

Progetto Emergenza Covid-19: Psicologhe e Psicologi del Burlo rispondono

REPORT CONCLUSIVO

Introduzione

La pandemia e l'emergenza sanitaria in atto hanno avuto e continuano ad avere un significativo impatto nella quotidianità individuale e collettiva. Il Rapporto ISS COVID-19 n. 44/2020 evidenzia che, in questa situazione di crisi, molti fattori influiscono sul benessere psicofisico e relazionale delle persone: la presenza di una minaccia di malattia concreta per sé o per gli altri, l'isolamento, la distanza sociale, la modifica delle abitudini quotidiane, la perdita della routine lavorativa, la sovrabbondanza di informazioni spesso inaccurate e contraddittorie tra loro. Reazioni emotive di incertezza, tensione, irritabilità, ma anche ansia e tristezza, talvolta accompagnati da affaticamento e insonnia, sono esperienze frequenti, nell'attuale situazione di emergenza collettiva e individuale, e influiscono sul senso personale di ben-essere e nelle relazioni con gli altri. Le **donne nel periodo perinatale** (dal concepimento all'anno e mezzo di età del bambino/a) possono essere particolarmente vulnerabili agli effetti psicologici di una simile situazione e **bambini/e e adolescenti** possono manifestare comportamenti inusuali o reazioni emotive difficili da comprendere o accogliere da parte dei **genitori**, a loro volta coinvolti in prima persona nell'emergenza.

A partire da queste premesse, la Direzione Sanitaria dell'Istituto ha avviato il progetto: "**Psicologhe e Psicologi del Burlo rispondono**", volto a offrire un sostegno psicologico e psicoeducativo ai genitori di bambini/e e adolescenti e alle future o neo mamme durante l'emergenza Covid-19, per il periodo da aprile a dicembre. Il progetto includeva: (1) la pubblicazione periodica e diffusione via web e sociale delle **risposte alle domande frequenti** (FAQ - Frequently Asked Questions) in ambito psicologico in questo periodo, (2) l'attivazione di un **servizio telefonico psicologico** contattabile direttamente dall'utenza interessata, (3) l'**intervento psicologico in ospedale** a sostegno dei piccoli pazienti e loro famigliari che affrontavano degenze lunghe o difficili (nel periodo novembre - dicembre). Grazie al **sostegno delle Associazioni ASTRO e A.B.C. Burlo**, è stata attivata una borsa, dal 19 giugno al 18 dicembre, assegnata tramite selezione alla dr.a Stefania Zamarian, psicologa e psicoterapeuta che si è quindi dedicata alla realizzazione del progetto. Il progetto, promosso dalla Direzione Sanitaria, è stato coordinato dalla dr.a Elisa Zanella, psicologa dell'Ufficio Continuità Assistenziale della Direzione Sanitaria, ed è stato realizzato grazie alla collaborazione dell'Ufficio Relazioni con il Pubblico, della Responsabile Dirigente Responsabile Qualità, Accredimento e Sito Web, della Direzione delle Professioni Sanitarie, dei Coordinatori, Responsabili e psicologi delle strutture coinvolte, tra cui Dipartimento di Chirurgia e Dipartimento di Pediatria. Le **Psicologhe e Psicologi del Burlo** che hanno partecipato al progetto e dato il loro prezioso contributo alle attività svolte sono: dr. Stefano Bembich, dr.a Maura Bin, dr.a Roberta Crevatin, dr.a Rosella Giuliani, dr.a Isabella Lonciari, dr.a Laura Pomicino, dr.a Anna Roia, dr.a Antonella Tripani.

Attività

1. RISPOSTA ALLE DOMANDE FREQUENTI

DESCRIZIONE	<p>“Come mai mio figlio si arrabbia così facilmente in questo periodo?” “Come devo comportarmi quando mia figlia si rifiuta di fare i compiti?” “Mia figlia si lava le mani troppo spesso: devo preoccuparmi?” “Come posso sostenere mio figlio dopo l’esperienza del tampone?”. Le risposte di psicologhe e psicologi del Burlo a queste ed altre domande frequenti (FAQ Frequently Asked Questions) su temi psicologici e psicoeducativi utili per affrontare questa fase sono state periodicamente pubblicate on-line sul sito web istituzionale e diffuse attraverso Facebook e Twitter. Le risposte rimangono a disposizione on-line anche dopo la fine del progetto.</p>
RISULTATI	<ul style="list-style-type: none"> ● 12 Risposte FAQ pubblicate on-line: <ul style="list-style-type: none"> FAQ - 07/12/2020 - Il parto e la degenza al tempo del Covid-19 – vissuti emotivi (dr.a S. Zamarian) FAQ - 10/11/2020 - Mamma quando finirà? (dr.a S. Zamarian) FAQ - 13/10/2020 - Sostenere mio figlio dopo il tampone per la diagnosi da Covid-19 (dr.a S. Zamarian) FAQ - 18/09/2020 - Gestire la mancanza di collaborazione per fare i compiti a casa (dr.a S. Zamarian) FAQ - 07/09/2020 - Gestire l'ansia di uscire nei bambini (dr.a S. Zamarian) FAQ - 31/08/2020 - Gestire i "no" e le frustrazioni nei bambini (dr.a S. Zamarian) FAQ - 24/08/2020 - Disturbi del sonno nel bambino (dr.a S. Zamarian) FAQ - 17/08/2020 - Agitazione e nervosismo nei bimbi in corso di pandemia (dr.a S. Zamarian) FAQ - 06/05/2020 - DSA: opportunità in corso di pandemia (dr.a I. Lonciari) FAQ - 06/05/2020 - DSA: quali le difficoltà in corso di pandemia (dr.a I. Lonciari) FAQ - 06/05/2020 - DSA: impatto della pandemia sulle valutazioni (dr.a I. Lonciari) FAQ - 14/04/2020 - Il Coronavirus spiegato ai bambini (dr.a E. Zanello) ● 9.269 Visualizzazioni Twitter (dal 11 aprile al 21 dicembre) ● 252 Interazioni Twitter (dal 11 aprile al 21 dicembre) ● 17.156 Visualizzazioni Facebook (da settembre al 21 dicembre) ● 132 “Like/Love” Facebook (da settembre al 21 dicembre) ● 116 Condivisioni Facebook (da settembre al 21 dicembre)

2. SERVIZIO TELEFONICO

DESCRIZIONE	<p>È stato attivato un numero dedicato contattabile direttamente da qualsiasi genitore di bambini/e e adolescenti o futura/neo mamma. Il numero 320 43 89 134 è rimasto attivo dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 12 e mercoledì e venerdì dalle 15.30 alle 17.30 dall’avvio del progetto fino al 18 dicembre 2020. La psicologa e psicoterapeuta che rispondeva al telefono (dr.a Stefania Zamarian dal 18 giugno) accoglieva la richiesta con l’obiettivo fornire sostegno psicologico e psicoeducativo ed eventualmente mettere in contatto la persona con il/la professionista di riferimento in base ai bisogni. Si prevedeva la possibilità di effettuare da 1 a 3 colloqui di consulenza psicoeducativa, in base alla singola situazione. Il servizio non offriva prestazioni sanitarie cliniche di tipo psicologico, neuropsicologico e/o psicoterapeutico né informazioni sanitarie relative alla pandemia o al covid-19.</p>
RISULTATI	<ul style="list-style-type: none"> ● 4 Chiamate ricevute su invio del PLS/MMG ● 14 Genitori hanno chiamato per difficoltà dei/delle figli/e (Genitori) ● 10 anni di età in media dei bambini (range 6-17 anni) ● Difficoltà riportate dai genitori rispetto ai/alle figli/e: in 6 casi crisi di rabbia, in 4 sintomi di tipo ansioso, in 2 comportamenti ossessivo-compulsivi, in 2 altre difficoltà (es. addormentamento) ● 21 Colloqui telefonici svolti in totale

3. SOSTEGNO IN OSPEDALE

DESCRIZIONE	<p>L'ospedalizzazione, vissuta in prima persona o come genitore che accompagna il proprio figlio nel percorso sanitario, è già di per sé un'esperienza altamente stressante, ma durante la pandemia, può rappresentare un "trauma sul trauma", in un contesto in cui l'emergenza sanitaria COVID-19 si intreccia con la storia familiare e personale. Da fine ottobre a metà dicembre è stato attivato il supporto psicologico in ospedale, per fornire sostegno psicoeducativo sulle reazioni psicologiche di grandi e piccoli all'emergenza e all'esperienza della ospedalizzazione in questa fase particolare. Nel periodo di svolgimento è stata garantita la presenza della psicologa dedicata al progetto nei reparti, prima di Chirurgia e poi di Pediatria, che ha presentato il progetto nelle situazioni concordate con il personale di reparto e offerto il supporto psicoeducativo e psicologico ai piccoli pazienti e/o al care-giver presente.</p>
RISULTATI	<ul style="list-style-type: none"> • 7 settimane di attività in reparto (con interruzione di 2 settimane per aspetti amministrativi) • 12 ore settimanali di presenza in struttura della psicologa dedicata • 19 ore settimanali di reperibilità telefonica • 2 reparti coinvolti (Chirurgia, Clinica Pediatrica) • 12 situazioni gestite (paziente/care-giver) in totale (5 in Chirurgia, 7 in Clinica Pediatrica) • 24 Colloqui svolti in totale (12 in Chirurgia, 12 in Clinica Pediatrica) • Al termine dell'intervento più del 90% delle persone viste ha espresso apprezzamento sull'utilità dell'iniziativa con varie motivazioni (es. senso di solitudine in ospedale, bisogno di rassicurazione e contenimento emotivo)

Considerazioni

Il progetto, attraverso il servizio di sostegno psicoeducativo nell'emergenza Covid-19 offerto con le modalità sopra descritte, intendeva rispondere ai bisogni psicologici dell'utenza, attraverso un lavoro di prevenzione e promozione della salute mentale teso a potenziare le capacità di adattamento individuali e familiari alle circostanze ma anche individuare eventuali situazioni di fragilità per cui attivare supporti specifici con professionisti e servizi di competenza.

L'attività svolta in questi mesi, sebbene limitata nel tempo, ci permette di delineare, alcune considerazioni sui bisogni della popolazione in base al riscontro ricevuto dall'utenza. In primo luogo, si nota la grande attenzione ricevuta dalle FAQ elaborate e pubblicate periodicamente sia sul sito web che sui social, rispetto ad un numero ridotto di chiamate ricevute dal servizio telefonico. Questo sembrerebbe indicare che, in questi mesi, le persone abbiano cercato più informazioni e approfondimenti tematici da consultare, leggere, condividere in uno spazio web accessibile legate a situazioni di disagio "sotto soglia" piuttosto che un supporto professionale specifico, probabilmente legato a situazioni in cui il disagio raggiunge una soglia soggettivamente troppo alta da tollerare, tale per cui si cerca attivamente aiuto. In questo senso, il servizio telefonico dedicato, offerto e garantito dall'IRCCS Burlo Garofolo, rappresenta una iniziativa utile a garantire la disponibilità di un confronto tempestivo e diretto, in un momento di limitazioni complessive e generalizzate nel contatto e interazione con servizi e professionisti, oltre che di disagio psichico diffuso. In secondo luogo, nonostante il breve periodo di implementazione del supporto in ospedale, l'impatto positivo dell'intervento psicologico in reparto, si è evidenziato, fin dal primo momento, da un lato, tramite i riscontri favorevoli ricevuti dai pazienti e care-giver coinvolti, dall'altro, attraverso una immediata e agevole collaborazione e integrazione con il personale sanitario, particolarmente in Clinica Pediatrica. Dall'esperienza fatta, inoltre, si conferma l'utilità e specificità della figura dello psicologo ospedaliero, che gioca un ruolo teso non solo a effettuare interventi clinici per pazienti e familiari mirati all'ambito sanitario (utili, da esempio, a favorire l'adesione ai trattamenti), ma anche a supportare la relazione e la comunicazione con il personale sanitario, in un'ottica di integrazione dell'assistenza.

In conclusione, quanto realizzato sinora suggerisce alcuni spunti per il prossimo futuro: da un lato, potenziare le iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle tematiche psicologiche emergenti in questo periodo, dall'altro, garantire la disponibilità di una figura specialistica per affrontare temi psicoeducativi e offrire supporto psicologico, utile, nelle particolari circostanze attuali, per prevenire il disagio psichico crescente e per sostenere pazienti e famiglie durante l'ospedalizzazione e nel percorso sanitario.

Nell'attuale situazione di emergenza psicologica, individuale e collettiva, è fondamentale, infatti, offrire alle persone le risorse psicologiche e psicoeducative utili a ridurre le conseguenze negative dello stress prolungato che tutti, grandi e piccini, stiamo affrontando ogni giorno, per riuscire, infine, a trasformare le esperienze "difficili" in esperienze "arricchenti" per il bagaglio personale e familiare di ciascuno di noi.