

ROCHE, R. I ESCOTORIN, P. (EDS.) (2017). *Cuidar con actitud prosocial. Nuevas propuestas para cuidadores*. Ciudad Nueva. Madrid. 185 pàgs.

DOI: 10.7203/anuari.psicologia.18.1.217

El principal objectiu d'aquest llibre és posar de manifest la importància del rol del cuidador, així com el seu reconeixement i competències necessàries, no en el punt tècnic ja tractat en moltes altres parts, sinó en els recursos psicològics i interpersonalment. En els paràgrafs previs als capítols ja s'explica la importància de certs elements que es tractaran posteriorment, com el traspass de la intimitat en la família; els cuidadors professionals; les peculiaritats i necessitats en l'etapa de la vellesa; la importància de formar als cuidadors; així com de l'acceptació de la pèrdua.

Aquest llibre proposa molts casos distints, així com diferents ferramentes per a cadascun d'ells, il·lustrant contínuament amb fotografia vivencial a càrrec de Raquel Banchio, amb la intenció de «retratar el dia a dia». La intenció dels autors no és proporcionar un llibre de lectura continuada, sinó un en què «cada capítol és una unitat en si mateixa».

Al capítol un s'explica la complexitat que suposa la penetració en una família per part d'un cuidador; sent la confiança l'eix central sobre el qual treballar, els autors proposen incorporar en el cuidador la qualitat de la prosocialitat, és a dir, construir el motor dels actes des de la necessitat de l'altre i no des de la pròpia. Es posen de manifest però, les dificultats pragmàtiques que impedeixen portar açò a terme en l'actualitat: excessiva burocràcia i tecnicitat, mala relació amb els superiors, etc.

Al capítol dos s'explica més a fons la naturalesa del concepte de prosocialitat i les actuacions que el denoten, sent aquestes contràries a aquelles caracteritzades com a antisocials. Salvaguardar la dignitat de la persona cuidada és un objectiu primordial, i per això s'ha d'advocar per l'horitzontalitat en la relació, concebut com a client a la mateixa persona cuidada -no als seus familiars- i establint un bon flux de comunicació. Per problemes comentats anteriorment, açò no són pràctiques habituals en les empreses encarregades d'aquest àmbit.

Es tenen també en compte la necessitat d'habilitats interculturals d'un cuidador, ja que és primordial entendre les necessitats de cada família, i hi ha vegades que les diferències interculturals són vertaderament notables. De la mateixa manera, també s'ha de pensar en les peculiaritats dels cuidadors familiars, als que se'ls

aproxima un repte amb poc de temps de preparació i poc de marge de llibertat.

Al tercer capítol, es comenta una imatge utilitzada ja al programa TOGETHER, creat pels autors del llibre: la del radar. Mitjançant aquest radar intern, som capaços de captar els estímuls de l'entorn, i en el llibre s'advoca per millorar aquest radar mitjançant l'entrenament de la memòria fotogràfica.

Al capítol quatre es descriu de quina manera es pot exercir de cuidador en la pròpia família, així com ajudar a previndre certs tipus d'infermetats o trastorns. El clima o ambient a la llar és modelable i una variable molt important a tractar, però els autors sostenen que primer s'ha de treballar un a un mateix, utilitzen la frase «elegir ser feliç». En aquesta línia, establir una comunicació prosocial també és molt important per al propòsit del capítol.

Al capítol cinc es fa una proposta d'autoavaluació del cuidador en què es pretén puntuar els següents apartats: (1) El contacte prosocial, (2) El temps de qualitat, (3) La comunicació prosocial amb la família, (4) Ser oportú, (5) La fórmula 30-70, (6) Fer preguntes, (7) Demanar paràfrasis i metacomunicar, (8) Receptor actiu, (9) Retroalimentar sempre, (10) Comunicar allò positiu freqüentment.

Al capítol sis es proporcionen pistes psicològiques per a ser un bon cuidador prosocial; és important entrenar la mirada, ser conscient de quan s'irromp en els distints espais, així com reconèixer a la persona cuidada com a igual. Per altra banda s'explica la importància d'emplenar les noves rutines, saber gestionar la culpa, acompanyar i demanar ajuda quan és necessari.

Al capítol set s'explica l'empatia des del punt de vista científic, és un capítol més tècnic que els anteriors però necessari per a aportar un suport de rigor en la formació de nous i bons cuidadors. Els beneficis d'optimitzar l'empatia en els professionals de la salut són evidents, ja que qui es dedica a cuidar a altres es pot vore influenciat de manera positiva, per exemple, si adquireix capacitat de comprensió i sensibilitat. Fent una anàlisi històrica i evolutiva de l'empatia, s'acaba relacionant aquesta amb conceptes que sobrevolen el llibre constantment i estan estretament relacionats, com són la simpatia, l'altruisme i la conducta prosocial. En la teoria també hi ha aplicació concreta per al cuidador, per exemple en l'entrenament del consol, evitant la projecció de sentiments propis, entenent la independència dels estats emocionals. En aquest capítol d'adjunta al final un qüestionari que avalua i també pretén fer reflexionar sobre la pròpia empatia.

Al final del llibre es proporcionen materials d'utilitat per als cuidadors, en els que s'adjunten entrevistes, l'autotest de les qualitats del cuidador i una sèrie d'instruments científics per avaluar l'empatia.

Si bé els temps no sempre canvien al mateix compàs en tots els àmbits, és cert que estem a l'era de la informació, de la intel·ligència interpersonal, on es substitueix progressivament el coneixement tècnic mecànic per la crea-

tivitat i la flexibilitat; el fordisme pel postfordisme. És per això que pense que aquest àmbit és susceptible de canvi, un canvi en la direcció a la qual apunten els autors del llibre.

D'altra banda, el llibre també convida a reflexionar sobre la legitimitat privada de la cura de les persones; és legítim que una empresa es lucre a costes de la cura dels majors? Poden vore's contraposades les necessitats de les persones cuidades amb els interessos de les empreses encarregades? Aquestes preguntes són extrapolables a moltes altres àrees i haurien de ser objecte d'anàlisi sociopolítica, que atenent als especialistes (en aquest cas de la Psicologia) ha de transcendir en lleis i pautes d'acció que garantitzen el millor servei socio-sanitari possible.

VICENT MENDOZA LOZANO
Universitat de València

Data de recepció: 24-10-2017
Data d'acceptació: 01-12-2017