



COVID-19: VOCI IN CORSIA

«Il panico non fa parte del bagaglio culturale di un'infermiera» diceva Elizabeth Kenney ed è proprio ciò che possiamo verificare al giorno d'oggi. I media e gli articoli di giornale ne parlano identificando coloro che fanno parte del personale sanitario come “eroi”, sui social spopolano immagini di occhi stanchi e volti segnati dai diversi dispositivi di protezione necessari per un vis à vis con coloro che sono affetti da Covid-19. Sono proprio quelle immagini che ci permettono di fermarci, riflettere e interrogarci su cosa realmente significhi indossare un camice e una mascherina incessantemente per ore e andare a fronteggiare l'emergenza in prima linea.

Una ricerca condotta da Jianbo Lai et al. e pubblicata sul Journal Of American Association ha dimostrato che su un numero pari a 1257 operatori sanitari di diversi ospedali della Cina, il **50,4%** ha riportato sintomi di **depressione**, il **44,6%** sperimenta sintomi connessi all'**ansia**, il **34%** soffre di **insonnia** e il **71,5%** sperimenta uno stato di **angoscia**. Queste significative percentuali forniscono delle informazioni particolarmente importanti su quello che risulta essere lo **stato psicologico** di queste figure.

Risultati simili sono emersi da una ricerca condotta dal Dipartimento di Psichiatria dell'Università di Yang-Ming nel 2003, in cui si indagava lo stato psicologico degli infermieri durante la fase acuta dell'epidemia di SARS, si è notato che gli infermieri che operavano in tali unità erano soggetti a livelli più elevati di insonnia e depressione. È emerso inoltre che l'insorgenza di sintomi psichiatrici era connessa non solo ad un'esposizione diretta con i pazienti affetti, precedenti disturbi dell'umore, percezione di sensazioni negative ma anche giovane età.

Lavorare nell'ambiente ospedaliero al giorno d'oggi implica il fatto che anche semplici azioni che prima richiedevano attenzione e accortezza, possano rendere il soggetto maggiormente vulnerabile sotto il punto di vista psicologico. Processi di vestizione, ritmi incalzanti, dolori fisici dati dalle diverse protezioni, inevitabile è la **paura del contagio** e soprattutto di ricoprire il ruolo di mina vagante per una famiglia che nel frattempo attende a casa. Vi sono anche coloro che vivono un isolamento piuttosto rigido, poiché costretti a non poter condividere gli stessi spazi con persone che non hanno un diretto contatto con il virus.

Di fronte alla complessità del quadro si cerca quindi di ragionare a lungo termine per capire cosa potrebbe accadere in un momento seguente all'emergenza, lo psicoterapeuta Giorgio Nardone, ha cercato di far chiarezza «Noi dobbiamo far sì che si sia attrezzati per aiutare le persone che hanno attraversato questo, perché avranno quasi tutti dei **disturbi post-traumatici**, soprattutto i soggetti deboli, avranno un disturbo post-traumatico non da un singolo trauma ma da un susseguirsi di traumi. In questo momento, la cosa importante è proprio quella di avere delle persone in grado di dare un supporto psicologico di tipo

terapeutico a chi comincia ad avere dei segnali di cedimento. Se aspettiamo che questo arrivi solo su richiesta, si rischia di arrivare sulla maggioranza dei soggetti quando hanno già maturato una patologia più importante».

Sono diversi quindi i fattori di stress, in tal caso però si è scelto di porre l'accento su una variabile fondamentale come l'esperienza e capire quanto sia importante per alleviare l'impatto dell'emergenza sull'aspetto psicologico dei lavoratori. Abbiamo deciso quindi di orientare la nostra attenzione sulla fascia di **neolaureati in Scienze Infermieristiche** che svolgono la prima esperienza lavorativa ai tempi del Covid-19 e con l'intento di poter capire di più, abbiamo deciso di lasciare spazio alle loro parole.

«Sono sincera, prima di andare al lavoro mi sento abbattuta, son contenta di esercitare il lavoro dei miei sogni, inevitabilmente percepisco uno stato di tristezza poiché penso a tutte quelle persone che sono in reparto ad aspettare noi. Torno a casa e continuo a sentirmi così, al tempo stesso però sono felice per aver fatto del mio meglio ed essere stata al loro fianco. Percepisci che hanno bisogno di te non solo sotto un punto di vista **clinico** ma anche **umano**, ti fa stare bene vedere che nel tuo piccolo hai fatto qualcosa per migliorare la loro giornata. Se penso alla situazione assurda in cui ci troviamo mi viene un po' di angoscia» sono le parole di **Martina**, neolaureata e infermiera presso il reparto di Ortopedia in un ospedale del mantovano.

«lo noto dei cambiamenti d'umore dovuti alla situazione, quando ti prendi cura di un paziente come hai sempre fatto, non pensi a nulla se non alla procedura che stai eseguendo, subito dopo però ti ritrovi a pensare che le terapie intensive sono colme, quindi spero vivamente che le persone restino in condizioni stazionarie o che migliorino. Seguono una serie di pensieri legati alla condizione del paziente, alla sua famiglia che non può stargli accanto, penso anche alla mia famiglia. Io da sempre penso a come vorrei che venisse trattato mio padre se fosse al posto dei miei pazienti, questo pensiero modula il mio agire professionale». Martina parla con amore e professionalità spiegandoci che attualmente non esiste più una distinzione tra i vari reparti, la targa ricorre "Reparto Covid-19".

Conclude «Riguardo agli anni di esperienza ci sono dei pro e dei contro, noi neolaureati siamo freschi di studio, motivo per cui ricordiamo le cose nello specifico, d'altro canto l'esperienza porta a conoscere dettagli utili. È essenziale la collaborazione tra tutti i membri dell'equipe, questo aspetto mi piace molto, metto a disposizione tutte le mie conoscenze e la mia collega fa lo stesso con l'esperienza. Si tratta di vite umane, l'ansia c'è perché lavoriamo in una condizione particolare, bisogna prestare massima attenzione, non devo infettarmi per non fare lo stesso con altre persone, indosso una tuta che mi copre completamente, non ho contatti neanche con il mio compagno e questo seppur giusto non è il massimo, tornare a casa ed essere ancora isolata è stressante. Ho scelto questo lavoro e nonostante i rischi e l'isolamento, lo faccio con passione, preferisco essere in ansia ma poter aiutare chi ne ha bisogno».

A tenere l'altra estremità del nostro *fil rouge* che in questo caso attraversa mezza Italia c'è **Greta**, neolaureata e infermiera presso il reparto di Oncologia in un ospedale di Roma «Non ho saputo il reparto a cui ero destinata fino al giorno prima di prendere servizio. In ospedale si respira molta tensione, anche quando un paziente deve semplicemente cambiare reparto si crea trambusto per il percorso da seguire. È la mia prima esperienza, ho paura e in determinate situazioni si tende inconsciamente a pensare al peggio, ma bisogna mantenere i nervi saldi. Quando termina il mio turno e torno a casa ripenso alle azioni che ho svolto per paura di aver omesso punti importanti, però ho notato che crearmi scrupoli mi permette di essere attenta, fino ad ora posso dire di aver sperimentato **un'ansia produttiva**. Questa situazione mi permette di capire ancora una volta quanto io ami questo mestiere, quando sono in corsia è necessario che io metta da parte le mie paure e dia il meglio di me. Non siamo angeli o eroi, abbiamo studiato per ricoprire questo ruolo, il nostro percorso è caratterizzato da un aggiornamento continuo e per questo non si tratta di una missione ma di una **professione**. L'emergenza Covid-19 dimostra che siamo disposti a porre di fronte ad un rischio la nostra vita per mettere in salvo quella degli altri, ci piacerebbe non essere dimenticati anche dopo la fine di quest' emergenza».

Laura Cappello - lauracappello1998@gmail.com

Elisa Di Pietro - elisadipietro12@gmail.com



Disegno realizzato da Milo Manara

Bibliografia:

Jianbo Lai, MSc; Simeng Ma et al., *Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019*

Link:

https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/articlepdf/2763229/lai_2020_oi_200192.pdf

Su TP, Lien TC, Yang CY, Su YL, Wang JH, Tsai SL, Yin JC., *Prevalence of psychiatric morbidity and psychological adaptation of the nurses in a structured SARS caring unit during outbreak: a prospective and periodic assessment study in Taiwan.*

Link:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16460760>

Citazione Giorgio Nardone

Link:

<https://www.sanitainformazione.it/lavoro/coronavirus-lo-psicologo-molti-medici-svilupperanno-disturbi-post-traumatici-le-ferite-del-guerriero-si-sentono-finita-la-battaglia/>