

# Covid-19: burnout degli operatori sanitari

Negli operatori coinvolti nella gestione dell'emergenza la predisposizione a "mettere al centro" pazienti e familiari nel percorso di cura potrebbe essere un fattore protettivo rispetto al rischio di sviluppare burnout

**I**l 70%, degli operatori sanitari impegnati nel fronteggiare l'emergenza Covid-19 ha mostrato sintomi di burnout e il 90% ha dichiarato di avere avvertito stress psico-fisico.

È la sintesi dal quadro cerniera dalla ricerca promossa dal Centro di ricerca EngageMinds HUB dell'Università Cattolica del Sacro Cuore, campus di Milano - in collaborazione con la Società Italiana di Management e Leadership in Medicina (SIMM) e con il Segretariato Italiano Giovani Medici (SIGM) - nell'ambito del progetto "COPE" (Covid 19-related outcomes of health professionals during the epidemic).

## ► Risultati

575 medici hanno risposto a un questionario sul loro stato di salute, riportando la loro esperienza di sintomi psico-fisici (irritabilità, difficoltà ad addormentarsi, tensioni muscolari), i loro livelli di burnout e l'orientamento all'*engagement* di pazienti e familiari. Ai professionisti è stato chiesto di condividere l'entità del loro livello di preoccupazione e di rischio percepito di contagio: i risultati mostrano alti livelli di preoccupazione (circa 8 in una scala da 1 a 10) e di percezione del rischio di essere contagiati (4 in una scala da 1 a 5), indipendentemente dagli anni di esperienza lavorativa.

Inoltre il 93% riporta di aver avvertito nell'ultimo mese almeno un sintomo di stress psico-fisico. In particolare, il 65% ha dichiarato di essere più irrita-

bile del normale, il 62% di avere avuto maggiori difficoltà ad addormentarsi, circa il 50% di aver sofferto di incubi notturni, il 45% di aver avuto crisi di pianto e il 35% palpitazioni.

Per quanto riguarda lo stress lavorativo, un operatore su tre mostra segni di alto esaurimento emotivo (la sensazione di essere emotivamente svuotati, logorati ed esausti) e uno su quattro moderati livelli di depersonalizzazione (tendenza ad essere cinici, trattare gli altri in maniera impersonale o come "oggetti", sentirsi indifferenti rispetto ai pazienti e ai loro familiari).

I dati, inoltre, mostrano come gli operatori più orientati al *patient engagement*, ossia che considerano l'alleanza con i pazienti e i loro familiari come un elemento imprescindibile per la gestione della cura e ne legittimano il ruolo attivo nella prevenzione o mitigazione della sintomatologia da Covid-19, si sentano maggiormente gratificati sul lavoro e riportino, in generale, livelli di stress e burnout inferiori.

D'altro canto, la predisposizione a "mettere al centro" pazienti e familiari nel percorso di cura, in linea con altri studi precedenti (Epperson, 2016), sembra essere un fattore protettivo rispetto al rischio di sviluppare sintomatologie di stress ed esaurimento emotivo negli operatori coinvolti nella gestione dell'emergenza.

## ► Commenti

"L'impatto della crisi sanitaria sul benessere dei professionisti della salute

è stata e sarà importante a livello globale. Si stima che le ricadute possano essere non solo visibili sulla salute dei lavoratori nell'immediato, ma con importanti ripercussioni nel lungo termine. Tuttavia, sensibilizzare gli operatori sanitari all'importanza dell'*engagement* dei pazienti e dei loro familiari può essere una strategia per mitigare questi rischi", afferma la Prof. Guendalina Graffigna, Direttore di EngageMinds HUB.

"Durante l'emergenza, ma anche nella cosiddetta fase di "convivenza" con il virus, i professionisti sanitari dovrebbero poter ricevere adeguato supporto emotivo al fine di salvaguardarli dal rischio di dimenticare la propria natura umana. Il costo psicologico della pandemia per gli operatori della salute, di fatto, non può essere negato né sottostimato" - osserva **Claudia Marotta**, presidente SIGM.

Il rischio di non considerare prioritari interventi di prevenzione psicologica sistematizzati e di lunga durata focalizzati sulla promozione del benessere è quello di cronicizzare una condizione già complessa che l'emergenza Covid-19 facilmente peggiorerà. "D'altro canto - concludono i ricercatori - la più grande sfida e opportunità per il sistema socio-sanitario oggi è, forse, quella di ricostruire quel senso empatia che ci unisce e ci permette di riconoscerci reciprocamente come esseri umani".

Fonte: [www.cattolicanews.it](http://www.cattolicanews.it)