



XIII congresso nazionale

simeu

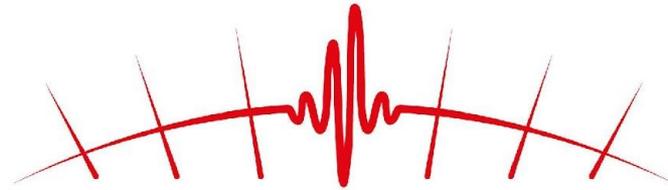
GENOVA 30 MAG - 1 GIU 2024



I.MEU

I.MEU

Dr.ssa Martina Lancellotti
Specializzanda IV anno Scuola MEU di Modena



XIII congresso nazionale

SIMEU

GENOVA 30 MAG - 1 GIU 2024



Medicina d'Urgenza e Salute Mentale: campanelli d'allarme già dalla scuola di specialità.

Survey sulla scuola di Modena



XIII congresso nazionale

SIMEU

GENOVA 30 MAG - 1 GIU 2024



Introduzione allo studio

In questi ultimi anni, soprattutto a seguito dell'epidemia COVID-19, si sta assistendo a una disaffezione, da parte degli aspiranti specializzandi, alla Medicina d'Emergenza-Urgenza, con l'evidenza di numerose borse di specialità per questa disciplina mai assegnate e di conseguenza andate perse per scarsa richiesta.

Tra le motivazioni di questo vi è anche l'idea che l'Emergenza-Urgenza sia un settore in affaticamento, con ritmi di vita difficili e ampio carico emotivo.

Partendo da questo dato, si è deciso di provare ad analizzare il carico emotivo e il suo conseguente impatto sulla salute mentale degli specializzandi afferenti alla scuola di Modena, scuola esistente già da più di un decennio e che negli anni è risultata particolarmente attrattiva nel panorama nazionale, per individuare eventuali criticità su cui poter agire, per rendere la specializzazione in Medicina d'Emergenza-Urgenza di nuovo competitiva, ma soprattutto più sostenibile sul lungo corso, per evitare che specialisti preziosi vengano persi per difficile sostenibilità personale e burnout dopo pochi anni di attività, andando a incrementare e sostenere quel circolo vizioso che porta a perenne carenza di emergentisti e urgentisti nel nostro sistema sanitario.

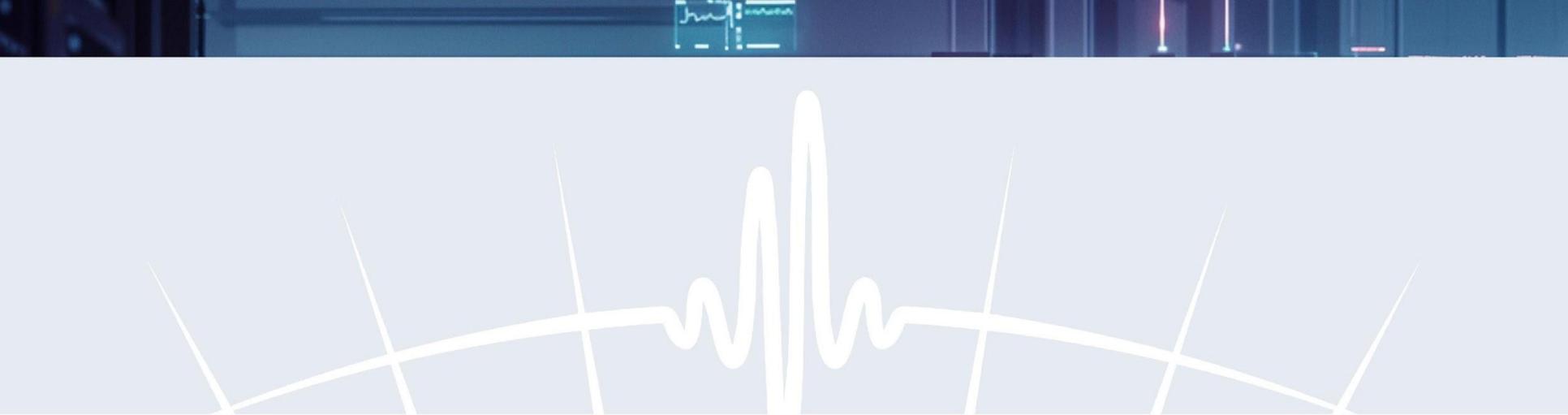
Materiali e metodi

La salute mentale negli specializzandi MEU

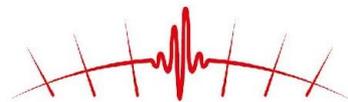
Questo sondaggio vuole indagare l'impatto sulla salute mentale che la scuola di specialità in Medicina d'Urgenza, col carico di lavoro, i turni, e il tipo di casistica associato, porta sui giovani medici. E' un questionario completamente anonimo, sentiti liber* di esprimerti



Lo studio è stato condotto dal 1 Dicembre 2023 al 12 Aprile 2024 sottoponendo un questionario anonimo comprendente 16 domande a risposta multipla e 1 domanda a risposta libera inerenti disturbi d'ansia e depressione, l'utilizzo di alcol, sostanze e nicotina, la qualità del sonno, la frequenza dell'attività sportiva e la necessità di supporto psicologico effettiva o desiderata, agli specializzandi in Medicina d'Emergenza-Urgenza della Scuola di Modena e Reggio Emilia.



Risultati



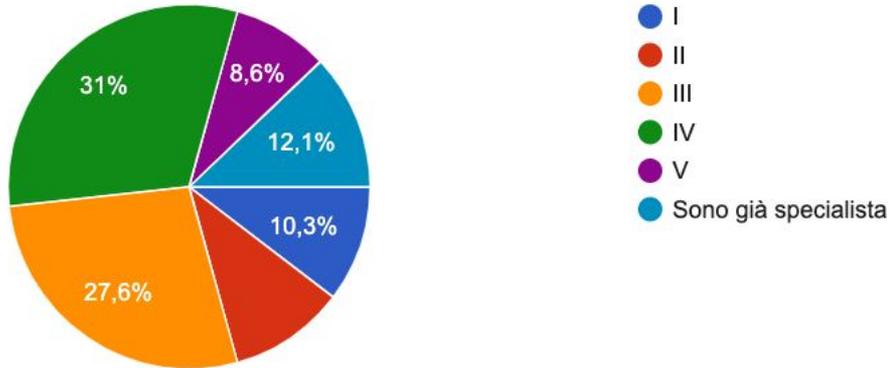
XIII congresso nazionale

simeu

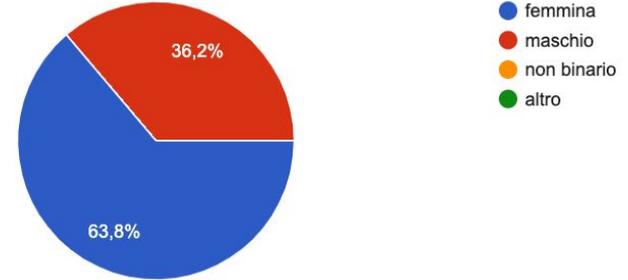
GENOVA 30 MAG - 1 GIU 2024

A rispondere al questionario sono stati 51 specializzandi dal I al V anno (6 del I anno, 6 del II anno, 16 del III anno, 18 del IV anno e 5 del V anno), su 90 attualmente iscritti, e 7 specialisti formati presso la nostra scuola, su un totale di 72 specialisti.

Quale anno frequenti?

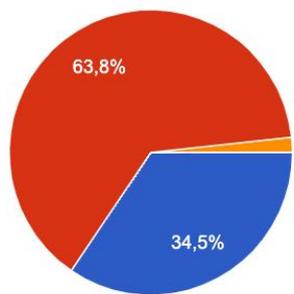


Come definisci il tuo genere?



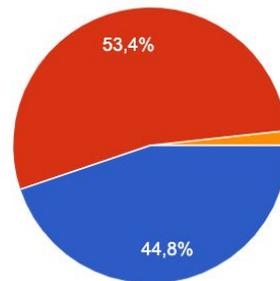
Di questi il 63.8% (37) erano femmine e il 36.2% (21) erano maschi.

Il 44.8% (26 persone) di coloro che hanno risposto segnala di aver sofferto di ansia o depressione da quando ha iniziato il percorso di formazione specialistica, riportando che la metà di questi (13 persone) non aveva mai presentato tali disturbi prima dell'inizio della specialità.



● si
● No
● Ansia da prestazione prima degli esami universitari

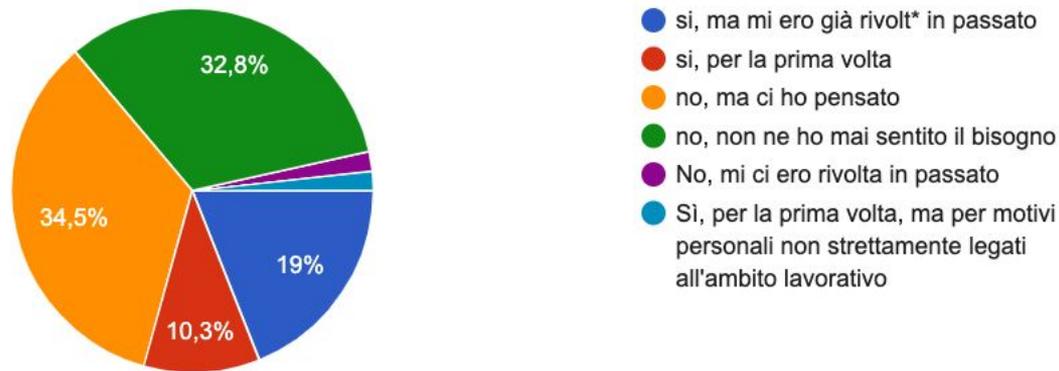
Hai mai sofferto d'ansia PRIMA di iniziare la specialità?



● si
● No
● Più che altro sensazione di inadeguatezza e incapacità

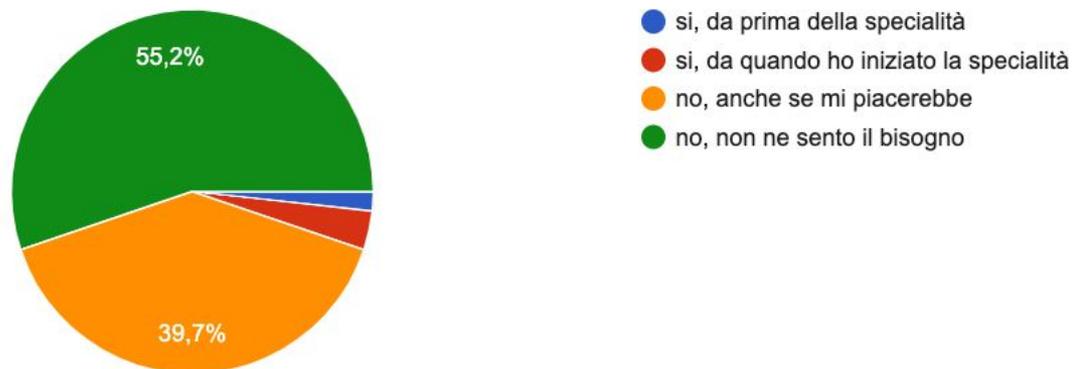
Hai mai sofferto d'ansia da quando hai iniziato la specialità?

Il 31% ha riferito di essersi rivolto a uno psicologo (11 persone avevano già effettuato percorsi in passato, una persona ha iniziato un percorso per motivi non strettamente legati alla specialità e 6 persone hanno iniziato il percorso per la prima volta), inoltre il 34.5% (20 persone) pur non avendo iniziato un percorso con uno psicologo segnala di aver pensato a questa eventualità.



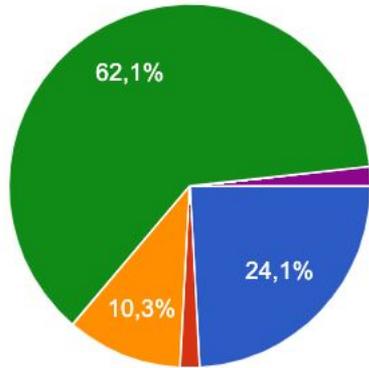
Ti sei rivolto a uno psicologo, per disturbi d'ansia o di depressione, da quando sei in specialità?

Soltanto 3 persone (5.1%) utilizzano tecniche di rilassamento come training autogeno, mindfulness e altri di tipi di meditazione, di cui 1 già da prima della specialità, mentre 23 persone (39.7%) riferisce di non utilizzarle, ma che vorrebbero farlo.



Utilizzi tecniche di rilassamento come mindfulness, training autogeno, o altro?

Sei fumatore?

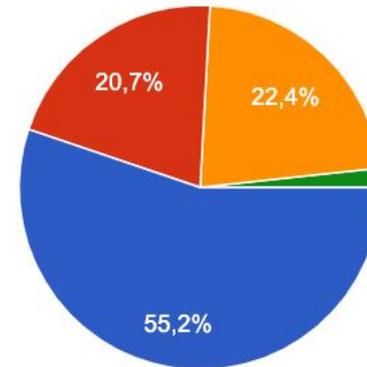


- si, da prima della specialità
- si, da quando sono in specialità
- no, ma ho fumato in passato
- no, non ho mai fumato
- Sporadicamente, da prima

16 persone (27.5%) tra coloro che hanno risposto al sondaggio segnalano di essere fumatori, soltanto una segnala però di avere iniziato da quando ha intrapreso la specialità, 6 (10.3%) persone sono invece ex fumatori. La restante parte (62.1%) non ha mai fumato.

Riguardo al consumo di bevande alcoliche il 20.7% (12 persone) segnala di avere aumentato il consumo mentre il 22.4% (13 persone) lo ha diminuito. Per la restante parte dei rispondenti (33 persone, il 56.9%) il consumo è rimasto invariato.

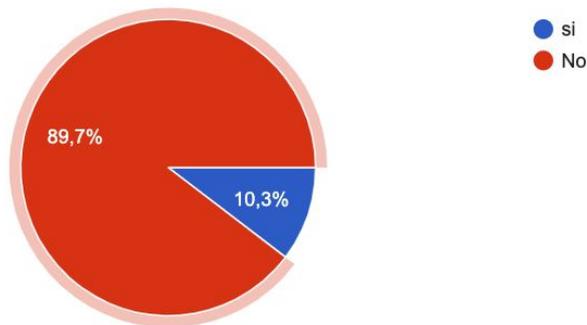
Riguardo al consumo di alcolici, da quando hai iniziato la specialità



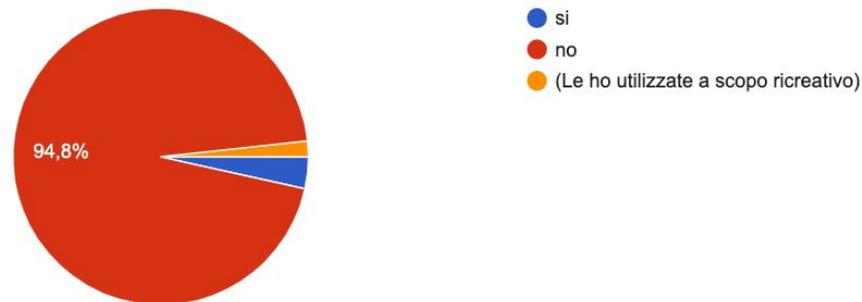
- è rimasto invariato
- è aumentato
- è diminuito
- Sono astemia

Il 10.3% (6 persone) segnala di avere avuto la necessità di farmaci per gestire gli stati d'ansia o di depressione da quando ha iniziato la scuola, il 3.2% (2 persone) segnala di aver utilizzato sostanze stupefacenti per il medesimo motivo.

Hai avuto la necessità di utilizzare farmaci per gestire stati d'ansia o di depressione?

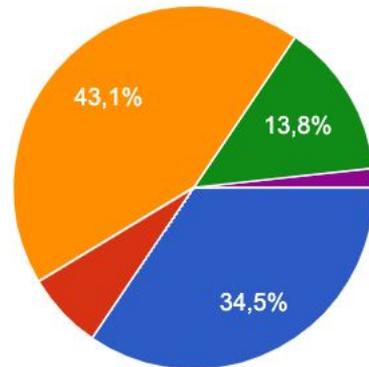


Hai avuto la necessità di utilizzare sostanze stupefacenti per gestire stati d'ansia o di depressione?



Per 33 persone (58.6% degli intervistati) la qualità del sonno ha subito un peggioramento (per 25 persone in maniera lieve, per 8 persone in maniera significativa), per una persona è peggiorata la quantità del sonno ma non la qualità, 4 persone (6.9%) riferiscono invece un miglioramento della qualità del proprio sonno, i restanti (20 persone, 34.5%) la ritengono invariata.

La qualità del sonno si è modificata da quando hai iniziato la specialità?

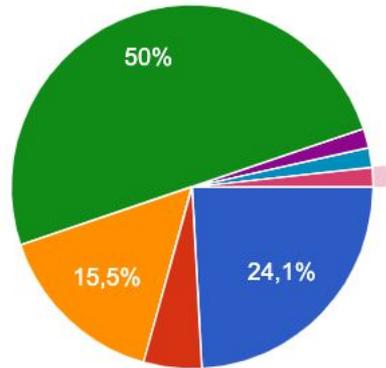


- è rimasta uguale
- è migliorata
- è peggiorata, in maniera lieve
- è peggiorata, in maniera importante
- La qualità è invariata, la quantità è diminuita in maniera importante

Per la metà di coloro che hanno risposto il rapporto col cibo si è modificato:

14 persone (24.1%) mangiano di più e in maniera meno salutare, 9 persone (15.5%) mangiano meno e spesso saltano i pasti, 3 (5.2%) persone mangiano di meno ma senza saltare i pasti, una persona (1.7%) segnala di mangiare in maniera irregolare per orari e tipologia alimentare, una persona segnala di aver cambiato il proprio regime alimentare senza menzione di modifica della quantità o irregolarità delle assunzioni, per 29 persone il rapporto col cibo non si è modificato.

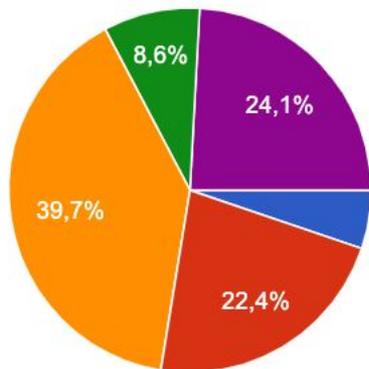
Il tuo rapporto col cibo si è modificato da quando hai iniziato la specialità?



- si, mangio di più e in maniera meno salutare
- si, mangio di meno ma non salto i pasti
- si, mangio di meno e spesso salto i pasti
- no, il mio rapporto col cibo non è variato
- si, ho cambiato regime alimentare (vegano/vegetariano)
- Mangio di più, ma roba sana
- Mangio in modo irregolare (a volte salto i pasti, a volte mi nutro alle macchinett...

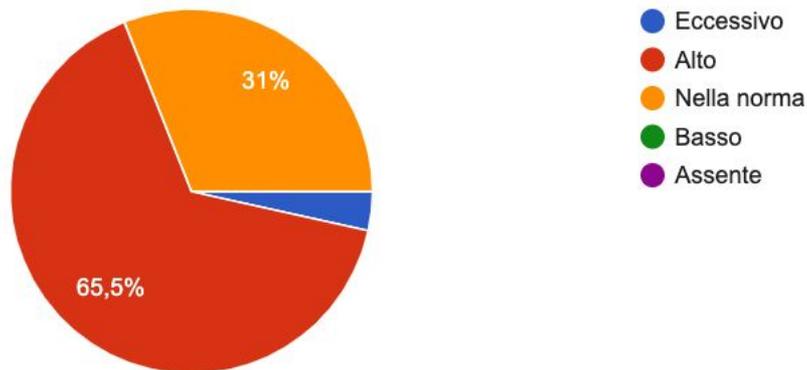
Il 66.3% (39 persone) ha riferito di praticare attività sportiva: il 39.7% (23 persone) con frequenza minore rispetto a prima, il 22.4% (13 persone) con frequenza maggiore, il 5.2% (3 persone) con frequenza invariata. Il 24.1% (14 persone) ha smesso di praticare sport, mentre la restante parte (5 persone, 8.6%) riferisce di non averne mai praticato.

Pratici attività sportiva?



- si, con la stessa frequenza di prima della scuola di specialità
- si, con frequenza maggiore che prima della scuola di specialità
- si, con frequenza minore che prima della scuola di specialità
- no, non ho mai praticato sport
- no, ho smesso di praticare sport

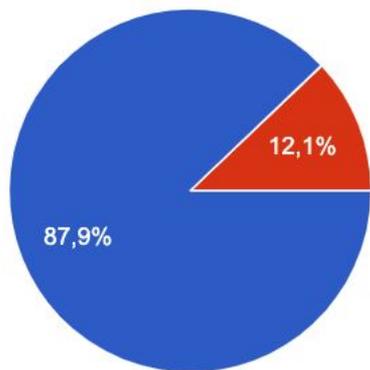
Come definiresti il carico emotivo di questa specialità?



Riguardo al carico emotivo di questa specialità, il 65.5% lo ritiene alto, il 3.4% eccessivo, il 31% lo ritiene nella norma. Nessuno lo ritiene basso o assente.

Nella domanda a risposta libera in merito a eventuali argomenti della sfera psicologica non trattati altrimenti, chi ha risposto ha spesso messo in evidenza le difficoltà nei rapporti coi colleghi, evidenziando una difficile collaborazione, e la difficoltà nei rapporti interpersonali con coloro che (amici, familiari) non facendo lo stesso tipo di lavoro con gli stessi ritmi di vita, divengono molto più complicati.

Ritieni necessario un supporto psicologico strutturato all'interno della nostra scuola di specialità?

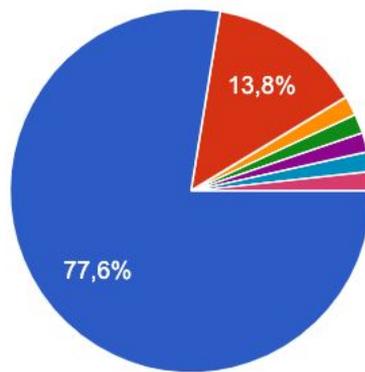


● si
● no

Non si può ignorare come un numero consistente di intervistati (87.9%, 51 persone) abbia evidenziato la necessità di un percorso psicologico strutturato per chi svolge il nostro lavoro!

Pur essendo i dati raccolti dati assolutamente parziali rispetto al totale degli specializzandi attualmente in formazione, e probabilmente affetti da un bias di selezione per cui possa avere risposto al sondaggio chi principalmente trova nel tema della salute mentale un dato da portare all'attenzione, e pur evidenziando un forte attaccamento alla nostra specialità, si segnala che il 13.8% di coloro che hanno risposto non sceglierebbe di nuovo questa specialità, tra di essi due sono già specialisti, il 3.4% non è nemmeno certa di voler terminare questo percorso.

Se tornassi indietro,
riscegliaresti questa specialità?



- si
- no
- in realtà non ho nemmeno la certezza di volere finire questa scuola
- Si, probabilmente all'estero
- Si, ho deciso di sacrificare la mia vita e la mia salute per rincorrere il sogno M...
- Non ho la certezza di voler finire questa scuola ma ormai sono al 4 anno e non...
- L'impatto sulla mia salute mentale è m...

Conclusioni

E' certamente necessario uno studio con una coorte più ampia, sia all'interno della nostra scuola, portando un maggior numero di specializzandi a rispondere alla Survey, sia creando uno studio multicentrico, coinvolgendo altre realtà del nostro panorama nazionale, perché le criticità riscontrate presso una scuola non necessariamente sono le medesime presso altre scuole.

Discussione

Non si può ignorare come il carico psicologico e mentale della nostra scuola sia una criticità reale e che necessita di essere, non abbattuta, perché per le caratteristiche intrinseche di questa specialità non è possibile abbatterla, ma quantomeno ridotto e supportato da sostegno psicologico adeguato, strutturato e inserito fin dall'inizio del percorso di formazione, oltre che da ritmi di lavoro (in formazione e successivamente) che permettano una migliore integrazione con la vita personale, per evitare che la fuga sia un'alternativa attraente, e per mantenere la Medicina D'Emergenza-Urgenza una specialità di cui interessarsi ed appassionarsi.

Autori

Martina Lancellotti ^{1, 2}; Francesco Del Prete ^{1, 2};
Vazzana Natale ²; Alice Ballerini ³; Luca Roncucci ⁴;
Lucio Brugioni ²

¹Scuola di specializzazione in Medicina d'Emergenza-Urgenza Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia

²Dipartimento di Medicina di Area Critica Azienda Ospedaliero Universitaria di Modena

³Dipartimento di Scienze Biochimiche, Metaboliche e Neuroscienze

⁴Dipartimento di Medicina Interna, Generale e Post-Acuzie, Azienda Ospedaliero Universitaria di Modena





XIII congresso nazionale

simeu

GENOVA 30 MAG - 1 GIU 2024

Grazie

