

Biblioterapia Hospitalaria¹

EVA MARÍA SEITZ²

RESUMEN: El artículo tiene la finalidad de presentar la experiencia de creación y desarrollo de una sala de lectura para pacientes y acompañantes en El Hospital Universitario de La Universidad de Santa Catarina, desde su inicio hasta la actualidad, relatando la metodología utilizada y los beneficios de la biblioterapia en el proceso de hospitalización.

PALABRAS CLAVE: Biblioterapia, Hospitalización, Lectura.

ABSTRACT: This article presents the experience of creating and developing a reading room for patients and caregivers at the University Hospital of Federal University of Santa Catarina, from its beginnings to the present day. It describes the methodology developed and the benefits of bibliotherapy in the hospitalization process.

KEY WORDS: Bibliotherapy. Hospitalization. Reading.

INTRODUCCIÓN

Hace mucho que se viene hablando de los beneficios terapéuticos que proporciona la lectura. No es nuevo que las personas encuentren en la lectu-

¹ Traducción de María Antonia García Moreno.

² Bibliotecaria formada en la Universidad del Estado de Santa Catarina (UDESC). Doctoranda del Programa de Posgrado en Ingeniería de Producción de la Universidad Federal de Santa Catarina (UFSC). Coordinadora de la Sala de Lectura del Hospital Universitario de la UFSC.

ra de un libro la llave para comprender sus problemas existenciales, para lidiar con las dificultades naturales del día a día, para evaluar y enfrentarse a los desafíos de la vida, pues el acto de leer y elaborar ideas a partir de la lectura crea oportunidades, aproxima personas y eleva al ser humano. La lectura practicada con objetivo terapéutico se llama Biblioterapia.

La Biblioterapia es un programa de actividades seleccionadas que comprende materiales de lectura para problemas emocionales y de otro tipo. Por otro lado, se sabe que la lectura proporciona placer y bienestar, contribuyendo al bienestar físico y mental de las personas. Además, hay estudios que muestran la aplicación de la Biblioterapia con éxito en hospitales psiquiátricos, cárceles y residencias de ancianos.

QUÉ ES LA BIBLIOTERAPIA

El término Biblioterapia se deriva del griego *Biblion*, que designa todo tipo de material bibliográfico o de lectura y *Therapien*, que significa tratamiento, cura o restablecimiento. El primer diccionario especializado en definir el término Biblioterapia fue el *Dorland's Illustrated Medical Dictionary*, en 1941, como «*el empleo de libros y lectura para el tratamiento de las enfermedades nerviosas*». En 1961 el diccionario no especializado *Webster's Third International Dictionary* definió el término Biblioterapia por primera vez como «Uso de material de lectura seleccionado como coadyuvante terapéutico en medicina y psicología», y también, «Guía en la solución de problemas personales a través de la lectura dirigida».

Pero, ¿qué es la Biblioterapia? Tomando como base las definiciones existentes, podemos definir la Biblioterapia como un programa de actividades seleccionadas que incluye materiales de lectura programada, dirigidas y controladas como tratamiento, bajo orientación médica, para tratamiento de problemas emocionales y de comportamiento, debiendo ser administrada por un bibliotecario entrenado de acuerdo con las propuestas y objetivos prescritos. En esa actividad los factores más importantes son: las redes establecidas, las respuestas y reacciones del paciente y la entrega del informe al médico para interpretación, evaluación y dirección del seguimiento (Seitz, 2006).

El uso de la lectura con un objetivo terapéutico es antiguo, y hay muchos testimonios de esa utilización. Según Alves (1982), en el antiguo Egipto, el faraón Ramsés II mandó colocar en el frontispicio de su biblioteca la siguiente frase: «Remedios para el alma».

Momtset (Cruz, 1995) cita que las bibliotecas egipcias estaban localizadas en templos llamados «casas de vida». Entre los romanos del siglo I encontramos en Aulus Cornelius Celsus palabras de estímulo al uso de la lectura y discusión de obras como recurso terapéutico. Ya en la abadía de San Gall, en la Edad Media, había una inscripción: «Tesoro de los remedios del alma». Además, los griegos asociaron los libros a un tipo de tratamiento médico y espiritual al concebir sus bibliotecas como «la medicina del alma».

Ha habido numerosas discusiones sobre los orígenes del término Biblioterapia. Se sabe del poder de la utilización de los libros para el tratamiento en la Edad Media. Sin embargo, el primer trabajo relacionado con la biblioteca y la acción terapéutica surgió en Estados Unidos a mediados del siglo XIX.

Las primeras experiencias en Biblioterapia fueron practicadas por médicos estadounidenses en el período de 1802 a 1853. No obstante, fue en 1904 cuando una bibliotecaria pasó a dirigir la biblioteca del hospital de Wanderley, Massachusetts, e inició un programa que incorporaba aspectos psiquiátricos de la lectura, haciendo que la Biblioterapia pasara a ser considerada como una rama de la Biblioteconomía.

En la década de los veinte proliferaron acciones en la dirección de desarrollo de la Biblioterapia con posicionamientos como el de Beatty (Vasquez, 1989, p. 32), diciendo que «si fuese un médico, haría de los libros una parte del material médico y los prescribiría a mis pacientes de acuerdo con sus necesidades».

A partir de la década de los treinta la Biblioterapia quedó definitivamente como un campo de investigación y en las décadas del 40 al 60 puede observarse un aumento de los estudios y publicaciones.

En el período de 1946 a 1950 hubo un crecimiento continuo en el número de artículos sobre Biblioterapia y, según Rubin (Vasquez, 1989, p. 34), «el paso significativo tuvo lugar al final de los años cincuenta por la determinación de la Asociación de Bibliotecas de Hospitales Instituciones de presentar los resultados alcanzados en estudios sobre Biblioterapia». Por consiguiente, actividades de este tipo estimularon el intercambio de informaciones, favoreciendo el desarrollo de estudios de investigación.

En la década de los setenta hubo muchos avances en el sentido de proporcionar una base más amplia para el desarrollo de la Biblioterapia como un campo a ser explorado por médicos, psicólogos, bibliotecarios, educadores y otros profesionales que se enfrascaron en la búsqueda de los beneficios de la misma aplicada a diferentes tipos de clientes.

Ya las décadas de los ochenta y noventa representaron una profundización de las cuestiones teóricas que hasta entonces habían sido consideradas discutibles, surgiendo la identificación de nuevos métodos y una constante necesidad de investigaciones para asegurar cada vez más sus aplicaciones y la configuración de nueva tendencia.

Alves (1982, p. 60) afirma que «*la Biblioterapia ha sido utilizada con éxito en los establecimientos hospitalarios de otros países y podrá, igualmente, ser provechosa en las cárceles*». Y en ese mismo año Scogin investigó la eficiencia de la Biblioterapia en el tratamiento de la depresión geriátrica con 29 pacientes ancianos que presentaban depresión leve y moderada, logrando resultados con una reducción de la depresión en la secuencia de un programa estructurado de autoayuda de Biblioterapia.

Ya Vasquez (1989, p. 123), que estudió el uso de la Biblioterapia con 20 pacientes de una institución geriátrica, afirmó que «*la Biblioterapia se mostró eficiente para el aumento del equilibrio psicológico de las personas ancianas institucionalizadas*».

Una breve revisión histórica de la Biblioterapia demuestra su continua vitalidad, y muchas investigaciones reflejan la evolución de la Biblioterapia, que al principio estaba dirigida a los hospitales psiquiátricos, pasando a tener aplicación en otros tipos de instituciones.

La Biblioterapia, de acuerdo con Alves (1982), puede ser aplicada en el campo correccional en la recuperación de jóvenes y adultos delincuentes, que en general tienen problemas emocionales y de orden social cuya resolución puede ser auxiliada por la lectura; en la educación como apoyo en crisis de adolescentes y niños con problemas especiales, como alguna muerte en la familia, separación de los padres, conflictos con amigos, y sobre todo para niños que necesitan estar apartados de su ambiente familiar, en guarderías y hospitales; en psiquiatría, aplicada con el fin de curar trastornos psíquicos; con los ancianos es utilizada para la disminución de la ansiedad, ayudándoles a aceptar sus nuevas condiciones de vida manteniéndoles sus buenas condiciones psicológicas; en la medicina el libro puede ser útil como fuente de ocio o para información sobre tratamientos especiales o cirugías a las que el individuo deberá someterse.

En muchos países la biblioteca se considera un elemento indispensable en los hospitales. La lectura puede ser usada en la profilaxis, la rehabilitación y la terapia propiamente dicha, sabiendo que el uso de la Biblioterapia está especialmente indicado para pacientes que deben mantenerse en cama por largos períodos de tiempo, imposibilitados para ejercer actividad alguna.

Un estudio realizado con pacientes internados en clínica médica (Seitz, 2006) constató que la práctica biblioterapéutica proporciona beneficios diversos. Contribuye, entre otros, en el proceso de hospitalización, haciéndolos menos agresivos y doloroso; en la interacción biblioterapeuta/paciente/enfermedad auxiliando al paciente en la verbalización de sus problemas; como fuente de información, estableciendo la relación del paciente con el mundo exterior; como actividad de ocio, proporcionando momentos de entretenimiento y reducción de la ansiedad, el miedo, la monotonía, la angustia inherente a la hospitalización y el proceso de la enfermedad y, al final, la Biblioterapia auxilia en el proceso de socialización suscitando cuestiones a través de las cuales el paciente pueda compartir y conversar con otras personas.

Otro estudio realizado por Seitz (2008), intentando verificar que la práctica biblioterapéutica contribuye a la humanización de la asistencia hospitalaria en la percepción de los pacientes y acompañantes, constató que el 100% de los entrevistados considera que la práctica biblioterapéutica contribuye mucho.

Ante lo expuesto, se percibe que es indudable la contribución de la lectura, de la biblioterapia, en el proceso de humanización y hospitalización. Sin embargo, es probable que usted se esté preguntando qué enfermo va a leer. Su pensamiento es correcto. Pero el objetivo de este artículo es mostrar que no debemos «cruzarlos de brazos» delante de lo que nos parece imposible.

BIBLIOTERAPIA HOSPITALARIA: ¿POR DÓNDE EMPEZAR?

Esta fue la pregunta que me hice cuando en el año 2005 fui invitada a crear la Sala de Lectura del Hospital Universitario de la Universidad Federal de Santa Catarina (HU/UFSC), una institución pública y totalmente gratuita. El HU/UFSC está dotado de 271 camas y cuenta con aproximadamente 1500 colaboradores, que realizan cada mes cerca de 1500 atenciones ambulatorias, 3000 de emergencia y 990 internamientos.

Una vez aceptada la invitación, la primera actuación fue escoger el espacio físico para el funcionamiento de la Sala de Lectura, que debería estar localizada lo más cerca posible de las unidades de internamiento, de manera que facilitase el acceso de los pacientes.

La siguiente etapa fue la selección del fondo, que fue sometida a un profundo análisis. Además del contenido de los libros, que debían proporcionar una lectura agradable y tranquilizadora, se especificó que debían tener páginas claras y letras grandes para facilitar la lectura de los mayores, de los que tenían problemas de visión y/o de los que se encontraban débiles. Hecho esto, fue necesario organizar el fondo, lo que requirió utilizar el *Personal Home Library*, sistema de gestión de banco de datos gratuito y de fácil manejo.

Posteriormente fue necesaria la definición de criterios para los préstamos, como la cantidad de libros que podían prestarse a cada paciente y/o acompañante, cuáles son los mejores días y horarios para los préstamos en las unidades de internamiento y, principalmente, cómo se llevaría a cabo la devolución del material. Esto es porque el paciente puede salir de la institución a cualquier hora del día o de la noche, ya sea por alta hospitalaria, por alta voluntaria o incluso por transferencia a otra unidad de salud o por fallecimiento. Por ello, sería necesaria la disponibilidad para la recepción del material prestado durante las veinticuatro horas del día, evitándose así la pérdida del libro.

Los préstamos para los pacientes internados y sus acompañantes se realizan los lunes, miércoles y viernes en horario de tarde, cuando empleados de la Sala de Lectura recorren todas las unidades de internamiento, pasando por las habitaciones con un carrito de libros, revistas y cómics. La cantidad de libros prestados es de uno para el paciente y uno para el acompañante. Los internos que pueden pasear, si lo desean pueden tener el préstamo del material directamente en la Sala de Lectura.

Para la devolución de los materiales prestados, los pacientes y acompañantes deben hacerlo los días y horarios en los que el carrito pasa por las unidades de internamiento. Los pacientes, que recibirán el alta en días y horarios diferentes, son dirigidos a depositar el material en el lugar fijado en el pasillo de la unidad de internamiento. Cada unidad de internamiento posee su lugar correspondiente, y solo los empleados de la Sala de Lectura tienen la llave para abrirlo.

La Sala de Lectura también instaló porta-revistas en todas las salas de espera para consultas o realización de pruebas. Las revistas son repuestas dos veces por semana.

Al entender el baile, la música o el recital poético y la narración oral como formas de lectura, fueron incluidas en las actividades de la Sala de Lectura algunos eventos culturales y de entretenimiento. Esos eventos, que cuentan con gran aceptación por parte de los pacientes, acompañantes y personal de la institución, se celebran de acuerdo con la disponibilidad de voluntarios, hasta dos veces por semana.

Para proporcionar a los pacientes y acompañantes momentos de tranquilidad y de aproximación con los familiares y amigos, incluso de forma virtual, fueron instalados en la Sala de Lectura dos ordenadores con acceso a internet.

Las actividades de la Sala de Lectura estaban enfocadas a la calidad. Por eso, los datos estadísticos son necesarios para justificar ante la administración de la institución las solicitudes de personal y material, entre otras. De esta forma, los números muestran que en el año 2010 se efectuaron 3559 préstamos de libros, revistas y cómics, habiendo sido atendidos en la Sala de Lectura 4339 pacientes y acompañantes.

CONSIDERACIONES FINALES

Cabe decir que implementar la práctica biblioterapéutica hospitalaria no es una tarea difícil. Es necesario tener, entre otras cuestiones, conocimiento claro de la rutina hospitalaria, persistencia y conciencia de la importancia del trabajo para los pacientes y acompañantes. La recompensa está en el sentimiento de respeto y la valoración de los usuarios de la institución. No es raro oír a los pacientes elogiar los servicios y afirmar que *«ni los hospitales privados ofrecen estos servicios»*.

Las cifras citadas muestran el éxito de la Sala de Lectura. Sin embargo, lo mejor de los resultados está en la satisfacción expresa de aquellos que encuentran en los materiales de lectura la distracción y entretenimiento necesarios para soportar las horas y horas de espera para la realización de consultas y pruebas.

Es más, en los sentimientos de alegría, respeto y valoración de los pacientes internados y acompañante con la llegada del carrito de transporte de los materiales, cariñosamente llamado de «Barney», repleto de libros. La elección de la obra para leer, el intercambio de opiniones sobre autores y títulos, además de cualquier forma de interacción y diversión que ese acto tan simple provoca en las personas internadas representa algo extremadamente gratificante.

Los resultados se aprecian incluso en la satisfacción del público cuando, exhausto por la estancia en sus camas, se dirige a la Sala de Lectura para leer periódicos y revistas para mantenerse al día. De la misma forma, es nítida la serenidad de los pacientes cuando después de un encuentro virtual con familiares y amigos constatan que todos están bien.

Después de ver todos estos efectos provocados por la lectura, es evidente que pacientes, acompañantes y empleados ya no tienen un hospital tan frío y

distante. Frialdad mostrada por la caricatura de la enfermera que a la entrada de la institución pide silencio a todos. Distancia que proporcionalmente al tiempo de permanencia en cama da sensación de miedo, angustia, monotonía y ansiedad.

Siempre se esperó que el desaliento provocado por la hospitalización no tuviese como remedio tan solo las paredes y los techos blancos, sino también el arte, principalmente expresado por la lectura, que, sumada a la música, el teatro o el baile, puede ser capaz de arrancar sonrisas y alegrías de las caras sumergidas en la incertidumbre y, principalmente, en la tristeza y en la amargura. Se pretendía que la lectura y cualquier forma de arte fuese capaz de arrancar esas sonrisas perdidas en las heladas habitaciones. Se pretendía que el «viaje» a la alegría y a la risa proporcionadas por la lectura pudiesen y puedan continuar siendo aquel remedio cuya dosis disipa el dolor que atormenta y angustia al paciente sumergido en un sufrimiento que parece no tener fin.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVES, Maria Helena Hees. A aplicação da Biblioterapia no processo de reintegração social. *Revista Brasileira de Biblioteconomia e Documentação*, jan/jun 1982, v. 15, n° 1-2, pp. 54-61.
- CRUZ, M. A. L. Biblioterapia de desenvolvimento pessoal: um programa para adolescentes de periferia, 1995. Dissertação (Mestrado em Biblioteconomia) – PUCCAMP, Campinas.
- SCOGIN, Forrest et al. Bibliotherapy for depressed older adults: a self-help alternative. *The Gerontologist*. v. 27, n. 3, 1987. p. 383-387.
- SEITZ, Eva Maria. Biblioterapia: uma experiência com pacientes internados em clinica médica. Florianópolis: ACB, 2006.
- SEITZ, Eva Maria. A biblioterapia na humanização da assistência hospitalar do Hospital Universitário da Universidade Federal de Santa Catarina – HU/UFSC. *ETD – Educação Temática Digital*, Campinas, v.9, n. 2, p.145-169, jun. 2008.
- VASQUEZ, Maria do Socorro Azevedo Felix Fernandez. Biblioterapia para idosos: um estudo de caso no lar da Providência «Carneiro da Cunha», 1989. Dissertação (Mestrado em Biblioteconomia) – Centro de Ciências Sociais Aplicadas, Universidade Federal da Paraíba.

