



EFFETTO FILTRO: IL BURNOUT IN DIALISI. INDAGINE CONOSCITIVA E STRUMENTI DI INTERVENTO

Francesca Manari, S. Mennilli, L. Di Liberato, M. Bonomini

Unità Operativa di Nefrologia e Dialisi, Ospedale Clinicizzato SS. Annunziata, Chieti

Introduzione

“Per rimuovere le tossine in dialisi, uno speciale liquido scorre attraverso il filtro e bagna le fibre dall'esterno, mentre il sangue scorre e si depura”.

L'immagine del filtro richiama un duplice significato: positivo e negativo. Considerando il significato positivo, nella realtà lavorativa ognuno sperimenta limiti motivazionali e frustrazioni, compromessi, insoddisfazioni e conflitti. Ognuno deve adattarsi modificando nel tempo schemi e atteggiamenti ritenuti intoccabili, abitudini e significati personali. L'individuo che in maniera più plastica e flessibile riesce a far fronte alle condizioni di stress attraverso strategie di significato e di comportamento, e soprattutto attraverso le resilienze che riescono a sostenere una efficace stima di sé, saprà trarre dalle situazioni qualche elemento utile per rinnovare la motivazione personale. All'occorrenza saprà difendersi utilizzando il suo ruolo professionale come FILTRO selettivo e la sua identità a cui attingere le risorse residue. Il negativo si riferisce all'immagine del filtro che raccoglie e poi si riempie, all'accumulo di stress lavorativo dettato da vari fattori che non trova modo di fluire liberamente e quindi ne determina un sovraccarico ed un esaurimento tipico del burnout (Fig. A).

Fig. A. Effetto filtro: filtro negativo, filtro positivo.



In psicologia la ridefinizione in positivo di una problematica è l'elemento chiave che può determinare la buona riuscita di un percorso terapeutico.

Costretto a confrontarsi costantemente con alti livelli di sofferenza dei pazienti nefropatici cronici, con vissuti di perdita legati alle funzioni organiche, alle limitazioni imposte dalla malattia, alla propria autonomia e aspettative future, e vissuti legati alla morte, il personale sanitario di un centro di Nefrologia e Dialisi è inevitabilmente esposto al rischio di burnout.

Nell'ambito di un progetto di ricerca condotto presso l'Unità Operativa di Nefrologia e Dialisi dell'Ospedale SS. Annunziata di Chieti nell'anno 2019-2020, l'inserimento della figura dello psicologo ha permesso la realizzazione di un programma di valutazione del burnout nel personale medico ed infermieristico.

Metodologia

L'indagine conoscitiva, condotta dal 2019 al 2020, si è basata sulla somministrazione di questionari prima e dopo l'intervento psicologico, il cui obiettivo è quello di preservare l'elemento che garantisce il progetto di cura per il paziente, ossia la relazione di aiuto. L'intervento psicologico caratterizzato da attività di formazione e colloqui di sostegno al disagio del personale contribuisce a evitare l'acuirsi di tensioni o contrasti tra gli operatori, tutelando così la qualità del contesto di cura del malato.

Lo strumento utilizzato per rilevare i livelli di burnout è il Maslach Burnout Inventory. Il campione di riferimento è composto da 21 soggetti, 7 medici e 14 infermieri.

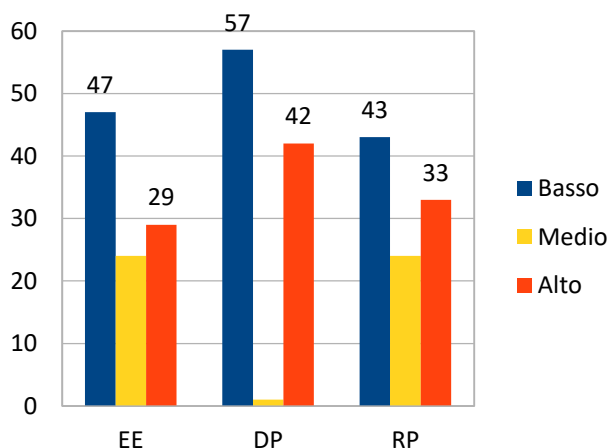


Fig. 1 Punteggi bassi, medi, alti nelle tre categorie del MBI nella fase pre test

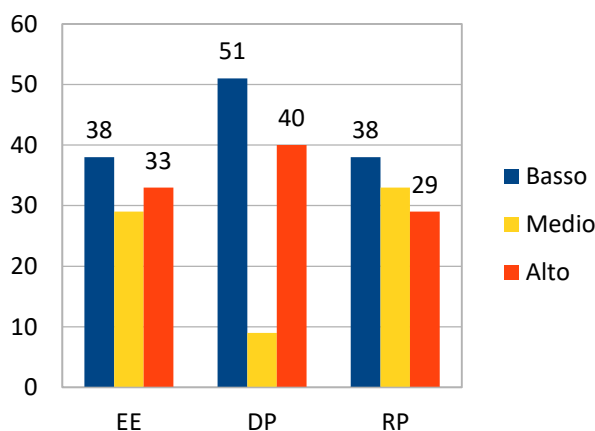


Fig. 2 Punteggi bassi, medi, alti nelle tre categorie del MBI nella fase re-test

Risultati

Ciò che è emerso confrontando i punteggi delle tre dimensioni (Esaurimento Emotivo, Depersonalizzazione, Realizzazione Personale; rispettivamente EE, DP, RP nelle figure) nei livelli di burnout basso, medio e alto, prima e dopo l'intervento psicologico, è una leggera riduzione dei punteggi alti ed un piccolo miglioramento nei punteggi bassi, con aumento dei punteggi medi di tutte e tre le dimensioni, in particolare nell'area della Realizzazione Personale. Sembra quindi che il supporto psicologico abbia contribuito alla riduzione del disagio lavorativo del personale sanitario e dei livelli di demotivazione e distacco relazionale. In particolare l'intervento psicologico può rappresentare un importante strumento per la prevenzione del burnout sia a livello individuale che organizzativo. A livello individuale preservando la relazione di aiuto con il paziente, acquisendo strumenti emotivi e psicologici per gestire la relazione, evitando conflitti, depersonalizzazione e/o astinenza emotiva e ricevendo un sostegno al proprio disagio. A livello organizzativo consentirebbe di abbassare i livelli di tensione o

contrasti tra gli operatori sanitari, una migliore risoluzione dei conflitti tra colleghi e/o superiori, favorirebbe la comunicazione e permetterebbe di valorizzare e riconoscere le competenze, promuovendo un'equa divisione del lavoro.

Conclusioni

Il burnout rappresenta una delle più grandi sfide per il personale sanitario. Esso influenza il benessere psicofisico, le relazioni interpersonali, la soddisfazione personale e la cura del paziente.

Nel rapporto di quest'anno Medscape ha indagato in che modo le diverse generazioni di sanitari sperimentino e rispondano alle pressioni che affrontano, sottolineando differenze legate sia all'età che al genere, con una maggiore percentuale di burnout tra i 40 e i 54 anni e per le donne.

L'intervento psicologico rivolto al personale sanitario nefrologico risulta efficace sia come strumento di prevenzione al burnout, sia come mezzo utile nell'individuazione di casi di operatori in difficoltà, sia come risorsa nell'accrescere la motivazione nello svolgimento della propria professione. Ciò consente di lavorare sulle modalità comunicative e gli stili difensivi utilizzati nella relazione con il paziente, al fine di esplorare le percezioni emotive di sé e del paziente che possono condizionare la relazione terapeutica.

Bibliografia

1. Aiutare senza bruciarsi. Come superare il burnout nelle professioni di aiuto. Luciano Sandrin, 1998. Editore Paoline.
2. Medscape National Physician Burnout & Suicide, Report 2020: The Generational Divide, Leslie Kane, MA/ January 15, 2020/ Contributor Information.
3. L'inserimento della figura dello psicologo all'interno dell'unità operativa di Nefrologia - Dialisi -Ipertensione - Ratti Maria Monica, Giulia Bruna Delli Zotti, Donatella Spotti, Lucio Sarno. Giornale Italiano di Nefrologia, 2014.
4. Stress lavorativo, burnout e strategie di coping, attraverso una lettura sistemica del contesto lavorativo. Antonio Puleggio e Sandra Sostegni, [Novembre - Dicembre 2018, n. 11 - 12 anno III – Exàgère Rivista](#).