amenazado por intereses mercantilistas de toda índole, que poco o nada tienen que ver con los intereses de las personas. Cada vez queda menos espacio para las personas oficialmente declaradas sanas. Las personas de 60 años, y más aún las de mayor edad, se medican en porcentajes altísimos.

Esta situación actual que viene gestándose desde finales del pasado siglo, ha sido objeto de estudio por brillantes críticos de esa época que volcaron en sus libros un valioso legado intelectual. Es el caso de Aldous Huxley, genial literato británico, (descendiente de una gran saga de científicos, entre ellos, un Premio Nobel), que pensaba así: "entre tantas enfermedades nuevas, queda poco espacio para el hombre sano". Hace varias décadas de esto y así ha ocurrido, incluso peor. La genial periodista científica fallecida, doctora Lynn Payer, acuñó en uno de sus libros el término de "Enfermedades Inventadas". Denunciaba así, según sus palabras, las estrategias de la industria farmacéutica para aumentar el consumo de fármacos, ampliar el riesgo o definir enfermedades nuevas más allá de la evidencia científica. Pero sin duda el singular profesor Ivan Illich es el erudito universal que más profundamente ha estudiado y criticado los males de la medicina moderna. Introdujo un interesante concepto: La iatrogenia social y cultural. Merece la pena dedicar un artículo a la memoria de este gran personaje, pero ahora será suficiente con decir que es en su obra *Nemesis Médica*, donde desarrolla estas ideas. Antes recordar que iatros significa médico en griego, y geneis se refiere al origen. Nemesis es un término mitológico que el autor viene recogiendo para hacer un paralelismo con el castigo que los dioses enviaron a los hombres por querer parecerse a ellos. La gran perspectiva de Illich para los problemas de las sociedades modernas se debe a su amplia formación académica: filósofo, teólogo, licenciado en ciencias naturales, antropólogo, sacerdote católico, (a pesar de que su madre era judía sefardí de Viena que, como sabemos, son los judíos españoles expulsados de España en el reinado de Los Reyes Católicos), y también pedagogo conocedor de varias lenguas, lo que le permitió ejercer como profesor universitario tanto en Viena como en Nueva York y México, donde creó escuela. El autor repasa en sus obras temas tanto políticos, culturales, sociales y económicos de forma impecable. Su esfuerzo intelectual, su trabajo crítico y su coherencia personal no merecen ser olvidados pues produjo un valioso legado. Relatemos alguno de sus pensamientos para saber de qué hablamos cuando decimos que enferman nuestra medicina: "Una vez que la sociedad se organiza a la caza preventiva de enfermedades, otorga propiedades epidémicas a la diagnosis. Este triunfo de la cultura terapéutica convierte la independencia del individuo sano en una intolerable forma de desviación". Ya apreciaba aquí Illich que los sanos no eran bien vistos por los que fomentan el consumo de medicinas.

'La salud enferma y el esperpento de la iatrogenia (primera parte)'

Escrito por Juan Hidalgo Caballero. 15 de febrero de 2018, jueves

La iatrogénesis social y cultural es una epidemia peligrosa, poco conocida cuyo indicador principal es el gasto creciente empleado en atender individuos (personas físicas) en lugar de invertir en políticas de Salud Pública (colectivas). El 80% del gasto se emplea en la atención de pacientes. La iatrogenia social prepara a la sociedad para una demanda incansable de servicios de salud. Los ciudadanos se convierten en personas enfermas motivadas a consumir en lo preventivo, industrial y ambiental. Todas las lesiones que se deban a transformaciones socio-económicas, que hayan sido presentadas como atractivas, o necesarias, por la estructura sanitaria institucionalizada, son iatrogenia social. La sociedad está atrapada en la edad del medicamento constituyendo un lastre que perjudica a la creación de políticas de salud.

Hay muchas personas que pretenden ser curadas de la ancianidad, todo sufrimiento se hospitaliza, la medicina transmite una garantía abstracta de que es posible la salvación por la ciencia. (Hay ciudadanos que pagan para congelarse al morir, con la esperanza de volver cuando su problema de salud sea solucionable por la ciencia).

La higiene autónoma se reprime, (se refiere a la idea del autocuidado personal mediante conocimientos y experiencias adquiridas en la comunidad o la escuela). Las instituciones mantienen su autoridad sobre el paciente incluso cuando el pronóstico es malo y el tratamiento experimental (esto lo vemos muy frecuentemente en los tratamientos oncológicos). La regla es diagnosticar enfermedad antes que salud. Parece que Illich se paseara por un hospital actual, lo describe perfectamente, la claudicación familiar es un motivo de ingreso para un paciente de hoy día.

Las consultas, en la actualidad, hace tiempo que se han convertido, de facto, en fábricas de enfermos, (que no sabían que lo eran al levantarse por la mañana): "sobrepeso, colesterol, triglicéridos, a. Úrico, depresión, ansiedad, tensión, tiroides, osteoporosis, osteopenia, azúcar. Oímos lamentos cotidianos con estas denominaciones que auguran peligros para la salud. La persona, muy a menudo pierde la "percepción de su salud", algo que puede suceder por el sobre diagnóstico según cree el catedrático de salud pública de la Universidad de Alicante Carlos Alvarez-Dardet. Con la receta en la mano estas personas sanas tienen la falsa percepción, (¡el espejismo!), de haber arreglado algo que les ha ocurrido o que podría ocurrirles. Transmitir ideas positivas a los pacientes, como la confianza de ser personas sanas, (mejor que dejar al paciente con el dilema de estar en riesgo de perder la salud o haberla perdido), es algo que no debe olvidarse, así piensa nuestro veterano doctor Gervas. No se debe emplear la fuerza del miedo para empujar a las personas a la medicalización preventiva. El catedrático de farmacia J. Ramon Laporte avisa de que se receta el doble que hace unos años y eso también lleva implícito el doble de iatrogenia.

A menudo se emplean medicamentos en Prevención Primaria sin suficiente base científica, todos admitimos que el riesgo cero no existe, pero en medicina, simplemente, lo olvidamos. El doctor canadiense David Sakett, cofundador de E expresó así su preocupación en este tema: "La agresiva asertividad con que vamos tras un paciente sano, sólo puede justificarse si la intervención se basa en el más alto nivel de evidencia que garantice más beneficio que daño". A esta misma conclusión llegó el irrepetible sabio griego doctor Ioannidis, cuando realizó meta-análisis biomédicos del más alto nivel y comprobó los bajos estándares de calidad de los

estudios que la ciencia manejaba. Con esos datos llenos de errores, falsedades o exageraciones, dijo, los médicos no pueden tomar las mejores decisiones para el cuidado de sus pacientes. Sigo con Ioannidis porque es uno de los científicos vivos de más peso mundial (ver el artículo dedicado en este periódico al doctor Ioannidis): "Hacen falta 250 personas tratadas con pastillas del colesterol durante 5 años, para salvar una vida, por tanto, usted tiene el 0,4% de posibilidad de que esos medicamentos, las estatinas, le salven la vida".

Este argucia que utilizan los científicos para referirse a la reducción del riesgo, sin hacer números finos que podamos entender, no es más que el truco del tocomocho, seguramente para prevenir el riesgo de morir, pero ¡de la risa!. En general podemos decir que hay abuso en las pastillas de la depre, de los nervios, para los huesos, el azucar, algunas nuevas vacunas (como el papiloma o la gripe), etc. Muchos de estos medicamentos han sido aprobados por la 'vía rápida', con la condición de presentar estudios de seguridad y efectividad posteriores. Se les subroga de la necesidad de demostrar su efectividad real y los posibles daños. ¿Se imaginan un coche que saliera a la venta sin garantías? Todos los usuarios de medicamentos y en especial los preventivos, somos objeto de un gran estudio a modo de conejillos. Esto es una realidad cotidiana, tal es así que se han retirado muchos medicamentos tras dejar un número indeterminado de muertes o incapacidades, (no me estoy refiriendo solo a los típicos casos conocidos como la talidomida, o la terapia hormonal para la menopausia, o a ciertas vacunas, esto ocurre mucho más de lo aceptable).

Otras veces se evalúan medicamentos por institutos internacionales como la Cochrane, haciendo recomendaciones para suprimir permisos de venta a determinados medicamentos, pero se les hace caso omiso, (por ejemplo los antivirales para la gripe que tienen graves efectos secundarios y casi nula eficacia, sobretudo en ancianos). También es frecuente no presentar estudios de post-venta satisfactorios. Todas estas circunstancias forman parte de una gran lista de ¡promesas incumplidas! (véase artículo de "medicina sin argumentos y promesas incumplidas", en este diario).

La iatrogénesis social comentada antes, favorece a otra iatrogenia 'indisiosa' diría yo: 'La iatrogenia virtual'. Sí, ha leído perfectamente, ¿pensaba que la virtualidad se daba solo en la red?, ¡no señor! Este es un término de nuestro más afamado catedrático de salud pública que ejerce en la Universidad de Alicante, fue asesor de O.M.S y director de la Sociedad Española de Salud Pública, dirige dos revistas de salud, (impulsa, junto cientos de profesionales, la campaña para la retirada de la vacuna del papiloma en España, como ya hizo Japón (un ejemplo, la vacuna, de iatrogénesis virtual). La iatrogénesis virtual se produce según el doctor Carlos Álvarez-Dardet, porque "cada vez más se diagnostican y se tratan riesgos, no solo enfermedades como quiera que los riesgos no siempre ocurren, nos encontramos con una situación de la practica medica que incluye los efectos secundarios adversos del diagnóstico y tratamiento de enfermedades que nunca ocurrirán. En prevención no hay certidumbres solamente después que el futuro se vuelve presente, es posible saber si las especulaciones se han confirmado o si ha habido un error de evaluación de posibilidades. Los médicos en la actualidad obtienen crédito de prevenir dolencias que nunca ocurrirán. Tampoco se tiene en cuenta que el camino responsable para la buena salud no depende solo de acciones individuales, sino de acciones empresariales, institucionales y de relaciones político-económicas entre países (buen ejemplo es la futura ley para eliminar parte del azúcar

añadido de alimentos, los acuerdos dentro de la comunidad europea en materias de bienestar social o de sanidad alimentaria, o las futuras leyes que regirán del tratado de comercio en la U.E con los E.E.U.U.). También aprecia el profesor de salud pública, un cambio cualitativo en la demanda de atención sanitaria: "Gran parte de la demanda de atención médica hoy día, no es una petición de ayuda por parte del paciente al médico, sino que es una demanda inducida por medicalización a futuro y medicalización de riesgos "(esta es una manera de iatrogenesis social, según mi opinión, pues se ha creado y fomentado la necesidad de esta nueva medicina preventiva que es ahora apetecida por la sociedad y hace demanda de ella, con el riesgo consiguiente, añadido, de otra iatrogenia, la virtual).

Con el nombre de 'prevención cuaternaria' se reconoce en 1995 el daño que los servicios de salud hacen a los usuarios, fomentando medidas para paliarlos, que serán denominadas en la forma antedicha. En los E.E.U.U se ha calculado que el número de defunciones por este concepto son 300.000 al año, siendo la tercera o cuarta causa de muerte en el país. En España, la Sociedad Española de Salud Pública ha advertido a los profesionales que no se minusvalore el riesgo por iatrogenia en nuestros centros sanitarios.

La actualidad cotidiana más reciente nos trae dos novedades importantes que motivan el momento de salir este artículo: Se empieza a recomendar en" determinados círculos "de la atención primaria de nuestro país, que se haga 'un cribado oportunista de fibrilación auricular' (a tal efecto aparece ya un nuevo ítem en las fichas informáticas : "ritmo de pulso"). Se aconseja tomar el pulso arterial a personas mayores de 65 años que consulten por cualquier motivo. Estas personas sanas sin síntomas cardiacos anteriores, podrían ser candidatas a tratamiento preventivo anticoagulante, si tienen alteraciones del ritmo incluidas en el nuevo protocolo. Este nuevo escenario de injerencia abusiva, se suscita por recomendación de los pensadores de "Actividades Preventivas y Promoción de La Salud Cardiaca. En sus ocurrencias no entra la necesidad de suplementar a estas personas mayores, con magnesio, omega tres de fuente krill, o coenzima Q10 y vitamina D3, elementos indispensables para la salud cardiaca de las personas a partir de la cincuentena. Otra de las consecuencias de abandonar la Educación Continuada de los médicos al monopolio industrial, (tema tratado en anterior artículo "medicina sin argumentos y promesas incumplidas").

Este problema ha sido analizado por nuestro experto doctor Sebastian Vignoli Carradori quien después de examinar la evidencia disponible, declara que no hay base científica solida disponible para iniciar un cribado oportunista de fibrilación auricular, es curioso, dice el doctor, que esta iniciativa coincida con el desarrollo comercial de las aplicaciones de los nuevos anticoagulantes.

Otro caso muy inquietante analizado por el doctor Vignoli, es la nueva bajada oficial de la cota para el diagnóstico de la tensión arterial elevada. Con una tensión sistólica de 121(12,1), ya estaremos encuadrados en personas con tensión elevada. según explica este especialista en la atención primaria española, tres cuartas partes de la población estarían incluidas. (en este momento el 40%de la población española es hipertensa). No hay evidencia suficiente para aplicar los antiguos protocolos y aún menos para estos nuevos, explica en su estudio de las evidencias el doctor Vignoli. Esta peligrosa deriva que está tomando la medicina actual como ciencia, hace enfermar la salud, y las instituciones sanitarias dan una imagen cada día más

'La salud enferma y el esperpento de la iatrogenia (primera parte)'

Escrito por Juan Hidalgo Caballero. 15 de febrero de 2018, jueves

cercana al esperpento, por exagerar y desvirtuar sus logros clásicos, pasando a ser un peligro en lugar de ser la solución.

Queda mucho camino para dar la vuelta a este problema, y tendremos que recorrerlo juntos todos los agentes sociales implicados. Mientras tanto, a nivel individual, busque información independiente sin conflictos de interés, consulte a facultativos de corte integral, (holístico), que le brinde todas las opciones, y no deje que otros tomen las decisiones por usted, ¡póngase al timón de su salud!

Parafraseando a un admirado doctor cartagenero, me despido con un: ¡Tengan cuidado ahí fuera amigos!