



GUÍA DE UNA PÁGINA · CAPÍTULO 3

# Cómo leer un estudio sobre un programa en casa

---

*Siete preguntas para hacerle a cualquier estudio que le pongan enfrente, con un ejemplo real leído completo: el único estudio independiente sobre un programa en casa como los del método.*

TDAH: Más allá del diagnóstico  
Lic. Raymundo Martín del Campo Cruz

[raymundoneuro.com/r/anclaje](http://raymundoneuro.com/r/anclaje)

# Cómo leer un estudio sobre un programa en casa

La confianza no se construye con resultados. Se construye con alguien que le dice todo. Estas siete preguntas sirven para cualquier estudio, folleto o promesa; el ejemplo es el estudio de Teicher y colaboradores (2023) sobre Brain Balance® con Metrónomo Interactivo® en casa.

## 1 ¿Quién lo hizo?

Si lo firman los autores del método, es una cosa; si lo firma un equipo ajeno, es otra. *Ejemplo: Hospital McLean, afiliado a Harvard; no son los autores del método.*

## 3 ¿Cuántos entraron y cuántos terminaron?

Los resultados son de los que terminan; los que se van no aparecen en la cifra bonita. *Ejemplo: entraron 39; terminaron 16 (catorce niños y dos niñas, unos once años). Abandono: 59 %.*

## 5 ¿Cuánto cuesta sostenerlo?

La dosis es parte del resultado: quién, a qué hora, cuántas veces, durante cuánto tiempo. *Ejemplo: cinco veces por semana, quince semanas, en casa. Seis de cada diez familias no pudieron sostenerlo.*

## 7 ¿Qué le dice sobre su casa?

Nada directo: un grupo de dieciséis niños de Massachusetts no predice a su hijo. Le dice qué preguntas hacer antes del día uno. *Ejemplo: qué tendría que pasar en mi casa para estar entre las familias que terminan.*

## Señales de alerta al leer

- Una cifra de mejora sin decir cuántos abandonaron.
- «Científicamente probado» sin la referencia completa a la mano.
- Testimonios en lugar de mediciones.
- La misma cifra en todos los folletos, sin el estudio de donde sale.
- Un estudio de los propios autores presentado como prueba independiente.
- Resultados de un cuestionario de padres presentados como si los hubiera visto un instrumento.

## 2 ¿Qué tipo de estudio es?

Un estudio abierto observa a todos con el programa y todos saben quién lo hace; un ensayo aleatorizado controlado compara contra un grupo que no lo recibe. *Ejemplo: estudio abierto, sin placebo. Una base de datos lo etiquetó como ensayo aleatorizado; los autores lo llaman abierto.*

## 4 ¿Con qué midieron?

Lo que ve un padre en un cuestionario, lo que mide un instrumento sin opinión y lo que muestra una prueba de desempeño pueden no coincidir, y las tres miradas valen. *Ejemplo: cuestionarios de padres (Conners y escala del TDAH) bajaron unos ocho puntos; la prueba computarizada de atención, Quotient, no se movió; la Torre de Londres, de planeación, mejoró.*

## 6 ¿Qué dicen los autores que no prueba?

Los buenos estudios lo escriben. Búsquelo antes que los resultados. *Ejemplo: el estudio sirve para diseñar el ensayo aleatorizado «que se requiere para la prueba de eficacia». Es decir: esa prueba no se ha hecho.*

## + El efecto depende del punto de partida

Quien está muy lejos de la meta puede moverse mucho; quien está cerca, casi nada. Sirve para poner expectativas honestas antes de empezar cualquier proceso, con quien sea.

## Antes del día uno: el anclaje es logística

- Quién lo hace y a qué hora.
- Qué se quita de la agenda para que quepa.
- Qué pasa la semana en que todo se cae.
- Quién sostiene al que sostiene.
- Punto de partida anotado: sin él, ningún cambio se puede ver. Lo que observe ahora es ese punto de partida.

**Fuente.** Teicher, M. H., et al. (2023). *Psychiatry Research*, 319, 114973. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.114973> · Estudio abierto de Brain Balance® con Interactivo Metronome® en casa; los propios autores señalan que la prueba de eficacia requiere un ensayo aleatorizado controlado que aún no se ha hecho. Brain Balance® e Interactivo Metronome® son marcas de sus titulares. Video de este capítulo: [raymundoneuro.com/r/anclaje](https://raymundoneuro.com/r/anclaje)