

Interventi psicologici per favorire la resilienza negli operatori sanitari

Data di inserimento	13/03/2023
Anno	2020
Domanda di ricerca	I programmi di formazione che promuovono la resilienza possono aiutare gli operatori sanitari a contenere il rischio di stress?
Quello che conta	<p>Obiettivo della revisione è stato valutare gli effetti degli interventi per favorire la resilienza negli operatori sanitari, ovvero il personale sanitario che eroga assistenza medica diretta (ad es. infermieri, medici, personale ospedaliero) e il personale sanitario affine (ad es. assistenti sociali, psicologi).</p> <p>Metodi di ricerca: La ricerca bibliografica è stata effettuata sui database CENTRAL, MEDLINE, Embase, altri 11 database oltre a tre registri di studi dal 1990 a giugno 2019. Sono stati controllati riferimenti e liste e contattati ricercatori nel settore. Questa ricerca è stata aggiornata in quattro database nel giugno 2020, ma al momento i risultati non sono ancora incorporati. Sono stati selezionati studi randomizzati controllati (RCT) in adulti di età pari o superiore a 18 anni impiegati come operatori sanitari, confrontando qualsiasi forma di intervento psicologico per favorire la resilienza, rispetto a nessun intervento.</p> <p>Risultati principali: Sono stati inclusi 44 RCT (paesi ad alto reddito: 36). 39 studi focalizzati esclusivamente sugli operatori sanitari (6892 partecipanti), includendo sia il personale sanitario che fornisce cure mediche dirette sia il personale sanitario affine. Quattro studi hanno esaminato campioni misti (1000 partecipanti) con operatori sanitari e partecipanti che lavorano al di fuori del settore sanitario, e uno studio ha valutato la formazione per personale volontario di emergenza (82 partecipanti). Gli studi inclusi sono stati condotti principalmente in ambito ospedaliero comprendendo medici, infermieri e altro personale (37/44 studi).</p> <p>I partecipanti includevano principalmente donne (68%) (fascia di età media: da 27 a 52,4 anni). La maggior parte degli studi ha indagato interventi intensivi di gruppo, o erogati faccia a faccia. Degli studi inclusi, 19 hanno confrontato un training di resilienza basato su fondamenti teorici combinati (ad esempio mindfulness e terapia cognitivo-comportamentale) rispetto a comparatori non specifici.</p> <p>Dopo l'intervento, gli operatori sanitari che avevano ricevuto formazione specifica riportavano livelli più elevati di resilienza e livelli più bassi di depressione e di stress o percezione dello stress; tuttavia non si evidenzia alcun effetto del training di resilienza sull'ansia, né sul benessere o sulla qualità della vita.</p> <p>In nessuno studio sono riportati effetti avversi.</p>
Caveat	La validità dei risultati complessivi di questa revisione è a tutt'oggi moderata
Contesto	La resilienza può essere definita come il mantenimento o il rapido recupero della salute mentale durante o dopo periodi di esposizione a fattori di stress, che possono derivare da un evento potenzialmente traumatizzante, circostanze di vita difficili, una fase critica di transizione della vita o una malattia fisica. Gli operatori sanitari, come infermieri, medici, psicologi e assistenti sociali, sono esposti a vari fattori di stress legati al lavoro (ad es. cura del paziente, pressione del tempo, amministrazione) e sono a maggior rischio di sviluppare disturbi mentali. Questa popolazione può beneficiare di programmi di formazione che promuovono la resilienza

Implicazioni per la pratica	Per gli operatori sanitari, vi sono prove di efficacia scarse che la formazione possa portare a livelli più elevati di resilienza, livelli inferiori di depressione, stress o percezione dello stress e livelli più elevati di alcuni fattori di resilienza post-intervento. La scarsità di dati a medio o lungo termine, l'eterogeneità degli interventi e la ristretta distribuzione geografica limitano la generalizzabilità dei risultati. Le conclusioni dovrebbero quindi essere tratte con cautela. I risultati suggeriscono effetti positivi della formazione sulla resilienza per i professionisti dell'assistenza sanitaria, ma le prove sono a tutt'oggi incerte.
Giudizio di qualità revisione	Alto (Cochrane review)
Riferimento bibliografico revisione	Kunzler AM, Helmreich I, Chmitorz A, König J, Binder H, Wessa M, Lieb K. Psychological interventions to foster resilience in healthcare professionals . Cochrane Database Syst Rev. 2020 Jul 5;7(7):CD012527. doi: 10.1002/14651858.CD012527.pub2. PMID: 32627860; PMCID: PMC8121081.
Parole chiave	- occupational health - depressione - benessere dei lavoratori - operatore sanitario - stress - resilienza - health promotion - ansia -
Aree di intervento	- salute e sicurezza lavoro -
Setting	- ambiente di lavoro -
Outcome	Gli esiti primari erano la resilienza, l'ansia, la depressione, lo stress o la percezione dello stress e il benessere o la qualità della vita.
Sintesi e traduzione	Sintesi e traduzione a cura di Lidia Fubini, DoRS, Centro di Documentazione per la Promozione della Salute della Regione Piemonte, Italia.