

S.GIORGIO



CASA DI CURA PRIVATA

Direzione Qualità e Sicurezza

**SERVIZIO DI CONSULENZA
PSICOLOGICA DEL LAVORO**

**PROGETTI HPH – WHP
IL CONTRIBUTO DEL S.C.P.L.**

Settembre 2025

Nell'ambito delle attività di istituto del Policlinico San Giorgio, che aderisce e continua la propria partecipazione attiva ai progetti regionali HPH e WHP, nell'anno in corso è stato concordato con la Direzione Sanitaria e la Sorveglianza Sanitaria uno studio, successivamente avviato e più agevolmente descritto nel seguente passaggio, che riproduce la trascrizione di un file audio che ha raggiunto tutti i soggetti nominalmente possibili di rientrare nel campione definito.

Buongiorno,

vengo a trovarla per chiederle un piccolo contributo: come probabilmente saprà anche il Policlinico, come gli altri ospedali della Regione, partecipa a dei progetti informativi e formativi per il personale dipendente (in sigla HPH e WHP) che sono finalizzati a stimolare comportamenti salutarì in ambito sanitario e sociale ed ogni anno, di questi progetti, ne viene fatta una valutazione complessiva a livello regionale.

Quest'anno, per quanto fin qui condotto entro il Policlinico San Giorgio, è intenzione della Direzione Sanitaria portare una valutazione complessiva, di gruppo, non nominale ovviamente, a partire dai risultati ai questionari MUS, che tutti quanti noi, dipendenti e collaboratori esterni, abbiamo compilato durante le programmate visite per Sorveglianza Sanitaria, nell'ambulatorio della dott.ssa Emanuela ZAMPARO.

Il gruppo campione, evidenziato per il 2025, sarà composto da quanti hanno avuto accesso, nel corso di quest'anno, al Servizio di Consulenza di Psicologia del Lavoro, che come ovviamente sa, è condotto dal sottoscritto, dott. Roberto DE FILIPPO.

Ecco la richiesta che le faccio: nei prox giorni, a cura della collega Daria BOMBEN, sarà contattata per accordare un piccolo incontro nell'ambulatorio della dott.ssa ZAMPARO, nel quale potrà nuovamente procedere alla compilazione del questionario MUS.

Tutto qua.

In seguito, sarà mia cura procedere alla evidenziazione delle congruenze/incongruenze statistiche mostrate, unicamente dal punto di vista del gruppo dei lavoratori coinvolti, senza richiami nominali per le persone che spontaneamente partecipano a questo piccolo programma.

Conto sulla sua adesione e la ringrazio, personalmente...

Arrivederci...

IL GRUPPO CAMPIONE

Il gruppo definito nelle modalità predette è stato composto da n. 17 dipendenti (M. 1, F. 16), spontaneamente aderenti; per questo studio, data l'esiguità del campione evidenziato, non sono state valutate altre specifiche socio-demografiche.

EVIDENZE DEI DATI

Considerando la totalità del campione (n=17, 100%) i risultati *pre/post* alla compilazione dei questionari MUS hanno mostrato i seguenti risultati complessivi:

	N	%
Personale che dichiara un proprio miglioramento complessivo:	11	64.7
Personale che non avverte specifici miglioramenti:	3	17.6
Personale che considera un proprio peggioramento	3	17.6
Totale	17	100.0

Deve essere sottolineato, come modalità operativa di ricerca, che lo strumento di rilevazione utilizzato e proposto in sede regionale (un generico questionario dicotomico MUS) molto poco si presta ad un'indagine maggiormente approfondita; sarebbe stato maggiormente utile allo scopo una versione del medesimo strumento, in cui le variabili declinate avessero mostrato gradi progressivi di attivazione.

Dunque la precedente tabella riesce ad evidenziare *unicamente* il numero complessivo dei sintomi personali accusati dalle persone appartenenti al gruppo campione, senza nulla mostrare, tuttavia, rispetto alle soggettive modalità di cambiamento/recessione dei sintomi accusati (in breve: *il 'come' può essere cambiata la percezione del proprio stato di salute complessivo*).

Per aggiungere qualche dato 'oggettivo' sono state considerate, a partire dalla prima rilevazione ai MUS, le variabili accusate *almeno da un terzo del gruppo campione (n=>6)*, con i seguenti risultati:

	N	%
var1: soffri di stanchezza o di affaticamento persistente?	9	52.9
Var 2: hai disturbi del tono dell'umore?	7	41.2
Var 3: soffri di insonnia persistente o di risvegli notturni?	6	35.2
Var 5: ti senti un soggetto ansioso?	6	35.2
Var 11: soffri di acidità e dolori di stomaco, gonfiore?	6	35.2

Delle stesse variabili, nel post-rilevamento, sono stati valutati gli eventuali cambiamenti, di seguito riportati:

	N	%
var1: soffri di stanchezza o di affaticamento persistente?	6	35.2
Var 2: hai disturbi del tono dell'umore?	3	17.6
Var 3: soffri di insonnia persistente o di risvegli notturni?	4	23.5
Var 5: ti senti un soggetto ansioso?	3	17.6
Var 11: soffri di acidità e dolori di stomaco, gonfiore?	3	17.6

Nella tabella successiva vengono riportate le variazioni complessive, assolute e percentuali:

	VAR N.	VAR %
var1: soffri di stanchezza o di affaticamento persistente?	3	- 33.4
Var 2: hai disturbi del tono dell'umore?	4	- 57.2
Var 3: soffri di insonnia persistente o di risvegli notturni?	2	- 33.2
Var 5: ti senti un soggetto ansioso?	3	- 50.0
Var 11: soffri di acidità e dolori di stomaco, gonfiore)	3	- 50.0

Infine, allo scopo di verificare *eventuali casualità* nell'evidenziazione dei dati di ricerca prodotti, si è proceduto a sottoporre i dati di risulta ad un esame statistico (*t* di Student), che ha sottolineato come le differenze tra i dati pre/post osservati siano statisticamente significative per $p < 0.01$ (con $t = 3.6439$; $P: 0.0066$), a dimostrazione esperienziale che gli stessi risultati avrebbero potuto casualmente essersi prodotti solamente in 1 caso su 100).

CONSIDERAZIONI

Primo punto:

risulta essere assodata convinzione che i risultati evidenziati risultino nel complesso derivanti da un approccio modulato e sinergico, formato da un lato da un approccio consulenziale al dipendente richiedente, fondata dunque sull'attenzione *ad personam* alle specifiche difficoltà/bisogni, dall'altro a fornire uno specifico apprendimento, nella medesima sede e tempi consulenziali, di pratiche e tecniche specifiche, genericamente proattive, finalizzate a bilanciare *l'arousal* fisiologico del distress socio-professionale.

Ovviamente non è dato conoscere, unicamente con i dati in possesso, il peso specifico dei due elementi assolutamente concorrenti.

E' dunque importante osservare che un percorso consulenziale, d'istituto, assolutamente prioritario, che accompagni il dipendente a prendere consapevolezza della propria realtà soggettiva e motivarlo sufficientemente al fine di attivare le proprie risorse interne ed esterne, utili al caso individuale, deve poter includere contemporaneamente pratiche ed attività *'psicofisiche'*, di comprovata efficacia scientifica, che includano la concorrenzialità mente-corpo, tipo:

- coerenza cardiaca
- training autogeno
- meditazione yoga
- igiene del sonno
- educazione alimentare
- promozione dell'attività fisica, ecc.

in questo quadro la 'coerenza cardiaca', pratica psicofisica offerta ai dipendenti della Casa di Cura 'San Giorgio' si offre come modalità di approccio complessiva, scientifica, a basso impatto sull'apprendimento ed addestramento del dipendente, sicura nell'*output* offerto.

Secondo punto:

l'osservazione dei *'sintomi vaghi ed aspecifici'* presentati nel questionario MUS.

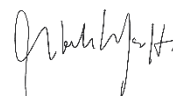
Si sarà notato che nello specifico dello studio alcuni sintomi siano stati maggiormente avvertiti di altri (n. 1, 2, 3, 5, 11) da parte del personale dipendente e come tali sintomi seppur *generici* rinviino completamente all'attivazione del SNA – Sistema Nervoso Autonomo, nella sua branca attivante *'simpatica'*.

Tale osservazione risulta essere in linea, ovviamente, con molti studi scientifici che dimostrano e sostengono come tale modalità attivante sia altamente correlata a manifestazioni somatiche e sindromi strutturate che minano la salute.

Ciò comporta un'ipotesi di prassi generale, di carattere preventivo, di livello *base*, che potrebbe, facilmente, essere organizzata nelle strutture: aprire la possibilità ad una formazione iniziale, con apprendimento ed addestramento a pratiche psico-fisiche, indipendentemente da possibili percorsi consulenziali dedicati all'individuo.

Le considerazioni necessitano, ovviamente, di una comune riflessione.

Il professionista consulente
Roberto DE FILIPPO



Pordenone, 29.09.25