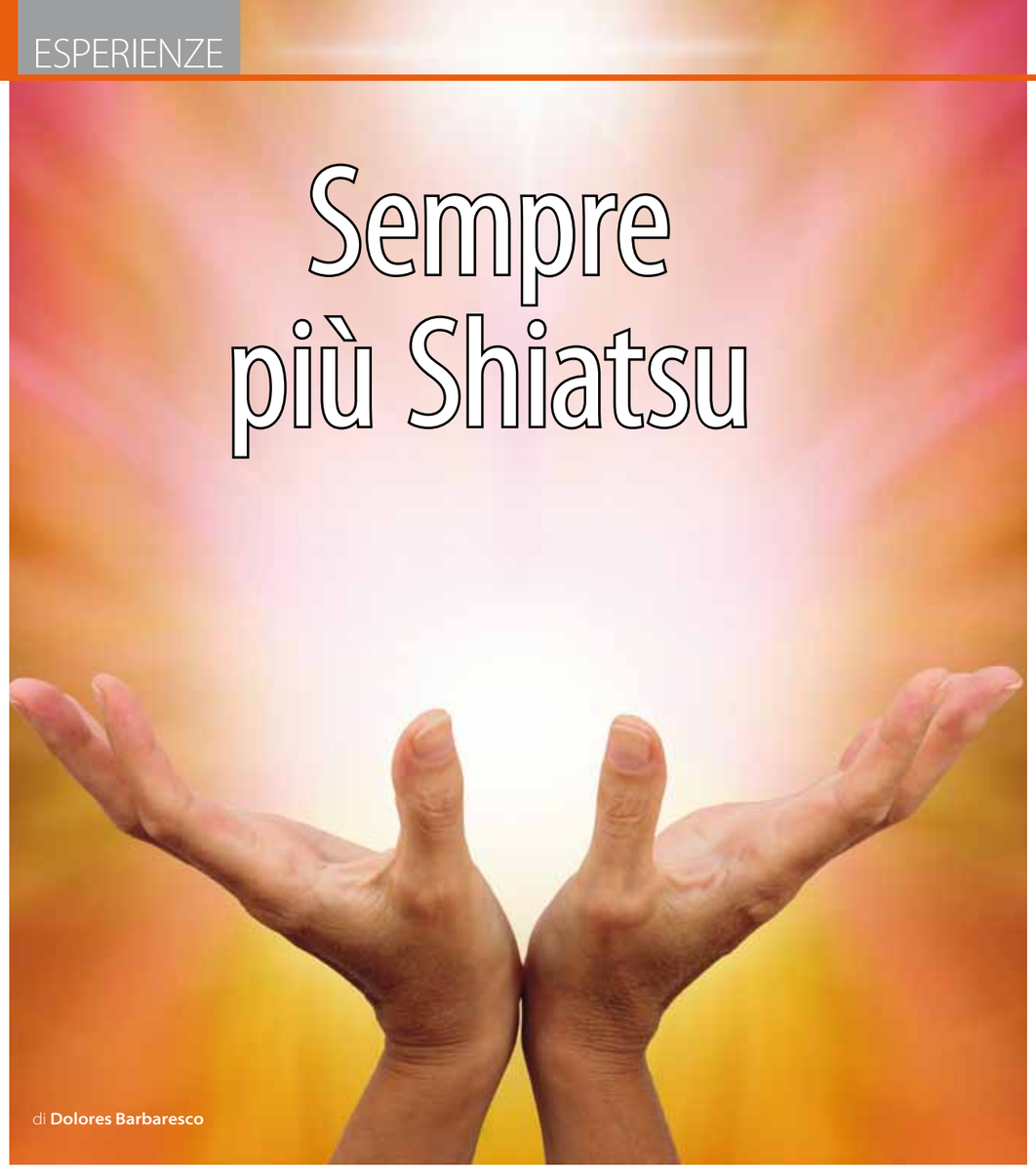
Sempre più Shiatsu



di **Dolores Barbaresco**

L'introduzione della pratica Shiatsu in ambito ospedaliero sta diventando un fatto reale e concreto. Come il progetto formativo trasversale avviato dal Centro Grandi Ustionati di Parma, denominato "Riduzione dello stress in ambito Ospedaliero attraverso pratiche Shiatsu" e inquadrato nel programma aziendale "Stress, riconoscerlo per affrontarlo"

Sono ben note in Italia le regioni che hanno introdotto all'interno del sistema sanitario "pratiche non convenzionali o alternative" negli ospedali pubblici, al solo costo del Ticket. A Pitigliano, per esempio, la regione Toscana ha creato un ospedale dove le pratiche alternative affiancano quelle tradizionali in tutte le fasi di assistenza ai ricoverati. L'ospedale Sacco di Milano ha un ambulatorio dedicato alle prestazioni Shiatsu in cui il medico si avvale dei trattamenti come supporto alla propria attività. Anche l'Azienda Ospedaliera di Parma ha avviato un programma formativo aziendale trasversale, in cui sono previsti trattamenti Shiatsu. Nello specifico, l'Unità Operativa di Chirurgia Plastica-Centro Ustioni ha realizzato, da novembre 2014 a maggio 2015, il progetto "Riduzione dello stress in ambito Ospedaliero attraverso pratiche Shiatsu". Inquadrato in un programma aziendale denominato: "Stress, riconoscerlo per affrontarlo". La pianificazione è stata effettuata in collaborazione con il Settore Formazione e SPPA, che ha supervisionato il progetto per l'intera durata.

UNA SCOMMESSA VINTA

Era il 2012 quando ho proposto per la prima volta al mio direttore di dipartimento di poter fare questa esperienza. È vero, abbiamo dovuto aspettare, ma il risultato sono state ben cinquecento ore di riconoscimento del progetto Shiatsu con un'adesione di cinquanta infermieri del dipartimento di Chirurgia Plastica e Grandi Ustionati. Un progetto realizzato assieme a Rosanna Volta, cara amica e mia insegnante di Shiatsu, e Gabriele Salvoni, compagni di anni come operatori Shiatsu.
"Nella stanza dove trattavamo, gli unici suoni erano una musica rilassante e i movimenti di Uke e nostri nel cambiare posizione. In quel silenzio dove ti ascolti e senti il tuo Cuore che diventa un tutt'Uno con la persona che tratti è l'energia

Una testimonianza significativa

"Un reparto difficile, più difficile di tanti altri. Curiamo i pazienti ustionati con una professionalità che comprende formazione, capacità, comunicazione, empatia, forza fisica, disponibilità e amore per il proprio lavoro. Ma noi... chi ci ama? Il benessere organizzativo e dato sì dall'organizzazione, ma non dimentichiamo tutto ciò che il nostro corpo e la nostra mente assorbono in questa professione.
Il burnout: tanto se ne parla poco si fa. La sindrome da burnout è descritta come una perdita di interesse nei confronti delle persone con le quali l'operatore svolge la professione. È definita come condizione caratterizzata da esaurimento emotivo (diminuzione dell'energia), depersonalizzazione (atteggiamenti e sentimenti negativi, insensibilità e assenza di comprensione) e mancanza di realizzazione personale (valutazione negativa del proprio lavoro). Si tratta di un processo inconsapevole che però riduce la qualità dello svolgimento del lavoro.
Il Coordinatore infermieristico vede e sente le situazioni difficili, e vorrebbe organizzare momenti riconosciuti dall'azienda che portassero un beneficio al gruppo infermieristico. È proprio in quel momento che Dolores, ex infermiera del reparto ed ora operatrice Shiatsu, si propone per accrescere il benessere lavorativo applicando la disciplina a tutti coloro che operano nel reparto, indipendentemente dal ruolo. Ma la direzione risponde alla nostra richiesta di autorizzazione e riconoscimento con: "disciplina non compatibile con la medicina tradizionale".
Non ci arrendiamo, e dopo avere chiesto l'autorizzazione a tutti quei servizi aziendali che potevano ascoltarci per competenza arriva un sì a... costo zero! Volontariato, purissimo volontariato di Dolores, Rosanna e Gabriele che hanno reso possibili 500 ore di trattamenti Shiatsu all'interno del reparto! È bastato comunicare con una locandina elementare che sarebbe iniziato questo speciale progetto, per rialzare gli animi. L'interesse nei confronti del gruppo infermieristico si è immediatamente tramutato in un grande interesse nei confronti di questi trattamenti, dei quali si sapeva poco o nulla, ma che "fanno tanto bene".
Questo progetto sin dall'inizio ha dato riscontri molto soddisfacenti, in quanto i professionisti che hanno aderito hanno mostrato entusiasmo, puntualità e collaborazione per la riuscita, ma soprattutto fattivo interesse e gratitudine alla fine dei trattamenti. Ad ognuno di loro è stato chiesto quale fosse l'indice di gradimento e per tutti è stata un'esperienza molto positiva.
Numerosi hanno dimostrato stupore per il benessere psicofisico che hanno associato alle sedute eseguite, nonché per gli effetti migliorativi sull'umore, sull'attività del sonno, con aumento del benessere personale e del clima organizzativo come effetto riflesso.
Resta da sapere il perché dello straordinario risultato ottenuto, ma questo dovete dircelo voi."

Elena Fornari



dell'Amore che vibra. Uke al termine del trattamento era avvolta da questa energia; direi una Luce che la seguiva lungo i corridoi e nelle camere dei pazienti mentre un po' di quell'amore si diffondeva in tutto il reparto", scrive Rosanna nei suoi resoconti.
Lo stress, anche per le Aziende Sanitarie, è un grave problema. Causa malattie, assenteismo e potrebbe creare difficoltà fino a rendere, in alcuni casi, l'ambiente lavorativo inefficiente e insopportabile. Questo progetto è stato una valida risposta rispetto la considerazione di tali problematiche; gli operatori sanitari ne sono esposti in una quotidianità lavorativa che diventa sempre più frenetica.

UNA MARCIA IN PIÙ

Molti di loro non avevano nessuna conoscenza dello Shiatsu; qualcuno ne ricordava solo il nome. Ebbene questa si è rivelata un'esperienza nuova, piacevole e assolutamente efficace.
A ogni professionista, Medico, Anestesista, Infermiere, Operatore OSS, è stato richiesto di redigere un questionario di gradimento alla fine di ogni trattamento. Le sensazioni maggiormente riportate nei formulari forniti sono state relative a:

- benessere,
- rilassamento del corpo e della mente,
- qualità dell'umore dopo il trattamento,
- alleviamento di contrazioni e traumi,
- allentamento di tensioni a livello della zona cervicale,
- una pausa importante dallo stress lavorativo,
- miglioramento della comunicazione empatica non verbale,
- miglioramento della propria postura.

> "LO SHIATSU IN ITALIA È STATO PRESENTATO SENZA NESSUN CONTESTO CULTURALE. LA GENTE VENIVA, PROVAVA, SENTIVA COSE ECCEZIONALI E DIVERSE. QUESTA POSSIBILITÀ DI PERCEZIONE È INDIPENDENTE DAL CONTESTO CULTURALE, QUALE CHE SIA. COSÌ VOGLIAMO RESTARE, COSÌ, CON LA NOSTRA DIVERSITÀ"
> MARIO VATRINI

Le persone trattate, inoltre, hanno affermato che i trattamenti Shiatsu possono rendere più avvincente, creativo e interessante il lavoro quotidiano di tutti quelli che operano a stretto contatto fisico con le persone e, altresì, potenziare l'efficacia e la qualità dei protocolli terapeutici utilizzati.
Tutto il personale dell'Unità Operativa Chirurgia Plastica e Grandi Ustioni ringrazia:

- l'Azienda Ospedaliero Universitaria di Parma,
- il Settore Formazione dell'Azienda,
- il direttore di Unità Operativa Edoardo Caleffi e la coordinatrice Elena Fornari.

DBN

