



REVISIONES - RESEÑAS

“TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN Y RELACIÓN DE AYUDA EN CIENCIAS DE LA SALUD”, de Cibanal Juan, L., Arce Sanchez, MC., Carballal Balsa, MC. Editorial Elsevier España, s.a. 1ª edic. Madrid, 2006.

***Carratalá Munuera, MC**

*Master en Ciencias Enfermeras. Doctora en Salud Pública por la Universidad de Alicante. Presidenta de la Sociedad Científica Española de Enfermería (SCELE).



Manual práctico con un enfoque humanista que tiene como objetivo mejorar la comunicación de los profesionales de la salud con sus pacientes o clientes (tal y como denominan los autores a los pacientes) y sus interlocutores en general, perfeccionando sus técnicas de comunicación.

Parte de la premisa de que la relación que debe establecerse entre el profesional de la salud con el paciente, y sobre todo el profesional de enfermería, debe ir mucho más allá de la relación puramente técnica y que se necesitan una serie de habilidades de relación y de comunicación para que sea eficaz.

El libro, escrito por Luis Cibanal -Doctor en Psicología y Catedrático de Enfermería en Salud Mental y Relación de Ayuda-, y 2 colaboradoras cuyas las cuales son profesionales de gran prestigio dentro del ámbito de la Psicología y la Enfermería, está compuesto por 7 capítulos. El profesor Luis Cibanal es muy buen conocedor de la condición humana y sobre todo de la riqueza que conlleva el saber comunicarse; en sus clases transmite ese saber de forma sencilla y clara pero con rigor y precisión de sus conocimientos. Nos enseña que podemos enriquecernos a través de la comunicación tanto en el ámbito de las relaciones profesionales como en las sociales y familiares. Con este libro contribuye a humanizar las relaciones. Este libro es un referente para quienes deseen comprender la naturaleza de las relaciones interpersonales en general y de ayuda en particular.

El autor nos invita a adentrarnos juntos en las reflexiones del libro, lo hace desde lo más general a lo más específico. Vemos cómo es la naturaleza de la comunicación humana, nos relata los pasos a seguir para comprender la importancia de una buena comunicación como base para una adecuada relación a través de los niveles de comunicación que pueden situarse al menos en tres niveles diferentes: Intrapersonal, interpersonal y pública. También es interesante reflexionar sobre los factores que influyen en la comunicación como son: La percepción de lo que nos rodea no es igual para todos, los valores, las creencias que pueden influirnos en nuestra forma de comunicar, los aspectos sociales y culturales que enseñan a los individuos cómo comunicar a través del lenguaje, los gestos, la ropa, la comida...

Hay que destacar algunos de los principios de la comunicación según la escuela de Palo Alto (California), es muy interesante conocer estos aspectos y cómo nos pueden enseñar a las enfermeras a comunicarnos con los pacientes y sus familiares, de manera que podemos entender mejor ciertas actitudes y percepciones que las personas tienen en relación al binomio salud-enfermedad.

La comunicación es un proceso de dar y recibir información, pero si esto no se cumple tendremos interferencias o distorsiones importantes.

Los autores también hacen hincapié en la comunicación no verbal, pues tendemos a valorar más la comunicación verbal. Sin embargo en temas relacionados con la salud tiene mayor importancia la no verbal; hay estudios que lo avalan. La atención a las señales no verbales merece un lugar central en el diagnóstico y en el consejo. A través de estos capítulos, el profesional de enfermería podrá ir desarrollando esta habilidad para interpretar las señales de emoción en el paciente a través de las expresiones faciales, en los movimientos corporales, en el tono de los gestos y sobre todo en la mirada.

Comunicar es uno de los comportamientos humanos más importantes. Es un mecanismo complejo que permite a los individuos establecer, mantener y mejorar sus contactos humanos, es un proceso multidimensional. Los profesionales de enfermería deben adquirir la habilidad de ayudar a su cliente-paciente a poder hablar de sus problemas y a encontrar la forma de afrontarlos para solucionarlos. Por ello, el profesional debe ser consciente de que sus percepciones personales, sus valores y su cultura influyen la manera como él o ella encamina la información respecto al mundo que le rodea.

Por último el profesional de enfermería, debido a su trabajo, tiene que enfrentarse a muchas situaciones difíciles y estresantes. Esto implica que como señalan distintos autores hay que tener una madurez psicológica para que exista una "relación de reciprocidad", no hay que caer en el peligro de no saber qué hacer ante las transferencias o problemas del paciente, hay que evitar caer en ser distante, frío, "poco humano" justificándose en que hay que ser profesionales en la relación.

Por ello la relación de ayuda es especialmente útil para el manejo de problemas de salud; este aspecto está muy bien explicado en el capítulo nº 5, "La Relación de Ayuda". En él se exponen las fases de la relación de ayuda, así como los aspectos a tener en cuenta en cada fase. Por último nos hace ver y desarrollar las habilidades necesarias para establecer una conducta de reunión, enseñando técnicas grupales, sus beneficios y sus estrategias de trabajo en grupo, tan interesante e importante para el manejo de enfermos crónicos, cuya labor recae fundamentalmente en el profesional de enfermería.

Hay que destacar el rigor y la claridad con que los temas son tratados en cada capítulo y cómo hace que el lector descubra, en cada ejemplo, lo que hacemos de manera cotidiana cada día con nuestros pacientes así como replantearnos el desarrollar habilidades en técnicas de comunicación. Y sobre todo a conocer nuestra forma de comunicarnos como profesionales y como individuos con nuestras percepciones y creencias.



ISSN 1695-6141

© [COPYRIGHT](#) Servicio de Publicaciones - Universidad de Murcia