

Effet placebo, effet nocebo : comment la science explique les guérisons miraculeuses !

Etienne Quertemont

Université de Liège

Laboratoire de Pharmacopsychologie

L'effet placebo est habituellement considéré comme l'ensemble des réponses psychologiques et physiologiques des patients à une substance inerte. On parle d'effet placebo lorsque cette réponse constitue un effet bénéfique pour la santé et d'effet nocebo lorsque les conséquences sont néfastes. Cependant, les phénomènes placebo/nocebo recouvrent plus largement tous les effets du contexte environnemental qui ne résultent pas spécifiquement du traitement médical administré. Une partie de ce qu'on nomme effet placebo/nocebo peut s'expliquer par des mécanismes de conditionnement pavlovien. Des effets placebo résultant du conditionnement pavlovien sont ainsi régulièrement mis en évidence sur des animaux de laboratoire. Au conditionnement pavlovien s'ajoute également chez l'être humain un facteur plus spécifiquement psychologique : l'effet des croyances et des attentes (expectancies). De nombreuses études ont ainsi démontré que les croyances et les attentes des patients exercent des effets objectifs sur leur santé qui se traduisent par des modifications biologiques. Nous examinerons plus particulièrement les mécanismes qui permettent à ces influences psychologiques de modifier l'état biologique d'un sujet. Parmi ceux-ci, le système immunitaire ainsi que les opiacés endogènes qui régulent la douleur semblent particulièrement influencés par l'état psychologique. Finalement nous montrerons comment les phénomènes placebo/nocebo apportent une explication rationnelle à plusieurs exemples de guérisons miraculeuses ou pseudo-scientifiques. Parmi ces exemples nous examinerons plus particulièrement le rôle important que joue l'effet placebo dans l'homéopathie.

Quelques références

Les mécanismes biologiques de l'effet placebo :

Benedetti F., Amanzio M. (1997). The neurobiology of placebo analgesia: from endogenous opioid to cholecystokinin. *Progress in Neurobiology* 52: 109-125.

Ter Riet G., de Craen A.J.M., de Boer A., Kessels A.G.H. (1998). Is placebo analgesia mediated by endogenous opioids? A systematic review. *Pain* 76: 273-275.

Sur la critique de l'homéopathie :

Theodor J. (2002). La validité scientifique de l'homéopathie en question : Quelques réflexions critiques. Disponible online sur www.unice.fr/zetetique

Pour en savoir plus :

Guess H.A., Kleinman A., Kusek J.W., Engel L.W. (Eds.). *The science of the placebo*. BMJ Books, London, 2002, 332 pp.