

L'epidemia di "Sindrome di Burnout" al tempo del Covid-19, intervista alla Dott.ssa Adelia Lucattini

L'epidemia di "SINDROME DI BURNOUT" al tempo del Covid-19. Intervista alla Dott.ssa Adelia Lucattini

Di Marialuisa Roscino

Rischio burnout a scuola sempre più dilagante. Indecisione, scarsa concentrazione, irritabilità. E poi ancora: pessimismo, ansia. Tutti questi possono essere sintomi di burnout, lo stress da lavoro correlato, che in modo crescente colpisce insegnanti, presidi, e più, in generale il personale scolastico, dal DSGA al personale ATA. Ma quali sono le cause? Come poter riconoscerlo in tempo? Come è possibile prevenirlo? Lo abbiamo chiesto alla Dott.ssa Adelia Lucattini, Psichiatra e Psicoanalista della Società Psicoanalitica Italiana e dell'International Psychoanalytical Association.

DOTT.SSA LUCATTINI, PUÒ SPIEGARCI CHE COSA SI INTENDE PER BURNOUT?

“Il nome di questa “sindrome” che in medicina significa l'insieme dei sintomi (ciò che il paziente riferisce) e dei segni (ciò che il medico rileva) deriva dall'espressione inglese «to burn out» ovvero «bruciarsi - esaurirsi» come una candela accesa. Ma può essere tradotto anche come “scoppiato, esaurito”. Il burnout è uno stato di esaurimento sul piano emotivo, fisico e mentale.

Molti passi importanti sono stati fatti negli ultimi anni riguardo il disagio in ambito lavorativo che in precedenza era considerato una condizione medica, difficilmente diagnosticabile. Infatti, l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha riconosciuto ufficialmente e classificato il “burn out” come “sindrome” nell'ICD (La Classificazione Statistica Internazionale delle Malattie e dei Problemi Sanitari Correlati) di cui l'ICD-11 è l'undicesima revisione. Il manuale ICD è stato adottato nel 1990 dall'Assemblea Mondiale della Sanità (WHA o OMS) e è in vigore dal Primo gennaio 1993, si tratta di una classificazione di tutte le malattie esistenti e che orienta la diagnosi e i trattamenti in tutto il mondo, è un punto di riferimento e una base comune d'interpretazione adottata da tutti i paesi del mondo. Certamente non si sostituisce alla diagnosi clinica ma è un modo per poter dialogare tra medici e sistemi sanitari di tutti i paesi.

L'Oms definisce il burnout “una sindrome concettualizzata come conseguenza di stress cronico sul posto di lavoro non gestito con successo”;

QUALI SONO LE CARATTERISTICHE DEL BURNOUT SECONDO L'OMS?

“Le tre caratteristiche individuate dall'OMS sono: 1. senso di esaurimento o scarsa energia fisica, psichica o psico-fisica; 2. L'aumento dell'isolamento dal proprio lavoro, aumento della distanza mentale dal proprio lavoro, negatività e cinismo relativi alla propria occupazione e/o ruolo; 3. La ridotta efficacia professionale.

Il burnout si riferisce – secondo la classificazione – specificamente ai fenomeni nel contesto occupazionale, lavorativo, e non dovrebbe essere applicato per descrivere esperienze in altri ambiti della vita. È la prima volta che il burnout è stato incluso nell'elenco delle malattie dell'Icd-11 che entrerà in vigore nel gennaio 2022. Questo significa che lo stress da lavoro viene considerato una condizione che può influenzare lo stato di salute e benessere delle persone, per il quale l'OMS ha stabilito anche le direttive per la diagnosi di burnout, ma non quelle per il trattamento e cura”;

QUALI SONO LE CAUSE?

“È importante adottare una prospettiva più ampia per inquadrare il problema, la società contemporanea globalizzata, impone ritmi di lavoro sempre più frenetici e sempre più focalizzata sulla produttività che

