

FORMACIÓN CONTINUADA

Fármacos potenciadores del rendimiento. Un fenómeno emergente en salud laboral

Autor:

Reyes Revuelta, Juan Francisco.

Especialista en Enfermería del Trabajo

Centro de Prevención de Riesgos Laborales-Málaga. Junta de Andalucía

INTRODUCCIÓN

Los fármacos potenciadores del rendimiento, también conocidos como nootrópicos, como potenciadores cognitivos o como drogas inteligentes, son fármacos que supuestamente incrementan ciertas funciones mentales humanas como la memoria, la capacidad de concentración, el aprendizaje, la creatividad, la motivación y los procesos de toma de decisiones. A pesar de que están autorizadas para enfermedades específicas, como por ejemplo el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDHA), o la narcolepsia, son tomados por individuos sanos, con la finalidad de mejorar su rendimiento. Es decir, son conseguidos fácilmente sin receta médica, o comprados a alguien que posee una receta o adquiridos a través de farmacias online en Internet. Incluso se pueden obtener de forma legal bajo receta por personas que simulan los síntomas para conseguir el medicamento deseado.

El uso no autorizado de estos medicamentos está relativamente extendido entre los alumnos de institutos y universidades estadounidenses en periodos de exámenes, donde se ha comprobado en estudios basados en encuestas que hasta un 35% de este colectivo podría estar tomándolo. Sin embargo, en el marco de una sociedad y un entorno laboral cada vez más estresante y competitivo, que pone cada vez más el énfasis en la productividad, se ha empezado a ver una expansión del interés por estos fármacos entre los trabajadores, como medio para optimizar y mejorar su rendimiento y sus mentes, afrontar las crecientes exigencias del trabajo, superar los desfases horarios y lograr así más en el trabajo que nunca. Es decir, es muy probable que estos fármacos hayan dado ya el salto desde el aula al mundo del trabajo.

La suposición de que es posible conseguir una mejora del rendimiento mediante el consumo de estos fármacos puede desembocar en una nueva cultura en la que los trabajadores asuman cargas de trabajo más pesadas, trabajen en horarios prolongados y estén dispuestos a acelerar su ritmo de trabajo. Se trata de una forma de adaptación individual como método para enfrentarse a las exigencias del trabajo, en vez de la necesaria adaptación del trabajo al individuo. A la larga, todo ello traerá consigo consecuencias para la salud y la seguridad de los trabajadores que es necesario

empezar a explorar. De hecho ya se han dado pasos en este sentido. En 2016 el prestigioso Harvard Business Review abordó esta cuestión con la publicación de su artículo "Drogas para trabajar más y mejor. ¿Una ventaja?" y en 2017 la Agencia Europea para la Seguridad y salud en el Trabajo (OSHA) publicó un interesante documento de debate sobre el futuro del trabajo donde se abordaba las consecuencias de un posible aumento del consumo de los fármacos potenciadores del rendimiento en el ámbito laboral. En marzo de 2018 se estrenó el controvertido documental de Netflix "Take your pills" (toma tus pastillas) que descubrió, a través del testimonio de numerosos consumidores y exconsumidores de estos fármacos, además de intervenciones de expertos en el tema, la cruda realidad de una sociedad hipermedicada. En este documental podemos ver que son habituales las personas adictas hasta el punto de ser incapaces de rendir a niveles normales sin tomar este tipo de fármacos.

¿CUÁLES SON LOS PRINCIPALES FÁRMACOS UTILIZADOS PARA LA MEJORA DEL RENDIMIENTO?

Son tres los principales fármacos asociados habitualmente a la mejora de las funciones cognitivas.

Anfetaminas. Utilizados en el tratamiento de TDAH y la narcolepsia. Incrementan los niveles de dopamina. Adderal® (nombre comercial en Estados Unidos) es una mezcla de sales de anfetamina. En dosis terapéuticas causa efectos emocionales y cognitivos tales como euforia, mayor estado de alerta y mejor control cognitivo. En estas dosis, también produce efectos físicos como tiempo de reacción disminuido, resistencia a la fatiga, e incremento en la fuerza muscular. Otras marcas de anfetaminas dentro de esta categoría son Dexamed®, Attentin®, Tentin®, Elvanse®.

Metilfenidato. Es un fármaco psicoestimulante utilizado para el tratamiento del TDHA, en la hipersomnia primaria y la narcolepsia. Incrementan los niveles de dopamina, y norepinefrina en el cerebro. Algunas de sus marcas comerciales son Ritalin®, Concerta®, Rubifen®.

Modafinilo/Armodafinilo. Otro psicoestimulante del sistema nervioso central indicado para la narcolepsia y otros trastornos del sueño como por ejemplo el desorden

FORMACIÓN CONTINUADA

del sueño por cambio de turno laboral. Se comercializa en países como Estados Unidos, Inglaterra, Alemania o India, entre otros. Incrementa y mejora el estado de vigilia mejorando el nivel de concentración. Se venden bajo las marcas comerciales de Vigil®, Provigil®, Vigia®.

Aunque los fármacos potenciadores del rendimiento actúan principalmente sobre funciones cognitivas ejercen al mismo tiempo efectos físicos que no deberían pasarse por alto. El consumo de anfetaminas incrementa el riesgo de problemas cardíacos, de hipertensión y de ocurrencia de accidentes cerebrovasculares. El Metilfenidato presenta riesgos similares a los de las anfetaminas aunque con menor poder adictivo. El Modafinilo puede provocar reacciones cutáneas, episodios cardiovasculares, hipertensión y arritmias..

La tolerancia individual a estos fármacos acostumbra a aumentar con el tiempo, de forma que se plantea el problema de que los trabajadores toman dosis cada vez más altas para conseguir el mismo efecto, con lo que se multiplica la posibilidad de efectos secundarios y adicción.

USO DE FÁRMACOS POTENCIADORES DEL RENDIMIENTO EN EL MEDIO LABORAL

En cuanto al uso de los fármacos potenciadores del rendimiento en entornos profesionales es difícil obtener medidas cuantitativas de prevalencia, sobre todo debido a su consumo sin receta y a su venta por internet. Existen indicios de que existen determinados grupos de profesiones, como militares, trabajadores del transporte a larga distancia y otros colectivos sometidos a una fuerte competencia, presión o intimidación, como abogados, banqueros, ejecutivos o académicos puedan estar consumiendo o abusando de ellos. Profesionales que trabajan a turnos (en particular servicios de urgencias y sanitarios) también, ya que les permite permanecer despiertos y compaginar mejor el trabajo con la vida personal. En Estados Unidos el trastorno del sueño por trabajo a turnos es una categoría diagnóstica y el Modafinilo un tratamiento autorizado para mantenerse alerta.

IMPLICACIONES NEGATIVAS RESPECTO A LA SALUD Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO

Se plantea un interesante debate, aún por dilucidar, sobre cuáles podrían ser las consecuencias negativas del consumo de estos fármacos en relación a la seguridad y salud en el trabajo. A continuación se exponen algunas de ellas:

- Los fármacos potenciadores del rendimiento pueden ser vistos como un "atajo" a los problemas de funcionamiento o de gestión dentro de una empresa, convirtiéndose en una alternativa a las medidas preventivas y a las iniciativas enfocadas a la correcta organización del trabajo, como por ejemplo

el reajuste de la jornada laboral o la implantación de descansos adecuados.

- Los esfuerzos de los responsables de las empresas para incrementar los beneficios y la productividad podrían traducirse en expectativas indirectas o de coacción directa sobre los trabajadores para que consuman estos fármacos contra su voluntad, que verían mermada su autonomía, su motivación y su compromiso.
- Los trabajadores que hacen uso de estos fármacos podrían llegar a ser considerados como la norma, existiendo la posibilidad de que se crearan expectativas en torno a una "normalidad medicada" y que no se toleraran diferencias dentro del centro de trabajo, discriminándose a los trabajadores que prefieren no recurrir a ellos para mejorar su rendimiento.
- Quienes toman estos fármacos pueden experimentar un exceso de confianza en sus propias habilidades que puede conllevar problemas cuando se trate de adoptar decisiones en situaciones críticas, pudiendo aumentar la probabilidad de comisión de errores y de ocurrencia de accidentes de trabajo.
- Hay que considerar que el aumento de concentración que produce estos fármacos, si va acompañado de un descenso de la sociabilidad, puede convertirse en un problema cuando se trabaja en equipo, pudiendo socavar la cohesión y la cooperación dentro del colectivo de trabajo.

OBSERVACIONES FINALES

El Especialista en Enfermería del trabajo, como referente de la salud en las organizaciones, ha de ser un profesional permanente actualizado y estar alerta ante estas nuevas transformaciones y mutaciones del mundo del trabajo contemporáneo. Probablemente en un futuro no lejano se acrecentará, sobre todo en puestos de trabajo sujetos a fuertes presiones y altamente competitivos, la necesidad percibida y el consumo de fármacos potenciadores del rendimiento, por lo que se hará necesario que el Enfermero del Trabajo se informe de una forma rigurosa sobre los efectos del consumo de estos fármacos y participe en el espacio público que le corresponde, en los debates y encuentros que surjan por dilucidar sobre las posibles implicaciones de este fenómeno en la seguridad y la salud en el trabajo.

FORMACIÓN CONTINUADA

REFERENCIAS

Brassington I. (2012). Nootropic drugs in the professions. Disponible en: <http://blogs.bmj.com/medicalethics/2012/01/16/nootropic-drugs-in-the-professions/>

Davies, M. (2016). Is it clever for doctors to take smart drugs?. Disponible en: [at:http://careers.bmj.com/careers/advice/Is_it_clever_for_doctors_to_take_smart_drugs%3F](http://careers.bmj.com/careers/advice/Is_it_clever_for_doctors_to_take_smart_drugs%3F)

Franke AG, Bagusat C, Dietz P, Hoffmann I, Simon P, Ulrich R and Lieb K. (2013). Use of illicit and prescription drugs for cognitive or mood enhancement among surgeons. *BMC Medicine*, 11(1): 102.

EUROPA-OSHA (2015). Una revisión del futuro del trabajo: los fármacos potenciadores del rendimiento. Disponible en: <https://osha.europa.eu/es/tools-and-publications/publications/future-work-performance-enhancing-drugs>.

Harvard Business Review (2016). Drogas para trabajar más y mejor. ¿Una ventaja? Disponible en: <https://hbr.es/gesti-n-de-personas/73/drogas-para-trabajar-m-s-y-mejor-una-ventaja>

Heraldo (2018). Pastillas para los exámenes: capitalismo, dudas y peligros. Disponible en:

<https://www.heraldo.es/noticias/suplementos/tercer-milenio/investigacion/2018/05/26/pastillas-para-los-examenes-capitalismo-dudas-peligros-1245726-2121029.htm>

La Vanguardia (2015). Alerta ante el uso de fármacos para potenciar el rendimiento intelectual. Disponible en: <http://www.lavanguardia.com/ciencia/cuerpo-humano/20150406/54429435602/farmacos-neuromejora-potenciar-rendimiento-intelectual.html>

Smith ME, Farah MJ. (2011). Are prescription stimulants “smart pills”? The epidemiology and cognitive neuroscience of prescription stimulant use by normal healthy individuals. *Psychol Bull*; 137: 717-41

Susman S, Pentz MA, Spruijt-Metz D, Miller T. (2006). Misuse of “study drugs” prevalence, consequences and implications for policy. *Sust Abuse Treat Prev Pol*: 1:15.

Welford P. (2016). Is it clever to take smart drugs? Disponible en: <http://student.bmj.com/student/viewarticle.html?id=sbmj.i5478>

Sahkian BJ, Morein-Zamir S, (2015). Pharmacological cognitive enhancement: treatment of neuropsychiatric disorders and lifestyle use by healthy people. *Lancet psychiatry*. 2(4):357-62