

ESTUDIOS COHORTES (OBSERVACIONALES)

Este tipo de estudio (observacional o de cohortes) consiste en hacer un seguimiento de un grupo determinado de pacientes, y compararlo con otro que esté usando ese mismo tratamiento. La mayor diferencia con el método anterior es que no se propone al paciente hacer algo distinto de lo habitual, sino que el médico prescribe al paciente el tratamiento que más apropiado le parece, y sólo después el paciente pasa a formar parte de uno u otro grupo, en función del tratamiento que toma: se respeta la práctica habitual.

Principal ventaja: Son los mejores estudios para saber si en la realidad, con todo tipo de pacientes y de médicos, el tratamiento sigue siendo suficientemente efectivo y seguro. De hecho, cuando un medicamento sale muy bien parado de un ensayo clínico pero luego decepciona en el estudio de cohortes, éste último manda y el medicamento se desfinancia o se retira.

Lo menos positivo de estos estudios es que normalmente existen varias diferencias entre los grupos de pacientes además del tratamiento que toman: no están igual de graves, o los tratamientos habituales les han funcionado de manera diferente, o tienden a ser más jóvenes o mayores, etc. La consecuencia es que no se puede estar del todo seguro de si las diferencias en el resultado se deben al medicamento o a estas otras diferencias entre ellos. Afortunadamente hay maneras de detectar esos problemas y solucionarlos a base de matemáticas en el momento de analizar los resultados.

En Homeopatía estos estudios se han utilizado para responder a varias preguntas que los investigadores y la sociedad nos hemos hecho:

¿Sigue siendo efectiva la homeopatía en condiciones reales de uso?

consecutivos (cerca de 23.000 visitas) en un periodo de 6 años. En el seguimiento, el 70,7% de los pacientes informaron de una mejoría en la salud y en el 50% se trató de una gran mejoría. En el caso de los niños, la respuesta fue aún mejor ya que el 80,5% mejoró y en el 65,8% la mejoría fue notable. Las mejores respuestas de tratamiento se registraron en el eczema infantil, el asma, las enfermedades inflamatorias intestinales y colon irritable, los problemas menopáusicos y la migraña.

Spence D, Thompson E, Barron S. Homeopathic treatment for chronic disease: a 6-year university hospital based outpatient observational study. J Altern Complement Med 2005; 5: 793–8.

¿Puede la homeopatía ayudar a los pacientes con problemas crónicos?

El estudio inglés “Perspectiva de los pacientes del sistema nacional de salud sobre la medicina complementaria”, realizado con 499 pacientes que acudieron a la consulta de medicina complementaria del Hospital Homeopático Real de Londres, reveló que el 88% padecía su problema desde hacía más de 2 años y que 262 estaban tomando medicamentos convencionales. No sólo el 86,5% de los pacientes indicó que su problema había mejorado en alguna medida, sino

que el 29% había dejado de necesitar medicamentos convencionales y el 32% los había reducido. Hay que resaltar que ningún paciente con cáncer redujo su medicación convencional, como es lógico. Ése es el buen camino: integrar diferentes opciones de manera inteligente para el beneficio del paciente.

Sharples F, van Haselen R, Fisher P. NHS patients' perspective on complementary medicine. Complement Ther Med 2003; 11: 243-8

¿Continúa la homeopatía siendo útil a medida que pasa el tiempo, o va disminuyendo su eficacia como pasa con otros medicamentos?

Con algunos medicamentos, o bien el cuerpo “se acostumbra” o la enfermedad “se hace resistente”, o quizás el efecto era debido a la sugestión (placebo), que no aguanta el paso del tiempo. En todos estos casos, al cabo de semanas, meses o años el paciente vuelve a sentirse mal.

Sin embargo, un estudio ha demostrado que después de 2 años, ¡e incluso 8 años!, los pacientes tratados con homeopatía siguen encontrándose mucho mejor. Según el artículo “¿Cómo de sanos están los pacientes crónicos después de 8 años de tratamiento homeopático?”, los adultos (2.722) pasaron de puntuar la gravedad de su problema con un 6.2 de media, a un 2.9 a los dos años y 2.7 a los ocho años. Los niños (819) reaccionaron aún mejor, pasaron de 6.1 inicialmente a 2.1 en dos años y 1.7 en ocho años. **Según estos datos la homeopatía no sólo funciona muy bien, ¡sino que funciona durante mucho tiempo!**

Witt CM, Lüdtke R, Mengler N, Willich SN. How healthy are chronically ill patients after eight years of homeopathic treatment?--Results from a long term observational study. BMC Public Health. 2008; 8:413

Acudir a un médico que aplica homeopatía además de las opciones convencionales, ¿aporta realmente algo más a los pacientes?

Para analizar grandes poblaciones recurrimos a un tipo de estudio que es el Fármaco-Epidemiológico. **Recientemente se ha llevado a cabo en Francia un extenso programa de investigación, llamado EPI3, que ha dado lugar a numerosas publicaciones en revistas de prestigio**(<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=EPI3+duru>). No es para menos ya que la muestra de pacientes es bastante grande (8.559 pacientes atendidos por 825 médicos) y los autores de los artículos que formaban el comité científico son grandes personalidades de la medicina y la investigación a nivel internacional. El hecho de que se haya realizado en Francia permite una comparación imparcial de los resultados obtenidos por los médicos homeópatas, ya que en este país son a todos los efectos médicos generales reembolsados por el sistema público, como todos los demás especialistas, que sólo se diferencian en que además conocen y usan la homeopatía de forma rutinaria.

Tras comprobar que los pacientes que acuden a los médicos que usan homeopatía y los que no, eran similares (en el tipo de enfermedades y su gravedad), analizaron a los que tenían los problemas más frecuentes: los que

sufrían dolores musculares y articulares, los que sufrían ansiedad, depresión o insomnio, y los que tenían infecciones respiratorias. Se comprobó que sus problemas se resolvían igual o mejor al añadir homeopatía. Se comprobó que no tenían más complicaciones por tratarse con homeopatía. Y eso a pesar de que los pacientes de médicos homeópatas tomaron la mitad de antiinflamatorios (-46%) y 2/3 menos de analgésicos (-67%) para el dolor*, casi la cuarta parte de ansiolíticos y antidepresivos (-71% para la ansiedad y depresión**, y -75% para el insomnio***) y menos de la mitad de antibióticos para las infecciones (-57%****).

*Rossignol M, Bégaud B, Engel P; EPI3-LA-SER group. Impact of physician preferences for homeopathic or conventional medicines on patients with musculoskeletal disorders: results from the EPI3-MSD cohort. *Pharmacoepidemiol Drug Saf.* 2012 Oct;21(10):1093-101.

**Grimaldi-Bensouda L, Abenhaim L, Massol J; EPI3-LA-SER group. Homeopathic medical practice for anxiety and depression in primary care: the EPI3 cohort study. *BMC Complement Altern Med.* 2016 May 4;16 (1):125.

***Grimaldi-Bensouda L, Abenhaim L, Massol J; EPI3-LA-SER Group. Utilization of psychotropic drugs by patients consulting for sleeping disorders in homeopathic and conventional primary care settings: the EPI3 cohort study. *Homeopathy.* 2015 Jul;104(3):170-5

****Grimaldi-Bensouda L, Bégaud B, Rossignol M, Avouac B. Management of upper respiratory tract infections by different medical practices, including homeopathy, and consumption of antibiotics in primary care: the EPI3 cohort study in France 2007-2008. *PLoS One.* 2014 Mar 19;9 (3):e89990.