

Sulla fatica e le paure degli operatori nelle RSA

Pietro Vigorelli

In questi tempi di Coronavirus sono in contatto con decine di operatori di tutta Italia. Mi colpisce la diversità delle situazioni che stanno vivendo.

Da una parte c'è lo psicologo di una RSA del cremonese che lavora nel Nucleo Alzheimer e ha visto morire 16 anziani su 30 in un mese, dall'altra c'è la coordinatrice di una RSA del Veneto. Mi dice che nessun anziano e nessun operatore si è ammalato. Però aggiunge *per ora*.

Anche chi è stato finora preservato dall'epidemia se la aspetta, la teme.

Quando parliamo di operatori e di RSA dobbiamo tenere presente questa eterogeneità, insieme a un fattore comune, la paura.

Qui di seguito parlerò della fatica e delle paure degli operatori poi mi interrogherò sull'eroismo.

La fatica

Comincerei a parlare della fatica degli operatori perché se ne parla molto ma perlopiù in termini generali. Conoscere da vicino la realtà, ascoltare i racconti direttamente dagli interessati fa capire meglio la situazione.

Il lavoro nelle RSA è sempre duro e faticoso, non solo dal punto di vista fisico ma anche da quello emotivo.

La fatica fisica

C'è la cosiddetta movimentazione, cioè lo spostamento delle persone che non sono in grado di spostarsi e neanche di muoversi nel letto. Per evitare le piaghe da decubito e le polmoniti è necessario che le persone che stanno molto a letto, gli allettati, varino il decubito, dal fianco destro al sinistro e così via, almeno ogni tre ore, sia di giorno che di notte. Questa operazione elementare e fondamentale richiede fatica e perizia. Se non è fatta correttamente può provocare mal di schiena e infortuni negli operatori. Anche i passaggi letto-carrozzina richiedono sforzo fisico e nelle RSA sono numerosi i pazienti che necessitano di aiuto da parte di una o due persone. Se queste operazioni possono essere fatte con la necessaria calma e preparazione tecnica sono relativamente semplici, ma se devono essere fatte in fretta, in condizioni di carenza di personale, diventano doppiamente faticose e rischiose per la salute degli operatori.

Anche se esistono i materassi antidecubito e i sollevatori, questi presidi non sono sempre disponibili, non sono sufficienti e non sono privi di controindicazioni.

Dobbiamo renderci conto che il lavoro degli operatori sociosanitari (OSS) richiede molto sforzo fisico, coinvolge direttamente il corpo di chi assiste, non solo di chi è assistito.

La carenza di personale, la mancanza di tempo sono problemi cronici in molte RSA e in occasione della pandemia si sono accentuati: molti operatori sono in malattia, altri devono stare a casa in quarantena fiduciaria perché risultati positivi al tampone per il Covid-19, altri ancora perché sono stati in contatto con persone sintomatiche o positive. In questo momento poi di grande richiesta di personale da parte degli ospedali si sta assistendo anche a uno spostamento degli operatori dalle RSA agli ospedali, attratti dal passaggio dal lavoro per una cooperativa a quello per un ente pubblico.

In alcune RSA il personale in servizio è dimezzato, il carico di lavoro raddoppiato e i turni di riposo saltano. Queste sono le condizioni di lavoro.

Dove questo non succede, dove non si fa attenzione alla quarantena degli operatori che sono stati presumibilmente in contatto col Coronavirus, la situazione è ancora peggiore perché il numero delle persone che si contagiano aumenta rapidamente.

Le nuove condizioni di lavoro

Dopo anni in cui gli operatori hanno imparato a valorizzare la vicinanza con gli ospiti e il contatto fisico, adesso tutto è cambiato. Nelle RSA c'è stata una vera rivoluzione copernicana. Adesso quello che più importa è il distanziamento fisico. D'altra parte gli operatori sanno bene che questo è impossibile, anche se non rispettare il distanziamento aumenta il rischio di contagio. Gli OSS in particolare si trovano sollecitati da due imperativi opposti e inconciliabili: stare vicini e stare lontani nello stesso tempo.

Certo ci sono i Dispositivi di Protezione Individuale (DPI). Dopo le prime settimane in cui erano consigliati ma erano anche introvabili o insufficienti, adesso in tutti i reparti delle RSA, non solo in quelli Covid, gli OSS lavorano con guanti e mascherina. Ma tenere guanti e mascherina per 8 ore non contribuisce a ridurre la fatica, la aumenta.

Nei reparti Covid, poi, i DPI comprendono anche l'uso della tuta completa, degli occhiali e dei calzari. Questi presidi ostacolano il lavoro e lo rallentano. Gli operatori, dopo che li hanno indossati, non possono soffiarsi il naso, non possono bere e neppure andare in bagno. Se proprio lo devono fare, devono passare da un apposito locale dove svestirsi e rivestirsi, come quando si esce e si rientra in una sala chirurgica.

Ho sentito operatori - tra di loro comprendo anche medici, infermieri e tutti quelli che collaborano all'attività di assistenza e cura - descrivermi le lunghe sudate fatte dentro la tuta, così come la sete patita prima di potersi ristorare, magari con una breve interruzione dopo 6 ore ininterrotte di lavoro.

Lo stress e la fatica emotiva

Le condizioni di superlavoro a cui gli operatori sono sottoposti creano di per sé un aumento dello stress. A questo si aggiunge il sovraccarico emotivo dovuto all'ambiente. Gli anziani in difficoltà sono aumentati, quelli con febbre e disturbi respiratori sono più complicati da assistere e diventano più esigenti. Quando arriva il primo decesso per Covid-19 la tensione aumenta in modo impressionante e purtroppo di solito è l'inizio di una serie. La tenuta psicologica degli operatori è messa a dura prova. A completare la situazione si aggiunge poi la paura.

Le paure

I primi ad aver paura sono stati gli operatori, non gli anziani.

Nelle prime settimane di epidemia questi si sentivano tranquilli e sicuri in RSA. Sentivano parlare di Coronavirus, ma era un problema del mondo di fuori. Loro si sentivano protetti, non toccati dalla tempesta del mondo esterno. Le notizie della televisione riguardavano gli altri, non loro stessi. Anzi, non capivano perché gli operatori si preoccupavano e prendevano tante precauzioni. Neanche i familiari lo capivano e volevano entrare nelle RSA, lo pretendevano, creando non pochi problemi e scontri. È stato solo in un tempo successivo che i familiari hanno capito di quanto fossero importanti le misure di distanziamento fisico che via via venivano adottate, in tempi rapidissimi, prima che ci fosse la percezione collettiva del pericolo.

Ho ascoltato numerose testimonianze di paure degli operatori. Se ne parla poco perché si preferisce diffondere l'immagine irrealistica degli eroi.

Gli operatori hanno davvero paura, vivono nella paura. La paura comincia quando entrano in RSA o, meglio, quando, si avviano nuovamente al lavoro, ancora affaticati dal turno precedente. Poi vivono nella paura tutto il giorno.

Paura di che cosa? Di infettarsi ovviamente, ma non solo. C'è una seconda paura molto presente: la paura di portare il contagio a casa, ai figli, al compagno o alla compagna.

Per molti operatori questa è addirittura la paura preminente perché si accompagna, beffarda, anche al senso di colpa.

Conosco operatori che quando tornano a casa continuano a tenere la mascherina. Qualcuno, più fortunato, passa dal box, si cambia completamente, fa la doccia e si presenta in casa rinnovato. Qualcuno si auto isola in una stanza, per esempio quella del figlio, e gli altri si arrangiano nella camera matrimoniale. Una collega più fortunata si mette in isolamento in una stanza che affaccia su un terrazzo comune e i familiari le portano la cena sulla soglia della porta, poi mangia da sola. So di molti che hanno rinunciato a tornare a casa e che hanno trovato una sistemazione in un alloggio di fortuna. Alcune badanti, per paura di contagiare se stesse o il proprio assistito, si sono blindate in casa 24 ore al giorno per 7 giorni alla settimana, senza riposo, con la persona assistita, magari un anziano con Alzheimer e disturbi comportamentali.

Tutti questi esempi confermano come per molti operatori la paura di portare il contagio a casa sia elevata. Questo nuovo stile di vita segregato toglie agli operatori la possibilità di recuperare energie affettive e appesantisce ulteriormente la fatica quotidiana.

Si capisce bene come chi vede la situazione dall'esterno sia indotto a parlare di eroismo. A questo proposito però credo sia opportuno fermarsi un momento a riflettere.

L'eroismo

Leggiamo sui giornali articoli sull'eroismo degli operatori, vediamo in TV striscioni davanti agli ospedali che ringraziano gli eroi che curano malati e anziani. In questi servizi leggo l'ammirazione, la solidarietà e, vorrei dire, l'affetto che il personale sociosanitario si è meritato in queste settimane. Va bene, però quando si ammira l'eroismo degli altri conviene fermarsi a riflettere.

Gli operatori che ho conosciuto non sono eroi e non hanno nessuna voglia di esserlo. Sono lavoratori che faticano e che vivono nella paura.

Personalmente sono queste le persone che ammiro, che ringrazio e, se posso, cerco di aiutare.

Eroismo è una parola ambigua: contiene un significato positivo, che allude al fare qualcosa di molto importante, utile, generoso, ma contiene anche un significato che forse ha una sfumatura negativa, quando allude a un eccesso, quasi a una sfida del pericolo e della morte.

Nella situazione attuale un atteggiamento eroico potrebbe comportare il sentimento di invulnerabilità e il mancato rispetto delle norme di sicurezza. Entrambi atteggiamenti fallimentari che possono produrre effetti negativi (devastanti) per sé e per gli altri.

L'eroe per definizione non è prudente, è audace e sfida la sorte. Oggi invece abbiamo bisogno di persone attente, prudenti, che riflettano.

Un atteggiamento eroico e onnipotente, quando poi si scontra con la dura realtà potrebbe portare l'operatore al burnout.

L'enfaticizzazione dell'eroismo degli operatori porta poi le persone normali, la maggior parte degli operatori, quelli che sudano e lavorano più che possono, meglio che possono a sentirsi incompresi e anche in colpa, perché non sono sufficientemente eroici.

Il riconoscimento

Al termine di queste riflessioni, noi che viviamo in bolle relativamente fortunate e felici dobbiamo manifestare i nostri sentimenti di ammirazione e di gratitudine per gli operatori delle RSA e degli ospedali che vivono in trincea.

Gli operatori continuano ad assistere anziani e malati, pur essendo persone normali che si stancano, che vorrebbero scappare, che sperano che la tempesta passi presto e che lavorano per gli altri nonostante le loro paure.