

problema pode ocorrer devido ao efeito placebo, que, como vimos, somente pode ser descoberto através de testes controlados.

Isto não quer dizer que o conhecimento prático não possa resolver certos problemas com relativo sucesso. Muitas ervas e plantas utilizadas pela chamada "medicina popular" tiveram alguns de seus efeitos corroborados através de testes controlados: o chá de erva-doce, usado para tratar cólicas em recém-nascidos, provoca realmente feito antiespasmódico. No entanto, em muitos casos, os efeitos previstos não foram encontrados. Muitos chás não têm o efeito que as práticas populares lhes atribuem, assim como ingerir chá de castanha, isolar o paciente em quarto escuro ou outras simpatias e crenças não apresentam qualquer eficácia contra mordida de cobra. Pelo contrário, crenças errôneas podem levar uma pessoa a adiar o tratamento correto – no caso, a aplicação de sono antitérdico –, colocando em risco sua vida.

O perigo de aceitarmos acriticamente práticas e crenças populares advém, igualmente, do fato de que ao senso comum escapam efeitos prejudiciais que só se manifestam a longo prazo: o longo espaço de tempo decorrido entre a causa e o efeito induz a erros difíceis de serem detectados pela experiência comum. Assim, plantas como o cortei, usadas pela medicina popular, podem causar lesões sérias ao fígado a longo prazo. A erva digital, usada em chás como cardiotônico e diurético, se ingerida em excesso, pode provocar problemas cardíacos, levando, inclusive, à morte.

Portanto, muitos desses produtos têm sua eficácia restrita a certas doenças e só podem ser usados com limitações, que somente podem ser estabelecidas por testes controlados. Fora desses limites, sua eficácia pode ser nula ou até mesmo prejudicial.

Essa insuficiência do senso comum é consequência não apenas da falta de testes controlados, como também do apego a consequências imediatas. É ainda consequência de se permanecer no nível das aparências, em vez de procurar explicações mais profundas em função de fenômenos não diretamente observáveis. Finalmente, é produto também do pouco uso de medidas e testes quantitativos, através dos quais podemos extrair a substância ativa, responsável pela propriedade de um chá e estabelecer as dosagens necessárias para que seus efeitos sejam eficazes, sem serem tóxicos.

Isto não quer dizer que nossas plantas e ervas não devam ser aproveitadas no tratamento de certas doenças. Principalmente em países de flora tão rica e de população tão pobre, como o Brasil, é importante aproveitar as propriedades terapêuticas desses produtos. Mas isto deve ser feito através de pesquisas científicas, que permitem conhecer, de forma mais precisa, tanto seus efeitos benéficos como os efeitos prejudiciais.