

# Quel pouvoir ont les mots sur notre santé ?

Si « l'effet placebo » peut avoir un impact positif sur la santé d'un patient, qu'en est-il de son contraire, « l'effet nocebo » ? Une étude montre que certaines informations négatives, comme les effets secondaires d'un traitement, influeraient sur le développement de certaines pathologies chez le patient.



© istockphoto.com/esolla

Nous avons tous entendu parler de l'effet placebo, un ensemble de facteurs agissant de manière positive sur le rétablissement du patient. Mais que connaissons-nous de son contraire, l'effet nocebo, et de ses effets sur la santé ?

Savez-vous par exemple que le simple fait de connaître les effets indésirables d'un médicament multiplie les chances qu'ils se manifestent ? Une étude menée auprès de patients atteints de la maladie coronarienne, à qui ont été administré un traitement dont un des effets secondaires pouvait être une baisse de la libido, montre que seul 3% des patients qui n'en avaient pas été informés ont témoigné de difficultés dans ce domaine contre 31% de ceux qui avaient été informés au préalable de l'ensemble des effets secondaires possibles. C'est ce que les médecins appellent « l'effet nocebo », ce qui signifie en latin « *je vais nuire* », soit l'exact contraire de l'effet placebo, qui lui signifie « *je vais plaire* ». Les informations communiquées par les professionnels de santé jouent ainsi un rôle important dans le processus de guérison, mais aussi dans le développement de certaines pathologies. Certaines paroles, en apparence anodines, telles que « *peut-être que ce médicament pourrait vous aider* » ou encore « *vous êtes un patient à risques* », peuvent ainsi induire un doute dans l'esprit du patient.

Une étude qui invite les professionnels de santé à manier certaines informations et propos avec prudence. En effet, « l'effet nocebo » comme « l'effet placebo » montrent qu'esprit et corps sont bien liés et interdépendants.

[Lire l'article sur Slate.fr](#)