PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 10 - numero 1929 di lunedì 28 aprile 2008

La sindrome di burnout e la professione di infermiere

La Federazione nazionale dei collegi degli infermieri Ipasvi ha raccolto le tesi di laurea più interessanti riguardo all'attività infermieristica. Riportiamo alcuni passi di una tesi dedicata alla sindrome di burnout.

Pubblicità

La Federazione nazionale dei collegi degli infermieri Ipasvi ha raccolto le tesi di laurea più interessanti riguardo all'attività infermieristica. Riportiamo alcuni passi di una tesi dedicata alla sindrome di burnout.

La Federazione nazionale dei collegi degli infermieri Ipasvi, ed in particolare il sito del Collegio Ipasvi di Ragusa, hanno raccolto in questi anni un ricco archivio di ricerche e tesi universitarie relative al mondo infermieristico che affrontano anche i temi della sicurezza e dei rischi in ambito lavorativo.

Sfogliando questo archivio ci siamo soffermati su una tesi dedicata a una delle patologie che colpisce in prevalenza le persone che esercitano professioni d'aiuto: medici, infermieri, volontari, educatori, assistenti sociali, psicologi, poliziotti, vigili del fuoco...
Professioni che sono in costante contatto con il disagio, con malattie gravi e incurabili, con l'angoscia e in alcuni casi con la morte.

---- L'articolo continua dopo la pubblicità ----

Stiamo parlando della "sindrome di burnout" (o "burn-out") di cui si parla ormai da una ventina d'anni ma che stenta a entrare nel nostro dizionario quotidiano, a differenza del termine, ben più logorato dall'uso, "stress".
La tesi che ne parla, scritta da Giuseppe Occhipinti e presentata all'Università degli Studi "G. D'Annunzio" con sedi a Chieti e Pescara, è intitolata "La sindrome del burn-out nella professione infermieristica".

Nell'introduzione Occhipinti ricorda che il termine "burn-out syndrome (BOS) indica una sindrome caratterizzata da una reazione allo stress sperimentata dagli operatori sanitari, che si trovano costantemente ad avere rapporti con pazienti affetti da patologie gravi o che comunque sperimentano situazioni reiteranti come angoscia di morte, disabilità, sofferenza".

E sono proprio gli infermieri una delle categorie professionali che vivendo "più a stretto contatto con il paziente, sia in termine di tempo, sia in termine di emotività" rischiano maggiormente questa sindrome che una semplice traduzione letterale in italiano riporterebbe al suo senso originale: "essere bruciati", "esauriti".

Nella tesi si cerca di "definire il termine burn-out, di descrivere alcuni modelli teorici di riferimento e di tracciare le caratteristiche individuali dell'operatore maggiormente soggetto al burn-out, quindi gli effetti che tale sindrome genera in chi ne è colpito".

Riguardo agli effetti si ricorda che il "danno prodotto da questa sindrome, va oltre il singolo operatore colpito; danneggia prima il paziente che ha un'assistenza peggiore, poi l'ente per cui l'operatore lavora, quindi i familiari che devono lottare con tensioni emozionali e conflitti che la persona in burn-out non riesce a superare".

Il burnout, inoltre, "porta ad un esaurimento emozionale che è spesso associato ad un esaurimento di tipo fisico. Frequentemente, i soggetti in burn-out soffrono di una stanchezza cronica che deriva dalla tensione che può portare anche a periodi di insonnia. Per cercare di superare questa sensazione di stanchezza si rivolgono all'uso e spesso all'abuso di sostanze eccitanti come caffè, droghe, alcool; per riuscire a sedare l'ansia assumono tranquillanti".

Spesso l'operatore arriva a provare "un sentimento negativo verso di sé, verso il suo lavoro, verso tutto quello che ha svolto. Questo continuo pensiero negativo porta l'infermiere a lavorare sempre peggio fino a dimostrare mancanza di competenze e di valori".

Inoltre questa sindrome può portare l'infermiere a prestare "meno attenzione ai bisogni del paziente che sono 'etichettati' in base al loro problema, alla loro patologia". È a questo punto che il lavoro rischia di diventare "disumanizzato e distaccato".

Come affrontare il problema?
"Per cercare di risolvere un problema, occorre prima di tutto individuarne le cause".

Ma se è vero che ogni operatore può avere reazioni diversificate alle situazioni lavorative, è anche vero "che in certe situazioni, climi, stili di vita, lo stress che si sviluppa nell'ambiente lavorativo è causato dallo squilibrio che esiste tra le richieste rivolte ad un soggetto (dove "una richiesta è qualcosa che se non è affrontata e neutralizzata in qualche modo, avrà delle conseguenze dannose per l'individuo", Lazarus & Launier, 1978), e le risorse che il soggetto stesso ha a disposizione. Molte ricerche sullo stress lavorativo sostengono che non solo l'eccesso di richieste, ma anche la mancanza e l'utilizzazione parziale delle proprie capacità sono cause di burn-out, perché l'operatore prova una sensazione di disagio e frustrazione non sentendosi utilizzato al meglio".

La tesi di laurea, che vi invitiamo a leggere attraverso il link in coda all'articolo, conclude che "il burn-out può essere prevenuto attraverso un intervento di sostegno individuale atto a raggiungere un sufficiente livello di consapevolezza di sé e di sufficienti capacità di riconoscimento e di analisi dei potenziali fattori di stress".

Dunque il burn-out "può essere sconfitto, e non deve diventare un'inevitabile pedaggio che, in questo caso, l'infermiere deve pagare per assistere gli altri. Riuscire a superare, ridurre o prevenire il burn-out negli operatori delle helping professions significa aiutarli a tessere relazioni sociali e professionali più significative, con relazioni che diano conferma e sostegno alla dimensione umana dell'infermiere".

"La sindrome del burn-out nella professione infermieristica", tesi di laurea di Giuseppe Occhipinti (formato PDF, 144 kB)

Tiziano Menduto

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.