

Reseña y comentarios Dr. Fernando Jiménez Herrero

LUIS AGUERA, MANUEL MARTÍN CARRASCO, JORGE CERVILLA. *Psiquiatría geriátrica*. Editorial Masson. Barcelona. 2001.

Luis Aguera es psiquiatra responsable de los programas de Psicogeriatría del Hospital 12 de octubre de Madrid, Manuel Martín Carrasco es director médico de la Clínica Psiquiátrica Padre Nenni y profesor de la Universidad de Navarra y Jorge Cervilla es coordinador de los Servicios de Salud Mental de Garraf (Barcelona) y profesor asociado de Psiquiatría en la Universidad de Londres.

Los tres especialistas citados han coordinado a 33 colaboraciones de especialistas españoles consiguiendo una buena obra en la que están actualizadas todas las cuestiones que se exponen en ella, no sólo los temas clínicos, sino también las relaciones médico-paciente, los problemas medicolegales que se plantean en bastantes casos, cuestionarios (tests, escalas, etc.) para valorar a los enfermos, especialmente a los afectados de demencia. En lo que respecta a terapéuticas se describen no sólo las farmacológicas, sus posibles interacciones y efectos iatrogénicos, sino también las psicoterapias, etcétera.

Los autores afirman que por sufrir multipatología muchos ancianos están sometidos a tratamientos farmacológicos que provocan efectos no deseables que simulan patología mental. También insisten en que en la organización sanitaria española actual, en el Estado de las autonomías hay una maraña de normativas y desigualdades legislativas que dificultan el desarrollo de los programas de una buena atención y coordinación psicogeriatrica.

Insisten, los autores, en que las enfermedades psíquicas de los ancianos no pueden ser justamente enjuiciadas sin tener en cuenta sus afecciones físicas. Se dedica un capítulo especial al problema del suicidio en los mayores, pues el 40% de los que suceden en España se dan en personas de más de 65 años.

WILSON ASTUDILLO, CARLOTA ARRIETA, CARMEN MENDI-NUETA, IÑIGO VEGA DE SEOANE. *La familia en la terminalidad*. Edita Sociedad Vasca de Cuidados Paliativos. Bilbao. 2001.

Libro escrito para que sea leíble y útil no sólo a todo sanitario que atienda a enfermos terminales sino también a los familiares de los pacientes, pues a todos enseña cómo comportarse y ser eficaz en aportar ayudas útiles a los enfermos.

Hay páginas también para el cuidado de los cuidadores, cómo mejorar las relaciones entre familiares que a veces son tensas y conflictivas, como afrontar el trance final de la muerte, el papel del posible voluntariado con que se puede contar, etcétera.

Uno de los objetivos del libro y de la Sociedad Vasca de Cuidados Paliativos es conseguir interacción entre los enfermos y sus cuidadores, para que los pacientes no se sientan solos, pues la compañía con afecto y aplicación de medidas de alivio es cuanto se puede hacer por ellos.

CARLOS SÁENZ DE LA CALZADA. *Cómo diagnosticar, tratar y prevenir la insuficiencia cardíaca*. Edita Doyma. Madrid. 2001.

El autor cardiólogo del Hospital 12 de octubre de Madrid ha realizado un manual práctico para médicos generales de atención primaria, también útil para geriatras, dada la frecuencia con que éstos tienen que ver y diagnosticar insuficiencia cardíaca en pacientes de edad avanzada.

El libro está concebido no para suplantar a los cardiólogos, sino para mantener una relación positiva tanto en la línea de prevención, como en la del tratamiento, con ellos.

El texto consta de cuatro capítulos dedicados al diagnóstico, tratamiento en medio extrahospitalario, referencias de fármacos convenientes según los casos y medidas de prevención.

Hay en sus páginas, además, una serie de anexos en los que se informa al lector de la interpretación de los datos radiológicos, de los puede aportar el laboratorio y hasta información de las posibilidades quirúrgicas cuando se puede plantear la indicación de un trasplante. Se incluyen también varios esquemas aclaratorios concisos para hacer de más fácil comprensión su texto.

DIEGO DE A. MARTINEZ GÓMEZ. *Cuidados del pie diabético*. Edita Arán. Madrid. 2001.

El autor, que es cirujano general del Hospital Morales Meseguer, de Murcia, ha realizado una buena monografía de contenido interdisciplinario en la que se ocupa no sólo de la clínica sino también de los aspectos socioeconómicos que ocasiona la enfermedad que se suele asociar en un pie de diabético, más aun si el paciente es geriátrico.

Expone las consecuencias de la hiperglucemia sostenida, con o sin isquemia en las extremidades inferiores, desencadenantes traumáticos, con o sin lesiones o ulceraciones, etcétera. También se refieren los tratamientos farmacológicos cuando la insuficiencia vasculoperiférica es notoria, así como las curas y el papel de la enfermera en su realización y en las exploraciones para seguimiento de los pacientes.

H. DANON-BOILEAU. *De la vieillesse à la mort. Point de vue d'un usager*. Edita Calmann Levy. Paris. 2000.

Este libro de 216 páginas es todo un manual de humanismo, en el que el autor demuestra ser un buen conocedor de la psicogeriatría, que expone literariamente en un estilo muy personal. No es un escritor optimista, sí un gerontólogo realista que sabe tratar cuestiones delicadas que el discurrir de los años de la vejez va planteando. Su interrogante es: «¿por qué se nos prohíbe vivir mejor la vejez?» Dando respuestas oportunas H. Danon-Boileau, nos lleva en sus páginas a reflexionar en cuestiones como la sexualidad de mayores, las heridas que la vida de *senior* produce en nuestro narcisismo personal, los difíciles dilemas en que nos vemos de muy mayores, cuando hay que resignarse o renunciar a lo que nos era habitual. Pone como ejemplo que la vida se compra a cambio de renunciamentos sexuales.

Con referencias frecuentes a Freud, no faltan citas de otras fuentes como Eurípides, Montaigne, Proust, etcétera. Un libro muy distinto a otros muchos que se escriben con el fin de dar consejos para vivir la vejez mejor.

SIGLER, CASTAÑEDA, ATHIÉ. *Trombosis venosa profunda y embolia pulmonar*. Edita Mc-Graw-Hill Interamericana. Madrid. 2001.

Los temas clínicos y asistenciales tienen gran interés por su frecuencia en la clínica geriátrica, por ello reseñamos esta monografía que de un modo completo describe sintomatología, diagnóstico y terapéuticas, incluso quirúrgicas, por lo que en sus páginas hay descripciones de cirugía general, traumatología, ortopedia, ginecología, oncología y terapias intensivas.

De las trombosis venosas no sólo se hacen descripciones clásicas de su desarrollo en las extremidades inferiores, sino también en las superiores, donde pueden desarrollarse por el empleo de catéteres intravenosos.

En los capítulos dedicados a la embolia pulmonar tras la descripción de su clínica y datos diagnósticos los autores se ocupan de modo completo de todos los posibles tratamientos actuales: anticoagulantes, fibrinolíticos, variedades de heparinas, etcétera, así como de indicaciones quirúrgicas en la vena cava y embolotomía pulmonar o trombectomía venosa. También se describe la

hipertensión pulmonar secundaria a tromboembolia crónica y síndrome postrombótico.

Por su estilo la monografía tiene interés y es útil para internistas, cirujanos, anestesiólogos, radiólogos, médicos generales, etcétera.

BERNABÉ JURADO, ENRIQUE DEL TORO. *Neumología básica*. Edita Formación Alcalá. Madrid. 2001.

Especialmente elaborado por los autores pensando en sus colegas de atención primaria, es un libro práctico y recomendable también a quienes atienden a personas de edad, en las que la enfermedad pulmonar es muy frecuente. Insisten en sus páginas en la conveniencia de establecer protocolos consensuados que facilitan las relaciones entre los médicos de diferentes ámbitos asistenciales. La monografía consta de 20 capítulos en los que se trata de la espirometría, manejo de la disnea, tos, dolor torácico, tabaquismo, neumonías, tuberculosis, etcétera.

La enfermedad pulmonar obstructiva crónica está expuesta en cuanto a sus fases agudas y crónicas, comentándose su tratamiento. Asimismo, hay capítulos dedicados al asma bronquial, la apnea del sueño, la enfermedad intersticial pulmonar, las infecciones respiratorias en los niños, la hemoptisis, el cáncer de pulmón, la bronquiolitis, las neumonías y la enfermedad tromboembólica. El libro concluye con nociones de oxigenoterapia crónica a domicilio.

THOMAS A. PRESTON. *Aprender a morir*. Editorial Amat. Barcelona. 2002.

Es obvio que los geriatras y médicos en general que atienden a ancianos son los profesionales que ven mas próxima la muerte, y deben estar preparados para ella, no sólo en el sentido profesional, sino también en el personal. La conveniencia y la necesidad de aprender a morir y ayudar a morir al prójimo es el tema de las 198 páginas que desarrolla en este libro el profesor de medicina de la Universidad de Washington, en la que tiene fama de ser especialista en ayudar a morir a sus pacientes terminales.

El propósito del autor es evitar sufrimientos innecesarios al prójimo enfermo y también hacer que el médico y el cuidador no motiven también sufrimientos sin proponérselo. No se muestra partidario de la eutanasia, ni del suicidio asistido, aunque este último hay veces que lo comprende.

El libro tiene 14 capítulos agrupados en tres partes. La primera, que titula: «Tomar el mando desde el principio» esta dividida en cuatro capítulos en los que el Dr. Preston expone que debemos pensar en la muerte guiados por las nuevas tecnologías para que no sea dura, penosa, llena de sufrimientos. Describe, en un segundo capítulo, cómo morir con gestión y atención médica, de modo natural, cuando no se debe reanimar, retirar la terapia de soporte vital, cuándo y cómo administrar sedación terminal, etcétera. En el capítulo tercero explica el testamento vital y poderes notariales. En el siguiente expone cómo se debe hablar con el médico, los familiares, los amigos, etcétera. La segunda parte esta dedicada al diagnóstico. La tercera, que se titula «Tomar el mando cuando el fin está cerca», comprende cuatro capítulos sobre cómo entender las últimas etapas de la vida, las estrategias para morir en paz, cómo enfrentarse y tratar los síntomas en la fase terminal, etcétera. El libro concluye con un modelo de testamento vital y poder notarial.

PHILIPPE SOUCHARD, MARC OLLIER. *Escoliosis: su tratamiento en fisioterapia y ortopedia*. Editorial Panamericana. Madrid. 2002.

Los autores franceses del libro lo inician explicando la fisiología muscular para comprender los fenómenos de retracción y

acortamiento de los músculos estáticos y explicar la responsabilidad muscular de la escoliosis como causa o como sistema fijador de las curvaturas de la columna vertebral. En otros capítulos demuestran cómo es posible la reeducación postural global en el tratamiento de las alteraciones morfológicas combinando la fisioterapia con la ortopedia.

La monografía, en su primera parte, trata de fisioterapia y reeducación postural global en escoliosis, exponiendo su correcta evaluación, y en la segunda, los autores se ocupan de los tratamientos ortopédicos.

DIANA NICOLL, STHEPHEN McPHEE. *Pruebas diagnósticas: algoritmos, nomogramas y tablas*. Edita Momento Médico. Madrid. 2002.

Este libro es un manual en pequeño formato de interpretación de los datos de laboratorio, realizado por dos profesores de la Facultad de Medicina de la Universidad de San Francisco, en California. En sus páginas se presentan alfabéticamente los temas, dando una información bastante completa a base de gráficos y esquemas muy prácticos.

En esta monografía el lector encontrará, a título de ejemplo, entre otras cuestiones, explicaciones sobre el equilibrio ácido-base, la acidosis tubular renal, las anemias, las pruebas de función tiroidea y del flujo vaginal, etcétera. La edición está patrocinada por el Grupo Menarini.

ROCÍO FERNÁNDEZ-BALLESTEROS. *Vivir con Vitalidad*. Ediciones Pirámide.

El envejecimiento se produce durante toda la vida. Por ello, «Vivir con Vitalidad» es una colección dirigida a personas de cualquier edad, aunque se haya desarrollado pensando especialmente en las personas mayores que han decidido intervenir en su propio proceso de envejecimiento y envejecer bien. La colección está formada por cinco volúmenes. En ellos se encuentra información para aprender a envejecer activa y satisfactoriamente, animando a practicar una serie de estilos de vida y formas de comportamiento para lograr disfrutar de bienestar durante el máximo tiempo posible, no sólo para dar más años a la vida, sino para dar más vida a los años. Se tratan cuestiones relativas tanto al cuidado del cuerpo como de la mente, lo cual ayuda a mejorar las capacidades físicas y psicológicas, permitiendo eliminar conceptos erróneos sobre el envejecimiento y mejorar las relaciones personales, familiares o sociales, y conseguir una mayor participación y aprender a manejar las situaciones difíciles adecuadamente.

Los temas han sido escritos por especialistas de reconocido prestigio en los distintos campos abordados y se desarrollan de manera teórico-práctica, presentando ejercicios y sugerencias para mejorar nuestras habilidades.

Vivir con Vitalidad pretende lograr que el lector pueda contemplar el proceso de hacerse mayor como un reto más en la aventura de vivir. Los contenidos se articulan en veintidós capítulos, distribuidos en cinco volúmenes:

Volumen I. Envejecer bien. ¿Qué es y cómo lograrlo?

Volumen II. Cuida su cuerpo.

Volumen III. Cuida su mente.

Volumen IV. Envejecer con los demás.

Volumen V. Y... cuando ocurre lo inevitable

Envejecer bien. ¿Qué es y cómo lograrlo?

Vivir y envejecer es una tarea compleja, difícil e incluso, a veces, arriesgada, pero no cabe duda de que también es apasionante. Existen diversas formas de envejecer: normal, patológica y con éxito. La cuestión clave es cómo prevenir el envejecimiento patológico y promover el envejecimiento con éxito, competente,

activo y satisfactorio. La diversidad en las formas de envejecer no se produce al azar, sino que se pueden hacer muchas cosas para envejecer bien, con vitalidad. ¡Se puede aprender a envejecer satisfactoriamente!

Tratando de dar respuesta a aquellas personas que deseen seguir trabajando en su propio crecimiento personal, compensando algunos declives que se hayan podido producir con el paso de los años, en este primer libro de la colección «Vivir con Vitalidad», *Envejecer bien. ¿Qué es y cómo lograrlo?*, se integran los siguientes capítulos: «Envejecer bien», trata de los conceptos generales sobre el buen envejecimiento; «Controle su vida: me cuido y disfruto», desarrolla y explica cómo envejecer activamente, lo que conlleva controlar la propia vida y adoptar estilos de vida saludables; «Piense positivamente», enseña cómo tener una visión de la vida y de las situaciones extrayendo los elementos positivos que siempre existen, y finalmente, en «La edad creativa», se ayuda a ver la vejez como una edad llena de posibilidades donde el juego y la creación (en minoría en otras etapas de la vida) pueden ser elementos esenciales de disfrute y desarrollo.

Cuide su cuerpo

Este segundo libro de la colección «Vivir con Vitalidad», *Cuide su cuerpo*, integra temas que nos servirán para mejorar nuestro estado físico: «Ejercicio físico: el mejor remedio», propone una serie de ejercicios que nos ayudarán a mejorar no sólo la forma física, sino también el bienestar y la calidad de vida; «Nutrición: coma bien y vivirá mejor», muestra los secretos de una buena alimentación y de sus repercusiones en el envejecimiento saludable; «El cuidado de su boca y de sus pies», nos enseña cómo cuidar con esmero partes de nuestro cuerpo que son esenciales para nuestra vida diaria y para nuestra apariencia física; «Camine sin riesgos», habla de una de las condiciones más temidas, las caídas, y de cómo lograr una buena marcha con el fin de prevenir esos fatales accidentes, porque el mayor riesgo de caminar es dejar de caminar.

Cuide su mente

En este volumen de la colección «Vivir con Vitalidad», *Cuide su mente*, se agrupan temas relativos al funcionamiento y a la actividad cerebral con los que se pretende ayudar a optimizar los propios recursos psicológicos, así como compensar aquellas habilidades intelectuales que hayan podido disminuir. En «La actividad mental: prevención del envejecimiento cerebral», se establecen pautas para mantenerse en forma y qué hacer para aumentar la actividad intelectual y prevenir el declive. En «Mejore su

memoria: siempre hay tiempo», se describe una de las funciones cognitivas del cerebro humano más importantes: la memoria, y se define una serie de condiciones básicas para mejorar su rendimiento. En esta misma línea, en «Repase lo aprendido», se proponen ejercicios para mejorar la memoria. Finalmente, en «La sabiduría: la expresión de la vida y de los años», se explica cómo la sabiduría es una de las características positivas asociadas a la edad y se incluyen ejercicios para actuar «sabiamente».

Envejecer con los demás

Este cuarto volumen de la colección «Vivir con Vitalidad», *Envejecer con los demás*, versa sobre una de las condiciones que más influyen en el bienestar a lo largo de la vida: las relaciones familiares y sociales, ya que constituyen una fuente de reconocimiento y participación. En «Cómo mejorar nuestras relaciones», se enseña a optimizar los contactos sociales: familia o amigos. En «Los demás me necesitan», se destaca lo importante que es la participación y contribución de las personas mayores dentro de la familia, de los grupos y de la comunidad. La sexualidad forma parte del ser humano, en «La sexualidad, más allá de la genitalidad», se presentan las claves de la sexualidad en la vejez proponiendo ejercicios que, sin duda, ayudarán a incrementar el bienestar en esa etapa de nuestra vida. En «Ocio y tiempo libre», se habla de la importancia de tener diferentes intereses ocupacionales que enriquecen la vida diaria. Finalmente, en «Informática: una nueva forma de comunicación», se tratan las nuevas tecnologías como fuente de conocimiento y enriquecimiento personal y social.

Y... cuando ocurre lo inevitable

Este quinto volumen de la colección «Vivir con Vitalidad», *Y... cuando ocurre lo inevitable*, trata de cómo afrontar y manejar adecuadamente todo aquello que puede ocurrir, o inevitablemente ocurre, produciendo sufrimiento o temor. En «El estrés: cómo manejarlo», se describe qué es el estrés y cuáles son las situaciones que lo provocan, presentando también las claves de cómo lo podemos manejar y controlar. En «La tristeza: cómo combatirla», se establecen las diferencias entre tristeza y depresión, y nos proporciona una serie de posibilidades para luchar contra la tristeza e, incluso, para prevenir la depresión. La muerte es una condición inevitable de la vida, ningún ser vivo vive eternamente; «La muerte también forma parte de la vida» aborda estos temores y trata de que reflexionemos sobre algunas formas de afrontar el último paso de la vida. Al final de la obra se incluye un epílogo en el que se explica cuáles son las normas y los principios éticos que protegen a las personas mayores en España.