

Operatori sanitari: come gestire il rischio stress durante la pandemia

L'Istituto Superiore di Sanità pubblica un rapporto che riporta indicazioni per la gestione dello stress lavoro-correlato negli operatori sanitari e sociosanitari durante l'emergenza COVID-19. I fattori di rischio e le indicazioni organizzative.

Roma, 27 Mag ? Uno dei temi che cominciano ad emergere, e diventeranno sempre più rilevanti nel prosieguo dell'**emergenza COVID-19**, è quello relativo agli **effetti psicologici della pandemia**.

E al di là dello stress dovuto all'emergenza, alle azioni di contrasto e alle conseguenti nuove condizioni di vita, è indubbio che ci sono attività lavorative che sono messe particolarmente a dura prova in relazione al **rischio stress lavoro-correlato**.

Ad esempio gli **operatori di area sanitaria e sociosanitaria** "hanno dovuto affrontare una serie di attività quali la riorganizzazione dei servizi e delle procedure professionali andando incontro a diverse situazioni a rischio biologico. Si sono trovati quindi a sperimentare contesti di stress e disagio personale". Inoltre l'emergenza SARS-CoV-2 ha "reso particolarmente difficile la messa in atto delle usuali strategie di gestione dei problemi sia a livello organizzativo/strutturale che individuale e le dimensioni del fenomeno e le tipologie dei bisogni dei malati COVID-19 hanno coinvolto maggiormente alcune categorie di operatori sanitari, con limitata possibilità di sostituzione, risoluzione e turnazione".

A ricordarlo in questi termini e a fornire informazioni sulla gestione dello stress lavoro-correlato in questi ambiti lavorativi è un rapporto dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS), il Rapporto ISS COVID-19 n. 22/2020 del 7 maggio, dal titolo "**Indicazioni ad interim per la gestione dello stress lavoro-correlato negli operatori sanitari e socio-sanitari durante lo scenario emergenziale SARS-COV-2**". Il documento contiene alcune indicazioni operative "per la prevenzione dello stress e per la predisposizione di interventi mirati alla protezione fisica e psicologica degli operatori di area sanitaria e sociosanitaria".



L'articolo si sofferma sui seguenti argomenti:

- Fattori di rischio e fonti di disagio per gli operatori sanitari
- L'importanza di organizzare bene ruoli e attività degli operatori
- L'indice del rapporto ISS COVID-19

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-SCORM1-[EL0696] ?#>

Fattori di rischio e fonti di disagio per gli operatori sanitari

Il rapporto ? a cura del Gruppo di lavoro ISS Salute mentale ed emergenza COVID-19 ? sottolinea che la rapidissima **evoluzione della pandemia** e il conseguente progressivo aggiornamento delle indicazioni operative nazionali e locali "ha reso necessaria una continua modifica delle strategie messe in atto, in particolare nelle zone ad elevata prevalenza COVID, impegnando gli operatori ad adattamenti organizzativi altrettanto continui. In alcuni casi nel giro di pochi giorni intere strutture sanitarie, o parti di esse, sono state riorganizzate e completamente dedicate all'emergenza COVID-19".

In particolare gli **operatori sanitari** si sono trovati "esposti a fattori di rischio per la propria sicurezza personale ed è stata loro richiesta l'immediata e ripetuta modifica di attività e procedure, ma ancor più di équipe e spazi/luoghi di lavoro, in una situazione totalmente nuova e imprevedibile". E le misure di contrasto della diffusione del virus "hanno sovvertito i modi usuali della vicinanza e del contatto, con i pazienti e i parenti, tra operatori, con i propri familiari, rendendo particolarmente difficile ritrovare modi per recuperare le energie, sia fisiche sia emotive". Senza dimenticare che il differente impatto dell'emergenza SARS-CoV-2 nel territorio nazionale "ha determinato scenari locali e conseguentemente esigenze molto diversificate e gli operatori sono stati chiamati ad individuare e sperimentare modalità di intervento adattate agli specifici contesti".

In definitiva, come conseguenza dello scenario emergenziale, gli operatori di area sanitaria e sociosanitaria "stanno quindi affrontando esperienze professionali e contesti personali caratterizzati da **stress molto elevato**, che potrebbero avere rilevanti implicazioni per il loro benessere fisico ed emotivo".

Sono segnalati alcuni **fattori di stress**:

- "l'esposizione al rischio biologico,
- la iniziale difficoltà generalizzata nel reperimento dei dispositivi di protezione individuale,
- il carico di lavoro eccessivo e la mancanza di riposo,
- la gestione di pazienti complessi,
- l'assenza di cure di dimostrata efficacia,
- la discrepanza tra bisogni dei pazienti e risorse a disposizione nei momenti di picco".

Inoltre ulteriori **fonti di disagio** "possono includere sentimenti di vulnerabilità o perdita di controllo, la preoccupazione per la propria salute e di diffondere l'infezione ai propri familiari, la mancanza di contatto con le famiglie e ancor più la difficoltà a condividere con loro le emozioni connesse al lavoro, la preoccupazione per l'improvvisa interruzione prolungata delle relazioni con i figli, soprattutto se piccoli". Tra i fattori di stress a cui gli operatori sono esposti, vengono poi riportati "l'elevata responsabilità, il carico delle aspettative, la paura di non fare abbastanza e la rabbia verso l'organizzazione, possibili vissuti di colpa in caso di tempo dedicato a sé stessi, l'alterazione della distanza relazionale medico-paziente e fenomeni di stigmatizzazione".

Il sovraccarico e lo stress prolungati "influenzano inoltre attenzione, comprensione e capacità decisionale, e possono avere un effetto duraturo sul benessere generale"

Si sottolinea che la protezione degli operatori di area sanitaria e sociosanitaria "è quindi una componente importante delle misure di sanità pubblica per affrontare l'epidemia COVID-19, e promuovere la loro **salute mentale** ne è un elemento fondamentale".

L'importanza di organizzare bene ruoli e attività degli operatori

Riguardo alle possibili **indicazioni organizzative e pratico-operative** si segnala che il livello di stress e il rischio di burnout degli operatori "sono influenzati da numerose variabili strutturali, logistiche, organizzative e correlate al clima relazionale". E si ipotizza che "alcuni interventi organizzativi definiti in altri ambiti possano avere effetti positivi nel supportare gli operatori sanitari e socio-sanitari nella **gestione dello stress correlato al lavoro** anche durante il presente scenario emergenziale".

A questo proposito si indica che è indispensabile che ogni struttura sanitaria o sociosanitaria "verifichi, tramite un **gruppo multiprofessionale integrato** (il cui referente partecipi da subito alle attività dell'unità di crisi aziendale), la possibilità di adottare tutte le modalità organizzative e pratico-operative necessarie a ridurre il disagio degli operatori". Gli interventi devono poi essere "attivati e resi accessibili in modo differenziato, con mix da rimodulare tempestivamente nel tempo, tenendo conto sia di elementi connessi alla pandemia (livello di diffusione locale, andamento nel tempo, fase) sia di elementi professionali, personali e di contesto che possono determinare un maggior rischio di distress per gli operatori".

Il documento si sofferma, ad esempio, sulle indicazioni per **organizzare ruoli e attività degli operatori**.

Si indica che è particolarmente importante "mantenere un efficace **flusso comunicativo** tra il vertice aziendale, le singole unità operative/unità d'offerta e gli operatori, tramite comunicazioni chiare e periodiche sull'andamento della situazione interna e sulle strategie progressivamente messe in atto per riorganizzare le attività, nonché garantire e potenziare il coordinamento e l'integrazione tra le diverse aree operative".

In particolare i responsabili delle strutture sanitarie e sociosanitarie (sia a livello di vertice aziendale che delle singole "unità operative/unità d'offerta") "devono prestare **massima attenzione alle seguenti attività**:"

- **organizzare e coordinare la comunicazione:** i responsabili delle strutture sanitarie e sociosanitarie dovrebbero pianificare, organizzare e coordinare la comunicazione con gli operatori e tra gli operatori. Gli operatori di area sanitaria e sociosanitaria devono ricevere comunicazioni chiare, puntuali e aggiornate sulle procedure e sulle misure da attuare nei diversi contesti e sulle loro motivazioni, inclusi i criteri di priorità da applicare nel momento in cui possano venirsi a determinare temporanee carenze nelle disponibilità e approvvigionamenti (DPI, tamponi o altro).

- **organizzare spazi e tempi di lavoro:** compatibilmente con i livelli dell'epidemia, i responsabili delle strutture sanitarie e sociosanitarie devono prestare massima attenzione all'organizzazione degli spazi e dei tempi di lavoro. L'assegnazione di ruoli e mansioni deve avvenire tenendo conto delle capacità professionali e delle condizioni personali e di salute degli operatori. È opportuno cercare di evitare il più possibile sovraccarichi di lavoro prolungati e garantire delle pause e il rispetto di momenti di riposo che sono importanti per il benessere fisico e mentale e favoriscono l'attuazione di attività di auto-cura.

- **favorire condivisione e lavoro di équipe:** mantenere alta la coesione tra operatori favorisce un clima di accoglienza e di supporto. Gli scambi comunicativi con i colleghi sono importanti per ridurre il senso di isolamento e stimolare il senso di appartenenza a un gruppo. I responsabili delle strutture dovrebbero promuovere la collaborazione tra gli operatori cercando di supportare in particolare coloro che sperimentano attività specialistiche a cui non sono familiari.

- **favorire modalità omogenee tra unità operative:** dovrebbero inoltre essere strutturati momenti di condivisione tra le diverse équipe relativamente alle modalità di gestione delle comunicazioni con i pazienti e con i parenti, e per quanto possibile tra pazienti e parenti, favorendo la diffusione delle strategie e buone pratiche sviluppate e nella direzione di modalità omogenee tra unità operative.

- **valorizzare gli operatori:** i responsabili delle strutture dovrebbero inoltre riconoscere e valorizzare il contributo personale e professionale offerto dai singoli e il valore degli sforzi compiuti per finalità di interesse collettivo".

Rimandiamo alla lettura integrale del Rapporto ISS che si sofferma su varie altre indicazioni operative, ad esempio relative alla formazione e alla promozione e monitoraggio del benessere psicologico.

L'indice del rapporto ISS COVID-19

Riportiamo in conclusione l'indice del **Rapporto ISS COVID-19 n. 22/2020**.

Introduzione

Indicazioni organizzative e pratico-operative

Organizzare ruoli e attività degli operatori

Garantire la formazione

Formazione a distanza

Formazione attraverso i rapporti tecnici

Favorire interventi materiali di sostegno

Promuovere e monitorare il benessere psicologico

Strategie individuali di sostegno

Monitoraggio delle reazioni correlate al disagio

Attivare supporti psicologici e psichiatrici

Interventi di supporto psicologico

Interventi psichiatrici e psicofarmacologici

Differenziare le risposte a seconda del contesto

Bibliografia

Scarica il documento da cui è tratto l'articolo:

Gruppo di lavoro ISS Salute mentale ed emergenza COVID-19, " Indicazioni ad interim per la gestione dello stress lavoro-correlato negli operatori sanitari e socio-sanitari durante lo scenario emergenziale SARS-COV-2" - Versione del 7 maggio 2020. Roma: Istituto Superiore di Sanità; 2020 - Rapporto ISS COVID-19, n. 22/2020 (formato PDF, 1.58 MB).

Scarica la normativa di riferimento:

DECRETO-LEGGE 19 maggio 2020, n. 34 - Misure urgenti in materia di salute, sostegno al lavoro e all'economia, nonché di politiche sociali connesse all'emergenza epidemiologica da COVID-19

DECRETO DEL PRESIDENTE DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI 17 maggio 2020 - Disposizioni attuative del decreto-legge 25 marzo 2020, n. 19, recante misure urgenti per fronteggiare l'emergenza epidemiologica da COVID-19, e del decreto-legge 16 maggio 2020, n. 33, recante ulteriori misure urgenti per fronteggiare l'emergenza epidemiologica da COVID-19

DECRETO-LEGGE 16 maggio 2020, n. 33 - Ulteriori misure urgenti per fronteggiare l'emergenza epidemiologica da COVID-19

Leggi gli altri articoli di PuntoSicuro sul nuovo coronavirus Sars-CoV-2



Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

www.puntosicuro.it