

PRESENTAZIONE

La promozione della salute e del benessere individuale, così come quello organizzativo, costituisce uno dei principali compiti del Servizio Sanitario Nazionale. L'Istituto Superiore di Sanità, in collaborazione con l'Università di Sassari, ha attivato nel 2018 l'Osservatorio sul Benessere e la prevenzione dello stress lavoro correlato (OSS BEN) con l'obiettivo di promuovere analisi e percorsi formativi rispondenti alle esigenze dei professionisti che lavorano nell'ambito della salute, dell'università e della scuola. Il fine è quello di consentire l'accesso alle più efficaci e aggiornate teorie e pratiche utili per promuovere il benessere psicofisico, ridurre lo stress, l'ansia e la depressione.

Il *team* pluridisciplinare dell'OSS BEN, in seguito a un iniziale confronto sul percorso da intraprendere, ha ritenuto necessario costruire un documento che fosse in grado di mettere insieme i diversi punti di vista, facendoli convergere. Per farlo si è tenuto conto di due criteri fondamentali:

- 1) Il *Modello biopsicosociale di Engel* secondo cui l'individuo è al centro di un ampio sistema influenzato da molteplici variabili. Tale modello prevede che, per comprendere e risolvere le problematiche di salute, non sia sufficiente occuparsi solo dei problemi di funzioni e organi, ma si deve rivolgere l'attenzione agli aspetti psicologici, sociali e familiari dell'individuo e ciò significa che contesto, comportamenti, pensieri e sentimenti possono influenzare l'equilibrio psicofisico. Grazie a questo modello applicabile sia in ambito sanitario che in quello dell'istruzione, vengono ridisegnati i rapporti possibili tra le parti in gioco nella relazione d'aiuto aprendo lo scenario alla risonanza empatica come veicolo di benessere e salute. Il paziente o lo studente viene quindi a essere considerato, in questa ottica, come una persona con uno stile di vita individuale e non semplicemente come un paziente o un ricevitore di informazioni che presenta una malattia o un fattore di rischio che porta alla perdita dell'equilibrio personale. Mai come oggi emerge la necessità di ampliare l'approccio alla malattia per includere l'aspetto psicosociale senza sacrificare i vantaggi dell'approccio biomedico. Questo modello rappresenta un passo molto importante nell'ambito dell'assistenza medica ed è trasferibile anche nel settore della formazione e dell'educazione scolastica.
- 2) La *concezione multidimensionale della salute*, descritta dalla *World Health Organization* (WHO) – che già nel 1946 faceva riferimento alle componenti fisiche, mentali e sociali del concetto di salute per poi ampliarlo nel 1998 – come uno stato dinamico di completo benessere fisico, mentale, sociale e spirituale, e non mera assenza di malattia. Viene quindi messa in risalto la componente spirituale e personale per identificare quelle variabili collegate alle condizioni soggettive e oggettive di bene-essere (inteso come salute nella sua concezione positiva) e male-essere (malattia, problema, disagio ovvero mancanza di salute nella sua concezione negativa) di cui tenere globalmente conto nell'approccio alla persona.

L'integrazione dei professionisti che sono stati coinvolti nella realizzazione dei diversi contributi di questo rapporto ha ampliato e arricchito la visione dei temi trattati che riguardano: le azioni di governo, l'analisi del nostro "stare bene" nei contesti della sanità, della scuola e dell'università e le evidenze su come promuovere, comunicare e formarsi per diffondere benessere sia individuale che organizzativo. A tale proposito sono stati approfonditi gli ambiti necessari per comprendere maggiormente le problematiche e le risorse disponibili, i fattori di protezione e di rischio, le azioni strutturali da mettere in atto per contrastare lo stress e promuovere la salute. Il rapporto si rivolge principalmente a due categorie di professionisti a elevato rischio di stress: gli insegnanti e gli operatori sanitari. Si parla di lavoro sui contesti, prima di tutto, per

passare alla proposta di coinvolgimento attivo per far crescere la consapevolezza delle abilità individuali, organizzative e ambientali che impattano in modo positivo sulla resilienza individuale e organizzativa.

Il documento considera anche l'effetto della pandemia che ha contribuito a far cadere qualsiasi dubbio sull'urgenza di intervenire nei contesti sanità, scuola e università che, se "stanno bene", sono essenziali garanti di contrasto delle disuguaglianze di una comunità. Questi ambiti sono luoghi in cui già in epoca pre-COVID-19 era più alto il rischio di *burnout* e nei quali si evidenziano le problematiche riguardanti le ricadute dello stress degli operatori sanitari e degli insegnanti su pazienti e studenti.

I principali temi trattati riguardano:

- le dimensioni del fenomeno, l'analisi dei bisogni dei contesti lavorativi da più punti di vista con particolare focus su sanità, scuola e università;
- l'identificazione dei fattori di protezione descritti in letteratura come funzionali al miglioramento del benessere percepito alla luce dell'approccio biopsicosociale;
- le azioni di contrasto alle disuguaglianze in salute e le iniziative volte a migliorare i livelli di *information literacy* nelle persone e nelle organizzazioni;
- l'evidenza dell'incidenza e prevalenza del fenomeno a livello individuale (stress e carico allostatico *vs* benessere) nel personale sanitario in Italia;
- la diffusione e l'attivazione di architetture interne ai contesti (*team* multiprofessionali) per leggere i bisogni organizzativi e pianificare interventi annuali di miglioramento;
- le cure integrate per migliorare il benessere percepito;
- la tecnologia digitale per il benessere della persona.

Il documento si presenta quindi come un'opportunità per analizzare e approfondire le tematiche legate al benessere al fine di rafforzare e migliorare i processi comunicativi e formativi. Questo soprattutto nel mondo della sanità e dell'istruzione, dove risulta più urgente favorire l'integrazione e l'ottimizzazione delle risorse per contribuire a risolvere le criticità attualmente presenti. Questo approccio, che gli autori hanno condotto per cercare di comprendere meglio la situazione auspicando un dialogo con i professionisti destinatari del documento, rappresenta un primo passo per la messa a punto di metodi sistemici di miglioramento che possano guidare il cambiamento evolutivo.

Il punto di vista biopsicosociale ci guida nel guardare la realtà con occhiali nuovi per integrare le informazioni e produrre azioni prospettiche, tenendo conto della fisiologia, prima che della patologia. Con questa analisi, anche se non esaustiva, intendiamo consegnare uno sguardo rivolto al futuro, allenando i contesti al dialogo efficace e potenziando la collaborazione tra i professionisti per migliorare tutte le azioni finalizzate al benessere individuale e organizzativo.

L'impegno dell'Istituto Superiore di Sanità, attraverso i suoi diversificati ruoli a supporto della sanità pubblica, si snoda oggi su più fronti a tutela del benessere della persona: dalla ricerca, alla formazione, alla comunicazione. Questo documento che riunisce diversi modi di affrontare e dare una soluzione al medesimo problema, ben ne rappresenta la complessità e l'importanza.

Si spera che dalle riflessioni suggerite possano svilupparsi percorsi di collaborazione volti ad accelerare l'acquisizione di nuove competenze da parte degli operatori della sanità, della scuola e dell'università, per sostenere il benessere delle comunità, affrontando con consapevolezza anche le nuove sfide che l'emergenza pandemica ci impone.

I curatori