

27 settembre 2022 9:21

Psichedelici. I limiti delle ricerche

di [Redazione](#)

La ricerca sulle droghe psichedeliche ha avuto un ritorno drammatico in mezzo a un inebriante mix di atteggiamenti sociali ammorbidenti, il richiamo di opportunità commerciali, dubbi sulla "guerra alla droga" e il desiderio di sviluppare nuovi modi per curare le condizioni di salute mentale.

Quindi potresti aver letto sui media che c'è un nuovo studio che mostra che la ketamina può bandire la depressione, o la psilocibina è efficace nel trattamento del disturbo da stress post-traumatico, o il microdosaggio di LSD ti rende più creativo.

In questo fervore, quale ricerca vale il tuo tempo e, soprattutto, la tua fiducia? Naturalmente, **ciò che vale il tuo tempo dipende da ciò che vuoi.**

Sono un medico, un ricercatore di droghe e uno sperimentatore clinico. In quanto tale, mi interessa sapere se la terapia psichedelica può essere una nuova forma di medicina. Questa domanda necessita di prove di studi clinici. Questo è ciò su cui mi concentrerò qui, sebbene alcuni dei principi si applichino alla ricerca medica in modo più ampio.

Ricerche

Innanzitutto, la tua fonte. Una buona ricerca scientifica è pubblicata su riviste scientifiche peer-reviewed. Peer review significa che esperti indipendenti hanno letto e criticato in modo anonimo il documento. Questa è una forma importante di controllo. Se la ricerca che stai guardando non supporta la revisione tra pari, vai avanti.

Alcune riviste affermano di essere imprese di alta qualità, che pubblicano articoli sottoposti a revisione paritaria, ma in realtà sono schemi pop-up per fare soldi che pubblicano qualsiasi cosa.

Individuarli è un po' come individuare un'e-mail di spam o un post sui social media. Scarsa grammatica, errori di ortografia e formattazione, siti Web scadenti e affermazioni troppo belle per essere vere sono tutti segni rivelatori di una ricerca che non lascerebbe che la verità interferisca con una buona quota di pubblicazione.

Al contrario, le riviste di buona qualità sono generalmente consolidate da tempo, sono indicizzate in database scientifici come PubMed e di solito hanno buoni "fattori di impatto" (una misura della frequenza con cui vengono citati gli articoli delle riviste). Sebbene questa non sia una metrica perfetta, è utile come guida e sarà indicata sulla home page della ricerca. Un numero più alto è più rassicurante.

Con una ricerca di buona qualità, sei a metà strada.

Autori

Prima di leggere qualsiasi cosa sul documento, guarda chi sono gli autori, dove lavorano e quali sono le loro rivelazioni e fonti di finanziamento (questo di solito è indicato alla fine di un articolo). Gli autori che sono i migliori nel loro campo hanno spesso una grande reputazione.

Ma hanno anche più da perdere a causa di risultati che non corrispondono alle loro teorie. È più probabile che siano consulenti pagati anche per le aziende che cercano di commercializzare nuovi trattamenti.

Allo stesso modo, solo perché uno studio proviene da un'istituzione pionieristica e di alta qualità non significa che dovresti fidarti ciecamente. In effetti, proprio quelle squadre che sono state i pionieri sono proprio quelle che potrebbero anche essere fortemente di parte. In altre parole, perché saremmo entrati in un campo così stigmatizzato se non avessimo un preconcetto fortemente positivo?

Detto questo, le istituzioni e i team di ricerca con una buona reputazione li guadagnano perché i loro colleghi rispettano i loro metodi e credono ai loro risultati. Quindi, nel complesso, scegli gli autori più rispettati, ma conserva nella parte posteriore della tua mente gli altri fattori in gioco.

Ricerche

Ora dai un'occhiata alla carta stessa. Per la ricerca clinica, lo studio multicentrico, randomizzato e controllato con placebo è il re. Quasi tutta la ricerca psichedelica non è tale (ancora).

Le prove iniziali si svolgono in un istituto. Va bene, ma non dice nulla sul fatto che il trattamento funzioni al di fuori di quell'istituto. Per questo, hai bisogno di una prova multicentrica. Più centri sono, meglio è.

Se funziona in molti centri, ci sono più ragioni per credere che funzionerà nel mondo reale. Questa si chiama "generalizzazione" ed è una domanda senza risposta per gli psichedelici.

Randomizzato e controllato con placebo si riferiscono ai partecipanti assegnati casualmente a due o più gruppi, uno dei quali viene trattato con un placebo (pillola fittizia). A meno che tu non abbia un gruppo di controllo con placebo con cui confrontarti, non sai se l'effetto che osservi nel gruppo di trattamento potrebbe non essersi verificato comunque.

Allo stesso modo, se non c'è randomizzazione, qualsiasi effetto che osservi potrebbe essere dovuto a qualcos'altro comune a uno dei gruppi.

I primi studi sugli psichedelici spesso non erano randomizzati o controllati. Va bene, ma non puoi concludere molto da questi "studi pilota". Dimostrano solo che la ricerca può essere fatta.

Grandi prove

Più partecipanti ha uno studio, più "potere statistico" ha per rilevare un vero effetto (o una vera assenza di effetto). Questo spesso richiede centinaia, anche migliaia, di partecipanti.

Questi studi costano molto, motivo per cui molti studi clinici su larga scala sono finanziati dalle aziende: è l'unico modo per raccogliere fondi per portare a termine lo studio. Ma non respingere i processi commerciali.

Sì, profitto e assistenza sanitaria non sono compagni di letto facili. Ma le prove commerciali sono molto più regolamentate rispetto alle prove non commerciali. Quasi tutti i farmaci che abbiamo oggi erano autorizzati basati su prove commerciali.

Pre-registrazione

Tutti gli studi clinici dovrebbero avere un "esito primario preregistrato". L'esito primario può essere qualsiasi cosa: un risultato di un esame del sangue, un risultato di neuroimaging o una misura della depressione. È questo il

risultato su cui è progettato il processo.

La preregistrazione avviene su siti Web come clinicaltrials.gov prima dell'inizio della sperimentazione. Se i ricercatori non hanno preregistrato la loro ipotesi, la loro misura di esito primario e i loro metodi di analisi, allora potrebbero aver selezionato i risultati che stai leggendo.

In altre parole, **se torturi i tuoi dati abbastanza forte, ti diranno quello che vuoi. Questo è uno dei grandi peccati della ricerca.**

Se lancio una moneta dieci volte, poi continuo a farlo ancora e ancora, a un certo punto otterrò dieci teste, solo per caso. È lo stesso principio qui. Più misure metto in una prova e più modi scelgo di analizzare i dati, più è probabile che otterrò un risultato "significativo".

Un'ultima osservazione. Nessuno studio clinico o ricerca può dirti nulla di certo. **Più un risultato viene replicato, più diventa credibile.**

(James Rucker - Senior Clinical Lecturer & Consultant Psychiatrist, King's College London - su The Conversation del 26/09/2022)

CHI PAGA ADUC

l'associazione non **percepisce ed è contraria ai finanziamenti pubblici** (anche il 5 per mille)

La sua forza economica sono iscrizioni e contributi donati da chi la ritiene utile

DONA ORA (<http://www.aduc.it/info/sostienici.php>)