
Coronavirus Covid-19: dallo psichiatra Massimo Picozzi corso gratuito online contro il burnout dei professionisti sanitari. Al via il 15 maggio

Burnout e stress psicofisico: durante Covid-19 colpiscono tra il 30 e il 50% degli operatori sanitari e a fine pandemia possono lasciare tracce indelebili. Provocano irritabilità, difficoltà ad addormentarsi la notte, tensioni muscolari, stress lavorativo con minore resa sul lavoro, affaticamento fisico e mentale, cattiva salute. Secondo uno studio del Centro di ricerca EngageMinds Hub dell'Università Cattolica di Milano, il 45% del campione analizzato ha avvertito frequentemente nell'ultimo mese almeno un sintomo da stress psicofisico: il 70% si è sentito più irritabile del normale, il 65% ha avuto maggiori difficoltà ad addormentarsi, poco meno del 50% ha sofferto di incubi notturni, il 45% ha avuto crisi di pianto e il 35% palpitazioni. Inoltre, un operatore su tre mostra segni di alto esaurimento emotivo e uno su quattro moderati livelli di depersonalizzazione. Uno studio simile cinese ha mostrato percentuali importanti di depressione (50%), ansia (44,6%), insonnia (34%) e stress psicologico (71,5%). Per questo, Massimo Picozzi, psichiatra, criminologo, saggista e Faculty Fellow Sda Bocconi, ha realizzato il progetto Abcde (Attenzione, Burnout, Compassion fatigue, Disturbo post traumatico da stress... E oltre) che sarà offerto gratuitamente ai professionisti della sanità in prima linea nella guerra contro Covid-19 in Italia. All'iniziativa hanno dato il patrocinio Fnomceo (medici e odontoiatri), Fnopi (infermieri), Fnopo (ostetriche), Tsrp (tecnici sanitari di radiologia medica e professioni sanitarie tecniche, della riabilitazione e della prevenzione). Il corso – che ha come provider e segreteria organizzativa Format (info@formatsas.com - www.formatsas.com) - sarà accessibile dal 15 maggio dai siti istituzionali delle quattro Federazioni, per gli operatori iscritti e rappresenta, come lo ha definito lo stesso Picozzi, un vero e proprio "Dpi (dispositivo di protezione individuale) psicologico" per qualunque sanitario lavori in area critica. Obiettivo delle cinque lezioni che danno 10 crediti Ecm, individuare strategie finalizzate a prevenire, riconoscere e gestire il disagio psicologico di chi si trova a gestire l'emergenza Covid-19, riconoscere il burnout, acquisire conoscenze rispetto alla sindrome Compassion Fatigue e al disturbo post traumatico da stress. Dal 15 maggio il corso sarà accessibile a questo [link](#).

Giovanna Pasqualin Traversa