

 S.GIORGIO CASA DI CURA PRIVATA Accredited with the S.S.N.	CONSULENZA PSICOLOGICA DEL LAVORO COERENZA CARDIACA	PG. 100/CPL Rev. 2 Data: 20.09.2024 Pag 1 di 9
DIR. QUALITA' E SICUREZZA CURE		

CONSULENZA PSICOLOGICA DEL LAVORO
COERENZA CARDIACA

Preparato: Dott. De Filippo R. Dott.ssa Zamparo E. Dott. Inf. La Diega A. Data: 10.10.2017	Verificato: Dott.ssa Amarilli L. Data: 18.10.2017	Approvato Dott.ssa Amarilli L. Data: 23.10.2017	Entrata in vigore Data: 25.10.2017
Preparato: Dott. De Filippo R. Dott.ssa Zamparo E. Dott. Inf. La Diega A. Data: 10.03.2021	Verificato: Dott.ssa E. Pascuttini Data: 21.03.2021	Approvato Dott.ssa E. Pascuttini Data: 15.03.2021	

Preparato dott.ssa E. Zamparo dott. R. De Filippo Dott.ssa Inf. D. Bomben dott. Inf. A. La Diega Data: 18.09.2024	Verificato Dott.ssa Elide Pascuttini Data: 18.09.2024	Approvato Dott.ssa Elide Pascuttini Data: 20.09.2024
---	--	---

 DIR. QUALITA' E SICUREZZA CURE	CONSULENZA PSICOLOGICA DEL LAVORO COERENZA CARDIACA	PG. 100/CPL Rev. 2 Data: 20.09.2024 Pag 2 di 9
--	--	--

1. MODIFICHE

Rev.	Data	Punti modificati	Descrizione
0	25.10.2017	PRIMA EMISSIONE	
1	11.01.2021	-----	Aggiornata dicitura da: Direzione qualità e Sicurezza a Direzione qualità e Sicurezza delle Cure
		Tutta la numerazione dei punti	Errore materiale nella Revisione 0
		Punto 7	Nuovo Punto: revisione della Procedura entro 3 anni dalla data di emissione ed approvazione; modifiche previa richiesta alla Dir. Qualità e Sicurezza delle Cure.
2	20.09.2024	Punto 9	Inserito nuovo modulo: MS. DQSC 015/CC – AVER CURA DI CHI CI CURA - COERENZA CARDIACA

INDICE:

1. Modifiche

Premessa

- 2. Scopo e campo di applicazione**
- 3. Destinatari**
- 4. Sigle e Abbreviazioni**
- 5. Ruoli e Responsabilità**
- 6. Modalità di svolgimento delle attività**
- 7. Indicatori e Monitoraggio**
- 8. Distribuzione**
- 9. Modulistica**

 DIR. QUALITA' E SICUREZZA CURE	CONSULENZA PSICOLOGICA DEL LAVORO COERENZA CARDIACA	PG. 100/CPL Rev. 2 Data: 20.09.2024 Pag 3 di 9
---	---	---

Premessa

Il D.Lgs. 81/2008 attribuisce al Datore di Lavoro (DL) il compito di valutare tutti i rischi, compresi quelli derivati dallo stress lavoro correlato (art. 28 D. Lgs. n. 81/2008 come modificato dal D. Lgs. 106/2009). La Commissione Consultiva permanente per la salute e la sicurezza sul lavoro (art. 6, comma 8 lett. m-quarter e art. 28 comma 1 – bis, D.Lgs. n. 81/2008 e successive modificazioni e integrazioni) in data 11.10.2010 ha pubblicato le indicazioni metodologiche per procedere alla valutazione del rischio stress lavoro correlato.

Sulla scorta di queste indicazioni l'INAIL ha pubblicato una proposta operativa (ver. maggio 2011) che identifica in maniera più dettagliata alcuni indicatori di rischio per la valutazione.

La Casa di Cura San Giorgio, nell'ottica del programma di miglioramento continuo, ha avviato percorsi di valutazione della stress lavoro correlato, avvalendosi di un supporto tecnico organizzativo "esterno", conclusi a gennaio 2017 e ottobre 2022.

I risultati emersi nella relazione tecnica sono poi stati diffusi a tutto il personale della Casa di Cura mediante incontri programmati.

Nelle LINEE ANNUALI PER LA GESTIONE DEL SERVIZIO SANITARIO REGIONALE dal 2019 ad oggi si è inserita l'adesione della regione Friuli Venezia Giulia alla rete internazionale HPH (Healt Promoting Hospitals & Healt Services).

Gli Standard 2020 per ospedali e servizi sanitari che promuovono la salute prevedono allo *Standard 4: **Creare un ambiente e un posto di lavoro sano.***

La Regione Friuli Venezia Giulia ed ARCS (Azienda Regionale di Coordinamento della Salute) hanno attivato dei team multiprofessionali che promuovono la salute del personale sanitario, allo scopo di integrare le azioni di prevenzione e sorveglianza affidate a SPP e Medici Competenti con la promozione della salute (empowerment individuale, ambientale e organizzativo per la promozione di un posto di lavoro sano).

La Casa di Cura S. Giorgio aderisce alla rete internazionale e regionale HPH

Considerato che, in ogni professione si rende necessario riflettere sulla qualità del lavoro svolto, identificando eventuali criticità tecnico-operative e comunque ponendo attenzione alle necessità degli operatori coinvolti nei compiti del servizio erogato, la DG in accordo con la DS, il MC, l'RSPP, la DRU ed il SITRA, sentite le OO.SS. in rappresentanza dei lavoratori, ha ritenuto di dotarsi di un **Servizio di Consulenza Psicologica del Lavoro**, rivolto ed aperto a tutti i dipendenti.

 DIR. QUALITA' E SICUREZZA CURE	CONSULENZA PSICOLOGICA DEL LAVORO COERENZA CARDIACA	PG. 100/CPL Rev. 2 Data: 20.09.2024 Pag 4 di 9
--	---	--

2. SCOPO E CAMPO DI APPLICAZIONE:

Si intende promuovere il benessere psicologico e relazionale in ambito lavorativo, nello spirito dell'attuale normativa in tema di sicurezza e tutela della salute nei luoghi di lavoro, delle Linee annuali per la gestione del servizio sanitario regionale e degli Standard 2020 HPH.

La presente procedura si applica a tutte le lavoratrici/lavoratori che ravvisano proprie difficoltà psicologico-relazionali che investono la sfera lavorativa.

3. DESTINATARI:

La procedura è destinata a tutto il personale della Casa di Cura San Giorgio.

4. SIGLE E ABBREVIAZIONI:

DL - Datore di Lavoro	DG - Direzione Generale
DS - Direzione Sanitaria	DRU - Direzione Risorse Umane
MC - Medico Competente	OO.SS. - Organizzazioni Sindacali
L - Lavoratrice/Lavoratore	RSS - Referente Sorveglianza Sanitaria
PC - Professionista Consulente	RSPP - Responsabile Servizio Prevenzione e Protezione
SITRA - Servizio Infermieristico Tecnico Riabilitativo Aziendale	

5. RUOLI E RESPONSABILITA':

DL/DG	Mette a disposizione di tutto il personale il Servizio di Consulenza Psicologica del Lavoro.
DS	Incaricata a intrattenere i rapporti con la DG, il MC, l'RSSP e le OO.SS., in merito alle necessità emerse dalle richieste/incontri con il PC.
MC	È la prima figura che viene a conoscenza delle difficoltà psicologico-relazionali del lavoratore. Avvia la presente procedura, previa consultazione della DS e RSPP.
RSPP	Incaricata a intrattenere i rapporti con la DG, la DS il MC e le OO.SS, in merito alle necessità emerse dalle richieste/incontri con il PC.
DRU	Incaricata a intrattenere i rapporti con la DG, la DS il MC, RSPP e le OO.SS, in merito alle necessità emerse dalle richieste/incontri con il PC.
SITRA	Incaricata a intrattenere i rapporti con la DG, la DS il MC, RSPP e le OO.SS, in merito alle necessità emerse dalle richieste/incontri con il PC.
RSS	Incaricata a intrattenere i rapporti con la DG, la DS il MC, l'RSSP e i lavoratori, in merito alle necessità emerse dalle richieste/incontri con il PC.
PC	Prende in carico la lavoratrice/il lavoratore, sentiti il MC, l'RSPP ed il DS.
L	Riferisce proprie difficoltà psicologico-relazionali al MC in occasione delle visite. Contatta il MC o il RSS per il colloquio preventivo, rispetta le giornate e gli orari stabiliti degli incontri (fuori dall'orario di servizio) con il PC.

 DIR. QUALITA' E SICUREZZA CURE	CONSULENZA PSICOLOGICA DEL LAVORO COERENZA CARDIACA	PG. 100/CPL Rev. 2 Data: 20.09.2024 Pag 5 di 9
--	--	--

6. MODALITA' DI SVOLGIMENTO DELLE ATTIVITA':

6.1 - ACCESSO ALLA CONSULENZA PSICOLOGICA DEL LAVORO

A - LAVORATRICE/LAVORATORE:

- che ravvisa proprie difficoltà psicologico-relazionali che investono la sfera lavorativa, può, in occasione delle visite previste dal D. Lgs. 81/2008 richiedere direttamente al MC di accedere al Servizio di Consulenza Psicologica del Lavoro

OPPURE

- contatta il MC o il RSS per il colloquio preventivo, compilando l'apposito **MS. SS 002/RES – RICHIESTA/ESITO COLLOQUIO**;
- riceve il **MS. SS 002/RES – RICHIESTA/ESITO COLLOQUIO** di conferma colloquio preventivo con il MC;
- effettua il colloquio preventivo con il MC e si attiene alle indicazioni fornite;
- esegue il colloquio con il PC secondo il programma prestabilito (fuori dall'orario di servizio).

B - MEDICO COMPETENTE:

- che in occasione delle visite previste dal D. Lgs. 81/2008 ravvisa o riceve richiesta diretta di accesso al Servizio di Consulenza Psicologica del Lavoro si attiva per la presa in carico della lavoratrice/lavoratore

OPPURE

- riceve la lavoratrice/il lavoratore per il colloquio preliminare;
- contatta il PC e presenta il caso in oggetto;
- predispone il primo incontro della lavoratrice/lavoratore con il PC - **MS. SS 002/RES – RICHIESTA/ESITO COLLOQUIO**;
- informa la DS e l'RSPP;
- riceve la consulenza del PC e si attiva per eventuali altre azioni necessarie;
- conserva tutta la documentazione ricevuta.

C - REFERENTE SORVEGLIANZA SANITARIA:

- riceve dalla lavoratrice/lavoratore il **MS. SS 002/RES – RICHIESTA/ESITO COLLOQUIO** per il colloquio preliminare;
- informa il MC;
- tiene i rapporti con la lavoratrice/il Lavoratore, il MC ed il PC;
- archivia tutta la documentazione ricevuta.

 DIR. QUALITA' E SICUREZZA CURE	CONSULENZA PSICOLOGICA DEL LAVORO COERENZA CARDIACA	PG. 100/CPL Rev. 2 Data: 20.09.2024 Pag 6 di 9
--	--	--

D - DS – RSPP - DIREZIONE DEL PERSONALE – SITRA:

- vengono, qualora necessario, informati dal MC dell'avvio della procedura;
- vengono, qualora necessario, aggiornati dal MC e/o dal PC sull'evoluzione del caso in oggetto;
- si attivano per eventuali azioni necessarie.

E - DATORE DI LAVORO - DL:

- viene informato del caso qualora dovessero rendersi necessarie azioni di miglioramento.

F - PROFESSIONISTA CONSULENTE – PC - :

- Il PC, prende in carico la lavoratrice/il lavoratore con lo specifico problema presentato,
- potrà mettere a disposizione un numero **massimo di cinque incontri** (salvo altra necessità) solitamente nella giornata del **mercoledì** (salvo altra necessità) dalle **ore 12.00**, per un massimo di **due/tre diverse consulenze**, entro i quali verranno sviluppati, in successione, i seguenti steps:

- Accoglienza e presentazione dello stato-problema.
- Definizione congiunta degli obiettivi finali ed intermedi da conseguire.
- Evidenziazione delle azioni utili al raggiungimento degli obiettivi condivisi.
- Verifica, in itinere, dei risultati conseguiti.
- Valutazione congiunta del lavoro svolto.
- Individuazione di ulteriori compiti o risorse esterne per il rinforzo dei risultati.
- Chiusura della consulenza su apposito **MS. SS 003/RCI – RELAZIONE CONCLUSIVA**

INCONTRO

Dei singoli incontri il PC potrà conservare memoria scritta, ad uso esclusivamente privato, nel rispetto del mandato del Regolamento UE n. 2016/679 e D. Lgs. n. 196/2003 modificato dal D.Lgs. 101/2018 fatto salvo la stesura di una relazione a conclusione della consulenza svolta, portata, qualora necessario, a conoscenza delle figure istituzionali della Casa di Cura.

Detta relazione sarà comunque rispettosa del mandato confidenziale intercorso coi richiedenti la consulenza psicologica del lavoro.

NOTA	Modello psicologico d'approccio: ' <i>centrato sulla soluzione</i> ' (S. de Shazer, I. Kim Berg) che è parte della tradizione delle cosiddette 'terapie brevi', che, a loro volta, fanno riferimento all'ampia cultura degli orientamenti sistemici al ' <i>problem solving</i> '.
-------------	--

	CONSULENZA PSICOLOGICA DEL LAVORO COERENZA CARDIACA	PG. 100/CPL Rev. 2 Data: 20.09.2024 Pag 7 di 9
---	---	---

6.2 - ACCESSO AL *TRAINING CENTRATO SULLA COERENZA CARDIACA*

A - LAVORATRICE/LAVORATORE:

- in occasione delle visite previste dal D. Lgs. 81/2008 compila il **MS. DQSC 07/QMUSC – QUESTIONARIO MUS**

OPPURE

- contatta il MC o il RSS per il colloquio preventivo, compilando l'apposito **MS. SS 002/RES – RICHIESTA/ESITO COLLOQUIO**;
- riceve il **MS. SS 002/RES – RICHIESTA/ESITO COLLOQUIO** di conferma colloquio preventivo con il MC;
- effettua il colloquio preventivo con il MC e si attiene alle indicazioni/informazioni fornite;
- riceve legge e firma il **MS. DQSC 014/TSICI – TRAINING/INFORMATIVA/CONSENSO**
- segue il Training sulla Coerenza Cardiaca, secondo il programma prestabilito (fuori dall'orario di servizio).

B - MEDICO COMPETENTE:

- in occasione delle visite previste dal D. Lgs. 81/2008 visiona il **MS. DQSC 07/QMUSC – QUESTIONARIO MUS** – in caso di presenza di un numero di **MUS ≥ 6** propone ed informa la lavoratrice/il lavoratore sul Training sulla Coerenza Cardiaca
- consegna il **MS. DQSC 014/TSICI – TRAINING/INFORMATIVA/CONSENSO**
- contatta il PC per presa in carico della lavoratrice/lavoratore

OPPURE

- riceve la lavoratrice/il lavoratore per il colloquio preliminare;
- contatta il PC e presenta il caso in oggetto;
- predispone il primo incontro della lavoratrice/lavoratore con il PC - consegna il **MS. DQSC 014/TSICI – TRAINING/INFORMATIVA/CONSENSO**
- informa la DS e l'RSPP;
- riceve feedback dal PC e si attiva per eventuali altre azioni necessarie;
- conserva tutta la documentazione ricevuta.

C - REFERENTE SORVEGLIANZA SANITARIA:

- riceve dalla lavoratrice/lavoratore il **MS. SS 002/RES – RICHIESTA/ESITO COLLOQUIO** per il colloquio preliminare;
- informa il MC;
- tiene i rapporti con la lavoratrice/il Lavoratore, il MC ed il PC;
- archivia tutta la documentazione ricevuta.

 DIR. QUALITÀ E SICUREZZA CURE	CONSULENZA PSICOLOGICA DEL LAVORO COERENZA CARDIACA	PG. 100/CPL Rev. 2 Data: 20.09.2024 Pag 8 di 9
---	---	---

C - DS – RSPP - DIREZIONE DEL PERSONALE – SITRA:

- vengono, qualora necessario, informati dal MC dell'avvio della procedura;
- vengono, qualora necessario, aggiornati dal MC e/o dal PC sull'evoluzione del caso in oggetto;
- si attivano per eventuali azioni necessarie.

D - DATORE DI LAVORO - DL:

- viene informato del caso qualora dovessero rendersi necessarie azioni di miglioramento.

E - PROFESSIONISTA CONSULENTE – PC - :

- Il PC prende in carico la lavoratrice/il lavoratore per il Training sulla Coerenza Cardiaca
- in occasione degli incontri settimanali previsti (massimo 2), si inseriranno e proporranno esercizi esperienziali:

- La Coerenza Cardiaca: una visione d'insieme
- Dai punti di partenza agli obiettivi. Rallentare le reazioni: schiacciare il tasto 'pausa'
- Alla ricerca della sincronia mente-cuore. Eliminare l'accumulo di stress ed ansia
- Ritrovare l'equilibrio perduto. Costruire un *mindset* efficace per la resilienza

A cadenza quadrimestrale dal termine potrà essere previsto un incontro di *follow up*, della durata di **30 minuti**.

Dei singoli incontri il PC potrà conservare memoria scritta, ad uso esclusivamente privato, nel rispetto del mandato del Regolamento UE n. 2016/679 e D. Lgs. n. 196/2003 modificato dal D.Lgs. 101/2018 fatto salvo la stesura di una relazione a conclusione della consulenza svolta, portata, qualora necessario, a conoscenza delle figure istituzionali della Casa di Cura.

Detta relazione sarà comunque rispettosa del mandato confidenziale intercorso coi richiedenti la consulenza psicologica del lavoro.

NOTA	HPH Ospedali che promuovono la salute - PROGETTO REGIONALE "AVER CURA DI CHI CI CURA" Con il termine "coerenza cardiaca" ci si riferisce ad un metodo terapeutico basato su tecniche di controllo della respirazione e tecniche di imagery mentale ed è finalizzato a regolare la variabilità della frequenza e del ritmo cardiaco, che influenzano direttamente il Sistema Nervoso Autonomo, modulando infine gli effetti del distress, controllare patologie come l'ansia, la depressione o le malattie cardiache ed aumentare il benessere psicofisico. Per facilitare l'apprendimento, durante le lezioni verrà utilizzato un dispositivo di biofeedback formativo, già in uso presso il Policlinico, necessario per il rilevamento, l'analisi e la visualizzazione istantanea dei parametri fisiologici della variabilità e della coerenza cardiaca. Con l'utilizzo dello strumento, in tempo reale, sarà possibile monitorare lo stato di attività dei due rami del sistema neurovegetativo (Sistema Nervoso Simpatico - SNS e Sistema Nervoso Periferico - SNP) e mediante l'apprendimento delle tecniche psicofisiologiche proposte, ristabilire l'equilibrio, nei casi di alterazione dovuti ad intensi e prolungati stress psicofisici.
--------------------	---

 DIR. QUALITÀ E SICUREZZA CURE	CONSULENZA PSICOLOGICA DEL LAVORO COERENZA CARDIACA	PG. 100/CPL Rev. 2 Data: 20.09.2024 Pag 9 di 9
---	--	--

7. INDICATORI E MONITORAGGIO:

La revisione della presente Procedura è prevista entro 3 anni dalla data di emissione ed approvazione, e se previsto dalla pubblicazione in intranet, salvo che mutate esigenze aziendali o nuove necessità organizzative ne richiedano la revisione in tempi più brevi. Le modifiche dovranno avvenire a cura della Direzione e/o Dipartimento afferente per competenza previo coinvolgimento della Direzione Qualità e Sicurezza delle Cure.

8. DISTRIBUZIONE:

- Pubblicazione nel sito Intranet Aziendale;
- Comunicazione alle/ai Responsabili Medici, Coordinatrici/ori Inf./Ost./Tec., Resp. di Direzioni Operative, Resp. Servizi/Ambulatori e Uffici a mezzo email.

9. MODULISTICA (Uso esclusivo Sorveglianza Sanitaria):

- MS. SS 002/RES – RICHIESTA/ESITO COLLOQUIO (Disponibile in intranet)
- MS. SS 003/RCI – RELAZIONE CONCLUSIVA INCONTRO
- MS. DQSC 07/QMUSC – QUESTIONARIO MUS
- MS. DQSC 014/TSICI – TRAINING/INFORMATIVA/CONSENSO
- MS. DQSC 015/CC – AVER CURA DI CHI CI CURA - COERENZA CARDIACA