

tribuna | CLARA ESQUENA FREIXAS. Psicòloga clínica

El Prozac entra en crisi

Els resultats obtinguts en estudis recents són inquietants. En casos de depressions lleus, els fàrmacs es comporten amb una eficàcia que pràcticament és comparable a la clàssica aigua amb sucre de l'àvia

La pastilla més famosa del món no passa un bon moment. La seva eficàcia ha estat posada seriosament en dubte per un article científic publicat a la prestigiosa revista *Public Library of Sciences*. L'equip d'investigadors que han portat a terme l'estudi, encapçalat pel doctor anglès Irving Kirsch, ha fet una extensa revisió dels estudis que comparen el placebo —una substància sense cap efecte sobre la salut— amb els coneguts com antidepressius de nova generació: els inhibidors selectius de la recaptació de la serotonina. Parlem de la fluoxetina, la venlafaxina, la paroxetina, la sertralina o el citalopram. Per al gran públic, més coneguts pel nom comercial: Prozac, Vandal, Seroxat, Motivan, Besitran o Prisdal, entre molts altres. Cal explicar que aquests medicaments es van concebre sota l'aixopluc de la hipòtesi, extensament difosa, que la causa de la depressió es troba en el desequilibri d'un neurotransmissor anomenat serotonina, implicat en els sentiments de felicitat.

- Les investigacions que posen les «pastilles de la felicitat» entre les cordes no són cap novetat

Els resultats obtinguts en aquest estudi són inquietants. En casos de depressions lleus, els fàrmacs no mostren diferències significatives en relació amb el placebo, que és el mateix que dir que la seva eficàcia és comparable a la clàssica aigua amb sucre de l'àvia. Quan es tracta de depressions greus, demostren una lleugera superioritat. No obstant això, no és atribuïble a les seves propietats terapèutiques sinó al fet que el placebo resulta menys eficaç. Davant d'aquestes evidències, al-



Els medicaments s'han aprofitat de la hipòtesi, extensament difosa, que la causa de la depressió es troba en el desequilibri d'un neurotransmissor anomenat serotonina. / EFE

guns professionals es posen les mans al cap i repliquen que hi ha multitud d'estudis que en proven l'eficàcia. L'equip de Kirsch apunta que els assajos clínics que han vist la llum ho han fet gràcies al patrocini de les grans empreses farmacèutiques, les quals, oportunament, s'han encarregat de potenciar la hipòtesi del desajust neuroquímic.

Val a dir que les investigacions que posen les «pastilles de la felicitat» entre les cordes no són cap novetat. En una in-

vestigació publicada fa tres anys a la no menys prestigiosa *British Medical Journal*, es relacionava el consum d'antidepressius de nova generació amb els intents de suïcidi. Però no cal fer una revisió exhaustiva de la literatura científica per valorar la conveniència de prendre antidepressius. Entre els seus desagradables efectes secundaris, hi trobem un bon nombre de motius per rebutjar-los. Així doncs, cal considerar que la seva influència no només pot ser innòcua sinó també,

en molts casos, perjudicial.

De quina manera puc superar una ruptura sentimental? Quins recursos tinc per sortir de la precarietat laboral? Sobrevisc al càncer? M'acostumaré a viure amb dolor crònic? Podré pujar el meu fill tota sola? Com puc fugir d'un maltractament? Vet aquí una petita mostra dels interrogants que posen damunt la taula les persones amb depressió. La resposta és, massa sovint, una recepta estampada a corre-cuita per un facultatiu estressat. La pressió assistencial, la manca de recursos i els evidents interessos comercials són uns quants dels motius pels quals el Prozac i la seva família s'han acomodad plàcidament en el nostre sistema sanitari.

- Ha arribat l'hora que el Prozac s'ajegui al divan del psicoanalista i qüestionari seriosament les raons de la seva existència

Cal fer una reflexió profunda. La depressió, com la majoria de trastorns mentals, és una afecció polièdrica, complexa i multicausal. Malauradament, la seva incidència social assoleix cotes de pandèmia, i s'estima que, en un futur, seran encara més persones les que en tindran. La psicoteràpia, l'educació en valors, les teràpies complementàries o les noves línies d'investigació són eines de futur per tractar-la. És de calaix que no podem ventilar-ho tot a cop de recepta. I menys encara emparant-nos en una hipòtesi que trontolla en els fonaments. Ha arribat l'hora que el Prozac s'ajegui al divan del psicoanalista i qüestionari seriosament les raons de la seva existència. Necessitem més alternatives. El sofriment humà, cal recordar-ho, no és un negoci de peixos grossos.

de set en set | MARTÍ AYATS

BSO

Les olors s'emporten la fama de ser les activadores de records més potents. Tot és subjectivament opinable a l'hora de decidir quin és el tobogan que ens transporta d'una manera més vertiginosa i impactant cap als *flashbacks* més inesperats, però crec que n'hi ha un que té uns efectes fulminants: la música. Els fixers on guardem les melodies s'omplen des de la infantesa i des de llavors és un no parar. Les anem classificant i per molts ritmes, per moltes cadències que ens vagin impregnant, sempre sabrem quines van associades als nostres moments punta, quines als moments vall. Anem fent capes, estrats musicals, i sedimentem amb tanta força que deixen de ser unes composicions rítmiques i es transformen en una espècie

de codi de barres sentimental, un indicador de quin és el nostre estat d'ànim quan les notes ens arriben a les orelles i activen aquell ressort soterrat. També ho fan els ritmes que ens embolcallen des de l'interior, perquè les nostres bandes sonores no les conformen només el que va de dins cap a fora, sinó que cadascú dibuixa les seves pròpies notes en el pentagrama que li ha tocat omplir. Potser només tenim a mà brogits, crits, xiuxiejos o l'aclaparadora potència del silenci, potser un fimbriament, un so metàl·lic, un dring, un xiulet...; amb això formem un fil musical personalitzat que no és res més que l'acord que, sumat a tots els altres, és imprescindible per elaborar la banda sonora que creem i recreem, cada dia de cada dia.

la galeria | JOSEP MARIA LOSTE

Una rectificació social?

Aquella dita tan nostrada «de savis és rectificar» sembla que es podria començar a aplicar en el tema de l'estació del tren convencional de Figueres. Fa la sensació que quelcom es mou, a favor del sentit comú i la sensibilitat social, en la delicada qüestió ferroviària alt-empordanesa. De fet, en la qüestió de la mobilitat sostenible, ja fa massa temps que, a la comarca de l'Alt Empordà, estem perdent un llençol a cada bugada. Qui en seria el responsable, d'això? No ho sé; però el que queda molt clar és que cal mirar al futur. És a dir, que ha arribat l'hora de consolidar el que ja tenim, i millorar-ho amb unes inversions assequibles, en comptes de fer volar coloms (grandiloqüència), la qual cosa només comporta frus-

tració i regressió social. No hi ha dubte que la forta mobilització cívica de diverses associacions, en defensa del transport públic i la sensibilitat social i mediambiental, ha fet despertar el gros de la societat civil de Figueres i l'Alt Empordà, i sobretot ha significat una injecció d'exigència democràtica a tota la classe política alt-empordanesa. Cal tenir molt present que la supressió de l'actual estació de Figueres suposaria una ruïna social, un desgavell urbanístic i un cop molt dur contra la mobilitat sostenible a tot l'Alt Empordà, i també comportaria una pèrdua de lideratge de Figueres en el conjunt del seu *hinterland* natural. Ara, esperem i desitgem que entre tots ho podrem aconseguir, i que la rectificació «social» serà de debò.