PROGETTO DI ARTE TERAPIA PER I PROFESSIONISTI SANITARI

Una cura per chi cura

Federica Negro

Area clinica di Oncoematologia, Trapianto Emopoietico, Terapie Cellulari e Trials



Chi cura i bambini porta un peso che va riconosciuto

Gli infermieri accompagnano ogni giorno il paziente e la famiglia, presenti nei momenti più difficili: diagnosi, terapie, trapianto, fine vita.

Il loro benessere è parte della cura.

Il lavoro accanto a pazienti gravemente malati o terminali genera:

- dolore e rabbia
- tristezza e delusione
- pensieri ricorrenti e sofferenza

Conseguenze

- Impatto sulla salute psicofisica
- Rischio di distress
- Coping disfunzionale

Prendersi cura degli infermieri protegge anche i pazienti

Sostenere il benessere psicologico del personale è necessario per prevenire conseguenze negative su di loro e garantire una migliore qualità dell'assistenza ai pazienti

Investire nella sicurezza e nella continuità dell'assistenza: il personale in burnout potrebbe incidere negativamente sulla sicurezza dei pazienti.

Il burnout è una sindrome da stress lavorativo non gestito

Definizione

1. Esito di stress cronico sul lavoro non gestito con successo
2. Riconosciuto dall'OMS nell'ICD-11 nel 2019 come fenomeno legato al lavoro
3. Non è una malattia professionale ovunque: decide ogni Paese

Il burnout: un rischio concreto per chi lavora in oncologia pediatrica

Tre dimensioni (MBI)

- esaurimento emotivo
- depersonalizzazione
- ridotta realizzazione personale

Un rischio diffuso

Fino al 60% del personale oncologico sperimenta burnout (Blackwell, 2024).

Segnali precoci

- stanchezza persistente
- distacco emotivo
- irritabilità
- calo di motivazione

Le cause non nascono dal singolo

1. carichi di lavoro e carenza di personale
2. turni lunghi e poco controllo sull'orario
3. esposizione a sofferenza, morte e violenza
4. scarso supporto emotivo

Il costo ricade su infermieri, pazienti e strutture

Conseguenze

1. salute mentale e soddisfazione lavorativa dell'infermiere
2. qualità, sicurezza ed esiti dell'assistenza
3. assenteismo, minore produttività e turnover per le organizzazioni

Cosa funziona per la persona

Interventi

1. gli interventi individuali e in piccoli gruppi riducono esaurimento emotivo e depersonalizzazione
2. mindfulness, strategie di coping e rilassamento danno benefici costanti
3. Sportelli di ascolto e supporto dell’equipe multidisciplinare

Servono azioni di squadra e di sistema

Azioni

1. organici adeguati e turni sostenibili
2. spazi di confronto e debriefing dopo eventi critici
3. leadership che ascolta
4. programmi di benessere basati sulle evidenze

Fonti: revisione ombrello BMC Nursing 2025 (Getie et al.); revisione di revisioni Nursing Outlook 2026 (Salcedo Sampedro et al.)

Cosa abbiamo pensato di fare noi?







Tre studi internazionali: l'arte riduce burnout e stress di chi cura

1. Guido A, Peruzzi L, Tibuzzi M, Sannino S, Dario L, Petruccini G, et al. Burnout in Pediatric Oncology Team Building and Clay Therapy as a Strategy to Improve Emotional Climate and Group Dynamics in a Nursing Staff. Cancers (Basel). 2025

13 infermieri, 10 incontri di argilla e team building in 10 mesi. Esaurimento emotivo da 19,07 a 12,92 ($p=0,039$), disregolazione emotiva da 88 a 69,85 ($p<0,01$); studio pilota senza gruppo di controllo.

2. Tjasink M, Carr CE, Bassett P, Soosaipillai G, Ougrin D, Priebe S. Art therapy to reduce burnout and mental distress in healthcare professionals in acute hospitals: a randomised controlled trial. BMJ Public Health. 2025

129 operatori sanitari, 6 sedute settimanali di arteterapia di gruppo.
Minore esaurimento emotivo (differenza 4,8; $p<0,001$), meno stress, ansia e depressione, risultati mantenuti a 3 mesi.

3. Çırlak A, Şener BB, Gökdemir D. The Effect of an Art Therapy Program Applied To Nurses On Stress-Coping Skills: A Non-Randomized Controlled Trial. Journal of Turkish Nurses Association. 2025

Programma di 8 settimane, stress percepito da 25,58 a 22,48 dopo 2 settimane; differenza tra i gruppi significativa ($p=0,026$).

L'esaurimento emotivo si riduce negli studi.
Interventi creativi brevi e strutturati funzionano, ma le prove in oncologia pediatrica sono ancora poche.

Tre domande che ci siamo posti:

L'arteterapia può ridurre lo stress degli infermieri che lavorano in oncoematologia pediatrica?

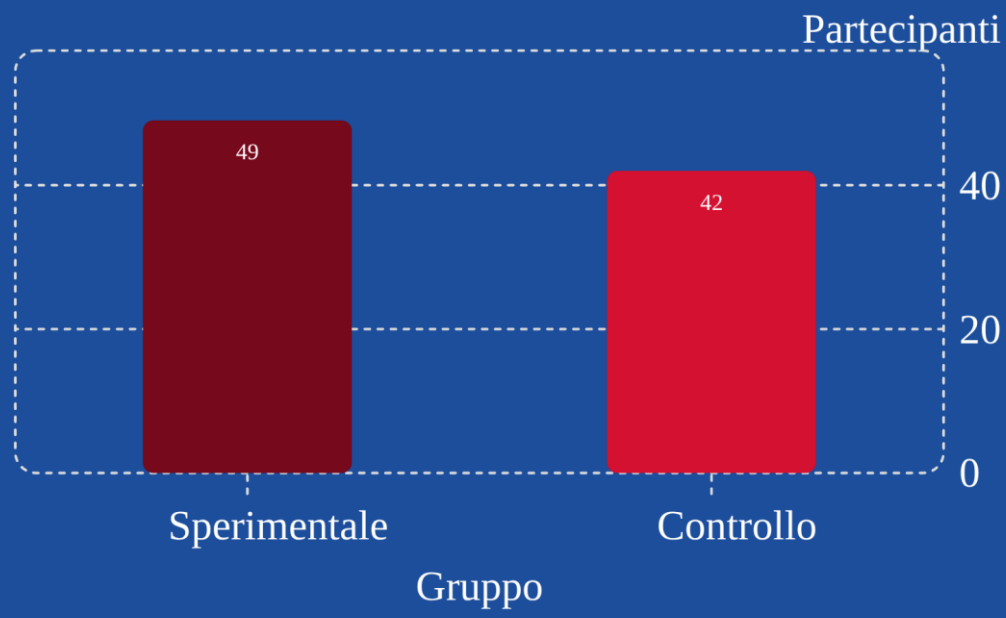
Quali strategie di coping funzionali potrebbero inziare ad utilizzare ?

Potranno percepire l'efficacia e l'utilità dell'arteterapia nel gestire lo stress sul luogo di lavoro?



Uno studio pre-post con 91 infermieri volontari

- Disegno sperimentale pre-post, partecipazione volontaria, gruppo sperimentale e gruppo di controllo
- 91 partecipanti: 76 donne (83,5%) e 15 uomini (16,5%), età 23-53 anni (M=33,85; DS=7,04)
- Esperienza media: 10,37 anni di lavoro, 8,54 in oncoematologia pediatrica
- 49 (53,8%) hanno seguito i laboratori di arteterapia; 42 (46,2%) sono il gruppo di controllo



Composizione del campione

Un programma di arte terapia in 16 settimane

Questionari

- Socio-demografico,
- Coping Inventory for Stressful Situation (CISS),
- Perceived Stress Scale (PSS),
- Termometro del Distress
- Questionario sull'efficacia dei laboratori.

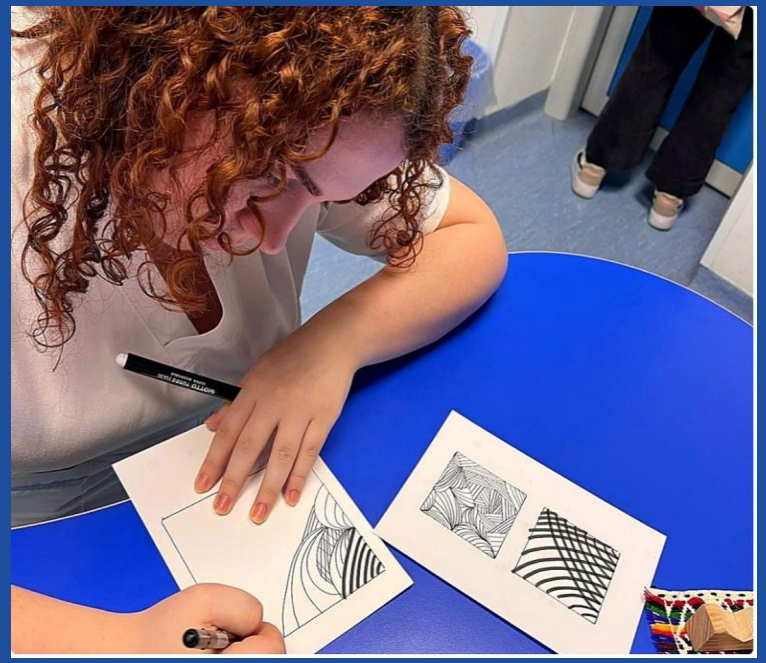
Laboratori

4 laboratori settimanali da 30 minuti:

- Sumi-e,
- Zentangle,
- Acquerello,
- Collage.



Perché questi quattro laboratori



Sumi-e e Zentangle

La ripetizione del gesto, unito al controllo della respirazione, offre un senso di rilassamento e di calma, e un'iperfocalizzazione sul qui e ora

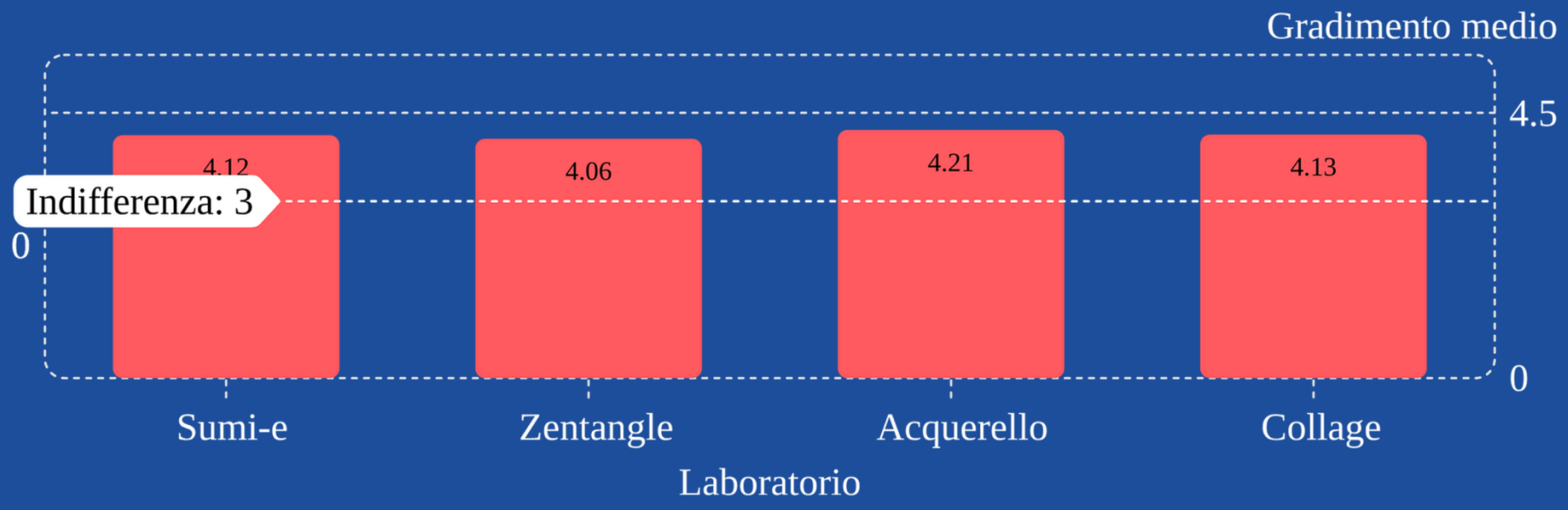
Acquerello

Combina la ripetitività del tratto con la delicatezza del gesto di stendere il colore sul foglio, creando un’esperienza armoniosa e piacevole, sia da praticare sia da osservare.

Collage

Il collage permette di dare forma a una narrazione personale attraverso immagini, colori e parole, superando la barriera del non saper fare e rendendo l’espressione creativa accessibile a tutti, indipendentemente dalle proprie capacità artistiche. Favorisce la riflessione e la libera espressione, rispettando la riservatezza individuale e creando uno spazio di condivisione protetto e non giudicante..

Gli infermieri hanno gradito in modo significativo ogni laboratorio

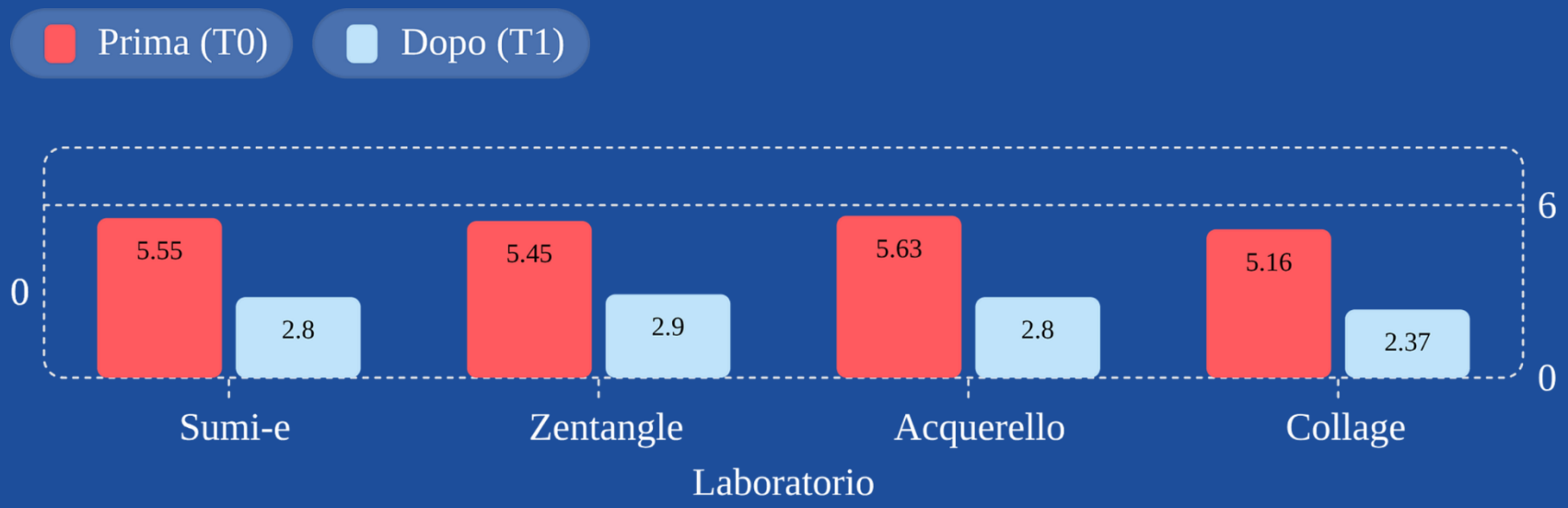


Gradimento sempre sopra il punto di indifferenza (3).

Sumi-e 4,12 (DS=0,49) · Zentangle 4,06 (DS=0,56)
Acquerello 4,21 (DS=0,65) · Collage 4,13 (DS=0,64)



Dopo ogni laboratorio il distress degli infermieri diminuisce



Sumi-e t=12,56 · Zentangle t=9,96
Acquerello t=11,43 · Collage t=10,78

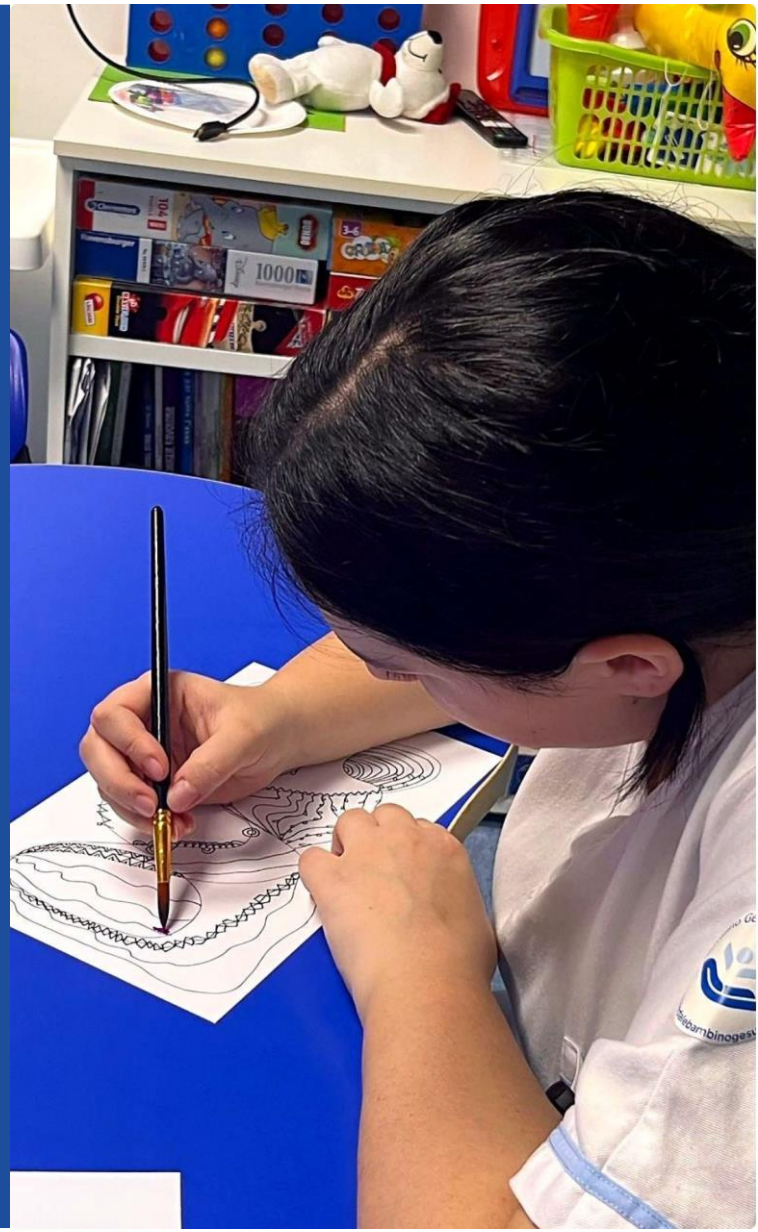
Tutti p<.001



Rispetto a chi non ha partecipato, la differenza è netta

Il gruppo sperimentale mostra un calo significativo del distress rispetto al controllo.

- Sumi-e t=11,10; Zentangle t=9,63
- Acquerello t=10,44; Collage t=9,94
- Tutti p<.0001



Il coping cambia solo nella distrazione

- Differenza significativa tra i gruppi: Task Distraction (t=-2,78; p=.008)
- Gruppo sperimentale: calo medio di 2,79 punti; controllo: aumento di 3,33





Cosa cambia per la pratica clinica

L'arteterapia ha ridotto in modo statisticamente significativo lo stress degli infermieri di oncoematologia pediatrica.

Può entrare nei programmi di supporto del personale sanitario, a beneficio della loro salute mentale e della qualità dell'assistenza.

Altre ricerche darebbero un contributo importante alla letteratura italiana, ancora carente su arteterapia e infermieri.

Prospettive future: prendersi cura di chi cura

Direzioni di lavoro

- Ampliare lo studio: campione più numeroso e follow-up a 3-6 mesi
- Integrare l'arteterapia nei programmi di supporto del personale
- Debriefing e supporto tra pari dopo eventi critici
- Riconoscere il benessere degli infermieri come indicatore di qualità del servizio
- Rendere l'arteterapia un appuntamento ricorrente, protetto nell'orario di lavoro
- Studi multicentrici in oncoematologia pediatrica in Italia







Si ringrazia

Prof. Franco Locatelli
Dott. Italo Ciaralli, Coordinatore d'Area clinica

Le operatrici di arteterapia:
Nadia De Santis, Alessia Ferrari, Michela Origlia

Le coordinatrici infermieristiche:
Dott.ssa Elsa Bianchini, Dott.ssa Valentina De Cecco,
Dott.ssa Annarita Mighali, Dott.ssa Franca Paparozzi,
Dott.ssa Adele Ripà

Il personale infermieristico