

## ¿Es real el poder de los brazaletes? <sup>[1]</sup>

Enviado el 25 julio 2011 - 10:52pm

*Este artículo es reproducido por CienciaPR con permiso de la fuente original.*

### Calificación:



**Contribución de CienciaPR:** Este artículo es parte de una colaboración entre CienciaPR y [El Nuevo Día](#). El contenido generado por CienciaPR puede reproducirlo, siempre y cuando sea con fines educativos y no comerciales, citando a la organización.

Wilson Gonzalez-Espada <sup>[2]</sup>

### Autor de CienciaPR:

El Nuevo Día

### Fuente Original:



Por Dr. Wilson González-Espada / Especial El Nuevo Día

El Nuevo Día <sup>[3]</sup>

Un estudio realizado por científicos de la Clínica Mayo concluyó que un brazalete iónico verdadero y uno falso mejoran de manera parecida el dolor en los músculos y las coyunturas, demostrando así que los brazaletes iónicos son un clásico ejemplo del efecto placebo.

El efecto placebo es la mejoría de una condición de salud en una persona convencida de la eficacia de un producto, aún sin que el producto tenga un verdadero efecto terapéutico.

Como quien dice, el beneficio del producto está meramente en la mente de quien lo utiliza.

Para demostrar si el efecto de un producto es real o placebo, los investigadores tienen que llevar a cabo experimentos científicos robustos.

Un experimento robusto debe tener las siguientes características. Primero, los participantes deben dividirse en por lo menos dos grupos al azar. Segundo, ambos grupos necesitan una gran cantidad de participantes. Tercero, la recolección de datos debe repetirse en múltiples ocasiones a lo largo de un tiempo razonable.

Cuarto, el científico no puede tener un interés económico a favor o en contra del producto a evaluar, ya que esto sería un conflicto de interés anti-ético. Quinto, el experimento debe ser “ciego”, es decir, que ni los científicos ni los participantes saben cuál tratamiento o producto a evaluar es verdadero o falso.

A este producto falso se le llama un placebo y se tiene que ver idéntico al producto original. En este caso, una tercera persona no vinculada a los científicos tiene la información de quién recibió un placebo y quién no.

¿Alivio Real?

Esto fue exactamente lo que hizo el doctor Robert Bratton y su grupo de investigadores de la Clínica Mayo en la Florida y Minnesota. El objetivo del experimento fue comparar cómo los participantes percibían el dolor antes de ponerse un brazalete iónico y después de ponérselo, a lo largo de un mes. De los 610 participantes, la mitad recibió un brazalete iónico verdadero y la otra mitad uno falso, pero que se veía igual al de verdad.

Los participantes del estudio tenían que reportar a los investigadores su nivel de dolor, en una escala del 1 (dolor mínimo) al 10 (máximo dolor posible). Todos los participantes indicaron que antes del experimento sufrían dolor en el cuello, hombros, codos, muñecas, manos, espalda (alta, media y baja), caderas, rodillas, tobillos o pies.

Sorprendentemente, ambos grupos de participantes (los que tenían el brazalete verdadero y el falso) dijeron haber notado una baja significativa en el dolor a lo largo del mes que duró el experimento, comparado con el dolor que sentían anteriormente.

Artículos de moda

Pero si da igual que el brazalete iónico sea verdadero o falso, ¿por qué la gente continúa gastando cientos de dólares en ellos?

Los brazaletes iónicos, que prometen mejorar el balance, los dolores y hasta la fuerza muscular, están de moda. Parte de su popularidad se debe a que estos brazaletes iónicos son promocionados por artistas, deportistas y otras celebridades misceláneas. Además, muchas personas que los utilizan juran que sí ven una diferencia en sus dolores cuando tienen el brazalete puesto.

Sin embargo, vemos entonces que no todos los tipos de evidencia son iguales. Los testimonios y los anuncios comerciales no son evidencia científica de que un producto es efectivo. Sólo un experimento bien hecho, como el descrito aquí, logra conseguir evidencia sólida del efecto placebo, es decir, que los brazaletes iónicos verdaderos son tan efectivos como los de mentira a la hora de mejorar el dolor.

(El autor es catedrático asociado en Física y Educación Científica en Morehead State University en Kentucky y miembro de Ciencia Puerto Rico - [www.cienciapr.org](http://www.cienciapr.org) [4])

---

**Source URL:** <https://www.cienciapr.org/es/external-news/es-real-el-poder-de-los-brazaletes?page=18>

#### **Links**

[1] <https://www.cienciapr.org/es/external-news/es-real-el-poder-de-los-brazaletes> [2]

<https://www.cienciapr.org/es/user/wgepr> [3]

<http://www.elnuevodia.com/%C2%BFesrealelpoderdelosbrazaletes?-1023640.html> [4]

<http://www.cienciapr.org>