

J. C. BERMEJO, *Mi ser querido tiene Alzheimer. Cómo poner el corazón en las manos*, Santander: Sal Terrae, 2010, 165 pp.

Sentimos impotencia, se nos encoge el corazón, se nos hace un nudo en la garganta y perdemos la paciencia cuando un ser querido padece Alzheimer o es objeto de nuestros cuidados profesionales. Quizá pensamos que deberían habernos dado un manual para la situación, por lo complicada que nos resulta personal y relacionamente. A veces reaccionamos de manera espontánea: «se acuerda de lo que quiere», o bien nos cansamos de estimular a la persona en el nivel cognitivo y afectivo...o nos entregamos en exceso a su cuidado. Cuando aparecen los primeros síntomas de la enfermedad, no sabemos si decírselo; nosotros mismos nos negamos y nos resistimos a aceptar que es una enfermedad y no un mero despiste o una manía...

Estas y otras situaciones generan en las familias problemas muy concretos que necesitan ser iluminados y acompañados. Sueño con ver este libro en las manos de familiares de enfermos de Alzheimer, así como en manos de cuidadores. Deseo que sientan que estas páginas reflejan un poco de comprensión ante lo que están viviendo. Confío en que sean útiles para responder a inquietudes y necesidades de estrategias, para vivir serenamente los límites que nos impone la naturaleza humana y para humanizar la atención a las personas con Alzheimer.

José Carlos Bermejo es religioso camilo, doctor en teología pastoral sanitaria, máster en bioética y counselling, temas sobre los que ha escrito numerosos libros. Es además director del Centro San Camilo (Centro Asistencial y Centro de Humanización de la Salud) en Tres Cantos (Madrid) y profesor en varias universidades de España, Italia, Portugal y Chile.

«No recuerdo todo lo que siento, pero sí siento todo lo que recuerdo».

(A. Sanz, de la contraportada del libro.)

«... Cuando tú te pongas vieja, / cuando yo me ponga viejo, / nos quedarán los labios y el silencio».

(A.E. Blanco, de la contraportada del libro.)

Este libro trata de ser una guía de ayuda para las personas que tienen a su cargo, por razones familiares y/o profesionales a un enfermo de Alzheimer, esta situación crea una fuerte conmoción en el seno de las familias por no saber hacer, por miedo a no saber hacer. Todos los esfuerzos de publicaciones en los que se dan pautas a seguir y las estrategias más válidas tienen siempre cabida y son de una inestimable ayuda para los próximos de un enfermo de estas características. Este es el claro propósito del libro, señalamos que no existen manuales de acompañamiento, cada caso es único, pero hay dinámicas que son dignas de ser conocidas para un manejo más adecuado de la situación.

El autor desea poner su grano de arena en una nueva cultura en la que la fragilidad producida por el deterioro cognitivo no sea vista sólo como un hecho sanitario, sino, antes que nada, como un hecho biográfico para toda la familia. Cuando se cuida a otro se están pronunciando palabras sin palabras que generan una cultura de la gratuidad y añade valor a la sociedad, cuando se contempla el sufrimiento de otro y se

acompaña se están construyendo paz y se genera vida. El autor ha optado por un enfoque holístico y eminentemente práctico de cómo cuidar y también de cómo cuidarse.

En la lectura del libro nos vamos encontrando con multitud de cuestiones sobre las que reflexionar y sobre todo cómo poner en práctica las orientaciones para proporcionar cuidados de calidad viviendo la experiencia de la mejor manera posible. Por los enunciados de los capítulos nos damos cuenta del contenido general del libro al final de cada capítulo introduce casos prácticos que ayudan a la reflexión estos son: el descubrimiento de la enfermedad, un demencia de siempre, nuevas interpelaciones, comprensión del enfermo, el auto cuidado del cuidador, importancia de la comunicación con el enfermo, la caricia, el tacto, humanizar la relación, feminización de los cuidados, el arte de cuidar, acompañar hasta el final, la dimensión espiritual, etc.

La relación con una persona aquejada de Alzheimer nos interpela de manera singular y suscita en los cuidadores sentimiento contrario que van desde la ternura, la confusión, la incomodidad, la turbación por el deterioro cognitivo progresivo con el que cursa esta dolencia. Estos sentimientos hacen que la relación con los pacientes se haga en ocasiones difícil, de ahí que la búsqueda de estrategias de afrontamiento se hace imprescindible. Es de sobra sabido que la mejor medicina para estos enfermos es el afecto y el cuidado, de ahí la importancia de promover al máximo la estancia entre los más cercanos, siempre que esta opción sea posible, para que el enfermo no pierda la capacidad de recibir afecto.

El cuidado a la persona enferma no puede limitarse a ejercer una praxis correcta, no basta con ocuparse de las meras técnicas sanitarias que sin duda son importantes, hay un más de afecto y atención que constituyen la base del cuidado, en definitiva todo lo que tiene que ver con la humanización de la relación. Esto en ocasiones se torna difícil por la rutina, el cansancio lo que puede llevar al desaliento, pérdida de estímulo, y sobre todo el hábito de actuar con talante frío e impersonal. La supervisión del trabajo de los cuidadores es imprescindible en donde tenga cabida la expresión de sentimientos y recibir ayuda y orientaciones antes que el trabajo se realice mal o muy mal con consecuencias muy negativas para el enfermo. Es importante aprender a delegar, dejar que otros participen de los cuidados, expresar las emociones aceptar la impotencia éstas son algunas pistas válidas para las personas que se sienten sobrecargadas con la dispensación de cuidado.

El autor hace hincapié en la importancia de la comunicación con el enfermo, hay que tener en cuenta que el enfermo tiene dificultad para expresarse y para comprender. Por ello la comunicación cada vez se hace más difícil y no por ello hay que dejar de comunicarse con el enfermo, una buena comunicación favorece la relación y facilita la tarea de cuidar, por ello el autor señala pautas de comunicación de gran utilidad para los cuidadores: hablar de frente, despacio, frase cortas, palabras muy sencillas, no interrumpir, mensajes directos, uso de la comunicación no verbal, transmitir seguridad y calma.

En síntesis como expresa el subtítulo del libro se trata de cuidar con el corazón en las manos, en palabras de Camilo de Lelis, esto constituye un reclamo para seguir la sabiduría del corazón y humanizar todo lo que se hace, el autor conoce muy bien esta filosofía. Humanizar la relación es hacerla más eficaz, más eficiente, más en sintonía con la condición humana. La cordialidad y la profesionalidad han de ir de la mano para dispensar un trato y un cuidado de calidad; en el campo de la medicina no faltan per-

sonas como Albert Jovell que están reclamando la complementariedad de la medicina basada en la evidencia y la medicina basada en el afectividad, así como Laín Entralgo que presentó un modelo de interacción que no dudaba en calificar la «amistad médica» (p. 109). Lo que sostiene a la humanidad es el corazón, el corazón interesado por el otro, particularmente por el otro vulnerable dice el autor: *La peor vejez no es la del cuerpo ni la de la mente, sino la del corazón que deja de amar y cuidar.*

ROSARIO PANIAGUA FERNÁNDEZ
Universidad Pontificia Comillas

F. PRAT PUIGDENGOLAS, *Bioética en residencias. Problemas éticos en la asistencia a la persona mayor*, Santander: Sal Terrae, 2008, 158 pp.

Los conflictos éticos en la atención socio sanitaria son inevitables. En todas las residencias y centros de día en los que se atiende a personas mayores dependientes se suscitan problemas éticos. Así lo confirma la investigación llevada a cabo por el autor en diversas residencias españolas y que es la base de este libro.

La bioética no sólo aborda cuestiones fronterizas del principio y el final de la vida, sino la calidad ética de la atención a las personas en la vida cotidiana. Este libro es una invitación a hacer bioética al alcance de todos. Problemas como el consentimiento informado en personas mayores, el respeto a la intimidad del residente, el deber de confidencialidad de los profesionales, las sujeciones físicas, los malos tratos o tratos inadecuados en instituciones, la comunicación «en la verdad» con el residente, el respeto a la libertad de la persona mayor, la valoración de la competencia en personas con deterioro cognitivo..., se presentan junto con una serie de pautas para detectar dónde se dan los conflictos, así como herramientas para abordar los problemas éticos de manera dialogada y racional.

Este libro quiere contar entre sus lectores con enfermeras y auxiliares, terapeutas y psicólogos, trabajadores sociales, médicos y directores de centros, religiosos y voluntarios: todos están invitados a la reflexión crítica acerca de cómo cuidar a los mayores dependientes.

Francisco Prat Puigdengolas, licenciado en teología, máster en bioética y gerontología social aplicada, dirige el Departamento de Formación del Centro de Humanización de la Salud, del que es profesor. Ha sido presidente del Comité de Ética Asistencial del Centro San Camilo de Tres Cantos (Madrid) y es miembro de la Asociación Española de Bioética Fundamental y Clínica. Ha publicado en esta misma colección *Acompañando a las personas mayores en residencias*.

* * * * *

El libro no es un tratado de bioética, es un cuaderno de trabajo que pretende ayudar a las personas que trabajan en residencias y centros de día de personas mayores y se encuentran ante situaciones complicadas. En el cuidado a los mayores se dan conflictos éticos. Si la bioética es la reflexión sobre lo ético de nuestros comportamientos implicados en la atención a la vida y la salud de otras personas, algo tendrá