



STRESS E BURNOUT, FENOMENI PRESENTI NEGLI INFERMIERI IN DIALISI?

Alessandro Pizzo¹, Salvatore Porzio¹, Giuseppe Di Pietro², Donato Dileo², Valerio Neiviller¹, Maria Teresa Parisotto³

¹NephroCare Italia, Coordinamento Infermieristico, Napoli, Italia

²Freelancer, Taranto, Italia

³Freelancer, Milano, Italia

INTRODUZIONE

Il termine stress è inteso come una risposta aspecifica dell'organismo ad uno stimolo esterno. In base alla durata dell'evento stressante si parla di stress acuto quando lo stimolo si verifica una volta con durata limitata, stress cronico se permane nel tempo¹.

Burnout è una parola di origine anglosassone che letteralmente significa esaurimento, crollo o surriscaldamento, indicando una condizione di stress provocato dal lavoro che determina un logorio psicofisico e che interessa in varia misura, diversi operatori e professionisti che sono impegnati quotidianamente e ripetutamente in attività che implicano le relazioni interpersonali². Il Burnout è una risposta psicologica allo stress cronico lavorativo di natura interpersonale ed emozionale che appare nei professionisti che lavorano direttamente con i pazienti.

Stress e Burnout sono spesso collegati tra loro nel personale infermieristico⁷.

Difatti lo stress cronico insorge con l'inizio del Burnout e contribuisce a creare uno stato di nervosismo di eccitabilità emotiva che interferisce nella relazione d'aiuto infermiere-paziente³.

Alcuni studi sono stati effettuati per valutare la presenza di stress e burnout tra gli infermieri in emodialisi e ben note in letteratura sono le potenziali cause di difficoltà emotive che possono essere sintetizzate in : Rapporti interpersonali con colleghi non sempre positivi; Mancata realizzazione di aspettative lavorative; Dover conoscere l'utilizzo di macchine ed attrezzature con la consapevolezza delle gravi conseguenze in caso di errore; Consapevolezza di essere impotenti a patologie come l'insufficienza renale cronica; Routine delle attività svolte giornalmente; Intenso coinvolgimento emotivo tra infermiere ed utente⁴.

Lo scopo di questo lavoro è stato quello di valutare il livello di stress ed eventuale presenza di Burnout all'interno dei team di lavoro infermieristici di due Centri Dialisi.

METODOLOGIA

Nell'Ottobre 2018 è stato somministrato in maniera anonima agli infermieri in servizio in due Centri Dialisi, la versione italiana non validata del Burnout Questionnaire (BQ) standard dell'American Public Welfare Association. Il questionario è composto da 25 item mirati alla valutazione del grado di stress del soggetto e la sua possibile evoluzione in Burnout.

A ciascuna domanda del test era possibile rispondere attraverso 5 voci di una scala Likert e ad ognuna di queste veniva attribuito un relativo punteggio: mai (1), raramente (2), a volte (3), spesso (4), sempre (5) (Tab.1).

Tab.1

Burnout Questionnaire				
Tu				
	Risp.			
1		Hai pensieri di notte e fai fatica a dormire?		
2		Ti senti meno competente o efficiente del solito?		
3		Ti consideri "usato" o non apprezzato al lavoro?		
4		Ti senti sempre stanco anche se dormi a sufficienza?		
5		Ti pesa andare al lavoro?		
6		Ti arrabbi o ti irriti facilmente?		
7		Hai ricorrenti mal di testa, dolori allo stomaco o alla schiena?		
8		Ti senti sopraffatto?		
9		Guardi sempre l'orologio?		
10		Eviti la conversazione con i colleghi di lavoro?		
11		Applichi rigidamente le regole senza considerare soluzioni più creative?		
12		Consumi alcool o droghe?		
13		Esprimi automaticamente attitudini negative?		
14		Sei spesso assente?		
Il tuo lavoro				
15		Ti sovraccarica?		
16		Ti nega pause, tempo per il pranzo, congedi malattia o vacanze?		
17		Ti richiede turni lunghi e frequenti straordinari?		
18		Sei pagato poco?		
19		Al lavoro mancano gruppi di supporto socio-professionale?		
20		Il tuo lavoro si basa su fondi economici non regolari?		
21		Ti manca l'accesso a fondi adeguati per raggiungere gli obiettivi prefissati?		
22		Mancano linee guida chiare?		
23		Comprende molti compiti tanto da farti sentire frammentato?		
24		Ti richiede spesso di confrontarti con rapidi cambi di programma?		
25		Ti richiede di confrontarti con "utenti" arrabbiati?		
	___	Totale (somma i valori nella colonna delle risposte)		
Assegna un punteggio ad ognuna delle 25 domande secondo la scala seguente				
1 = Mai 2 = Raramente 3 = A volte 4 = Spesso 5 = Sempre				
Punteggio complessivo				
□ 25 - 35 Assenza di stress	□ 36 - 50 Stress lieve	□ 51 - 70 Stress moderato	□ 71 - 90 Alti livelli di Stress	□ >90 Livello molto alto di stress con presenza di avanzato burnout
Valutato da:				Data:

I risultati del test fornivano attraverso la somma di tutti i punteggi, cinque diverse categorie rappresentanti diversi livelli di stress: stress assente (25-35pt), lieve (36-50pt), moderato (51-70), alto livello di stress (71-90) e molto alto con presenza di Burnout avanzato (>91).

Nel Novembre 2018 al fine di identificare le maggiori fonti di stress, è stato chiesto al personale infermieristico coinvolto nello studio, di compilare di un ulteriore questionario anonimo ed in modalità on-line attraverso un Modulo Google. Tale questionario a risposta multipla prevedeva i seguenti fattori di stress: carichi di lavoro, introduzione di nuove tecnologie, motivazioni personali, condizioni di lavoro, burocrazia e lavoro amministrativo, relazioni e comunicazione nel team di lavoro, mancanza di collaborazione da parte dei colleghi, conflitti interpersonali, routine lavorativa, comportamenti irrispettosi dei pazienti.

A Gennaio 2019 è stato attivato mediante una collaborazione tra il Management aziendale e l'Ufficio Human Resources, un progetto aziendale su base nazionale per il supporto ai professionisti sanitari attraverso degli incontri con un team di psicologi, volto a migliorare le relazioni, la comunicazione ed i fattori di stress più rilevati.

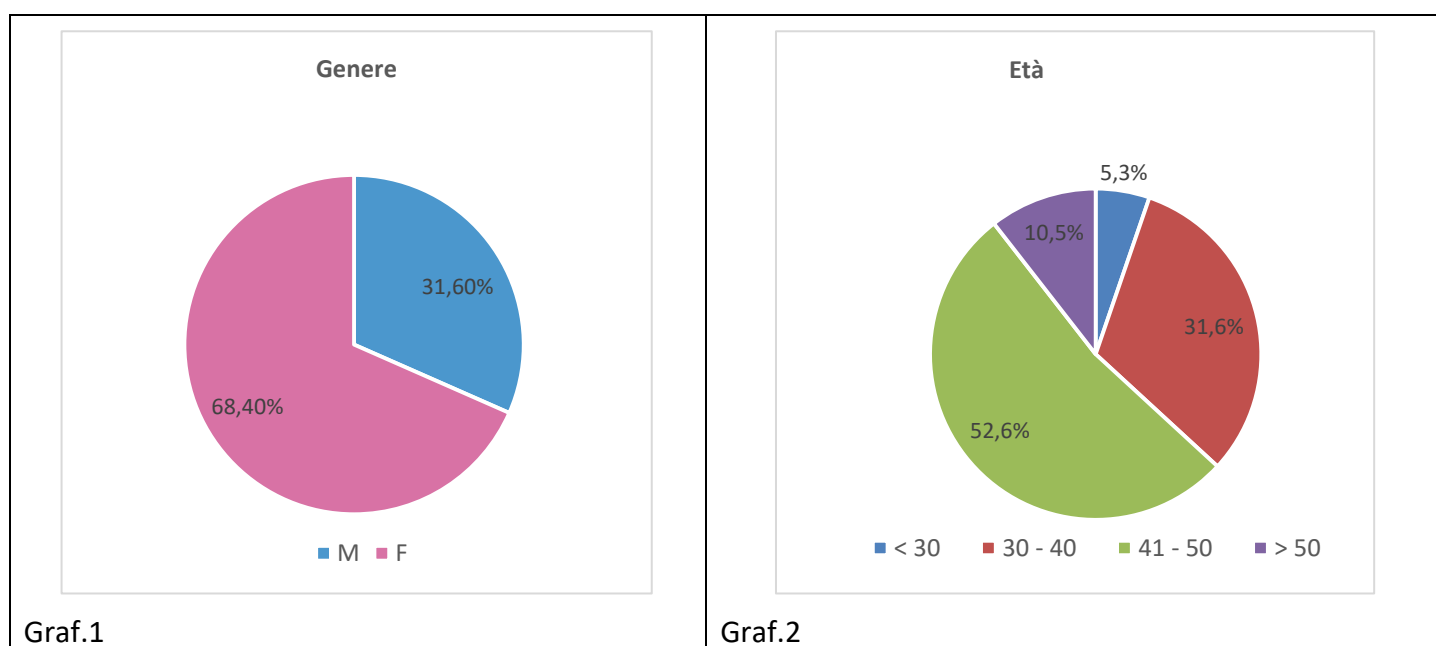
RISULTATI

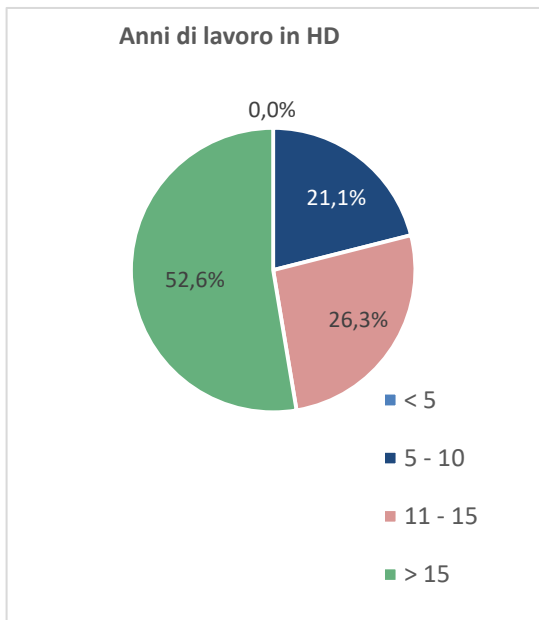
Il campione analizzato è pari a n.19 infermieri di cui il 68,4% erano donne, il 52,6% apparteneva alla fascia d'età tra i 41-50 anni, il 52,6% era in servizio in dialisi da più di 15 anni e nessuno del personale intervistato aveva meno di 5 anni di servizio (Graf.1,2,3).

La somministrazione del BQ ha evidenziato che il 5,26% degli infermieri intervistati non presentava sostanziali livelli di stress (punteggio 25-35).

Il 36,85% era associato al punteggio al livello di stress lieve (punteggio 36-50), il 42,10% ad uno stress moderato (punteggio 51-70), il 15,79% ad alti livelli di stress e possibile inizio di burnout (punteggio 71-90) e nessuno presentava i massimi livelli di stress con burnout conclamato (punteggio > 90) (Graf.4).

Tra i maggiori fattori di stress riscontrati alla somministrazione del questionario online si evincono: comportamenti irrispettosi dei pazienti per il 42,1%, la routine lavorativa 42,1%, conflitti interpersonali 31,6%, mancanza di collaborazione tra colleghi 31,6%, problemi relativi alle relazioni personali e/o comunicazione nel team infermieristico per il 26,3% (Graf.5).

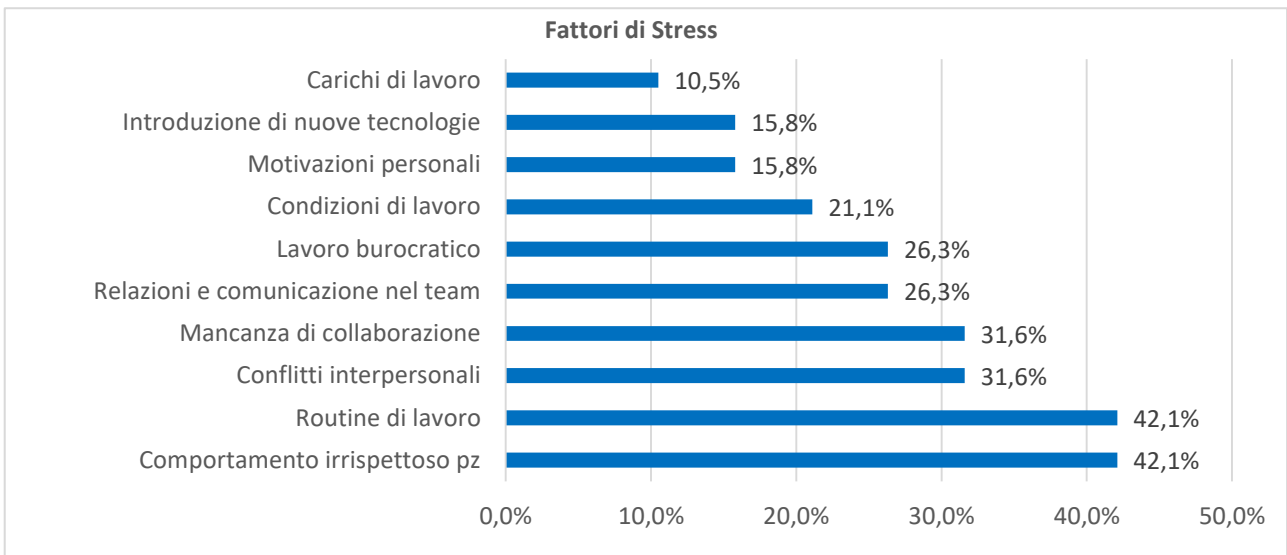




Graf.3



Graf.4



Graf.5

CONCLUSIONI

Il presente lavoro mostra che lo stress e l'esposizione al rischio di burnout, così come illustrato nelle fonti bibliografiche consultate, possono essere fenomeni presenti negli infermieri che lavorano in dialisi poiché quotidianamente a contatto con le difficoltà e sofferenze dei propri assistiti, affetti da patologia renale cronica. L'identificazione della presenza di stress e l'analisi dei fattori che lo determinano, sono strategie importanti per poter pianificare degli interventi correttivi utili a ridurre le probabilità di giungere al burnout, impedendo che questo interferisca con gli aspetti personali ed organizzativi e sulle capacità professionali degli infermieri di soddisfare i bisogni assistenziali dei pazienti.

BIBLIOGRAFIA

1. State of mind, the journal of psychological sciences;
2. Weinberg A, Creed F. Stress and psychiatric disorders in health care professionals and hospital staff. *Lancet* 2000; 355; 533-37;
3. Pelosi P., Caironi P., Vecchione A., Trudu G., Malacrida R., Tomachel M., Ansia e stress del personale infermieristico, *Minerva Anestesiol* 1999; 65 pp. 108-115;
4. Lewis SL, Bonner PN, Campbell MA, Cooper CL, Willard A. Personality, stress, coping and sense of coherence among nephrology nurses in dialysis setting;
5. Kotzabassaki S, Parissopoulos S. Burnout in renal care professional;
6. *Public Welfare*, vol.39, n.1, 1981, American Public Welfare Association
7. Weinberg A, Creed F. Stress and psychiatric disorders in health care professionals and hospital staff. *Lancet* 2000; 355; 533-37.