

Coaching i salut. Nou paradigma en la relació amb els pacients: de la dependència a la valoració de les capacitats

Jaci Molins Roca. Coaching y salud. Pacientes y médicos: una nueva actitud. Barcelona: Ed. Plataforma; 2010. ISBN 978-84-96981-97-3. 230 pàg.

Comentari de Cristina Llagostera

Coordinadora de l'Equip d'Atenció Psicosocial en Malaltia Avançada (EAPS) de la Fundació Hospital Sant Jaume i Santa Magdalena. Mataró.

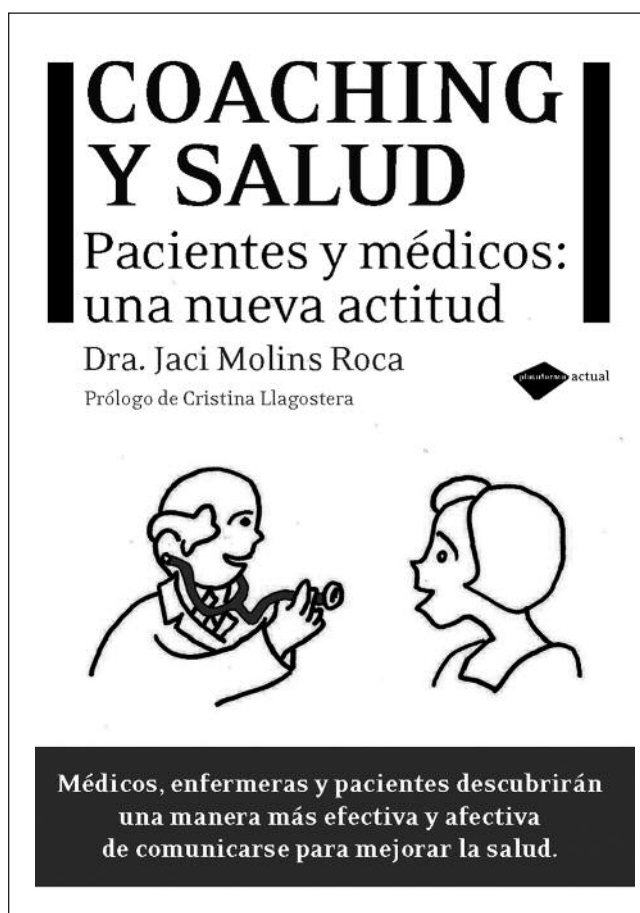
“*Coaching y salud. Pacientes y médicos: una nueva actitud*” és un llibre de divulgació que tracta un tema de gran actualitat: el *coaching* (entrenament), amb l'originalitat d'aplicar-lo a l'àmbit de la salut. Fins ara, a nivell sanitari, el *coaching* només es coneixia a nivell de gerència i direcció i no s'aplicava directament a l'atenció als pacients. Aquest tractat, per tant, suposa una novetat en aquest sector.

L'obra mostra com amb el *coaching* –una metodologia que facilita el procés de canvi per aconseguir objectius– es poden obtenir millors resultats en l'aplicació de les mesures preventives i en el compliment dels tractaments en les malalties cròniques. Aquest mètode, basat en habilitats comunicatives, facilita que les persones puguin ser més responsables dels canvis que es proposen per a millorar la seva qualitat de vida i la seva salut. El contingut de l'obra va dirigit tant a professionals de la salut (metges, infermeres, etc.) com als propis pacients.

El llibre consta d'una primera part teòrica on s'explica, d'una manera senzilla, què és i com s'aplica el *coaching* a la salut. En la segona, més amplia, es mostra d'una manera pràctica la metodologia en 10 casos de pacients amb diferents problemàtiques: ansietat, hemiplegia, diabetis, artrosi, fibromiàlgia, addicció al tabac, cervicàlgia, esclerosi múltiple, insomni i ciàtica. Es tracta de casos reals trets de la pròpia consulta de l'autora. Cada capítol consta d'un resum del motiu de consulta, fragments de diàlegs de *coaching* (entre el pacient i el metge-coach, amb explicacions intercalades), el seguiment de l'evolució i, per últim, uns comentaris teòrics de les tècniques

Correspondència: Cristina Llagostera Yoldi
Coordinadora de l'Equip d'Atenció Psicosocial en Malaltia Avançada (EAPS)
Fundació Hospital Sant Jaume i Santa Magdalena
C/ St. Pelegrí, 3
08301 Mataró
Mòbil: 620 13 78 55
Adreça electrònica: info@cristina-llagostera.com

Annals de Medicina 2010; 93: 194-195.



utilitzades en cada cas que es poden extrapolar a altres pacients com, per exemple, escoltar d'una manera activa, preguntar més i aconsellar menys, deixar decidir al pacient i felicitar i celebrar les seves millores. En els annexos hi ha eines pràctiques i tests complementaris, així com una àmplia bibliografia i llibres per a recomanar als pacients.

A “*Coaching y salud*”, els professionals sanitaris descobriren nous recursos que podran incorporar amb facilitat

tat a la seva consulta diària. En la majoria de pacients, només aplicant alguna tècnica de *coaching* n'hi haurà prou per a obtenir millors resultats. Els pacients també podran beneficiar-se de la lectura, ja que els ajudarà a comprendre millor el procés de la seva malaltia i els donarà eines per a millorar-lo.

L'autora, la Dra. Jaci Molins Roca, a més de ser metgessa rehabilitadora amb més de 30 anys d'experiència, és màster en psicoteràpia familiar i màster en *coaching* i lideratge personal, dues disciplines que també exerceix actualment. Aquest fet la distingeix de la majoria de *coachs* (professionals que apliquen el *coaching*) que provenen de la psicologia o de l'empresa i que estan allunyats del món de la salut. També cal destacar que és professora del postgrau de *coaching* de la Universitat Pompeu Fabra i professora de ciències de la salut de la Universitat Rovira i Virgili; també té experiència en tasques de direcció (ha sigut directora d'hospital i actual-

ment és cap del Servei de Rehabilitació de la Xarxa Sanitària Santa Tecla).

Els pacients, cada vegada volen estar més informats de què els passa i de quines alternatives de tractament tenen. Els professionals de la salut, per la seva banda, estan més mentalitzats de la necessitat d'adquirir habilitats de comunicació: el *coaching* n'és una forma avançada. Per a tots ells, aquest llibre pot ser d'una gran ajuda com a manual específic de comunicació efectiva en l'àmbit sanitari; a més, està escrit en un llenguatge planer que no requereix coneixements previs. Tot i que és un llibre de divulgació, es tracta el tema amb rigor i s'allunya del tipus de fórmules que suposadament serveixen per a tot. Per tant, cobreix una necessitat a l'hora de difondre el *coaching* aplicat a la salut.

Tant de bo es propagués en l'atenció sanitària l'ús d'habilitats comunicatives com les que es proposen en aquesta obra, ja que suposa la clau per a estimular i propiciar canvis en la salut de les persones.