



## Progetto PsychHeroHub

### *L'altra emergenza*

I professionisti sanitari sono in prima linea nell'affrontare l'emergenza COVID-19 che ha colpito il nostro paese. Per quanto la stampa ci riporti quotidianamente storie di eroismo e abnegazione da parte dei nostri dottori e infermieri, non bisogna trascurare gli effetti che la situazione di emergenza prolungata hanno proprio sull'impegno lavorativo.

Medici e infermieri sono sottoposti a turni più lunghi e sfiancanti, alla sospensione di ferie e permessi, oltre che all'adozione di nuovi protocolli che destabilizzano le loro abitudini. Il rischio di essere contagiati dall'epidemia è inoltre aumentato per coloro che lavorano a stretto contatto con pazienti; più di dodicimila medici sono stati contagiati fino ad oggi, e circa centoventi medici e trenta infermieri sono deceduti sul territorio nazionale a causa dell'infezione.

Grande preoccupazione è destata dagli effetti psicologici: uno studio condotto presso l'Istituto Europeo di Oncologia ha mostrato che circa duecentosettanta professionisti sanitari in tutta Italia percepiscono forte stress, senso di abbandono da parte delle istituzioni, depressione ed emozioni negative persistenti, come la paura, per se stessi ma in misura considerevolmente maggiore per i propri colleghi e familiari.

Da ultimo, tali conseguenze non possono essere ascritte al solo periodo della pandemia: le ricerche mostrano che vissuti negativi e stressanti sul lavoro possono *cronicizzarsi* con notevoli strascichi a lungo termine, per esempio la sindrome di *burnout*, una forma di esaurimento emotivo con conseguenze devastanti non solo per il benessere e la salute degli operatori, ma anche per la qualità del lavoro del sistema sanitario in senso lato.

### *Prendiamoci cura di chi si prende cura di noi*

All'emergenza che si prospetta in termini di esaurimento psicologico è necessario dare una risposta immediata tramite:

- la comprensione e il monitoraggio continuo delle conseguenze psicologiche, a breve e lungo termine, che la pandemia sta avendo sugli operatori sanitari;
- l'attivazione di supporto psicologico (azioni il più possibile personalizzate) per gestire il distress e il disagio.

### *Un dottore per i dottori*

Proponiamo di sviluppare e diffondere una piattaforma per il monitoraggio della situazione psicologica del professionista sanitario, comprensiva di risorse immediatamente disponibili e personalizzabili per la gestione dello stress e del disagio, oltre che della possibilità di entrare in contatto immediato con il professionista della salute mentale in casi di emergenza.

La piattaforma si chiamerà **PsychHeroHub**, a enfatizzare il suo obiettivo di aiutare i professionisti della salute ad affrontare il loro stesso disagio nella situazione di pandemia e nel periodo successivo. La piattaforma svolgerà funzioni di:

- Valutazione e monitoraggio dello stato psicologico: i dati rilevati in questa sezione (tramite inserimento dell'operatore) permetteranno di ottenere un profilo personalizzato dell'operatore sanitario, della sua condizione, dei suoi sintomi, che guiderà la personalizzazione degli interventi;
- Self-management e prevenzione, il cui obiettivo è fornire agli operatori le risorse per gestire autonomamente la propria condizione (per esempio video e ambienti immersivi, esercizi di rilassamento, contenuti psico-educazionali sulle strategie adottabili per affrontare la situazione di stress patologico), fornendo soluzioni differenziate sulla base delle rilevazioni del singolo individuo (personalizzazione);
- presa in carico degli operatori sanitari da parte del team di professionisti della salute mentale. In base ai risultati dell'assessment della prima sezione, se si riscontra la presenza di disagio psicologico, sintomi o fattori di rischio particolari, verrà attivato il contatto con il professionista.

### *Puntiamo a realizzare:*

- **Una risorsa facilmente utilizzabile da tutti gli operatori sanitari per ottenere riconoscimento, valutazione e una risposta efficace alla situazione di stress ed esaurimento emotivo;**

- **Un servizio per la promozione della salute e del benessere negli operatori sanitari, specificamente focalizzato sull'emergenza corrente e costantemente aggiornato secondo i cambiamenti di scenario;**
- **Contenimento del rischio di *burnout*, seria minaccia alle attività del sistema sanitario, già provato dall'emergenza**
- **Un notevole risparmio sui costi per il sistema sanitario nazionale, che si troverà sempre più a dover fronteggiare i rischi per lo stato di salute dei professionisti oltre a quello dei pazienti**