

## PSICOLOGÍA DE LA SALUD

Shelley E. Taylor

McGraw-Hill

Madrid 2007

Se trata la sexta edición en español del manual de Shelley Taylor, profesora de la UCLA, que constituye una actualización y puesta al día de este texto que lleva editándose desde hace 25 años y que se utiliza ampliamente en distintas universidades.

El Manual se divide en seis partes. En la primera (capítulos 1 y 2) se aborda la definición y caracterización de la Psicología de la Salud, y el modelo biopsicosocial.

En la segunda (capítulos 3-5) se caracteriza la promoción de la salud y la prevención primaria, los comportamientos que mejoran la salud o la perjudican (ejercicio, alimentación, consumo de sustancias entre otras etc.), entre las que se incluyen las que afectan al cáncer.

La parte tercera (capítulos 6 y 7) versa acerca del estrés y el afrontamiento, así como las variables que moderan las respuestas de estrés, como el apoyo social.

La parte cuarta (capítulos 8-11) se dedica al paciente en el escenario del tratamiento, se abordan los temas de reconocimiento de los síntomas, utilización de los servicios de salud, la hospitalización, la preparación quirúrgica, la comunicación médico-paciente, y la adherencia a los tratamientos, y por último el dolor y las técnicas psicológicas de tratamiento.

La parte quinta (capítulos 11-14) esta dedicada al manejo de enfermedades crónicas y terminales. En primer lugar se abordan los temas de calidad de vida, las respuestas emocionales y el afrontamiento ante la enfermedad crónica, la rehabilitación, y las intervenciones psicológicas.

Se dedica el capítulo 12 a los aspectos psicológicos en la enfermedad avanzada y terminal, así como la muerte. El capítulo 13 trata de los aspectos psicológicos implicados en los trastornos cardiovasculares y en la diabetes. El capítulo 14 aborda la Psiconeuroinmunología, y los aspectos psicológicos del SIDA y el cáncer.

La parte sexta (capítulo 15) versa acerca de las tendencias futuras en Psicología de la Salud ante una perspectiva de enfermedades asociadas al envejecimiento y las enfermedades crónicas, se insiste en la necesidad de valorar la eficacia de los tratamientos psicológicos, el aumento en los gastos sanitarios, la naturaleza cambiante de la práctica médica, las necesidades de formación continua y se abordan las perspectivas profesionales en el área.

El libro es muy didáctico, emplea abundantes ejemplos, incluye un glosario de términos e índice onomástico, y al mismo tiempo es riguroso. Como aspecto crítico se encuentra el hecho de que el texto es propio de USA y contiene aspectos poco aplicables a nuestra realidad, así como que la traducción del inglés al español muestra deficiencias importantes.

Este texto es muy útil como manual de texto de Psicología de la Salud en los cursos de licenciatura y debe estar en todas las bibliografías de esta asignatura y otras afines.

**Juan A. Cruzado**

Universidad Complutense de Madrid

## HABLEMOS DE... EL CÁNCER COLORRECTAL

Rosa Collado y Nuria Pérez

Activos de Comunicación Visual (ACV) y Roche Farma

Recientemente se ha editado la segunda edición del libro de la colección "Hablemos de..." El cáncer colorrectal. Está editado por ACV y Roche Farma y cuenta con el asesoramiento técnico de la Dra. Marta Torradella, del Centro de Transfusión y Banco de Tejidos del Hospital Vall d'Hebron de Barcelona, del Dr. Josep Taberner, Jefe de Sección del Servicio de Oncología Médica del Hospital Vall d'Hebron de Barcelona, y del Dr. Alfredo Carrato, Jefe de Servicio de Oncología Médica del Hospital Universitario de Elche.

Es un libro de divulgación dirigido a pacientes y familiares, que con un lenguaje claro y sencillo, explica todo lo relacionado con el cáncer colorrectal: angiogénesis, tipos de cáncer colorrectal, factores de riesgo, distintos tipos de tratamiento, prevención, etc.

El libro se compone de seis capítulos:

- *¿Qué es el cáncer de colon y recto?:* explica la angiogénesis del cáncer colorrectal, los tipos de cáncer colorrectal, la sintomatología asociada al cáncer colorrectal y los factores de riesgo.
- *¿Cómo se diagnostica?:* exponen mediante, una pequeña definición, las distintas pruebas diagnósticas que existen para confirmar la enfermedad.
- *¿Cómo se trata?:* aborda los diferentes tratamientos para el cáncer colorrectal, cirugía, radioterapia,

quimioterapia, antiangiogénesis y EGFR; explicando en qué consisten y los posibles efectos secundarios de cada uno de ellos.

- *¿Es posible prevenir el cáncer de colon?:* exponen las principales vías de detección del cáncer colorrectal, así como los posibles cambios en el estilo de vida para la prevención del mismo.
- *La vida diaria con un cáncer:* proporcionan consejos para una mejor adaptación del paciente a su enfermedad.
- *Aprender a vivir con una ostomía:* explican qué es y para que sirve la ostomía, los distintos tipos de bolsas y dan consejos para la aumentar la calidad de vida.
- Finalmente añaden un anexo con direcciones que pueden resultar de interés a los pacientes.

El libro cumple los objetivos para los que está diseñado, de forma sencilla y atractiva, cuenta con numerosas ilustraciones explicativas, da una información bastante completa de todos los aspectos relacionados con el cáncer colorrectal, y tanto los pacientes como sus familiares encuentran en él una buena guía de todo el proceso de la enfermedad.

**María Soriano**

Facultad de Psicología  
Universidad Complutense de Madrid

## EL MUNDO AMARILLO. SI CREES EN LOS SUEÑOS, ELLOS SE CREARÁN

**Albert Espinosa**

**Ed. Grijalbo, Madrid, 2007**

Albert Espinosa es el guionista de películas como "Planta 4ª", "Tu vida en 65'" y acaba de publicar su primera novela "El mundo amarillo. Si crees en los sueños, ellos se crearán". Su libro habla de cáncer, de la superación del cáncer desde la experiencia propia: desde el por qué a mí hasta el por qué yo si me curo.

Este libro muestra la peculiar visión que Albert Espinosa tiene del mundo, de la vida, de la amistad y de la enfermedad. A los catorce años le detectaron un osteosarcoma que le obligó a sustituir los pupitres y los compañeros de clase por el hospital y el personal sanitario. Su enfermedad, entre los 14 y los 24 años, coincidió con uno de los periodos más importantes de una persona: la adolescencia y la juventud. En este periodo, perdió una pierna, un pulmón y medio hígado, pero también ganó muchas y distintas experiencias y nuevos valores sobre las relaciones interpersonales.

El mundo amarillo de Espinosa tiene dos partes: la primera son las 23 cosas que aprendió con el cáncer y que son extrapolables a la vida sin cáncer para optimizarla. Sus 23 descubrimientos para convertir el mundo en amarillo son las lecciones que el cáncer le ha enseñado y se refieren a las emociones, al sentimiento de pérdida, a la tristeza, al miedo, a la necesidad de la despedida y de tratar después de ver la ganancia de la pérdida. Trata de mostrar a través de sus descubrimientos y desde una perspectiva positiva de la vida, que todo se puede afrontar.

La segunda parte del libro consiste en el descubrimiento de "los amarillos", una tipología que él ha creado para encuadrar a aquellas personas especiales en la vida de una persona y que "están entre los amigos y el amor; se trata de gente que te marca, que te encuentras en cualquier sitio de repente o conocidos con los que resulta que conectas de una forma especial". Para Espinosa, "los primeros amarillos fueron algunos de sus compañeros del hospital "porque tenían una sensación de apoyarse mutuamente, un pacto de vida" por el que se repartían la vida de los compañeros que iban muriendo. "Convertíamos la muerte en vida, y en esos 10 años me tocaron vivir 4,7 vidas".

El libro de Espinosa se aleja de los tópicos libros de autoayuda, término por cierto que no cree. Tampoco pretende ofrecer claves para vencer el cáncer sino mostrar su filosofía de vida y las cosas que a él le ayudaron a vencer su enfermedad. Es sin duda, un material de apoyo y un recurso para los pacientes de cáncer, aunque también para todos los profesionales que día a día trabajamos en oncología porque es un libro lleno de vida, de humor y ternura que pretende ayudar a vivir a través de los descubrimientos que hace una persona cuando está enferma. Como Espinosa dice es tan sólo un libro donde recoge experiencias que a él le han servido, y que sin embargo pueden servir a otros muchos.

**Carmen Yélamos Agua**

Fundación Grupo IMO  
Instituto Madrileño de Oncología

**TENGO CÁNCER Y UNA VIDA POR DELANTE****Luis Montesinos Palacios****Pirámide. Colección "SOS Psicología útil"****Madrid, 2007**

Luis Montesinos es un psicólogo chileno, afincado en USA. Es profesor de Psicología de la Salud en la Universidad de Montclair, New Jersey. En 2002 le diagnosticaron una leucemia granulocítica crónica. Basándose en su experiencia, tanto profesional como personal, escribe este libro dirigido a las personas afectadas de cáncer, familiares y amigos.

El libro ofrece la información científica imprescindible que puedan necesitar las personas afectadas, matizada por las propias experiencias personales del autor. Los capítulos son cortos y están escritos con un lenguaje claro, sencillo y cercano al público general. Comienza el libro explicando su vivencia personal respecto al diagnóstico. Explica qué es el cáncer, dando datos sobre su incidencia y prevalencia en España. Hace énfasis en la detección temprana. Explica los tratamientos occidentales más frecuentes y las terapias complementarias, describiendo su efectividad desde un punto de vista científico. Seguidamente trata temas significativos relacionados con la vivencia de la enfermedad, como son: la comunicación con la familia y amigos, la sexualidad —fertilidad y embarazo—, la alimentación, el estrés, la recurrencia, la

supervivencia y la buena muerte. Añade un capítulo relacionado con la presencia del cáncer en el cine. Finalmente, en colaboración con la Dra. Molano, presentan un capítulo dedicado a los familiares y amigos de niños con cáncer. Todos los capítulos están resumidos en tablas que contienen la información más importante y facilitan la lectura. Al final ofrece un listado de servicios de interés y bibliografía de consulta.

Durante todo el libro, el Dr. Montesinos estresa la importancia del apoyo sociofamiliar y la participación activa como las herramientas de afrontamiento más importantes.

Este es un libro único en su género, tanto por los temas que toca (sexualidad, buena muerte, cáncer y cine, etc.) como por la forma personal de abordar los temas. Tal como dice su propio autor "es un libro escrito desde el amor intenso por la vida y desde la tranquilidad eterna frente a la muerte".

Es un libro muy recomendable para ayudar a las personas que están viviendo el proceso de enfermedad.

**Marta Schröder**  
Centre Roma, Barcelona