

Visão

27-08-2015

Periodicidade: Semanal

Classe: Informação Geral

Âmbito: Nacional

Tiragem: 132725

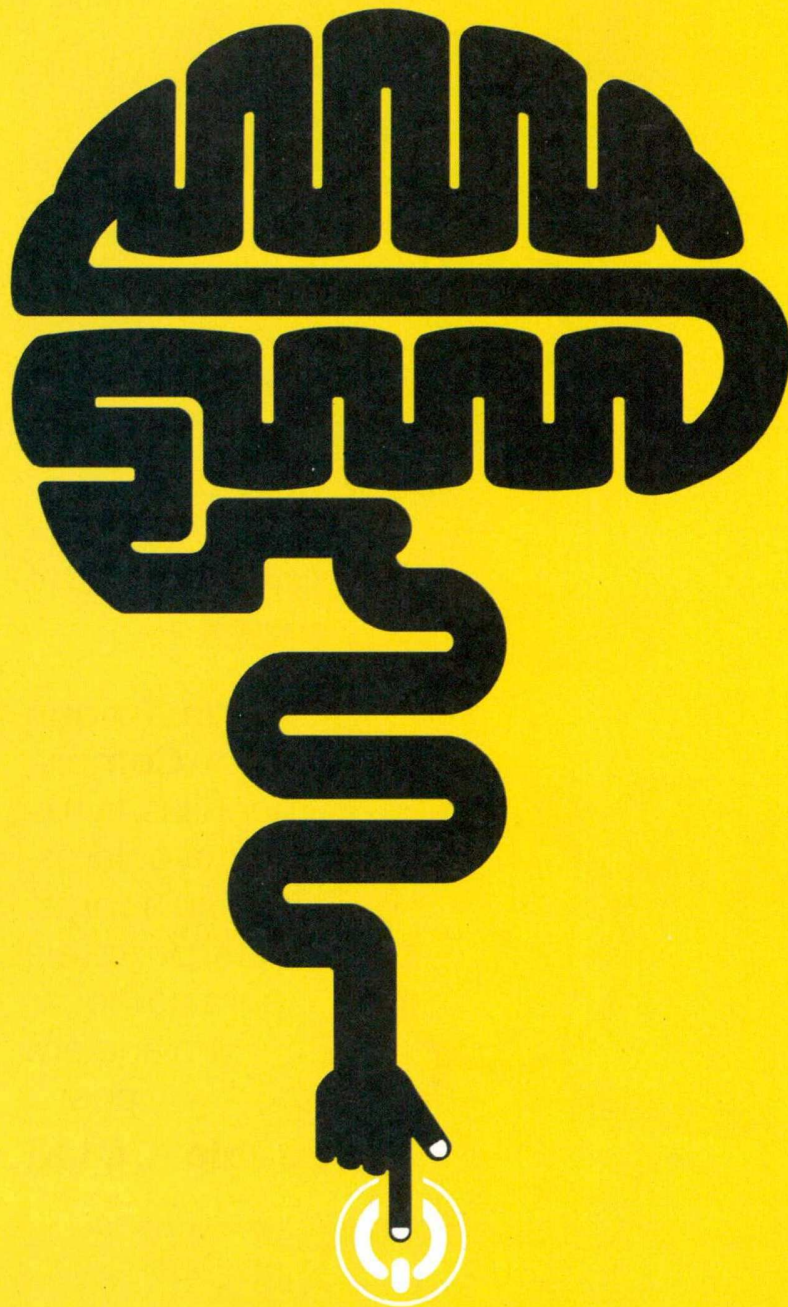
Temática: Saúde

Dimensão: 1266

Imagem: S/Cor

Página (s): 62/63

SOCIEDADE SAÚDE



COMPRESSO PARA A ESPERTEZA?

Aprovado para tratar distúrbios do sono, o modafinil popularizou-se como estimulante cognitivo. Agora acaba de ser declarado seguro para uso generalizado. Ainda assim, há quem recomende prudência...

POR TERESA CAMPOS

Tanto para fazer, tão pouco tempo. Foi a pensar nisto que um medicamento para a narcolepsia se tornou o melhor amigo de quem precisa fazer verdadeiras maratonas sem dormir. Os militares usam-no; os atletas usam-no; os estudantes usam-no. No mundo dos corretores da bolsa é igualmente famoso. Entre as tecnológicas de *Silicon Valley*, também. «Conseguo fixar uma série de coisas de uma vez», reconhece Jesper Noehr, 30 anos, diretor informático de uma dessas *start ups*, citado pelo *The Guardian*, assumindo que todas as manhãs, antes de ir para o trabalho, engole destes comprimidos para ficar mais concentrado, melhorar a memória e aumentar a produtividade.

É sobre um destes medicamentos que cai agora o carimbo de segurança do *European Neuropsychopharmacology*, a publicação oficial do colégio europeu da especialidade: segundo a instituição, que analisou resultados de 24 estudos desenvolvidos entre 1990 e 2014, o uso de modafinil não traz riscos acrescidos – anunciando assim que estaremos perante uma verdadeira *smart drug*, ou um nootrópico (do grego *noos* para 'mente'), um composto que aumenta o desempenho cognitivo do ser humano sem ser tóxico, viciante ou com outros efeitos colaterais.

Droga-maravilha

O efeito desta espécie de Viagra do cérebro de que falamos – cujo mecanismo de ação a nível neuronal ainda não é totalmente conhecido – já tinha sido descoberto nos anos 1990, primeiro no gato. O francês Michel Jouvet, da Universidade de Lyon, especialista mundial do sono e do sonho, publicou com a sua equipa um artigo em que falava do acrescido estado de vigília nos animais tratados com modafinil, e que não mostravam a excitação usual causada pelas anfetaminas. A substância atua ao nível dos receptores cerebrais do neurotransmissor chamado dopamina, que desempenha funções essenciais ao nível do sono, da atenção, da aprendizagem e da motivação, impedindo que, uma vez libertada no cérebro, seja reabsorvida pelas células.

Em 1998, era aprovado pela *Food and Drugs Administration*, a agência norte-americana que comercializa os medicamentos, para tratar a narcolepsia, essa condição neurológica caracterizada por episódios irresistíveis

tíveis de sono, e outros distúrbios do sono. Meia dúzia de anos depois, jornais ingleses e americanos alertavam para o seu uso generalizado como estimulante do cérebro – por estudantes e programadores informáticos, mas também camionistas ou outros trabalhadores por turnos. Por exemplo, entre os primeiros utilizadores da substância fora de contexto estão os pilotos norte-americanos que voavam cerca de 35 horas em missões de bombardeamento no Médio Oriente e no Iraque. A seguir, apareceu na lista do controlo *antidopping* nos EUA, com seis atletas a serem impedidos de ir aos jogos, em 2004, entre eles a mais rápida do mundo, Kelly White, campeã mundial dos 100 e 200 metros.

O boom do seu consumo já tinha começado: só nos EUA, no primeiro ano, a Cephalon, empresa que comercializa a substância, faturou 25 milhões de dólares, em 2005, o número estava nos 575 milhões; dez anos depois, venderam-se perto de 60 milhões de unidades. Em Portugal, segundo a consultora IMS Health, nos últimos dois anos, foram prescritas menos de 300 mil

unidades. Mas a estes números escapam por completo outros canais de distribuição, como a internet, porventura bem mais poderosa...

Do entusiasmo à precaução

Quem trabalha na área da regulação do sono, como Russel Foster, um biólogo de Oxford citado pela *New Scientist*, há muito que acreditava que em breve seríamos capazes de usar todo o tipo de farmacopeia para ligar e desligar o sono, de forma a criar dias com 22 horas de atividade seguidas, sem consequências negativas. O modafinil parece ter antecipado essa previsão. Mas nem toda a comunidade médica e científica está assim tão entusiasmada.

«Não há medicamentos sem efeitos secundários – ou não funcionam de todo», insiste António Vaz Carneiro, médico e professor da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, onde também dirige o Centro de Medicina Baseada na Evidência, para quem «a inteligência nunca virá em comprimidos». Teresa Summavielle, neurocientista do Instituto de Biologia Molecular e Celular da Universidade do Porto, anui que poderá não ter efeitos secundários visíveis, sobretudo comparando com outras substâncias usadas com o mesmo fim – mas insiste que será sempre em usos esporádicos. «Continuamos sem saber os efeitos a longo prazo e dificilmente alguma comissão de ética autorizará estudos para esse fim», acrescenta, a lembrar que o medicamento continua a não estar regulado como estimulante cognitivo. «Nem o acesso é livre, porque só é vendido com receita e não acredito que algum médico o vá receitar para alguém ter melhores resultados em exames, por exemplo. Ou então compram pela internet.», remata a investigadora.

Acesso livre ou... condicionado

A verdade é que a pressão para os médicos passarem receitas é real, confirma Tiago Reis Marques, médico psiquiatra no Maudsley Hospital e investigador do Instituto de Psiquiatria do Kings College de Londres, que dá também consultas no Centro Cirúrgico de Coimbra. No seu entender, trata-se de uma área que levanta ainda muitas questões éticas. «Por mais seguro que possa ser, até que ponto devemos ir além das nossas capacidades?», questiona-se, sobretudo quando se apercebe da pressão dos pais para que os filhos sejam diagnosticados com um distúrbio que lhes permita

SOCIEDADE SAÚDE



ESTIMULANTES CEREBRAIS

MITOS...

Sudoku e outros jogos

É verdade que manter o cérebro ativo é muito importante para uma boa saúde mental mas não é por fazer mais palavras cruzadas e afins que vai ficar mais inteligente.

Suplementos

O mercado está cheio de produtos – como a ginkgo biloba ou o ginseng – que prometem melhorar a inteligência mas poucos passaram por uma avaliação científica séria.

...E FACTOS

Sono

Nada parece bater os efeitos de uma boa noite de sono. Segundo as mais recentes investigações na área, o sono limpa efetivamente o cérebro e prepara-o para estar ao seu melhor nível, na manhã seguinte.

Cafeína

Depois de anos como um mau da fita, o café é a mais recente descoberta dos amantes da vida saudável. Num recente estudo da Escola de Medicina da Universidade John Hopkins, nos EUA, o seu consumo surge mesmo associado a um menor risco de desenvolver doenças do cérebro.

obterem uma receita para comprar estes estimulantes cognitivos, já que a alternativa é a compra online.

Mas para já parece não haver forma, nem vontade, de parar este caminho: ao boom do consumo, segue-se o aumento exponencial das biotecnológicas a tentar ganhar espaço neste mercado. «À semelhança do que aconteceu com as anfetaminas e os *speeds* das décadas passadas, com o aumento da procura destas substâncias, há cada vez mais empresas a especializarem-se no seu desenvolvimento», avança ainda Tiago Reis Marques, a lembrar, no entanto, que o número destas novas drogas cresce a uma velocidade muito maior do que a nossa capacidade de as testar. ▣



EM PORTUGAL, O MAIOR CONSUMO DESTES ESTIMULANTES É FEITO PELA POPULAÇÃO FEMININA, ENTRE OS 40 E OS 54 ANOS, NA GRANDE LISBOA. MAS A ESTES NÚMEROS ESCAPAM AS VENDAS ONLINE