



UNIVERSITA'POLITECNICA DELLE
MARCHE
FACOLTÀ DI MEDICINA E CHIRURGIA

Corso di Laurea in Infermieristica

**Il vissuto degli Infermieri
nell'esperienza COVID-19:
uno Studio Fenomenologico
all'interno dell'AOU
Ospedali Riuniti di Ancona**

Relatore: Chiar.mo

Dott. **Andrea Toccaceli**

Tesi di laurea di:

Lovecchio Antonella

A.A. 2020/2021

INDICE

1. INTRODUZIONE

2. OBIETTIVO

3. MATERIALE E METODI:

3.1 Disegno di ricerca

3.2 Popolazione e setting

3.3 Campione e campionamento

3.4 Strumenti

3.5 Periodo di analisi

4. RISULTATI

4.1 Analisi dei dati e descrizione dei risultati:

4.1.1 Paura

4.1.2 Ansia

4.1.3 Sconforto e stanchezza

4.1.4 Nuova consapevolezza e fierezza

5. DISCUSSIONE

6. CONCLUSIONI

BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

ALLEGATI

1. INTRODUZIONE

La pandemia COVID-19 è stata dichiarata dall'Organizzazione Mondiale della Sanità l'11 marzo 2020. La rapida diffusione di COVID-19 ha richiesto una risposta altrettanto rapida da parte delle organizzazioni sanitarie per trovare modi innovativi di cura e per preparare i professionisti a prendersi cura delle persone affette da COVID-19 (Hales P. et al, 2020). L'emergenza legata all'epidemia da COVID-19 ha significato un cambiamento nei vissuti, nelle relazioni, nelle percezioni e nell'approccio assistenziale dei professionisti infermieri (Schroder K. et al, 2020). I pazienti con COVID-19 richiedono cure specialistiche di supporto, esperienza, conoscenza, atteggiamento e l'abilità di infermieri qualificati, nonché la disponibilità di attrezzature e relative infrastrutture. La carenza di strutture e personale medico, le difficoltà organizzative dei sistemi sanitari, la natura imprevedibile della malattia, l'isolamento sociale e la trasmissione diffusa del virus hanno avuto gravi conseguenze per i sistemi sanitari in oltre 200 paesi nel mondo (Karimi Z. et al,2020). L'evento pandemico ha coinvolto anche la nostra realtà nazionale generando la necessità di ri-organizzare l'offerta di salute ai cittadini e le modalità di erogazione delle prestazioni sanitarie. L'infermiere ha dovuto rimodulare la risposta ai bisogni di salute, assumendo contemporaneamente il ruolo di professionista, caregiver, compagno di viaggio: sia nella presa in carico dei pazienti affetti da COVID che di quelli non COVID. La gestione sicura della cura dei pazienti affetti dall'infezione è sempre stata realizzata con la ricerca dell'umanizzazione dei processi assistenziali, con particolare riferimento al momento dell'accompagnamento alla morte (Allande Cussò R. et al,2020). L'impatto psicologico sul personale sanitario è di vaste proporzioni simile a quanto vissuto per i precedenti eventi epidemici (Ebola, Aviaria) ed è correlabile anche all'incidenza di malattia e di esiti infausti avvenuti all'interno dei gruppi professionali. Per questo, oltre all'aspetto emotivo professionale legato al fronteggiare questo tipo di emergenza e alla gestione del paziente, subentra anche l'aspetto emotivo personale che è staccato dal ruolo professionale.

Alla luce della crescente mortalità correlata all'infezione da coronavirus si denota un alto livello di incertezza nella gestione dei pazienti infetti da parte degli operatori sanitari e si sta così riscontrando un aumentato livello di ansia associato alle annesse attività cliniche, che talvolta presenta sintomi simili alla depressione. E' stato osservato che l'espressione

psicologica tra i professionisti della salute possa differire da quella osservata nella popolazione generale. Diversi studi a livello nazionale, ed internazionale hanno posto il loro focus sul delicato ruolo che i professionisti sanitari sono stati chiamati a svolgere in questo lungo periodo. A causa di questa esigenza sanitaria imprevedibile, i modelli organizzativi sono stati modificati per fornire percorsi adatti ai pazienti sintomatici, gestendo i casi a livello domiciliare o (quando necessario) in ospedale, a seconda delle complessità dell'assistenza clinica (Arcadi P. et al,2021). E' stato fondamentale intensificare la presenza degli infermieri per aumentare il numero di unità di cure intensive o subintensive e, in situazioni estreme, creare ospedali completamente nuovi. Gli operatori hanno lavorato oltre le reali possibilità, sostenendo ritmi di lavoro pressanti, e nelle prime fasi della gestione dell'evento pandemico si è anche verificata una seria difficoltà nell'approvvigionamento dei dispositivi di protezione individuali necessarie per le cure assistenziali (Bagnasco A. et al., 2020; Liu Q. et al. 2020; Nacoti M. et al. 2020). Gli infermieri, che devono affrontare questa condizione critica e che sono a rischio di infezione, sono esposti a uno stress significativo, e questo stress intensamente vissuto porta con sé problemi psicosociali (Huang L. et al.,2020; Lai J. et al.,2020)

Il presente progetto sarà condotto utilizzando la metodologia di studio fenomenologico. La fenomenologia si basa sul fatto che l'esperienza degli individui è in qualche modo accessibile agli altri e che si possa entrare in questa esperienza attraverso un dialogo intimo (Karen-Leigh e Welch,2011).

Le basi filosofiche del pensiero fenomenologico sono coerenti con i valori dell'assistenza infermieristica che includono l'unicità della persona, l'importanza della scoperta personale, l'accettazione delle soluzioni di vita, la necessità di esplorare il significato dell'esperienza, la relazione interpersonale e il potenziale di crescita (Edward K. 2006).

2. OBIETTIVO

Utilizzando lo strumento dell'intervista semi-strutturata si cercherà di cogliere le essenze esperienziali di un gruppo di infermieri coinvolto nella gestione di pazienti affetti da COVID-19 e in generale nella riorganizzazione di una struttura ospedaliera per l'accoglienza massiva di malati.

- Obiettivo principale: indagare il vissuto degli infermieri impegnati nell'assistenza di pazienti affetti da COVID-19
- Obiettivo secondario: indagare la differenza di vissuto tra infermieri di Area COVID e unità di degenza COVID free

2. MATERIALI E METODI

3.1 Disegno di ricerca

Studio di tipo qualitativo fenomenologico.

La fenomenologia è un movimento di pensiero il cui principale obiettivo è lo studio dei fenomeni umani così come sperimentati e vissuti. Concetti chiave della fenomenologia sono: lo studio del vissuto dell'uomo e della sua soggettività, l'intenzionalità della coscienza, la percezione e l'interpretazione (Vellone E. et al.,2000).

La fenomenologia è quindi caratterizzata da un modo diverso di vedere la scienza, dove l'uomo non viene studiato nei suoi aspetti "misurabili", ma bensì nella sua soggettività, emozioni, esperienze, essere, olismo, che sono soltanto interpretabili e descrivibili (Welch M.1999).

3.2 Popolazione e setting

I partecipanti coinvolti in questo studio sono tutti dipendenti AOU Ospedali Riuniti di Ancona. Il campionamento sarà di convenienza analizzando le diverse unità operative (di seguito SOD-Struttura Organizzativa Dipartimentale) presenti in azienda individuando quelle maggiormente rappresentative ai fini del campionamento. I partecipanti verranno suddivise in due categorie: infermieri impiegati in modo diretto e continuativo nell'assistenza di pazienti affetti da COVID-19 e infermieri che hanno continuato a svolgere servizio in reparti COVID free.

3.3 Campione e campionamento

Attraverso un campionamento di convenienza sarà selezionata una coorte di 20 infermieri (10 che hanno prestato/prestano servizio all'interno di aree COVID e 10 che hanno prestato/prestano servizio all'interno di unità di degenza COVID free)

2 Infermieri - Dipartimento di Medicina Interna

2 Infermieri - Dipartimento di Scienze Cardiovascolari

4 Infermieri – Dipartimento di Emergenza e Accettazione

2 Infermieri - Dipartimento Gastroenterologico e dei Trapianti

5 Infermieri - Dipartimento Chirurgia Generale e Specialistica

3 Infermieri - Dipartimento di Scienze Neurologiche

2 Infermieri - Dipartimento Specialità Mediche e Chirurgiche

A causa del succedersi dei picchi pandemici nel corso del 2020 e della rotazione del personale assegnato alle Aree COVID, il campione effettivamente intercettato è la seguente:

2 Infermieri - Dipartimento Gastroenterologico e dei Trapianti (Area Covid)

Clinica Malattie infettive – Divisione Malattie Infettive

2 Infermieri - Dipartimento di Scienze Neurologiche (Area Covid free)

Clinica Neuorologica

4 Infermieri – Dipartimento di Emergenza e Accettazione (Area Covid)

Pronto soccorso – Rianimazione (Area Covid)

5 Infermieri - Dipartimento Chirurgia Generale e Specialistica (3 covid – 2 covid free)

Area ortopedica – Clinica Urologica

1 Infermiere - Dipartimento Specialità Mediche e Chirurgiche (Area Covid) Chirurgia plastica

4 Infermieri - Dipartimento di Medicina Interna

Clinica Ematologica – Clinica Oncologica – Pneumologia – Clinica Medica (Area Covid Free)

3.4 Strumenti

Per indagare il vissuto ci si è avvalsi di un'intervista semi strutturata della durata massima di 45 minuti. Visto il perdurare dell'evento pandemico l'intervista sarà svolta via web affidandosi ad una videochiamata, questo per proteggere intervistato e intervistatore da eventuali possibilità di contagio.

L'utilizzo della video chiamata è stata considerata come scelta appropriata in quanto permette di stabilire un contatto visivo tra le parti e inoltre rende possibile evidenziare quelli che sono i segni verbali e non verbali che emergono durante il colloquio. Il contenuto dell'intervista sarà registrato per tutta la sua durata e successivamente ritrascritto in modo fedele.

Per l'esecuzione dell'intervista sono stati considerati i seguenti quesiti:

- Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?
- Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

Durante l'intervista potrebbe emergere la necessità di guidare l'intervistato ad esporre in modo naturale e scevro da pregiudizi la risposta alle domande poste, e questo magari potrebbe richiedere la necessità di eseguire delle altre domande che facilitino l'esposizione del vissuto dell'intervistato per coglierne a pieno il vissuto esperienziale. I quesiti ulteriori sono i seguenti:

- Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?
- Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

Ad ogni infermiere verrà richiesto di prendere visione dei contenuti che verranno trascritti e inviati tramite file sulla mail personale.

3.5 Periodo di Analisi

L'analisi dei dati vede come processo fondamentale la validazione dei contenuti trascritti da parte dei partecipanti. E solo dopo aver ricevuto conferma si procederà all'analisi attenta dei contenuti.

Per l'analisi dei dati si utilizzerà la metodologia Colaizzi, che prevede l'immersione nei dati raccolti attraverso la trascrizione dettagliata delle informazioni ricevute con l'identificazione delle frasi significative che saranno raccolte per determinare il senso centrale dell'esperienza. I significati principali verranno codificati per permettere di estrapolarne i contenuti salienti. Si provvederà quindi ad identificare i concetti core e le relazioni tra loro per giungere ad una descrizione dei risultati.

4. RISULTATI

Nel periodo compreso tra Gennaio 2021 e Febbraio 2021 sono stati intervistati 18 infermieri. Dieci infermieri hanno svolto e svolgono assistenza in area COVID e 8 che in Area Covid Free.

Le interviste hanno avuto una durata che va dai 25 minuti fino ad un massimo di 50, sono state tutte svolte attraverso una video chiamata whatsapp previo contatto telefonico per illustrare le modalità e lo scopo dell'interviste. La risposta da parte degli infermieri selezionati è stata entusiastica in quanto hanno manifestato il bisogno di raccontarsi ed essere ascoltati.

E' stato necessario in corso di intervista, considerato il perdurare dell'evento pandemico, chiedere ai partecipanti di fare una distinzione tra le due ondate: la prima compresa tra il 25 Febbraio e il 30 Maggio 2020 e la seconda che ha avuto inizio 01 ottobre 2020 e continua a tutt'oggi. Per alcuni di loro v'è detto che non c'è mai stato uno stop, ma solo un rallentamento a periodi alterni di quelli che sono gli ingressi di pazienti COVID.

CODICE INTERVISTA	SESSO	ANZIANITA'SERVIZIO	ESPERIENZA COVID
01GT	F	1 anno	si
02GT	F	8 mesi	si
03SP	F	20 anni	si
04CS	F	24 anni	no
05CS	F	8 anni	no
06CS	F	10 anni	si
07CS	F	8 anni	si
08CS	F	5 anni	si
09DE	F	3 anni	si
10DE	F	2 anni e mezzo	si
11DE	F	5 anni	si
12DE	F	16 anni	si
13DE	F	8 anni	no
14SN	F	9 anni	no
15MI	M	25 anni	no
16MI	F	14 anni	no
17MI	F	5 anni	no
18 MI	F	38 anni	no

Tabella 01 Caratteristiche Partecipanti

Un gruppo di infermieri è stato assegnato in area COVID solo per la prima ondata; altri hanno manifestato la volontà di essere riassegnati in reparto COVID durante la seconda ondata.

Facendo una prima analisi l'emozione che accomuna tutto il gruppo di lavoro è la paura.

4.1 Analisi dei dati e descrizione dei risultati

L'analisi qualitativa dei dati ha permesso l'individuazione di 4 aree a cui sono legate delle sub-categorie ognuna delle quali è strettamente legata al vissuto del campione intervistato.

4.1.1 PAURA

Gran parte del campione ha definito come Paura l'emozione provata non appena si è avuta consapevolezza dell'entità dell'evento pandemico e dei rischi a cui si andava incontro prestando assistenza ai pazienti con infezione da COVID-19 o comunque svolgendo la normale attività lavorativa.

Per descrivere questa emozione si sono individuate 5 sub- categorie:

EMOZIONE DI BASE	AREA EMOZIONALE	RIFERIMENTO
PAURA	I. Di contagiarsi e di contagiare i propri cari	14SN: “Per il mio vissuto personale la prima ondata l’ho vissuta veramente con tanta paura... all’inizio facevo la doccia in garage e non toccavo i bimbi quando tornavo a casa”
	II. Di dover indossare per tanto tempo i DPI	03SP: “umanamente è come quando uno va sott’acqua, dici va bene io so nuotare e riesco a starci, ma arriva un momento che devi tornare su perché l’aria ti è finita e a livello psicologico è stato forte perché non tutte le volte puoi tornare su e devi rimanere sotto anche se l’aria ti è finita” (in riferimento all’indossare per lungo tempo i DPI)
	III. Della fase di svestizione dai DPI	08CS: “nella prima settimana quando mi svestivo avvertivo che mi saltava la frequenza dalla paura, mi sentivo di avere una bomba in mano che se non la tenevo bene cadeva ed esplodevo!”
	IV. Di stare per lunghi periodi a contatto in stanza con i pazienti COVID	06CS: “Quando entravo dentro e mi avvicinavo al paziente era un rapporto limitato dalla paura che avevo io di infettarmi... I contatti con il paziente erano limitati al necessario per poter fornire una buona assistenza, non c’era il tempo di potersi fermare, capire i bisogni, più che non c’era il tempo, forse quello ci sarebbe stato, non c’era la sensazione di sicurezza, la serenità, quindi si evitava”
	V. Di essere inadeguati nella gestione del paziente critico	10DE: La paura più grande era non essere adeguata ad avere una gestione dal punto di vista assistenziale per la rianimazione

Tab. 2 - Area Emozionale: Paura. Analisi delle diverse aree legate alla paura con estrapolazione dei vissuti

La paura è descritta come: *emozione primaria di difesa, provocata da una situazione di pericolo che può essere reale, anticipata dalla previsione, evocata dal ricordo o prodotta dalla fantasia*. La paura è spesso accompagnata da una reazione organica, di cui è responsabile il sistema nervoso autonomo, che prepara l'organismo alla situazione d'emergenza, disponendolo, anche se in modo non specifico, all'apprestamento delle difese che si traducono solitamente in atteggiamenti di lotta e fuga (Galimberti Umberto, 2006).

I. La paura del contagio per sé stessi e per i propri cari

La paura del contagio personale, ma anche quella di divenire veicolo per gli altri, ha caratterizzato la quasi totalità delle interviste

17MI: “La paura soprattutto perché il nostro servizio non chiude mai e l’assistenza la devi garantire h24. ...Paura per il rischio di ammalarsi e portare il contagio a casa...”

Diverse sono le sfaccettature che la paura ha assunto. Come accennato nella definizione della paura è emerso come anche la fuga abbia caratterizzato il vissuto. La fuga dettata dal timore per le proprie condizioni di salute e per la fragilità delle persone care a casa:

14 SN “Ho avuto tanta paura e quindi ho deciso di mandare un periodo di congedo e sono rientrata a metà aprile quando mi sentivo più tranquilla... Mi sentivo veramente in colpa però non si sapeva che evoluzione aveva e se poteva essere contagioso per i bambini (mio figlio è nato con un patologia polmonare). Mi sono sentita di fare questa scelta per non peggiorare la mia situazione generale familiare e personale. Poi ad aprile appena ho capito un po' di cose sono rientrata a lavorare con una tranquillità maggiore”.

II. Di dover indossare per tanto tempo i DPI

III. Della fase di svestizione dai DPI

Nell'attività di assistenza ordinaria antecedente l'evento pandemico l'uso dei DPI era limitato a particolari situazioni e manovre e non rappresentava una costante nella quotidianità lavorativa. Con l'arrivo dell'infezione da Covid 19 l'Istituto Superiore di Sanità il 28 Marzo ha emanato un documento contenente le indicazioni per l'utilizzo dei DPI che riporta il seguente concetto: “Precauzioni aggiuntive sono necessarie per gli operatori sanitari al fine di preservare sé stessi e prevenire la trasmissione del virus in ambito sanitario e sociosanitario. Tali precauzioni includono l'utilizzo corretto dei DPI e

adeguata sensibilizzazione e addestramento alle modalità relative al loro uso, alla vestizione, svestizione ed eliminazione, tenendo presente che alla luce delle attuali conoscenze, le principali modalità di trasmissione del SARS-CoV-2 sono attraverso droplet e per contatto, a eccezione di specifiche manovre e procedure a rischio di generare aerosol” (Gruppo di Lavoro ISS Prevenzione e Controllo delle Infezioni- 2020).

E’stato chiaro fin da subito quale fosse l’utilità e l’importanza del loro corretto utilizzo dei DPI e l’attenzione da mantenere durante la fase di svestizione:

11DE “la prima cosa che dovevamo fare era vestirci, quindi seguire la sequenza della vestizione con cui non avevamo confidenza perché io personalmente lavoro da 5 anni e non mi era mai capitato di dover indossare una tuta, una visiera, una mascherina FFP3, mi ricordo che facevo questa prova della tenuta mascherina 1000 volte e stringevo tutti i lacci come se più stringi tutti i lacci e più sei protetta, è un meccanismo psicologico che si innesca”.

IV. Di stare per lunghi periodi a contatto in stanza con i pazienti COVID

Spesso gli infermieri coinvolti nell’assistenza diretta dei pazienti con infezione da COVID-19 si sono trovati a lottare tra la loro voglia di aiutare ed essere vicini ai bisogni del paziente e la loro paura di infettarsi. Ma l’amore per il proprio lavoro e l’immedesimarsi nei panni degli altri hanno cancellato tutte quelle che erano le sovrastrutture dettate dalla paura

06CS: “... Mi è capitato una volta, una sola di non rispettare questa regola perché c’era una signora a cui non so perché ma ero particolarmente legata, forse perché nonostante tutte le visiere e tutte le mascherine lei era sempre molto dolce, sorridente e sempre molto carina. Una Mattina questa signora l’ho trovata singhiozzante ed ho scoperto che le era morto il marito di covid, quindi quella volta mi sono seduta sul letto e l’ho abbracciata forte e le mi ha quasi respinta perché aveva paura di contagiarmi, ma in quel frangente la paura del contagio è scemata perché c’era un’altra priorità che era quella di non lasciarla piangere da sola. Forse da quel giorno piano piano è iniziata a maturare in me la consapevolezza che il paziente ha la precedenza su tutto, infatti poi con il tempo mi fermavo a parlare di più con i pazienti ero più attento ad ascoltare i bisogni, magari mi cambiavo più guanti mi disinfettavo più spesso le mani però ci stavo di più”.

V. Di essere inadeguati nella gestione del paziente critico

Considerato il sempre crescente numero di contagi e il conseguente aumento di ospedalizzati si è reso necessario incrementare il personale infermieristico impiegato

nell'assistenza dei malati Covid, tante figure sono state assunte come primo incarico di lavoro e quindi senza esperienze pregresse. A queste figure non è stato possibile vista l'emergenza, garantire un affiancamento costante e completo, ma hanno subito imparato sul campo il da farsi anche supportati da i colleghi più esperti.

9DE: "All'inizio come entravo a lavoro mi ricordo che la mia paura più grossa era quella di dover gestire una brutta emergenza a fianco di un rianimatore, perché magari se era necessario intubare, mettere un centrale o incannulare un'arteria mi sentivo di non avere troppa dimestichezza e quindi avevo paura di trovarmi impreparata nell'assistere il rianimatore ed il pz stesso. Io avevo questa paura e la manifestavo con i colleghi, perché comunque per me erano procedure nuove, di solito in pronto soccorso l'inserimento è per step. Quindi mentre eravamo in turno ma fuori dall'area covid i colleghi mi martellavano la testa con nozioni, procedure e simulazioni e grazie a questo la paura è andata scemando".

4.1.2 ANSIA

Il bagaglio emozionale espresso è risultato molteplice e l'ansia è stata spesso collegata alla paura. Ma analizzando le interviste è emerso come possa essere riconducibile ad un'emozione a sé stante che ha portato all'individuazione di 3 sub-categorie.

EMOZIONE DI BASE	AREA EMOZIONALE	RIFERIMENTO
ANSIA	I. Di adattarsi ad un nuovo modo di lavorare	13DE: “C'erano tanti dubbi e timori di sconvolgimento dell'attività lavorativa ... È stato come entrare in un vortice e quindi dover gestire sia l'aspetto lavorativo e quindi gestire un nuovo modo di lavorare, ma anche gestire le emozioni personali.” 09DE: “La prima ondata è stata veramente travolgente, ogni giorno è stata una sfida perché non sapevi mai cosa ti saresti trovata ad affrontare, perché il lavoro è stato completamente stravolto, e tutto quello che per noi c'era prima del COVID non esisteva più!”
	II. Di non riuscire a gestire le emozioni	07CS: “Questa esperienza è stata importante per conoscere l'autocontrollo... , uno dei benefici personali del COVID è stato questo: rendersi conto dei propri limiti e gestirli fra sé e sé!”
	III. Di cambiare luogo e colleghi di lavoro	04CS: “ Io comunque ho sentito tanto il distacco dal reparto nostro fisico, l'abbandonare il reparto quel giorno mi ha ferito dentro... Andare nell'altro reparto con personale nuovo, una nuova realtà lavorativa vicina e quindi di non sapere se quello che facevi tu rispettando le regole lo avrebbero fatto anche loro”

Tab.3 – area Emozionale: Ansia

L'ansia è l'emozione provata di fronte a una sensazione di minaccia reale (es. minaccia alla persona) o figurata (es. minaccia all'autostima). È una risposta normale e innata di attivazione, caratterizzata da un aumento della vigilanza e dell'attenzione che ha l'obiettivo di prepararci ad affrontare il pericolo percepito predisponendoci a una risposta di attacco o fuga (<https://studicognitivi.it/disturbo/ansia/> s.d.).

I. Di adattarsi ad un nuovo modo di lavorare

Ogni SOD si è dovuta adattare e riorganizzare in funzione dell'evento pandemico e di conseguenza sono state stravolte anche quelle che erano le abitudini lavorative pregresse.

12DE: “Diciamo che la tensione e l'ansia da marzo ad oggi è andata ad alti e bassi però c'è sempre stata, adesso abbiamo un'organizzazione migliore anche se posso dire che su undici mesi abbiamo cambiato l'assetto organizzativo 10 volte, quindi materiali, postazioni.”

II. Di non riuscire a gestire le emozioni

Lo sconvolgimento dei carichi di lavoro e delle abitudini di lavoro hanno determinato una nuova condizione assistenziale e un modo differente di rapportarsi con i pazienti che si sarebbero trovati di fronte non un infermiere in divisa, ma avrebbero visto una persona totalmente bardata

7CS: “Superata questa fase di ansia e rotto il ghiaccio con la vestizione e con il reparto, c'è stato lo scontro emotivo con il paziente”.

III. Di cambiare luogo e colleghi di lavoro

Considerata l'aumentata richiesta di posti letti si è reso necessario accorpare alcuni reparti e convertirne delle aree esclusivamente dedicate ai pazienti COVID. Alcuni infermieri sono stati assegnati nei nuovi reparti covid e quindi in un ambiente di lavoro completamente nuovo, con persone sconosciute e provenienti da altre realtà.

8CS: “E' stato veramente uno sbattimento da una settimana all'altra, perché da una routine a cui ero abituata in reparto, cambiare e andare lì è stata veramente dura. Poi c'era la paura perché tu andando lì non sapevi veramente chi fossero gli altri, perché sai incontri persone con cui ti puoi trovare e anche non trovare”.

4.1.3 SCONFORTO E STANCHEZZA

La pandemia sembrava aver subito una battuta di arresto durante il periodo estivo portando uno spiraglio di normalità rispetto a quanto vissuto in precedenza. Si sono chiusi alcuni reparti COVID e si sono ristabiliti gli equilibri lavorativi. Poi, però, con la fine dell'estate si è assistito ad una nuova escalation del numero dei contagi, con il conseguente affollamento degli ospedali e da qui l'inevitabile ritorno alla situazione di partenza rendendo così necessario la riapertura dei reparti covid. Questo ha portato ad un nuovo blocco dei piani ferie e nuovi assetti organizzativi che hanno fatto sì che gli infermieri rivivessero lo stesso carico emotivo a cui si è aggiunta fatica mentale e fisica accumulata nel primo periodo. Diversi infermieri hanno manifestato sconforto nel rivivere nuovamente una situazione che pare immutata. 4 sub- categorie sono riconducibili a questa area emozionale.

EMOZIONE DI BASE	AREA EMOZIONALE	RIFERIMENTO
SCONFORTO E STANCHEZZA*	I. Nell'affrontare la morte e il momento della gestione della salma	11DE: Il momento della ricomposizione della salma è diverso rispetto alla procedura per un paziente "normale". Pensare di non poter restituire una salma ai famigliari... Penso a tutte le volte che ho dovuto chiudere il sacco nero con la salma
	II. Nel non riuscire a dare lavorativamente quanto si vorrebbe	12DE: Quindi a parte la paura l'altra sensazione che mi capita di vivere è lo sconforto e l'impotenza perché sai di non poter dare quanto vorresti e potresti perché la situazione generale non lo permette
	III. Stanchezza fisica e psichica visto il perdurare della situazione pandemica	16MI: Adesso non ti dico che non ho paura, però in questa fase quello che prevale è la stanchezza io arranco, nonostante quando vado a lavoro che è un lavoro che amo, faccio il mio lavoro sopra le forze. E quando mi avvicino al paziente do il meglio che posso dare.
	IV. Tensione tra colleghi	17MI: Con i colleghi diciamo che la prima ondata è andata un pochino meglio, mentre questa seconda ci ha messo a dura prova e spesso ci sono delle incomprensioni perché siamo fondamentalmente tutti stanchi

Tab. 4- Area emozionale: Sconforto e stanchezza

*Sono state raggruppate in un'unica area perché è emerso che le due aree spesso sono legate e dipendenti dagli stessi fattori.

I. Nell'affrontare la morte e il momento della gestione della salma

Ci si è trovati a dover fare i conti con una maggiore frequenza di decessi e un nuovo modo di gestire questo delicato e doloroso momento che inevitabilmente lascia degli strascichi emotivi.

3SP: "... quel giorno era il compleanno di mio figlio compiva dieci anni e non ero ancora rientrata a casa e mi sono persa nei miei pensieri, perché ho pensato che nel giorno del compleanno di mio figlio, giorno in cui si celebra la vita in quella stessa giornata mi sono scontrata più volte con la morte. In quel momento mi sono sentita guardata dalla morte e accarezzata dalla paura, mentre a casa mia si festeggiava la vita."

II. Nel non riuscire a dare lavorativamente quanto si vorrebbe III. Stanchezza fisica e psichica visto il perdurare della situazione pandemica

Delle ripercussioni ci sono state anche nella sfera emotiva, perché oltre al peso della situazione lavorativa si aggiungono anche tutte le serie di restrizioni, di natura personale e di svago conseguenti alla pandemia, che non fanno altro che aggravare il quadro emozionale.

La maggior parte delle unità operative ha attuato come misura preventiva per ridurre al minimo il rischio di contagio dei pazienti, l'impossibilità di ingresso dei parenti e di figure deputate all'assistenza all'interno delle singole unità di degenza. Questo ha portato come conseguenza un aumento dei carichi assistenziali per gli infermieri

13DE: "Nel primo periodo c'è stata sicuramente più paura e ansia, in questo secondo periodo invece c'è un po' più di stanchezza perché devi mantenere sempre la concentrazione non solo per quello che riguarda il lavoro, ma anche per quello che gira intorno, quindi sicuramente la tensione continua non è una buona alleata".

16MI: "Adesso non ti dico che non ho paura però... in questa fase però quello che prevale è la stanchezza io arranco, nonostante quando vado a lavoro, che è un lavoro che amo, faccio il mio dovere sopra le forze e quando mi avvicino al paziente do il meglio che posso dare".

VI. Tensione tra colleghi

La stanchezza genera malumore e sconforto in chi sente il peso sulle spalle della situazione pandemica, che ha portato uno sconvolgimento negli equilibri lavorativi.

17MI: “Prima riuscivamo a supportarci di più perché eravamo un gruppo bene amalgamato adesso aggiungendo sempre nuove figure non è facile non abbiamo nemmeno il tempo materiale, comunque per far capire bene ai nuovi colleghi come funziona perché comunque non hai tempo per te per completare tutto con tutte le cose nuove anche dal punto di vista burocratico che hai da fare”.

4.1.4 NUOVA CONSAPEVOLEZZA E FIEREZZA

Per quanto la pandemia da COVID-19 abbia messo e sta mettendo a dura provata la sfera emozionale di ogni infermiere, pare essere innata nell'uomo la capacità di trarre anche dalle situazioni più nefaste insegnamenti positivi e spunti di arricchimento personale, gli infermieri hanno dato grande prova di questo.

Si sono individuate 4 sub- categorie

EMOZIONE DI BASE	AREA EMOZIONALE	RIFERIMENTO
<p style="text-align: center;">NUOVA CONSAPEVOLEZZA E FIEREZZA</p>	<p style="text-align: center;">I. Ritrovato spirito di gruppo</p>	<p>18MI: Dal punto di vista dei colleghi noi siamo un gruppo di lavoro molto eterogeneo con età e esperienze diverse, il bello di questa cosa è che ognuno ha portato dentro la sua esperienza pregressa per migliorare il quotidiano vista l'emergenza.</p> <p>15MI: Ognuno di noi sia medico, infermiere o Oss lascia un'impronta per poter creare qualcosa e quindi ognuno di noi è indispensabile. Quindi ci deve essere unione</p>
	<p style="text-align: center;">II. Essere fieri del lavoro che si fa</p>	<p>5CS: Quando mi chiedono che lavoro fai io non dico faccio l'infermiera, ma rispondo io sono infermiera! Anche se magari mi dicono che è brutto e pesante, ma chi te lo fa fare? Io non sono d'accordo con loro perché io amo quello che faccio e ora più che mai ho capito che non potrei fare altro se non questo!</p>
	<p style="text-align: center;">III. Dare meno per scontato eventi e situazioni</p>	<p>2GT: Nulla è un gioco... quindi ho imparato che bisogna veramente stare attenti perché basta poco per ammalarsi, ma basta anche poco per salvarsi</p>
	<p style="text-align: center;">IV. Mettersi di più nei panni dell'altro</p>	<p>1GT: Mi sento arricchita dal punto di vista umano, ho capito quanto siamo di passaggio e siamo fragili, il contatto umano con il paziente è importante, siamo tutti uguali nella malattia ... pensi che lì ci potrebbe essere tua madre tuo padre tuo nonno e dici ma alla fine diventano tutti come di famiglia e non vedi più nell'altro l'essere paziente.</p>

Tab.5 - Area emozionale: Nuova consapevolezza e Fierezza

Queste due sottocategorie sono il risultato del lavoro che ognuno è riuscito a fare su stesso traendo beneficio da un evento che ha connotati principalmente negativi, ma per spirito di adattamento e forza di volontà si son tirati fuori aspetti positivi dando risalto a ritrovata consapevolezza di sé.

I. Ritrovato spirito di gruppo

Lavorare in gruppo e fare squadra non è una cosa scontata. Riscoprire la presenza dell'altro nel momento di maggiore difficoltà permette di sentirsi investiti da nuova forza e voglia di fare.

02GT: “Siamo diversi infermieri più o meno tutti quanti coetanei che siamo entrati a lavorare in questa pandemia e siamo riusciti ad integrarci con l'équipe assistenziale che c'era prima. Quindi con i colleghi infermieri precedenti e sicuramente da questa unione sono nati tanti stimoli sia per noi che anche ai colleghi che erano precedentemente impiegati perché comunque ti fa crescere entrambi. Aver qualcuno, comunque, che l'ha vissuta già quest'esperienza e che comunque ha già esperienza lavorativa a prescindere dal covid ti aiuta perché sai che hai una persona su cui appoggiarti, di cui fidarti e su cui far conto se hai problemi”.

7CS: “Per quanto riguarda il rapporto con i colleghi sicuramente l'esperienza covid è stata una prova lampante del fatto che ognuno di noi lavora in gruppo, e il gruppo deve funzionare perché da soli non si fa niente e lo spirito di squadra è più che mai fondamentale”.

II. Essere fieri del lavoro che si fa

Confucio, un filosofo di origine Cinese vissuto tra il IV e il V secolo a.C. affermava: “Scegli il lavoro che ami e non lavorerai mai, neanche per un giorno in tutta la tua vita”. Durante questa pandemia tanti infermieri hanno rivalutato la professione e il valore di essere infermieri.

17MI: “Il messaggio più grande che mi ha dato è la certezza di aver fatto la scelta giusta lavorativamente parlando, perché mi ha fatto capire che ho fatto una scelta verso una professione di cui non si può fare assolutamente a meno e quindi aver fatto questa scelta lavorativa importante mi ha fatto sentire spesso orgogliosa di me stessa nonostante il poco tempo, la stanchezza”.

18MI: “Posso dire che fino ad oggi non mi sono mai svegliata con il peso di dover andare al lavoro e ho sempre detto che se fosse accaduto avrei dovuto cambiar lavoro ma se fino ad ora non è mai accaduto significa che questa è veramente la mia vocazione e la mia strada”.

III. Dare meno per scontato eventi e situazioni

Spesso si è portati ad assolvere ai propri compiti ed affrontare le situazioni con inerzia. Poi però la rivoluzione che alcuni eventi portano con sé fanno comprendere quanto nulla sia scontato e banale.

09DE: “Innanzitutto che dalla vita ci si può aspettare di tutto perché una pandemia nella vita non si aspetta mai di poterla vivere. Io quello che ho imparato dalla prima ondata e soprattutto quando ci hanno liberato mi sono detta: “Irene vivi ogni momento perché non si sa il domani cosa ci riserva”... mi sono detta di godermi il fuori il più possibile perché non sappiamo questa situazione cosa ci riserverà. Quindi mi ha sbattuto ancora più in faccia, nonostante il lavoro in pronto soccorso non smetta mai di ricordarlo, la precarietà della vita. Quindi godere dell’affetto e di tutte quelle persone che spesso dai per scontato”.

IV. Mettersi di più nei panni dell’altro

La routine, la stanchezza, i carichi di lavoro e la gestione delle emozioni porta ad essere pregiudizievoli nei confronti dell’altro, ancor più quando si presta assistenza.

16MI: “...bisogna cercare di dare sempre il meglio di sé e bisogna cercare di non giudicare mai il paziente il parente, perché ognuno di noi vive una situazione che tu esternamente non sai e non conosci. A livello personale invece mi sento veramente tanto sola, mi manca la mia famiglia. Il fatto di non poter andare a casa che con le restrizioni e senza ferie non è possibile fare mi fa sentire tanto la mancanza della mia famiglia dei miei affetti e della mia città. Quindi mi fa scoprire ancora di più il valore della presenza, della vicinanza”.

8CS: “Sicuramente mi ha insegnato ad avere meno pregiudizi nei confronti di chi ho di fronte, perché nonostante le lamentele che uno può fare se lo fa è perché uno sta male e quindi non devo giudicare mai: Non devo mai dare un giudizio agli altri. Perché non si sa mai chi si ha davanti e quindi se si lamenta è perché ha un malessere e quindi non devo giudicare e questa è una cosa che non mi porto solo a lavoro ma anche all’esterno con chi incontro nella vita. Devo ascoltare di più l’altro, chiunque io abbia di fronte”.

5. DISCUSSIONE

L'obiettivo di questo lavoro fenomenologico è stato quello di cogliere i vissuti di un gruppo di infermieri rispetto all'assistenza erogata durante l'evento pandemico da infezione SARS COV 2. Il perdurare dell'evento ha generato un'alternanza di emozioni che ha avuto ricadute importanti sia sulla vita lavorativa che su quella personale. Le interviste sono state effettuate su due coorti differenti: una costituita da professionisti direttamente impegnati nelle Aree COVID; l'altra da coloro che hanno proseguito il loro mandato professionale all'interno delle unità di degenza FREE. La prima evidenza è come tra le due "categorie" non vi siano differenze sostanziali nei vissuti. Tutti hanno condiviso come emozioni predominanti la *paura* e l'*ansia*.

Paura e Ansia

La paura maggiore è quella di essere contagiati e di conseguenza contagiare anche i propri cari, ma ciò non ha fatto mai venire meno la professionalità e lo spirito di sacrificio. L'Ansia invece è correlata a tutta la serie di cambiamenti che l'evento pandemico porta con sé.

Paura e ansia sono due emozioni che emergono spesso associate anche in studi disponibili in letteratura che hanno in maniera simile indagato l'esperienza dei professionisti coinvolti nell'emergenza pandemica.

In *Iran* Zohreh K. et al. (2020) evidenziano come nel contesto dell'assistenza al paziente COVID-19 la *paura* porta un grado di preoccupazione grave tra gli infermieri per quanto riguarda l'infezione e la trasmissione della malattia ad altri.

Anche a *Wuhan*, epicentro della pandemia, è stata rilevata una maggiore incidenza di ripercussioni psicopatologiche associate a depressione, *ansia*, angoscia e insonnia (Kang L. et al, 2019). In *Polonia* è stato condotto uno studio su personale medico e infermieristico dopo solo 12 giorni dalla dichiarazione di pandemia da COVID-19: gli operatori sanitari presentano livelli più elevati di sintomi psicopatologici in termini di *ansia*, insonnia e sintomi somatici rispetto a quelli che rappresentano altre professioni. (Maciaszek J. et al.,2020). Le similitudini con questo studio sono rappresentate dall'ansia

e dalla paura con tutte le sue connotazioni, manifestata dagli infermieri intervistati, che però in questo caso non hanno mai riferito di soffrire di insonnia o depressione.

In *Cina* è stato intervistato un gruppo di infermieri soldato, secondo quanto è stato dichiarato da alcuni, sentivano un forte senso di responsabilità come operatori sanitari, è stato rivelato come l'evento abbia generato pressione psicologica, con alti livelli di *ansia e paura* e persino traumi psicologici (Liu Ye & Zhai ZC et al.,2020).

Da uno *studio Iraniano* emergono ancora delle similitudini con il campione esaminato, soprattutto riguardo alla stato ansioso e allo scontro emotivo con l'evento morte: gli infermieri hanno sperimentato sulla loro pelle un forte peso psicologico fornendo assistenza, nonché *ansia, paura* e angoscia a causa della morte dei pazienti COVID-19. (Galehdar N. et al.,2020).

In molti studi analizzati la *paura* è spesso riconducibile all'uso dei DPI definiti come bombe durante la svestizione, ostacolo nella comunicazione con pazienti, ma di estrema importanza. In diverse realtà non è stato garantito sempre il continuo approvvigionamento (Cohen J. et al.,2020; Delgado D. et al.,2020; Tabah A. et al.,2020).

Gunawan J. et al.(2021) sottolineano come nella realtà indonesiana: “[...] ogni infermiera ha accesso a una sola maschera N95 per giorni alla volta; ciò crea preoccupazioni per quanto riguarda l'integrità della maschera poiché sappiamo che le maschere facciali N95 sono etichettate come usa e getta e solo monouso. Con l'attuale domanda e offerta, la carenza di maschere ha costretto gli infermieri a indossare la maschera per tutta la durata del turno e riutilizzarla per giorni alla volta. A volte anche lavandole o disinfettandole [...]”.

Questa sensazione di forte *paura* è stata analizzata anche in altri eventi epidemici di minore portata come l'infezione respiratoria da MERS-CoV, infatti anche la preoccupazione e l'ansia degli infermieri per la propria sicurezza è spesso in conflitto con il loro senso di responsabilità come fornitori di assistenza sanitaria (Kim Y.,2018).

Sconforto e stanchezza

La maggior parte degli studi analizzati traggono i risultati da gruppi infermieristici impegnati in assistenza ai malati COVID-19 per brevi periodi o nella sola prima ondata pandemica, questo studio invece è stato condotto in un periodo che vede sovrapporsi le due ondate e pare aprire la strada verso la terza. Come già riportato, per alcuni infermieri coinvolti in questo lavoro, considerata la SOD in cui sono impiegati, non può esserci una distinzione tra prima e seconda ondata poiché i pazienti con infezione COVID-19 non hanno mai smesso di essere accolti e quindi lo sconforto, la stanchezza sono in contrapposizione con la voglia di fare e di aiutare i pazienti. Ma nessuno ha mai pensato di venire meno al proprio ruolo.

Uno studio condotto in *Pakistan* ha analizzato la capacità di coping durante l'evento pandemico ed ha rilevato come "i media erano una delle principali fonti dell'aumento dello stress e dell'ansia tra il pubblico" quindi è stata adottata la strategia di rivelare il meno possibile riguardo all'evento in corso per non creare ulteriore stress psicologico nei pazienti che avrebbe avuto inevitabili ripercussioni sull'operato degli infermieri (Khadeeja Munawar, Fahad Riaz Choudhry 2020).

Quando il personale di diverse specialità e ospedali lavora insieme, potrebbero esistere differenze nelle culture, nelle procedure e nella comunicazione aziendali. La promozione della collaborazione interprofessionale e inter-organizzativa dovrebbe essere una priorità per garantire un'assistenza efficiente e di alta qualità. Gli infermieri hanno un ruolo di primo piano nel facilitare la comunicazione e la collaborazione tra i membri del team sanitario. Occorre sviluppare la fiducia reciproca e ambienti rispettosi, mantenere una comunicazione efficiente, chiarire il ruolo delle persone e dei team, stabilire procedure standardizzate e promuovere un senso di appartenenza (Liu Q. et al.,2020; Karam M. et al.,2018).

Ma il supporto psicologico e l'assistenza umanistica possono migliorare il senso di identità degli infermieri, il che ha un effetto positivo sul loro entusiasmo e capacità fisica di svolgere il lavoro (Chen Q. et al.,2020)

Nuova consapevolezza e fierezza

Ci si è trovati di fronte a delle vere e proprie sfide professionali ed umane che hanno dato prova del ruolo cruciale dell'infermiere nel processo di assistenza. Questa ritrovata consapevolezza del ruolo esercitato dagli infermieri durante l'evento pandemico da COVID-19 è emersa anche a livello internazionale in studi che hanno similamente investigato i vissuti dei professionisti.

Anche se l'evento pandemico non è lo stesso, diversi sono i vissuti esperienziali che accomunano questo studio a quelli effettuati per altri eventi pandemici, infatti emerge come gli infermieri hanno partecipato all'autoriflessione dei propri valori e hanno trovato forze positive come modo per esprimere più apprezzamento per la salute e la famiglia e gratitudine per il supporto sociale (Shih FJ et al., 2002). Il senso di responsabilità portato dall'etica professionale in un'epidemia (Aliakbari F. et al., 2015) ha incoraggiato gli infermieri a partecipare attivamente alle attività anti-epidemiche e ha rafforzato la loro identità professionale e il loro orgoglio (Liu H. et al., 2009).

La routine spesso porta a identificarsi lavorativamente come singola unità dimenticando di essere un unicum assistenziale e che vedendo le potenzialità del fare squadra si ottengono ottimi risultati. Emerge infatti quanto sia importante poter contare sul sostegno dell'altro: per chi è alla sua prima esperienza lavorativa riveste un ruolo chiave avere il sostegno e la certezza di poter contare sull'esperienza delle "colleghi anziane"; si è compreso il valore di fare squadra remando tutti nella stessa direzione per arrivare alla meta. Queste conquiste hanno aiutato ed aiutano ad alleggerire la fatica mentale e fisica che la continuità di un evento di questa portata induce.

Nella gran parte degli studi analizzati emerge in modo forte la passione e dedizione che gli stessi impiegano nello svolgere la propria professione. La storia dell'umanità è costellata di esempi di persone che, nonostante condizioni e situazioni di vita altamente sfavorevoli, sono riuscite a resistere, a far fronte e a trasformare un evento critico destabilizzante in motore di ricerca personale (Zavaglio A. et al., 2017).

Uno studio che ha utilizzato la medesima metodologia di indagine del presente, analizzando un campione di 20 infermieri ha prodotto un risultato quasi totalmente sovrapponibile a quanto emerge da questo lavoro: "[...] abbiamo scoperto che durante l'epidemia, le emozioni positive e negative degli infermieri in prima linea contro l'epidemia si intrecciano e coesistono. All'inizio, le emozioni negative erano dominanti e

le emozioni positive apparivano simultaneamente o gradualmente. Lo stile di auto-coping e la crescita psicologica sono importanti per gli infermieri per mantenere la salute mentale [...]”(Sun N. et al.,2020).

Il vissuto del campione preso in esame in questo studio esprime similmente una nuova consapevolezza e la fierezza per la professione svolta. E questo ha rappresentato un elemento di positività che questa esperienza ha portato. La possibilità di trasformare un evento doloroso, o più semplicemente stressante, in un percorso di apprendimento e di crescita, incontra il tema della resilienza (Cyrulnik B., Malaguti E. 2005)

La resilienza è definita in psicologia come la capacità di un individuo di affrontare e superare un evento traumatico o un periodo di difficoltà. E qualsiasi sia la realtà che vive l’infermiere ha spesso e ampiamente dimostrato di essere resiliente.

Ma il supporto psicologico e l’assistenza umanistica possono migliorare il senso di identità degli infermieri, il che ha un effetto positivo sul loro entusiasmo e capacità fisica di svolgere il lavoro (Chen Q. 2020).

6.CONCLUSIONI

L'evento pandemico da COVID-19 ha generato una prova emotiva e fisica senza precedenti per la professione infermieristica.

La letteratura internazionale ha messo in evidenza come i vissuti comuni descritti siano riferibili alla paura e all'ansia come sentimenti negativi: paura di nuocere all'altro (siano essi familiari o pazienti), paura del cambiamento dettato da una situazione sconosciuta; ansia di non essere all'altezza di affrontare la situazione e di doversi relazionare con realtà sconosciute.

L'aspetto di positività che emerge è dettato da una nuova consapevolezza di sé e del riconoscimento dell'importanza del ruolo svolto in questo delicato momento, non ultimo la ritrovata unione e intesa tra colleghi che è una parte importante del "motore" che muove l'essere infermiere. Essere infermiere è diverso da fare l'infermiere, perché il fare l'infermiere è una condizione di inerzia professionale, l'essere infermiere denota fierezza, consapevolezza e voglia di fare tanto per gli altri, siano essi pazienti o colleghi ma anche per sé stessi.

Lo studio realizzato in questo lavoro di tesi allinea i risultati rispetto a quanto sopra descritto.

L'elemento aggiuntivo è da riconoscere nell'arco temporale di investigazione rispetto agli studi consultati: raccoglie cioè i vissuti successivamente alla prima ondata pandemica ed a cavallo della seconda. Le conoscenze maturate dalla comunità scientifica ed il maggior grado di competenza non sembrano aver modificato le emozioni descritte. Gli infermieri, hanno messo in campo risorse che inconsapevolmente non pensavano di avere: ci si è scoperti più forti, razionali, capaci e competenti. Hanno saputo adattarsi ai repentini cambiamenti organizzativi cambiando reparto, colleghi e modo di lavorare. Hanno cercato di trovare un nuovo modo di gestire il paziente e hanno anche imparato un nuovo modo per poter farli sentire "curati" anche in quelli che sono gli aspetti psicologici derivanti dall'isolamento ospedaliero e dall'affrontare situazioni delicate di aggravamento delle condizioni di salute.

Questo studio potrebbe aprire la strada verso la messa in atto di un supporto e gestione delle emozioni del personale infermieristico da parte di personale qualificato, questo per non incorrere in burnout con il rischio di compromettere la stabilità emotiva del professionista

Bibliografia

- Aliakbari F., Hammad K., Bahrami M., Aein F. (2015). «Ethical and legal challenges associated with disaster nursing.» *Nurs Ethics.*, s.d.: 22(4):493-503.
- Allande Cussò R., Navarro Navarro C., Porcel Galvez AM. (2020). «El cuidado humanizado en la muerte por COVID-19: a propósito de un caso.» *Enfermería Clínica (in press)*, 2020.
- Andreina Zavaglio, Irene Corniati (2017). «LA RESILIENZA NELLA PROFESSIONE INFERMIERISTICA: STRATEGIE PER POTENZIARLA.» *Rivista L'Infermiere N° 4 - 2017*, s.d.
- Arcadi P., Simonetti V., Ambrosca R., Cicolini G., Simeone S., Pucciarelli G., Alvaro R., Vellone E., Durante A. (2021). «Nursing during the COVID-19 outbreak: A phenomenological study.» *J Nurs Manag*, 2021: 00:1-9.
- Bagnasco A., Zanini M., Hayter M., Catania G. & Sasso L. «COVID 19 – A message from Italy to the global nursing community.» *L. Journal of Advanced Nursing*, 2020: 2212-2214.
- Chen Q., Liang M., Li Y., Guo J., Fei D., Wang L., He L., Sheng C., Cai Y., Li X., Wang J., Zhang Z. (2020). «Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak.» *Lancet Psychiatry*, 7(4) Apr 2020: e15-e16.
- Cohen, J., & Rodgers, Y. «Contributing factors to personal protective equipment shortages during the COVID-19 pandemic.» *Preventive medicine*, 141, 106263., 2020.
- Cyrulnik B., Malaguti E. (2005). «Costruire la resilienza.» *Trento: Centro Studi Erickson*, s.d.
- Delgado D, Wyss Quintana F, Perez G, Sosa Liprandi A, Ponte-Negretti C, Mendoza I, Baranchuk A. «Personal Safety during the COVID-19 Pandemic: Realities and Perspectives of Healthcare Workers in Latin America.» *Int J Environ Res Public Health*, 18 Aprile 2020: 1.
- Edward, K. «A theoretical discussion about the clinical value of phenomenology for nurses.» *Holistic Nursing Practice*, 2006: 20(5):235-8.
- Galehdar N., Kamran A., Toulabi T., Heydari H. (2020). «Exploring nurses' experiences of psychological distress during care of patients with COVID-19: a qualitative study. (2020).» *BMC Psychiatry*, 6 Oct 2020: 20(1):489.
- Gunawan J., Aunguroch Y., Marzilli C., Fisher ML, Nazliansyah e Sukarna A. (2021). «A phenomenological study of the lived experience of nurses in the battle of COVID-19.» 2021: 00024-5. S0029-6554 (21).

- Hales P., White A., Eden A., Hurst R., Moore S., Riotta C., Achour N. (2020). «A case study of a collaborative allied health and nursing crisis response. *Journal Of Interprofessional Care.*» *Journal of Interprofessional Care*, 2020: 1-8.
- <https://studicognitivi.it/disturbo/ansia/>. <https://studicognitivi.it/disturbo/ansia/>. s.d.
- Huang L., Lin G., Tang L., Yu L., Zhou Z. (2020). «Special attention to nurses' protection during the COVID-19 epidemic.» *Critical Care*, 24, 120, 2020.
- Kang L., Ma S., Chen M., Yang J., Wang Y., Li R., Yao L., Bai H., Cai Z., Xiang Yang B., Hu S., Zhang K., Wang G., Ma C., Liu Z.(2019). «Impact on mental health and perceptions of psychological care among medical and nursing staff in Wuhan during the 2019 novel coronavirus disease outbreak: A cross- selectional study.» *Risk Manag Healthc Policy*, Aug 2019: 87:11-17.
- Karam M., Brault I., Van Durme T., Macq J.(2018). «Comparing interprofessional and interorganizational collaboration in healthcare: A systematic review of the qualitative research doi: 10.1016/j.ijnurstu.2017.11.002. Epub 2017 N.» *Int J Nurs Stud. Mar;*, 11 Nov. 2018: 79:70-83.
- Karimi Z., Fereidouni Z., Behnammoghadam M., Alimohammadi N., Mousavizadeh A., Salehi T., Mirzaee MS., Mirzaee S. (2020) The Lived Experience of Nurses Caring for Patients with COVID-19 in Iran: A Phenomenological Study. «The Lived Experience of Nurses Caring for Patients with COVID-19 in Iran: A Phenomenological Study.» *Risk Manag Healthc Policy*, 2020: 13:1271-1278.
- Khadeeja Munawar, Fahad Riaz Choudhry (2020). «Exploring stress coping strategies of frontline emergency health workers dealing Ccovid-19 in Pakistan: A qualitative inquiry .» *Elsevier Public Health Emergency Collection- Am J Infect control-*, 047 July 2020.
- Kim, Y. «Nurses' experiences of care for patients with Middle East respiratory syndrome-coronavirus in South Korea.» *American Journal of Infection Control* 46(7), 2018: 781–787.
- Lai J., Ma S., Wang Y., Cai Z., Hu J., Wei N., Wu J., Du H., Chen T., Li R., Tan H., Kang L., Yao L., Huang M., Wang H., Wang G., Liu Z., Hu S. (2020). «Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019.» *JAMA Network Open*, 3(3), s.d.: Article e203976.
- Liu H., Liehr P. (2009). «Instructive messages from Chinese nurses' stories of caring for SARS patients.» *J Clin Nurs*, Oct;18(20):2880-7 2009.
- Liu YE, Zhai ZC, Han YH, Liu YL, Liu FP, Hu DY. «Experiences of front-line nurses combating coronavirus disease-2019 in China: A qualitative analysis. 2020 Sep;37(5):757-763. doi: 10.1111/phn.12768. Epub Jul 17.» *Public Health Nurs*, Jul 17 Sep.; 2020: 37(5):757-763.
- Liu, Q., Luo, D., Haase, J. E., Guo, Q., Wang, X. Q., Liu, S., Xia, L., Liu, Z., Yang, J., & Yang, B. X. «The experiences of health-care providers during the COVID-19

- crisis in China: A qualitative study.» *The Lancet Global Health*, 8(6), 2020: e790–e798.
- Maciaszek J, Ciulkowicz M, Misiak B, Szczesniak D, Luc D, Wieczorek T, Fila-Witecka K, Gawlowski P, Rymaszewska J. «Mental Health of Medical and Non-Medical Professionals during the Peak of the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Nationwide Study.» *Journal of Clinical Medicine*, 2020: 9(8):2527.
- Nacoti, M., Ciocca, A., Giupponi, A., Brambillasca, P., Lussana, F., Pisano, M., Goisis, G., Bonacina, D., Fazzi, F., & Naspro, R. «At the epicenter of the Covid-19 pandemic and Humanitarian crises in Italy: Chancing perspectives on preparation and migration.» *NJEM Catalyst Innovation in Care Delivery*, 2020: 1-5.
- Prevenzione, Gruppo di Lavoro ISS. «INDICAZIONI AD INTERIM PER UN UTILIZZO RAZIONALE DELLE PROTEZIONI PER INFEZIONE DA SARS-COV-2 NELLE ATTIVITÀ SANITARIE E SOCIO-SANITARIE (ASSISTENZA A SOGGETTI AFFETTI DA COVID-19) NELL'ATTUALE SCENARIO EMERGENZIALE SARS-COV-2.» *Gruppo di Lavoro ISS Prevenzione e Controllo delle Infezioni Rapporto ISS COVID-19*, n. 2/2020: 5.
- Schroder K., Norful AA., Treavers J., ALiyu S. «Nursing perspectives on care delivery during the early stages of the covid-19 pandemic: A qualitative study.» *International Journal of Nursing Study Advances*, Nov 2020.
- Shih FJ, Liao YC, Chan SM. (2002). « The impact of the 9–21 Earthquake experiences of Taiwanese nurses as rescuers.» *Soc Sci Med.* , s.d.: 55 : 659–672.
- Sun N, Wei L, Shi S, Jiao D, Song R, Ma L, Wang H, Wang C, Wang Z, You Y, Liu S, Wang H.(2020). « A qualitative study on the psychological experience of caregivers of COVID-19 patients.» *Am J Infect Control*, s.d.: 48(6):592-598.
- Tabah A, Ramanan M, Laupland KB, Buetti N, Cortegiani A, Mellinshoff J, Conway Morris A, Camporota L, Zappella N, Elhadi M, Povia P, Amrein K, Vidal G, Derde L, Bassetti M, Francois G, Ssi Yan Kai N, De Waele JJ. «Personal protective equipment and intensive care unit healthcare worker safety in the COVID-19 era (PPE-SAFE): an International survey.» *J Crit Care*, Oct 2020: 59:70-75.
- Umberto, Galimberti. *Dizionario di psicologia- p.19, volume terzo*. Roma: Gruppo Editoriale L'espresso, 2006.
- Vellone, E., Sinapi, N., & Rastelli, D. « Fenomenologia e metodo fenomenologico: loro utilità per la conoscenza e la pratica infermieristica. » *Professioni infermieristiche 2000.534*, 2020: 237-242.
- Welch, M. *Perspectives on philosophy and science in nursing*. In Polifroni EC; Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins., 1999.

Welch-Karen-Leigh. «The extension of Colaizzi's method of phenomenological enquiry.» *Contemporary nurse: a journal for the Australian nursing profession*, October 2011: 163-71.

SBOBINATURE INTERVISTE

01GT (1 anno esperienza)

Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

01GT: Questo è il mio primo incarico ho iniziato a lavorare il 16 marzo quindi in pieno regime covid e sono stata mandata in malattie infettive, quindi avevo ANSIA perché è il primo incarico e la caposala mi aveva già avvertito che non avrei fatto affiancamento, quindi io il primo giorno di lavoro sono stata, cioè mi hanno fatto vestire, avevo visto dei video in giro sulla vestizione e svestizione ma tanto ogni reparto è a se, ognuno utilizza dei dispositivi differenti si veste e si sveste in modo differente quindi sono entrata. Noi abbiamo 20 pazienti e all'inizio è stato difficile per me perché era l'inizio di tutto, cioè io non avevo esperienza di niente, a parte il tirocinio, non c'era mai capitata una cosa del genere e non lo so all'inizio era tutto confusionario, (io ti parlo molto spiccia) a parte che da noi c'è un corridoio pulito e uno sporco, e parlo della mia realtà quindi all'inizio nel corridoio pulito non tutte le porte avevano delle finestre per controllare cosa succedeva, niente, quindi tu entravi e non sapevi se trovavi la gente morta, la gente che stava male e non avevamo neanche i monitor centralizzati e quindi era tutto entravi... E 'stato difficile perché all'inizio molta gente te la ritrovavi morta ed era spazzante. Considera che c'era anche la difficoltà, vabbè non tanto dello stare vestiti 4/5 ore perché quello è una cosa che all'inizio ti dà fastidio perché non puoi bere, non puoi andare in bagno, te tira tutto, però è proprio il fatto di non riuscire ad avere un contatto a parte gli occhi con il paziente, non potevi toccarlo perché c'era paura non solo nei pazienti stessi terrore, ma anche noi che non sapevamo se si trasmetteva se si attaccava nei vestiti e all'inizio c'era molta più paura, cioè la differenza che ho notato tra la prima ondata e tra i pazienti che abbiamo adesso è che prima c'era molto più terrore non si conosceva niente e quindi anche i pazienti erano.. ehm... cioè una cosa che mi ricordo cioè scena da film tutti ti si aggrappavano perché non volevano che uscissi, perché non essendoci le finestre loro erano lasciati lì fino... noi facevamo sempre i giri ad orario però poi ci sono dei momenti della parte burocratica, perché all'inizio eravamo sotto di personale adesso in turno siamo 4/5 per 20 pazienti, ma prima eravamo in 2 barra 3, il carico di lavoro era molto e noi eravamo pochi e quindi nei momenti appunto che non stavamo dentro che comunque stavi da un altro paziente perché dovevi fare il giro, non volevano che uscissi. E 'stato brutto anche perché per i famigliari perché potevano venirli a trovare. Quindi le emozioni sono state molto forti soprattutto perché la gente stava veramente male e una differenza che ho notato anche tra prima e adesso, e che adesso c'è più informazione ma anche sbagliata, perché con il cellulare con i mass media tutto la tv passano delle informazioni sbagliate. Ad esempio se la soluzione era mettere la Cpap i pazienti la tenevano non mangiavano per tenerla, avevano proprio l'ansia, adesso pensano che senza di quella si possa sopravvivere uguale quindi se la tolgono fanno come gli pare, perché magari c'è stata della disinformazione, però prima una cosa che limitava molto e che non si conosceva niente non si conoscevano le terapie giuste quindi si andava a tentativi e adesso invece da questo punto di vista c'è uno schema più preciso quindi l'emozioni sono state molto forti soprattutto perché era la prima esperienza di lavoro ma penso per tutti però tante soddisfazioni quando ai pazienti venivano dimessi, senso di sconforto e di impotenza quando invece venivano intubati oppure te lo ritrovavi morti e poi è stato anche brutto il modo in cui veniva gestito il morto perché il fatto di metterli in questi sacchi neri con il disinfettante addosso è stato forte cioè...(pausa)

Un impatto emotivo pesante

01GT: sì importante! Poi considera che io abituata molto al contatto umano, al contatto visivo, la parola, lì non avevi il tempo di parlare perché c'era talmente tanto da fare che è brutto da dire, io sono la prima il paziente era... io ho da fare e basta. Adesso sono arrivati nuovi infermieri che il tempo di lavoro è più distribuito uniformemente in maniera più equa e il tempo per il paziente ce l'hai prima no.

Ok! Ma tra la prima e la seconda quali emozioni prevalgono? Diciamo nella prima c'era l'ansia di quello che non si conosceva, la paura dell'ignoto tra virgolette. Adesso che non è più un ignoto il coronavirus ma si ha un po' più di "confidenza" che cosa senti?

01GT: Adesso che siamo un po' più preparati un po' più pronti sappiamo anche come gestire meglio il paziente e comunque eventuali complicanze e anche come e cioè cosa fare. Come comportarci, prima invece era tutto alla cieca perché siamo passati da un'assistenza di base ad un'assistenza completamente rivoltata ma anche per il semplice fatto che sei tutto vestito è tutto più difficile e quindi prima se te lo posso descrivere metaforicamente prima stavi in un vicolo nel quale non vedevi la fine invece adesso un po' la fine si vede anche perché uno impara anche a... cioè dopo ognuno impara a mettere in atto delle capacità che dici ok...

dei meccanismi di difesa ... **01GT:** esatto coping ok

Qual è stata la maggiore paura e anche emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

01GT: Il non essere all'altezza. Perché?

01GT: Perché noi lavoriamo con le persone e ti dico, come ho detto prima, io ci tengo tantissimo al contatto umano, al contatto visivo, un semplice tocco, carezza... ma da sempre una cosa proprio innata mia, anche dal tirocinio, invece qui mi è mancato tantissimo! Quindi non essere all'altezza delle... non tanto delle aspettative del paziente ma proprio di non riuscire ad aiutare dal punto di vista non tanto di terapie perché il lavoro mio è quello, ma proprio dal punto di vista psicologico, umano perché appunto il carico di lavoro è tantissimo e tante volte ti trovi spiazzato però ognuno cerca di fare il possibile. Tipo portare dentro... ti faccio degli esempi stupidi: si portava

dentro il cellulare tutto incellofanato per fare le videochiamate perché loro proprio fuori dal mondo. Oppure cerchi anche di contattare i parenti oppure cerchi di far recapitare al paziente tutti i bigliettini che gli sono stati lasciati, le cose da mangiare quando possibile. Però si di non essere all'altezza. Ma non tanto ti dico del lavoro proprio manuale ma proprio del carico psicologico perché 20 pazienti sono tanti e ognuno ha le sue esperienze di vita, ognuno quindi di gestire le emozioni degli altri esatto, ma così tante tutte insieme così disparate così diversificate le une dalle altre perché poi abbiamo pazienti di tutte le età quello di 40 anni che a casa ha la bambina piccola, uno di 90...

Quindi questo per la gestione delle emozioni altrui. Invece le tue emozioni in cosa le hai canalizzate come sei riuscita a gestirle?

01GT: Niente quando cioè all'inizio durante la prima ondata andavo a casa non parlavo, cioè metabolizzavo molto e niente a parte che era difficile anche sfogarsi e metabolizzare in maniera diversa perché con il lockdown si stava tutti dentro casa, ma proprio mi ricordo che prevaleva il silenzio appunto per metabolizzare tutte le emozioni tutti i vissuti anche perché è stato un impatto fortissimo perché quando eri in reparto non avevi tempo di metabolizzare anche perché facevamo dei turni da 12 ore quindi arrivavi lì e non avevi il tempo di pensare e di metabolizzare, quindi tutto a casa. Però il lavoro che ho fatto per me sulle mie emozioni penso sia ovviamente in itinere...

Diciamo che ci stai ancora lavorando però noti una differenza tra la prima gestione di impatto e quello che fai adesso forse con una maturità diversa per quello che è successo, diciamo nei confronti del lavoro che hai fatto riesci a gestirti in modo differente.

01GT Anche perché i pazienti sono diversi cioè proprio all'inizio ignori molto, non si sapeva niente, adesso invece c'è un po' più di informazione, non solo noi ma anche i pazienti la vivono e noi la viviamo in maniera diversa. Prima era proprio cioè proprio molto più aggressivo era tutto ignoto adesso invece un po' più...

Come è cambiata la tua vita lavorativa anche se so che è la prima esperienza, dal punto di vista delle aspettative tu come infermiera come ti immaginavi, come sei e come vorresti essere al di là della pandemia e soprattutto nel rapporto con i colleghi pensi che questa cosa abbia aiutato, abbia diciamo demotivato quella che è una amplificazione dei rapporti oppure ha aiutato a legare ancora di più e quindi a diventare più team, più squadra, più amici, più uniti... questo ecco:

01GT: Noi abbiamo rinnovato il reparto c'erano pochi infermieri anziani con 30/35 anni di servizio con il fatto che siamo arrivati noi molto giovani e neo laureati abbiamo fatto più gruppo tra di noi rispetto ai colleghi anziani perché all'inizio c'è stato il dire mamma mia colleghi nuovi giovani neo laureati, però con il fatto che le conoscenze di adesso sono molto più aggiornate i colleghi si sono fidati subito di noi perché sono conoscenze più recenti più innovative e quindi quello è stato un motivo di coesione tra i colleghi giovani e anziani. Per quanto riguarda io come infermiera mi immaginavo così vorrò migliorarmi sempre e soprattutto io ti dico ho preso anche un master in medicina narrativa e quindi credo molto nel contatto umano io sono fiera del lavoro che faccio, sono soddisfatta mi vorrò sempre di più migliorare e nel futuro avendo consapevolezza importanti di questo periodo di esperienze mi potrà aiutare molto e non lo so così....

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

01GT: Mi porto a casa un sacco di esperienze belle perché una semplice cavolata non lo so leggi i pazienti che non riescono a guardare il cellulare a fare videochiamate tu leggi i messaggi dei parenti fai le video chiamate, parli prima tu con i parenti, poi passi il telefono o leggi i bigliettini che scrivono quella è una cosa che non si descrive o anche tutti i messaggi. **Mi sento arricchita dal punto di vista umano** e non so magari sembreranno delle frasi fatte, **ti fanno capire anche quanto siamo di passaggio quanto siamo fragili e che il contatto umano con il paziente è importante**, quanto è importante un semplice sguardo una semplice carezza una semplice parola e quanto però anche sia difficile quanto pesi fare questo lavoro soprattutto se non sei portato soprattutto se per alcuni è solamente un lavoro di pratica di prendere le vene e fare il prelievo. Perché mi sono resa conto di che molti dei miei colleghi non sono portati a fare questo e adesso si è visto molto di più perché appunto essendo tutti vestiti dovendo fare un lavoro così delicato in un periodo così delicato non solo per i pazienti ma anche per noi, perché anche quando vai a casa non hai modo di sfogarti devi stare sempre chiuso dentro casa, a lavoro fai turni estenuanti non è un lavoro per tutti io mi sento molto arricchita da queste esperienze, mi ha cambiato molto a livello interiore e a livello anche di rapporti perché ti rendi conto anche di quanto cioè è difficile da spiegare cioè non lo so... quanto alla fine **siamo tutti uguali nella malattia** che abbiamo tutti paura e non so.... Aiutami un attimo... Diciamo che fondamentalmente ti fa capire l'essenza propria della vita che dici io ho una divisa, tu hai un pigiama e comunque siamo umani e siamo carne entrambi. Penso che la divisa indossata non faccia la differenza tra te e il paziente. Penso di aver racchiuso quello che tu volevi dire. Comunque ti ha aiutato forse nell'aver compreso che chi hai di fronte è una persona come te, con le tue stesse fragilità, però che in quel momento ha bisogno di te e che solo tu puoi dare, da lei puoi prendere solo i piccoli gesti: il bigliettino della famiglia, la videochiamata, il grazie accennato con gli occhi, ti nutri di quel poco che la persona in quel momento ti può dare. **01GT:** Ma anche perché pensi che lì ci potrebbe essere tua madre, tuo padre, tuo nonno e dici ma ... alla fine tutti diventano famiglia, e non vedi più nell'altro l'essere paziente!

Una paura tua grossa nel gestire i pazienti covid, anche poi nel ritornare a casa quale è stata?

01GT: Una paura che avevo a marzo quando arrivavo in reparto, visto che non c'erano le finestre era aprire le porte e trovarli tutti morti perché è successo! Perché arrivavi lì, soprattutto nei turni di notte avevi l'ansia e dicevi oddio cosa sarà successo? Adesso per fortuna abbiamo le finestre in ogni stanza quindi già da fuori vedi, e abbiamo i monitor centralizzati. Quello ha aiutato anche da un punto di vista tecnico organizzativo a gestire meglio il reparto, perché si sono creati dei protocolli si sono creati degli schemi di lavoro, che prima magari c'erano ma in

maniera un po' più velata. Una paura mia quando tornavo a casa è di portarmi il lavoro a casa, è successo spesso e però certe cose del nostro lavoro non possono essere comprese e non possono essere neanche raccontate alle persone a cui stiamo vicino perché non capirebbero, per quanto uno si potrebbe sforzare di ascoltare quindi di capirti cioè sono cose che provi solo tu quando sei lì e sulla tua pelle, quindi è stato anche quello, che magari già la situazione era pesante e non vuoi sovraccaricare la gente a casa delle cose che avevo vissuto io in reparto quindi la paura era quella... Quindi di riuscire a schermare tutto e a tenerlo per te? **01GT:** esatto! Però anche un'altra paura era appunto di magari non riuscire a metabolizzare tutto il vissuto perché te lo tieni per te perché non vuoi sovraccaricare gli altri dopo a te chi ci pensa? Ce la faccio a gestire tutto? Alla fine, però piano piano perché uno deve fare un grosso lavoro su sé stesso. E abbiamo avuto infatti infermieri, perché all'inizio ci mandavano infermieri da altri reparti ad aiutarci, che non hanno retto e sono stati cambiati di reparto dopo poco perché non è da tutti come ti dicevo prima.... Per quanto riguarda la paura del contagio a casa io vivo con mia madre, e mia madre è andata a vivere di sopra perché abbiamo una casa molto grande, però io ho sempre... ok lavoro in un reparto covid ma siamo più tutelati noi e sappiamo che lavoriamo con pazienti covid piuttosto che magari in un reparto covid free che ti viene un paziente e ok il tampone è in corso ma sarà positivo o sarà negativo però non ti nego che da noi ce ne sono stati molti colleghi positivi, perché all'inizio appunto il processo di vestizione non era standardizzato e non si faceva in maniera corretta adesso poi abbiamo stilato un protocollo che ho stilato io insieme ad una mia collega e quindi già quello, l'ansia perché dici ok abbiamo tutti colleghi positivi ci sono stata a contatto? Ok stavi sempre con la mascherina però nel momento in cucina nell'unico momento in cui potevi mangiare o bere e che ne sai? Non lo sai e poi quando sei lì hai poco tempo e poi anche per fare due parole. Però fortunatamente... Un'altra cosa che magari potrebbe sembrare una critica che noi non abbiamo fatto cioè non si facevano mai i tamponi né il sierologico e quindi dicevi non lo so! Boh!

Quindi l'ansia di poter infettare gli altri, l'ansia di poter essere veicolo sei riuscita a gestirla meglio rispetto a quella di portare un fardello pesante a casa di emozioni?

01GT: Sì perché lei ti dico mia madre è andata di sopra e poi lei super attenta cioè ero magari più io quella che mi arrabbiamo che all'inizio l'ho presa male per il fatto che lei si sia voluta allontanare però comprensibile, però ti dico ero più tutelata io rispetto a molti altri colleghi certo però poi dipende da ognuno di noi le accortezze che uno usa nel vestirsi e nello svestirsi e nello stare anche dentro, perché abbiamo a che fare 20 pazienti che erano tutti in Cpap e adesso molti sono in Cpap e bisogna che la sai un attimo gestire.

Diciamo che da questo punto di vista ti sentivi più tutelata rispetto a tanti altri? Il grosso che emerge da questa chiacchierata e che come sentimento forte è la paura, la paura che fa da caposaldo in diversi aspetti: quindi la paura di non essere all'altezza di gestire, la paura di non essere in grado nell'affrontare quindi di decomprimere tutto per poi evitare l'esplosione. La paura di trasferire troppo e quindi di non essere all'altezza di gestire l'emozionalità propria e magari forse anche quella di portarsi un fardello troppo pesante a presso.

01GT: Sì ci tenevo a dirlo che è stata una paura non paralizzante motivante che comunque ti ha dato un input per migliorarti cioè...

non è stata una paura che ti ha annientato psicologicamente e dici divento un'ameba

01GT: però per molti è stato così, io vedevo la differenza anche colleghi dopo tanti anni di servizio però nonostante turni di lavoro estenuanti tu non è che stavi... perché stavamo 12 ore al giorno più le reperibilità non è che dopo andavi a lavoro e ti pesava, tu andavi a lavoro perché dovevi aiutare quante più persone possibili, cioè proprio ti sentivi un eroe! Dicevi ok io sto qui, tutti stanno a casa loro stanno facendo il loro però io devo fare il mio anche quella è stata una sensazione bella perché era una responsabilità grossa...

02GT (8 mesi esperienza)

Quali sono stati e sono i sentimenti e le emozioni, che sono affiorati e affiorano quotidianamente quando pensi all'assistenza dei pazienti in questo periodo di pandemia da covid

02GT: Sicuramente c'è la paura perché è una situazione del tutto nuova. Premetto che io sono quasi Neolaureata perché mi sono laureata a Novembre, quindi è stata una prima esperienza e non nascondo che sono stata molto titubante quando mi hanno chiamata, Assolutamente, in primis c'è sicuramente la paura perché è una situazione sia nuova per gli operatori comunque per gli infermieri colleghi che già lavoravano, ma soprattutto anche per me perché è nuovo in covid ma anche l'assistenza infermieristica perché il tirocinio è il tirocinio Ma lavorare è un'altra cosa quindi viverla in prima persona in questa situazione da tanta paura e spavento, sicuramente magari con il tempo con i mesi e soprattutto metter mano in prima persona a quella che è la realtà diciamo che prendi consapevolezza di quello che è non è più una situazione astratta ti raccontano ma lo vivi tu in prima persona quindi impari a non abituarti, impari un po' a convivere con questo virus e con questa situazione qua, quindi ti dà paura da un lato ma magari il contatto con il paziente il sorriso del paziente, il grazie del paziente, sentirsi che sei l'unica persona che riesce a vedere in quel momento, scambiare una parola, anche una stratta di mano ti dà forza e ti dà veramente voglia di andare avanti e mi rende quasi anche orgogliosa della persona che mi fa essere il contatto con la persona dall'altra parte, quindi il paziente. Quindi magari i sentimenti che provo PAURA in primis, però anche soddisfazione e felicità nel vedere la persona che comunque migliora perché l'accogli magari in un momento di debolezza che vedi la situazione non va come vorresti che andasse, ma piano piano magari con il tempo la vedi che dà una maschera di cpap passa ad una Venturi, poi passa agli occhialini poi va via ti dà tanta gioia quindi poi sicuramente lo vedi che va via torna a casa dai suoi famigliari e quello da felicità, quindi ecco ci sono un po' di situazioni e di sentimenti contrastanti; perché tanto è normale, però in primis la paura sicuramente perché non sai quello che ti aspetta. La paura che ti prende ogni volta che entri, o comunque ogni volta che io entro

io ci penso e dico vabbè entro ... ti vesti indossi tutti i dispositivi, però la paura un po' ___0 c'è sempre che Comunque può andar male per te per il paziente e quindi la paura in primis di ammalarsi c'è, però allo stesso tempo metti un po' da parte la paura e vai avanti perché sai che sei la persona che può far del bene all'altro e quindi al paziente. Sicuramente questo mi dà tanta forza *Sai di poter fare la differenza in quello che fai* si si sicuramente ma aldilà della semplice assistenza infermieristica andare dentro e tanti dicono: Ah finalmente qualcuno! Magari fare l'antibiotico è una cosa negativa ma non lo è più perché giustamente i pazienti sono da soli in stanza o al massimo in 2, quindi vedere una figura in più e scambiare una parola dà tanto e te lo dicono. Quindi diventa un momento un po' di svago; ecco una battuta, una risata, perché poi giustamente anche nelle stanze può capitare la signora o un signore italiano con persone di altri paesi con cui è difficile anche comunicare con la persona che hai vicino. Oppure ci può stare una persona che è più anziana di te e con altre patologie quindi non riesci neanche ad entrare in contatto, interagire come vorresti. Oppure c'è la persona che vuole stare sulle sue, tanti non hanno neanche la televisione perché le stanze non sono fornite, quindi passano tutto il giorno lì ed è dura quindi siamo anche un po' un punto di svago ecco.

A: *Quindi diciamo che su tutto quello che prevale è la paura, in generale sia per te stessa che anche per il non sapere cosa affrontare*

02GT: Fortunatamente noi alcune situazioni... sì, abbiamo il patente che critico perché da un momento all'altro può cambiare, è vero che non sono in una rianimazione che la situazione in due minuti può cambiare, però ci può stare che vedi l'evolversi invece che in positivo in negativo del paziente, quindi, magari entri e non sai quello che ti aspetta c'è un po' lo spavento c'è un po' di imprevedibilità, che c'è sempre, che non è che uno ha una palla magica e il paziente va sempre per il meglio quindi si la paura quella c'è.

A: *Tra la prima e la seconda ondata tu in te stessa hai visto una differenza emozionale o comunque riesci a gestire meglio adesso alcune emozioni rispetto alla prima andata. E diciamo prima c'era la paura dell'ignoto perché non si conosceva assolutamente nulla, adesso non dico che siamo in confidenza, però un attimo forse abbiamo qualche idea in più su quello che andiamo ad affrontare. Quindi cosa stai cosa senti tu adesso di diverso rispetto alla prima andata. Tu le hai vissute entrambe comunque lavorando?*

02GT: La prima andata non tutta perché comunque sono stata assunta maggio e diciamo che la situazione che mi raccontano tanti colleghi era molto più brutta perché avevi un ricovero dietro l'altro, ecco comunque più gente che andava in rianimazione, gente che stava male, e poi si loro raccontano testimonianze che appunto non sapevi che cosa fosse il covid e quindi come ci si dovesse comportare. Io ho sempre detto e ringrazio che siamo super protetti quindi i dispositivi di protezione a noi non sono mai mancati, ma qualsiasi tipo quindi su quello da tanta sicurezza perché non è che vai così un po' alla sprovvista quindi su quello sono sicurissima, sicuramente vedo che tra maggio e adesso che siamo l'anno nuovo quindi a gennaio un po' più di sicurezza c'è. Comunque, se conscio di quello che vai a fare, di come ti devi vestire, magari prima una mascherina che cadeva o che ti si alzava un attimo ti dava più paura perché dicevi magari adesso mi contaminano. Adesso non nascondo che sia passato del tutto però comunque c'è una crescita in termini di consapevolezza di quello che vado a fare quindi sicuramente l'attenzione sempre alta e la paura anche, ed è quello che ti fa stare attenta. Perché se uno non avesse nessun timore andrebbe la così più spensierato. Sicuramente uno e più portato a sbagliare invece un minimo di timore ci deve esser sempre però allo stesso tempo ci deve essere la consapevolezza di quello che uno va a fare... **A:** *e quindi diciamo una sorta di tranquillità più che tranquillità diciamo un accettare la situazione in modo differente perché ormai l'hai affrontata più volte quindi sai come potrebbe andare.* **F:** *Sì, sai quello che ti aspetta il come comportarti quello sicuramente*

Adesso anche se hai più o meno risposto nella prima domanda perché il sentimento che è emerso è la paura. Il secondo quesito è questo: Quale è stata la maggiore paura ed emozione che provavi e provi non appena entri al lavoro?

Tu mi hai detto la paura come sentimento capo a tutto però anche adesso: la paura c'è ancora? Come è gestita, Come riesci a gestire questa emozione?

02GT: Allora è brutto un po' da dire però se deve capitare che uno sia ammalato lo devi mettere sempre in conto, quindi magari come dicevo prima hai la consapevolezza che il rischio c'è quello è sicuro! Però è anche vero che secondo me la persona ha più necessità, io non dico magari la persona che ha una situazione migliore rispetto ad altri però ci può essere quello che di punto in bianco alle 3 di notte si sente male e lì tanta paura tu devi metterla da parte e l'unico pensiero è salvar quella vita

Quindi oppure magari rendergli migliore gli ultimi attimi della sua vita, diciamo, quindi l'unico pensiero è quello e sinceramente la paura in quegli istanti non la hai e salvare e rendere migliore la vita è l'unico obiettivo che penso che tutti noi infermieri dovremmo avere, E perciò la paura c'è però riesci a controllarla perché sai quello che fai sai quello che puoi fare ed è comunque quello che tu hai scelto da di fare fai questo lavoro. Quindi star vicino alle persone e vederle veramente sorridere anche con gli occhi, con una semplice espressione la paura viene molto meno. Ovvio entro al lavoro il pensiero c'è, perché tanto abbiamo 20 pazienti divisi In 2 ali diciamo non è che hai altri Tipi di pazienti e quindi ti dimentichi di loro tutti quanti siamo impegnati con pazienti positivi e ti fai forza magari tra i colleghi sicuramente, però quello è!

Quindi diciamo se tu dovessi dare un nome ad un'emozione che ti accompagna quando entri al lavoro a parte la paura che diciamo la paura poi assume diverse sfaccettature in tutto questo: Perché c'è la paura di contagiarsi perché c'è la paura di non riuscire ad affrontare bene la situazione del momento. Un'emozione però che tu dici io entro a lavoro e mi sento scoraggiata oppure mi sento stimolata nel dare il meglio di me qual è l'emozione forte in te che prevale in te appena entri la al lavoro c'è anche chi può dire: Che noia sono ancora qua!

02GT: No assolutamente non sono emozioni negative questo no ma, secondo me anche essere soddisfatti di me stessa, se magari possiamo definirla soddisfazione gratitudine. Forse essere grata del lavoro che faccio quindi anche orgoglio di me stessa, sicuramente sì, io sono giovane e so che è poco che lavoro. però io son felice di quello, tanto, quindi a prescindere dalla situazione negativa che dobbiamo viverla però son felice di stare lì di aiutare e di rendermi disponibile per poter migliorare la situazione. Di aiutare gli altri perché no! No no negativo no, per adesso no. Ovvio poi il lavoro è pesante e ci possono essere aspetti negativi però dobbiamo pensare a una cosa al lavoro è una cosa più che positiva.

La vita lavorativa come è cambiata, tu non avendo vissuto prima una vita di interazione lavorativa con gli altri colleghi magari è un po' più difficile per te dare questa risposta, però come pensi che La tua vita lavorativa sia cambiata in funzione dell'evento covid e soprattutto dal punto di vista del rapporto con i tuoi colleghi cosa pensi che abbia portato questo evento:

02GT: Allora parto dalla seconda domanda: io con i colleghi mi trovo molto bene con tutti quanti. ***Siamo diversi infermieri più o meno tutti quanti coetanei che siamo entrati a lavorare in questa pandemia e siamo riusciti ad integrarci con l'équipe assistenziale che c'era prima. Quindi con i colleghi infermieri precedenti e sicuramente da questa unione sono nati tanti stimoli sia per noi che anche ai colleghi che erano precedentemente impiegati perché comunque ti fa crescere entrambi. Aver qualcuno, comunque, che l'ha vissuta già quest'esperienza e che comunque ha già esperienza lavorativa a prescindere dal covid ti aiuta perché sai che hai una persona su cui appoggiarti, di cui fidarti e su cui far conto se hai problemi.*** E quindi sicuramente io non l'ho vissuto in pieno la pandemia, la precedente andata e magari non posso fare un paragone. Però è dura, perché comunque non hai più quella tranquillità che quando ti suona campanello, comunque, tu ti devi vestire. Non c'è più quel contatto diciamo immediato con una persona che magari dici che succede? Apri la porta e controlla. Perché per quanto tempo vuoi star dentro comunque non basta. Noi abbiamo la fortuna, comunque, che non siamo vestiti tutto il turno lavorativo perché abbiamo la divisione tra pulito e sporco come percorsi, quindi non essendo vestiti tutto il tempo non stai neanche a contatto con il paziente 8 ore su 8. Ci stai soltanto quando fai la terapia, quando fai le attività esistenziali. Quindi magari quella immediatezza manca un po', del reparto ordinario dove non devi essere vestito, non devi portare la mascherina tutto il tempo, dove con un paziente puoi stare tranquillamente a prescindere dalla terapia, quindi sicuramente secondo me quella situazione che c'era prima era molto più favorevole ad un'attività assistenziale migliore perché eri più libero, non avevi tutti quei pensieri che hai ora. Anche adesso tutto il materiale è contaminato o non è contaminato l'attenzione è maggiore. Sicuramente ci sono delle situazioni in cui devi prestare attenzione per diverse situazioni, Tipo malattie multiresistenti, per carità, però adesso ovvio che è tutto amplificato e quindi sicuramente l'assistenza è cambiata.

Nel rapporto tra persone quindi tra colleghi pensi che il coronavirus abbia aiutato, o che sia qualcosa che magari depotenzia quello che può essere un fare gruppo, lo stare insieme, il vivere dei rapporti all'interno dell'ambiente di lavoro?

02GT: Questo nel mio ambiente lavorativo no non vedo gran di difficoltà. Ovvio che prevale la stanchezza ma anche perché appunto l'attività assistenziale che si richiede è più stancante, perché ripeto anche esser vestiti in quel modo anche per 3 ore sicuramente stanca e quindi magari ci può essere, ma adesso forse non più forse nella prima ondata ci poteva essere più questa stanchezza che poteva portare a dei disguidi oppure magari delle incomprensioni, ma io sinceramente non ho mai visto problemi, anzi c'è la massima collaborazione tra tutto il personale che sia il medico che sia l'oss, quindi ci si aiuta tutti quanti per rendere tutto meno pesante tra virgolette. Quindi non ho visto grandi difficoltà in questo.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare diciamo nell'emergenza covid e quello che ti porti a casa ogni volta e quindi anche emotivamente quello che dai a te stessa, fai trasparire con gli altri e cioè racconta quello che il covid ha fatto in te, cosa e come ti trasformato se ti lascia un messaggio se ti ha fatto capire delle cose che prima magari non avresti avuto modo di vedere.

02GT: Sicuramente che ***nulla è un gioco*** quindi vedo in giro tanta superficialità tanta imprudenza. A me dispiace quando vedo e sento: "ma tanto è una semplice polmonite"! Magari i giovani non li tocca! A me è capitato di avere il reparto tanti ragazzi giovani e comunque li ti rendi conto... diciamo che la persona anziana l'abbiamo sempre avuta in reparto, quando invece ti ritrovi a lavorare con coetanei per patologie come questa qua, sicuramente capisci che la vita è importante e la salute è importante quindi basterebbero piccole accortezze per scamparsela da questo maledetto virus. A me dispiace quando sento discorsi con molta superficialità e che danno hanno quasi indifferenza a questo virus, quindi io ho imparato che bisogna veramente stare attenti perché basta poco per ammalarsi, ma basta anche poco per potersi salvare. Perché in quelle situazioni ho visto gente star veramente male, persone che magari da un momento all'altro devono essere intubate e vengono informate da un medico e chiamano a casa per sapere quello che devono fare... <<Mi faccio intubare non mi faccio intubare>>... io mi metto anche un po' nei loro panni, che adesso loro stanno sul letto dopo devono dormire ma sai che comunque domani ti svegli, spero, ma quando magari arriva un medico e ti dice << guarda che la tua situazione non migliora ti dobbiamo intubare>> pensi magari... mi sveglierò? Come? Quindi in quel momento ti passa tutta la tua vita davanti e forse in quel momento li pensi: Se fossi stata attenta, se avessi prestato più attenzione in determinate situazioni. Quindi in quei panni mi sono messa tante volte e fa tenerezza perché ti guardano con gli occhi smarriti e iniziano magari a piangere e non è facile! Neanche per il sanitario che sta lì vicino che vuole aiutarlo in tutti i modi ma non sa come fare. Quindi sicuramente mi ha fatto crescere, non me lo sarei mai aspettato di lavorare in questa situazione così, però sono anche orgogliosa di me stesso perché a novembre quando mi sono laureata, mai avrei pensato che fossi stata questa persona qua, magari mi immaginavo forse diversa, invece mi ha fatto sicuramente maturare tanto e mi ha fatto scoprire una persona diversa quello sì! Quindi ti cambia più che altro

perché lo vivi in prima persona, non è che lo vivi una volta al mese, lo vivi tutti i giorni. Io domani mattina vado a lavorare e ci stai a contatto, non è che è andato via l'altra sera che ho fatto la notte, le persone le ritroverai, anzi troverai persone nuove, alcune persone non le troverai più, perché magari sono andate a casa. però ho impresse sempre queste persone che da un momento all'altro peggiorano e devono essere intubate e chiamano a casa, chiamano la mamma, il fratello, la moglie per dire; che devo fare? Lo faccio non lo faccio? Mi sveglierò non mi sveglierò? Come? Non si augura a nessuno, ma vorrei farlo capire alle persone che stanno fuori e che continuano a fare la vita di sempre. E io non è che da quando c'è il covid per carità non esco più... perché sarebbe veramente... però con le giuste attenzioni e precauzioni. Anche io ho una famiglia sono lontana da loro, anche io ho dei nonni anziani, ma comunque sempre con la mascherina sempre con la distanza. Quindi la vita può andare avanti perché tanti dicono: << Io ho famiglia e allora devo fare la vita di sempre>>. Ho capito, però da un momento all'altro la tua famiglia potrebbe stare dall'altra parte. Tanta gente non lo comprende! Come quando vedo dei ragazzi per strada tutti quanti senza mascherina... poi dopo dall'altra parte? Sì noi siamo infermieri e tutto quanto, però poi il carico di lavoro arriva noi... e ti dicono tu l'hai scelto il tuo lavoro ecc. ecc. però perché dobbiamo far arrivare le situazioni così gravi così brutte. Perché non è che hai 20 anni e allora ti salvi e se hai 70 no, anzi quando sei là è indifferente a tutte le età, ovvio magari c'è chi è più predisposto e chi meno, però secondo me con un po' più di attenzione secondo me vivremmo tutti più tranquilli e sereni.

03SP (20 ANNI ESPERIENZA)

Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

03SP: La mia esperienza di marzo con i pazienti covid viene racchiusa in due aspetti: professionale ed umana. Esprimo quella professionale perché mi mantiene più professionale nel descrivere quello che è stato il mio approccio, nonostante è tanti anni che faccio l'infermiera ed ho lavorato anche in area critica, l'esperienza con il covid è stata nuova, grande e misteriosa. Anche se una sa fare l'infermiera e pensa di farlo nel migliore dei modi, il paziente affetto da covid è stato molto particolare. Arrivavano di notte per la maggior parte, e di notte ci trovavamo spesso pazienti soli, disagiati e con una grande problematica fisiologica con difficoltà respiratorie molto importanti. Professionalmente mi sono trovata disorientata, ma non perché avessi dimenticato come si fa l'infermiera, ma perché personalmente mi sono trovata in un contesto in cui mi sono trovata a dover allestire un ospedale da campo in poco tempo, meno di una settimana abbiamo cercato di mettere su i letti, alberi per le flebo, non avevamo tavolini non avevamo niente e quindi per noi è stato molto difficile perché abbiamo dovuto mangiarci il tempo che ci scorreva sotto i piedi con la grande quantità di pazienti che arrivava avendo poco e niente. È stato molto bello dal punto di vista professionale perché noi come equipe della chirurgia plastica ci siamo presi tutti per mano e abbiamo affrontato questo grande toro che ci stava venendo incontro. Diciamo anche mi sono arricchita da un punto di vista professionale perché pur avendo esperienza di area critica, intubare con tanta velocità e Cpap con tanta frequenza, mi ha fatto scoprire che apprendo i cassetti qualcosa era rimasto ed è stato come andare in bicicletta, una volta che impari a pedalare difficilmente ti scordi. E questo mi ha fatto bene perché ho capito che fare l'infermiera non è solo eseguire ma ho capito che tutto quello che ho imparato nel tempo ed avevo messo nei cassetti è servito. Umanamente è stata una cosa molto forte, perché entrare nelle stanze a pressione negativa dove sapevi che avresti incontrato il nemico ed anche se eri protetta, visto che era la prima esperienza, non sapevi mai se la protezione sarebbe stata efficace. Ogni volta che entravo pregavo il Signore che andasse tutto bene. Entravo salutavo i pazienti, li invitavo ad indossare le mascherine ogni volta che entravi, ma molti di loro erano talmente distrutti fisicamente dalla malattia erano cachettici, febbre altissima, diarrea, e quindi non avevano più forze fisiche da poter neanche mettere la mascherina che noi chiedevamo di indossare ogni volta che entravamo nelle stanze. ***Umanamente è come quando uno va sott'acqua, dici va bene io so nuotare e riesco a starci, ma arriva un momento che devi ritornare su perché l'aria ti è finita e a livello psicologico è stato forte perché non tutte le volte puoi ritornare su e devi rimanere sotto anche se l'aria ti è finita.*** Vorresti uscire subito dalla stanza perché hai paura di infettarti e di infettare anche gli altri a casa, però umanamente ti dispiaceva lasciare quella persona che non ha scelto di ammalarsi di covid. È una persona che è stata travolta dalla situazione e rimanevo perché mi ripetevo "questo lavoro l'ho scelto, per me è il più bello del mondo e continuo a tenere stretta tra le mani questa mano di questo vecchietto che è rimasto solo e non può parlare con nessuno perché magari non ha con sé il telefonino perché magari è arrivato di notte e non lo ha preso. A livello psicologico mi toccava una nota molto forte, perché avendo i genitori distanti e soli mi domandavo cosa avrei sperato che trovassero loro in questa situazione e quindi provavo a stare lì perché pensavo di farlo anche per loro. È stata un'esperienza molto forte che a parole non è facile descrivere. ... ***L'immedesimarsi nell'altro è forse quello che muove maggiormente le corde della nostra anima e ci fa diventare più operativi e accoglienti verso l'altro nonostante tutte le paure e le difficoltà***

03SP: Sì esatto, perché nonostante la paura sia un sentimento forte c'è una forza più grande di te che non ti fa essere sgarbata e frettolosa con il paziente. Io amo il mio lavoro a me piace, mi piace prendermi cura delle persone. Però in questo caso ho provato un sentimento intrecciato tra paura e amore verso quel povero vecchietto o quella persona che soffre così tanto. Molte volte mi sono trovata a scusarmi con i pazienti perché nella realtà in cui mi trovavo almeno all'inizio non avevamo nemmeno i comodini e dovevo lasciare i farmaci in arcella poggiati sul letto del paziente. La cosa più difficile per noi operatori sanitari è stata quella di combattere contro un nemico che non vedevamo, e non sapevi mai come sarebbe stato e da dove sarebbe stato. Se dovessi raccontare la mia esperienza al covid la definirei come trovarsi di fronte ad una perdita costante di un rubinetto di cui non conosci

l'origine. Adesso è un po' diverso perché se penso ai miei colleghi che lavorano adesso al covid avranno sicuramente una consapevolezza diversa, Io se ci penso in 25 anni non mi sono mai trovata in difficoltà come è successo a marzo il dover mettere il copricapo, la prima mascherina, la seconda mascherina, i diversi paia di guanti, quindi c'era tanta tensione perché magari se sbagliavi qualcosa ti infettavi, ma la tensione più alta era quando mi spogliavo, nella mia mente mi ero fatta tanti scacchetti in cui avevo incasellato ogni operazione secondo un ordine e quindi bisognava starci con la testa e rimanere sempre molto concentrati. Grazie e Dio io non mi sono ancora infettata ed ho ricevuto la prima dose di vaccino. Nonostante sia stata per me un'esperienza dura e dolorosa è stata un'esperienza, comunque, bella che mi fa ancora male.

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

03SP: A questa domanda ti rispondo con un po' di dolore, perché noi come reparto di chirurgia plastica siamo stati spostati la notte, cioè nel turno a cavallo tra pomeriggio e notte. Sono stati spostati 8 pazienti in un contesto fatto solo di mura e nient'altro. Quando mi è arrivata la comunicazione che dovevo andare in malattie infettive mi si è gelato il sangue, è come essere lanciato nel vuoto, e subito ho pensato: cosa faccio io domani? Nessuno mi ha insegnato come assistere un paziente affetto da covid, e allora mi sono consultata con delle persone che mi hanno dato molto nella mia storia professionale e mi sono stati dei consigli sia personali che professionali che ho seguito fino all'ultimo giorno che sono stata impiegata ai covid. L'emozione che ho provato la prima volta che sono entrata ai covid è stata strana, ero insieme ad un ragazzo che si chiama Fabrizio e lui aveva una paura matta più della mia, però sono mamma di due figli e sentivo di avere quella stessa paura che ho avuto con il parto dei due miei figli, ma mi sono detta che se c'è l'avevo fatta quella volta, sicuramente ci sarei riuscita anche questa e questa cosa mi stringe un po' al petto e quella prima mattina ho scelto io di entrare nelle stanze e lui rimaneva fuori con il carrello. La prima volta che sono entrata nella stanza c'era una mamma della mia età che lasciava a casa un bimbo di 7 mesi a cui la notte prima era stato intubato il marito che poi la notte era morto, allora la paura è diventata importante perché non sapevo cosa dire e cosa rispondere alle sue domande visto che ero la sua unica finestra verso l'esterno, sono stata con lei il tempo di prenderle i parametri e poi attraverso il calore dei guanti l'ho accarezzata ed è come se avessi risposto alla sua domanda ad una domanda che non mi ha mai fatto. Ho trascorso la giornata in modo strano, finché poi alle 14 non è arrivato il DEA e abbiamo intubato anche lei, e quello è stato uno dei momenti più brutti che ho vissuto. Mi sono sentita fragile e inutile, ricordo che mentre l'anestesista la addormentava per intubarla lei lo pregava di non farlo perché aveva paura di non risvegliarsi più come suo marito e non vedere più il suo bambino. Allora mi è venuta in mente una cosa, le dissi pensa a tuo figlio Emanuele e le ripetevo queste parole come un mantra e non so se ho fatto la cosa giusta ma agli occhi miei ho visto una donna che sentendo il nome del figlio si sarà sentita rinfancata e con la voglia di lottare. Questo è stato un giorno molto triste e molto brutto con sentimenti che un essere umano non dovrebbe provare. Ogni volta che tornavo a casa portavo con me l'essere fragile, la paura, e quindi mi facevo una doccia per togliermi di dosso anche un po' di quella sensazione che mi sapeva quasi di sporco. Questa esperienza mi ha portata a vivere in modo più profondo le fragilità dell'uomo e a capire che non siamo nulla, e spesso quando tornavo a casa mi fermavo a sentire i rumori della natura perché ho capito quanto è importante fare un passo indietro e rispettare la natura, perché l'uomo non è fatto solo di lavoro, risveglio, dormire ma è fatto di paure e sensazioni profonde legate alla fragilità umana. Anche se ero completamente bardata e gli occhi si vedevano a malapena ho cercato di dare qualcosa, attraverso anche il tono della voce che cercavo di rendere rassicurante. Io ti potrei raccontare ancora tante cose ed esperienza ma non basterebbe un'intervista perché le emozioni sono state tante... Certo, questa intervista vuole andare ad analizzare le sensazioni generali, perché poi i vissuti di ognuno di voi sono stati molto profondi e hanno lasciato degli squarci nell'anima che speriamo che il tempo, sicuramente non farà guarire, ma mi auguro diventino un balsamo per l'anima, che ci aiutino a vivere le cose in modo differente con un maggior rispetto verso sé stessi e gli altri. Questa esperienza per tanti di voi è stata migliorativa vi ha fatto scoprire quanto veramente valete come professionisti.

03SP: sicuramente però la paura maggiore appena entravo a lavoro è stata quella di non essere pronta, ma soprattutto di poter essere veicolo di infezione per i miei cari. Io non volevo che a nessuno di loro accadesse quello che io quotidianamente vedevo e vivevo a lavoro.

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

3SP: Ad oggi posso dire che ho arricchito sicuramente la mia parte professionale, ma quella che viene sempre fuori è la parte umana. Possiamo avere le migliori conoscenze infettive ed epidemiologiche ma se non abbiamo la consapevolezza di noi stessi e non ci mettiamo l'amore non andiamo da nessuna parte. Il primo balsamo che guarisce l'anima è l'amore, se il paziente non lo accogli come parte del tuo vissuto non potrai mai aiutare un paziente a guarire un paziente, lo guarirà un farmaco, ma tu per lui non hai fatto nulla di più. Ho imparato con questa esperienza ad amare il dolore, la tristezza e a farmene carico, sono diventata più amorevole verso la parte più fragile dell'essere umano. A me al corso hanno insegnato a rimanere empatico di fronte alla sofferenza di un paziente. Ma io ti confesso che io non ci riesco e questo esame non l'ho ancora superato non l'ho ancora superato, non riesco a rimanere empatico, sbaglio non so! Secondo me hai vinto così, perché tante volte l'empatia può diventare empatico per forza lo riconosci subito, chi è empatico a prescindere, chi di amore si nutre, chi di bei gesti vive... l'empatia se la dimentica.

3SP: Grazie! Ha ragione e ti ringrazio tanto per aver capito così bene quanto volevo dire

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid? Questa la lasciamo così senza risposta perché è tutto già espresso.

03SP: Fare l'infermiere in un posto o in un altro per me non è uguale. Per me fare l'infermiere ogni giorno è vivere un'esperienza nuova meravigliosa e unica, anche se significa passare attraverso il dolore. Ti racconto una cosa, il 18 di marzo ho vissuto una giornata particolare. Avevo parlato con la coordinatrice per dirle che a fine turno sarei

salita in reparto, che ormai era vuoto, per recuperare quanto più materiale possibile che lì sarebbe rimasto inutilizzato, mentre ai covid sarebbe stato una risorsa preziosa. Il tragitto dalle malattie infettive verso il nostro reparto è lungo per i corridoi ho incontrato il prof. Tavi che mi ha riempito di complimenti per il lavoro svolto e mi sono sentita lusingata. Tra caricare la merce e scaricarla in reparto si erano fatte più o meno le 17. Dopo aver fatto la doccia in spogliatoio come di abitudine presa durante la pandemia, ero per i corridoi e tornavo a casa un po' sovra pensiero perché *quel giorno era il compleanno di mio figlio compiva 10 anni e io ancora non ero rientrata e mi sono persa nei miei pensieri perché ho pensato che nel giorno del compleanno di mio figlio, giorno in cui si celebra la vita, io mi sono scontrata nei giorni precedenti e in quel giorno con la morte. In quel momento mi sono sentita guardata dalla morte e accarezzata dalla paura, mentre a casa mia si festeggiava la vita.* Quindi ho capito che nulla è scontato perché c'è qualcosa più grande e più forte di noi che in un attimo può stravolgerci i piani.

.....
4CS (24 anni esperienza)

Quali sono stati/sono i sentimenti e le emozioni che sono affiorati/ affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

04CS: Faccio una premessa: noi sia nel primo periodo che nel secondo periodo siamo stati sganciati dal nostro reparto e accorpati in altri reparti. Quindi per noi c'è stato sia l'allontanamento fisico dal reparto che anche l'allontanamento da colleghi che sono andati a gestire i covid e altri che come me sono rimasti nel reparto. Allora come prima ondata il primo impatto è stato lo spavento e la paura di non essere all'altezza di gestire tutta la situazione, quindi i primi giorni chi unque entrava da quella porta per noi era il terrore sia parenti che pazienti. La prima febbre era un allarme continuo e il primo tampone con sospetto di covid è stato una tragedia. Diciamo che piano piano siamo riusciti a gestirla insieme tutta la paura, certo che i ragazzi più giovani hanno avuto più difficoltà perché hanno avuto meno esperienze di emergenze, mentre le persone un po' più anziane diciamo che sono riusciti a tenere un po' più la calma. Non siamo stati subito d'accordo tutti insieme nella gestione dei parenti, perché la direzione puntava sul non far entrare nessuno, purtroppo la dirigenza medica cercava di trovare stratagemmi per poter fare entrare, anche se pochi ma comunque delle persone. La seconda invece siamo stati categorici, soprattutto in questo periodo che siamo accorpati ad un reparto dove ci sono stati problemi di cluster, adesso proprio non entra più nessuno. La gestione del malato sinceramente per noi è stata più facile così, senza il parente vicino, perché siamo riusciti a dare delle regole diciamo e non c'era più una regola da applicare con i familiari e senza familiari. Posso dirti che i familiari hanno fatto molta resistenza su questo, mentre i pazienti ricoverati no, io non ho visto una grossa difficoltà da parte loro senza il familiare vicino, nel senso che credo che siamo stati abbastanza bravi nel farli sentire amati, coccolati, protetti. Certo per noi il lavoro è aumentato tanto di più, la mobilitazione del malato in urologia in seconda giornata già si mobilita da solo soprattutto con il familiare anche in prima giornata, da soli invece non è stata subito così ma comunque ci siamo adattati. Forse per noi è stato meglio, perché ci siamo alleggeriti del peso dei familiari che a volte si intromettono anche nell'assistenza e fanno anche molto da filtro nell'influenzare il rapporto con il paziente. Adesso invece con la seconda ondata, che comunque ci aspettavamo tutti è subentrata forse un po' la rabbia, perché anche se c'è stata l'estate non ci si è organizzati a sufficienza, perché comunque abbiamo un'altra volta dovuto cambiare reparto, i colleghi si sono decimati perché tanti sono stati nuovamente spostati ai covid e noi non abbiamo i cambi. Quindi per noi sta diventando complicata questa cosa, ormai è passato un anno dall'inizio e ancora non ci siamo perché alla fine non è cambiato nulla, ma dove possibile è peggiorata la situazione. A parte la rabbia per la situazione, nella gestione del paziente che cosa noti di diverso tra la prima e la seconda ondata a livello emozionale tuo? **04CS:** adesso c'è più sicurezza, adesso riusciamo a fare le cose con più certezza senza tante paure perché ormai abbiamo il nostro metodo di lavoro che lo abbiamo uniformato tutti insieme. Prima magari arrivava un familiare, suonava alla porta e magari eravamo sempre indecisi facciamo entrare o non facciamo entrare, adesso è no e basta. E comunque i pazienti io non vedo che soffrono di questa cosa, magari ci sono occasioni in cui vedi al saluto qualche lacrima e ti dispiace, però comunque probabilmente per noi è stato un bene questo.

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

04CS: Nella prima ondata la cosa che ripeteva era "Mamma mia speriamo bene" nel senso cosa ci sarà in reparto e mi infetterò? Quello era il problema. *Io comunque ho sentito tanto il distacco dal reparto nostro fisico, l'abbandonare il reparto quel giorno mi ha ferito dentro.* Lasciare i letti, perché lì dopo ci è andato un reparto covid, lasciare i letti, preparare tutto per chi veniva, avere cura magari di lasciare le spondine perché chi veniva ne avrebbe potuto aver bisogno, preoccuparsi di lasciare un determinato tipo di palo, e chiudere il reparto perché sono stata l'ultima ad uscire prima che arrivassero i nuovi pazienti covid, è stato uno strazio al cuore. *Andare nell'altro reparto con personale nuovo ma comunque una nuova realtà lavorativa vicina e quindi non sapere se quello che facevi tu rispettando le regole lo avrebbero fatto anche loro* e quindi magari sarei stata esposta ad un rischio ancora maggiore di portare a casa il covid. La cosa che pensavo spesso era che se avevamo un paziente in quarantena io dove vado? Dove vado ad abitare? E poi purtroppo è successo che ho preso il covid, e quindi sono stata una settimana intera chiusa in camera, ma non sapevo di avere il covid sapevo solo di avere la febbre, ma poi quando ho scoperto di avere il covid è arrivato il terrore di aver infettato i parenti, i pazienti che avevo gestito fino a 48h prima, i colleghi. Fortunatamente se così si può dire, è andata bene, lo hanno preso solo i familiari miei. Dopo l'inizio della seconda ondata, sapendo di aver avuto il covid mi sento un po' più tranquilla, nel senso che vado a lavorare con più tranquillità e se c'è da fare un tampone sono io la prima a farlo, se c'è magari un paziente

grigio mi offro ad entrare io. Comunque, ora da parte mia la gestisco con più tranquillità, mentre vedo i miei colleghi che ancora non sono tranquilli. Ecco perché dico vacciniamoci, perché non puoi fare una vita sul chi va là, perché veramente ti sfinisce psicologicamente perché vai a casa con la paura di averlo preso e di portarlo con te. Poi, comunque, a casa hai dei figli e ti senti limitata nel rapporto con loro e hai paura anche per loro. Comunque, penso che i figli dei sanitari abbiano pagato un prezzo alto, perché hanno dovuto subire un distacco violento e hanno vissuto con la paura dei genitori e forse vivono ancora.

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

4CS: Partendo dal rapporto con i colleghi, secondo me nella prima ondata ci siamo uniti molto, eravamo rimasti in pochi ma ci siamo uniti tanto. Nella seconda ondata purtroppo noi infermieri siamo rimasti uniti ma la dirigenza purtroppo si è distaccata, e non riesco a capire perché, ma credo che uno si abitui all'emergenza e se l'emergenza dura tanto non è più un'emergenza. e quindi tutto diventa routine che poi non è routine, ma non puoi dire nemmeno che è un'emergenza. Ti faccio un esempio: la prima ondata siccome eravamo veramente a terra con la paura e tutto, mi sono inventata una cosa ho scritto in guardiola un foglio che diceva: "Quando finirà tutto faremo...!" e chi voleva entrava e scriveva varie cose, una grigliata, il bagno al mare etc. finita l'estate e con l'emergenza che pareva essersi un po' calmata abbiamo fatto una cena e chi ha voluto ha fatto il bagno al mare, diciamo che quello che potevamo di ciò che era scritto lo abbiamo fatto. E quello diciamo che ci ha unito, perché quando eravamo in difficoltà ci dicevamo guarda il cartello che quando finisce andiamo a fare questo o quell'altro che è scritto. Adesso invece l'emergenza non ci viene più di chiamarla emergenza, anche se l'emergenza c'è ancora, non abbiamo più avuto voglia di unirci di più perché tutta l'energia che c'era l'abbiamo sprecata nel primo round e adesso siamo un po' distanti o meglio non siamo più uniti come eravamo prima e non ti so dire perché. Mentre per quanto riguarda la prima parte della domanda ti dico che la vita è veramente imprevedibile in tutto, sotto tanti aspetti. Io pensavo di essere un'infermiera abbastanza completa e di riuscire a gestire più o meno tutto, la routine e l'imprevedibilità. I primi mesi mi sono resa conto di non riuscire a gestire bene la mia emotività, anche se cercavo di farmi forza dicendomi che ero una delle più anziane e che se i più giovani mi avessero visto andare in crisi cosa sarebbe successo? È stato veramente difficile, ho pianto tante notti, avevo paura di andare ai covid, mi faceva paura la costrizione di essere bardata, magari di soffrire di attacchi di panico, adesso invece vado a fare i tamponi tutta bardata e non mi succede nulla, mentre prima era la paura di non sapere quello che ci aspetta. Io comunque tendo di essere diventata un'infermiera migliore con più capacità non tecniche ma emotive, perché comunque la tecnica la impari non è un problema, ma la gestione emotiva è importante. Adesso non mi fa paura niente. Questa cosa che è successa è una cosa a cui non ci avevo mai neanche pensato e immaginato, magari puoi aver vissuto realtà simili se lavori in malattie infettive, ma io tutto questo non me lo sarei mai aspettato, se mi avessero raccontato che sarebbe accaduto lo avrei preso per pazzo. Il vestirsi, lo spogliarsi, se mi spoglio male sono guai, tutto era ignoto. Il problema era quello di conoscere e stare sempre in tensione. Adesso invece dopo che ho preso il covid, ho proprio voglia di andare a lavorare ed è quasi come se dicessi non vi preoccupate vi faccio da scudo io. Noi lavoriamo con delle ditte produttrici di stomie che ci portano dei campioni e una volta ci facevano fare anche dei corsi di aggiornamento, ora ovviamente non è più possibile, ma ti posso dire che mi ha aiutato tanto una ditta che ci faceva fare degli incontri con uno psicoterapeuta che ci raccontava e spiegava come fare ad affrontare le paure, come affrontare il ritorno a casa. E ci diceva: quando tu ti spogli e ti togli la divisa il gesto di togliere la divisa e poi lasciare tutto nell'armadietto chiudendo la porta rimane tutto lì, per poi tornare a casa liberi e con una nuova energia. A me questa cosa ha aiutato tanto.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

4CS: Mi ha insegnato che le cose bisogna affrontarle e che quindi era giusto che eravamo in prima linea, è giusto non scappare, è giusta l'unione perché l'essere uniti aiuta. Io adesso mi sento più forte, con meno paure per quanto riguarda il lavoro, però può darsi che alla fine arrivi un'altra cosa che mi risconvolge tutto. Io adesso sono riuscita a trovare un equilibrio in questo caos, però non è facile perché le devi attraversare le situazioni per capire e riuscire a superarle. Però mi sento che è una cosa che sono riuscita a superare. Quando sei in difficoltà devi fare piccoli passi tutti i giorni

05CS (8 anni esperienza)

Quali sono stati e sono perché la pandemia è ancora in corso i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia COVID?

05CS: Allora, la prima emozione che mi viene in mente è la preoccupazione, la paura, l'incertezza. Però allo stesso tempo ho visto in me ma in tanti altri colleghi quasi una rinascita nel senso: c'è questa cosa e facciamo vedere che siamo in grado di darle un calcio e di sconfiggerla. Questa cosa poi è andata scemando purtroppo è andata perdendosi perché da noi specialmente in questo ultimo periodo abbiamo avuto più casi e quindi si sono ammalati dei colleghi e quindi stiamo un poco perdendo quella spinta che avevamo all'inizio però ecco il primo sentimento è la paura, la paura non tanto per noi quanto per casa, perché tanto è sempre lì che ti va il pensiero. Perché sì il paziente si te stesso ma tanto tu sai che comunque sei preparato, comunque lo hai scelto questo lavoro, quindi o vuoi o non vuoi, pro e contro bisogna che lo porti avanti, però chi hai a casa genitori anziani, nonni, i figli... io ho un figlio di otto anni e anche per lui ho un po' paura e quindi si hanno questi sentimenti negativi. E 'brutto dirlo, ma penso che siano anche comuni a tutti... Come sentimenti questi sono abbastanza comuni, ma come sentimenti hanno portato anche del buono: una riscoperta si sono scoperti dei punti di forza che magari uno sapeva di non avere **05CS...** quello sicuramente sì! Quella spinta a voler aiutare, proprio anche tra colleghi nel reparto, ok c'è questo problema te lo risolvo io. Che magari prima non c'era, c'è questo senso più di vicinanza di gruppo. però se

dovessi racchiudere in una parola il grosso delle emozioni provate, cioè se dovessi racchiudere in delle sensazioni quello che ha rappresentato per te il covid all'inizio e quello che rappresenta adesso **05CS:** allora all'inizio era incertezza adesso vista la stanchezza sono un po' negativista, ma sicuramente adesso è la paura. Io adesso ho paura! Cioè mentre prima andavo più sfrontata, cioè testa alta e petto in fuori, io adesso ho paura... paura di? Paura perché si è abbassata la guardia in questo periodo ci sono stati talmente tanti casi positivi nel nostro reparto, che non è un reparto covid, e tu ti chiedi perché nonostante i controlli, nonostante i tamponi, nonostante il divieto dei parenti, comunque è riuscito ad arrivare. È bastato un paziente che poi lo ha portato a noi, ad altri pazienti, a medici... quindi adesso ho veramente paura! Perché poi la gente dice: << Ma tanto adesso c'è il vaccino! >> quindi si sentono a posto, via la mascherina, tutti in giro, non si sta più a casa

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro. Nella prima ondata c'è stata un tipo di emozione, nella seconda ondata può essere mutata. In te che cosa è successo?

05CS: Sicuramente è cambiato dalla prima ondata. Nella prima ondata purtroppo ho avuto in parallelo anche dei gravissimi problemi in casa, quindi in famiglia. Diciamo che per me la prima ondata di covid è stato un surplus di ansia al problema che ho avuto e diciamo che fino a luglio, mia madre è morta a luglio, ho dovuto seguire tutto il percorso di malattia che è stato molto rapido ma molto intenso e quindi diciamo che il covid me lo buttavo da una parte. Cioè in quel momento era l'ultimo dei miei pensieri il covid, nonostante avessi paura, cioè vado da mia madre e le provo ancora più danni portandole il covid, ma nella sua situazione il covid sicuramente sarebbe stato il male minore, però diciamo l'ho vissuto con un po' più di leggerezza mentale se paragonato a quello che succedeva a mamma. Andare al lavoro adesso è non dico tortura, ma una bella ansia, perché ogni giorno c'è uno spostamento di camere perché quello è grigio ed è arrivato dal P.S. ed ha fatto solo il molecolare o il rapido o viceversa e quindi gli dobbiamo fare il tampone noi. Quello è stato a contatto con un positivo quindi dobbiamo fare tutti i tamponi noi... ogni giorno viene fuori sempre qualcosa e tu apri la porta gialla e dici oggi cosa succede? Quindi diciamo che sulla prima ondata non sono estremamente affidabile dal punto di vista delle emozioni, ma sulla seconda posso garantire che è un'ansia andare al lavoro. diciamo che nella prima ondata non hai avuto modo di concentrarti realmente su quella che era l'entità della cosa perché c'era qualcosa di ancora più grande ed estremamente doloroso che ti riguardava da vicino, il covid è stato assorbito da quello che ti circondava **05CS:** Esattamente! Diciamo che molti hanno sofferto lo stare in casa, mentre per me era un sollievo ero felice di stare a casa tranquilla e di riposare perché tanto comunque dovrò uscire e andare al lavoro. Forse però la cosa che è mi è mancata di più è stata quella di non poter essere affettuosa e troppo fisica con mio figlio. Mio figlio un bambino di sette anni tante volte mi ha chiesto un bacio e gli ho detto sì, ma mamma te lo dà in testa! E lui mi chiedeva: perché non me lo dai sulla guancia? E gli rispondeva perché è meglio di no. Nonostante io a lui abbia sempre spiegato tutto ed è sempre attento al lavaggio delle mani perché l'ho sempre tartassato con il lavaggio delle mani. Però anche lui l'ha sentita questa mancanza, dell'affetto della vicinanza dello stare nel lettone insieme, così come l'ho sentita io. Anche se lo sai che lo fai per il suo bene così come per chi ti sta vicino compagno. Padre, madre, nonno, sorella fratello che sia però ti manca e quindi questa cosa ti fa vivere il lavoro in una maniera diversa. Io ho visto anche il mio modo di avvicinarmi nei confronti dei pazienti è diverso. Nel mio reparto la media di età è dagli ottanta in su, frattura del femore e chi ha l'Alzheimer chi ha il Parkinson, chi ha la demenza, io sono sempre stata affettuosa nei loro confronti adesso anche di più, sarà che sono da soli, sarà che non mi posso sfogare con gli altri fuori io con loro mi sento più affettuosa... questa è una cosa che vi accomuna tanto, perché adesso loro non avendo più gli agganci con l'esterno gli manca proprio quel contatto, quel tocco, quel conforto emotivo e anche di vicinanza che una persona potrebbe ricevere in un periodo diverso. **05CS:** sì sì, infatti, io mi rendo conto che anche per i parenti che ci chiamano e magari ti chiamano nel momento sbagliato perché stai facendo la terapia o il giro visite, ieri ad esempio mi ha chiamato la moglie di un signore che sarà stata sicuramente molto anziana e mi ha pregato di poter parlare con il marito sul cordless perché lui non ha il cellulare perché non lo sa usare. A me mi si spezza il cuore, e dopo cosa fai? È grigio e quindi non gli puoi dare il cordless in mano, quindi vestiti, metti il viva voce e faglielo sentire. Però se prima lo facevi, ma se potevo dicevo di no, adesso non riesco a dire di no. Sarò matta ma non riesco veramente a dire di no! No, non significa essere matta, ma questa pandemia per quanto brutta ha tirato fuori da dentro di noi una generosità e bontà di animo in più rispetto a quella che una persona già metteva nella professione adesso è come se ci si senta in dovere morale di fare un gesto in più verso il paziente. Prima tante cose erano scontate, adesso non che non ci sia la fretta e sia diminuito il lavoro, anzi ci si deve vestire e si riesce a dare di più di quello che si dava prima nonostante tutto. **S:** Si è vero si cerca sempre di fare di più, perché comunque li vedi che sono soli senza nessuno e fragili e allora li vuoi un po' proteggere.

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

05CS Noi per lo meno parlo del mio turno, noi abbiamo sempre avuto un ottimo rapporto siamo sempre stati un gruppo molto stretto molto unito, lavoro io e lavori tu, nonostante siamo divisi in settori se ce un campanello che suona io non guardo che settore è. Il mio turno è sempre stato bellissimo, noi andiamo d'accordo ci siamo sempre aiutati e supportati quindi covid o non covid noi abbiamo sempre lavorato in armonia. Certo per carità qualche disguido qualche attimino di incomprensione ci sta, però se dovessi dire... io il mio turno non me lo cambio il mio turno guai a chi me lo tocca ultimamente siamo più stanchi, perché noi siamo con 10 unità in meno in reparto quindi da 36 che eravamo siamo passati a 26 tra infermieri partiti per i reparti covid e malattie per infezioni da covid, io ho un collega via da 2 mesi e ancora oggi è positivo. Quindi siamo stanchi perché i turni cambiano tutti i giorni non hai mai una certezza su cosa farai domani, una volta fai sei ore una volta ne fai sei, adesso ci hanno anche aperto le pronte disponibilità per fare sia la mattina che anche il pomeriggio perché non sanno come coprire i turni. I medici vogliono riaprire perché era stato bloccato tutto visto il focolaio, prima erano 60 poi son diventati 45 ora sono 30 e i primari vogliono riaprire. Il problema è che non ci sono gli infermieri, loro devono operare e

noi li dobbiamo guardare. Quindi tra colleghi c'è rabbia e stanchezza. Perché comunque nel gestire i pazienti devi avere delle attenzioni in più, devi sapere come vestirti e spogliarti, prima ti toglievano il camice senza farci caso adesso è più complicato e ti senti in pericolo.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

05CS: Mi ha cambiato, sono diventata più umana ma comunque più dura, perché sono comunque molto attenta a non portare le emozioni agli altri perché non tutti capiscono e non possono capire. Ho sviluppato una corazza dura dura ed è difficile da passare. Tengo tutto per me, non voglio e non posso caricare mio figlio che è piccolo, il mio compagno o mio padre e gli altri di ansia e non posso farmi vedere da loro in ansia perché li voglio proteggere e li farei stare troppo male. Si è sviluppato in me un senso di iperprotezione e devo essere forte per forza e sopra le mie forze. Però *quando mi chiedono che lavoro fai io non dico faccio l'infermiera, ma rispondo io sono infermiera! Anche se magari mi dicono che è brutto, è pesante, ma chi te lo fa fare... io non sono d'accordo con loro perché amo quello che faccio e gli rispondo che non potrei fare altro se non questo!*

06CS (10 anni esperienza)

Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

06CS: Nella prima ondata i sentimenti erano principalmente di paura. Io avevo paura, *quando entravo dentro e mi avvicinavo al paziente era un rapporto limitato dalla paura che avevo io di infettarmi* con un virus completamente sconosciuto che né noi né il nostro corpo aveva mai visto e conosciuto e di cui non ti sapeva spiegare nemmeno nulla. Diciamo che come primo approccio fino più o meno alla metà di aprile c'è stato questo rapporto limitato da questa paura di contagiarsi. *Anche i contatti con il paziente erano limitati al necessario per poter fornire una buona assistenza, non c'era tempo di potersi fermare ascoltare, capire i bisogni, però più che non c'era tempo perché quello forse ci sarebbe stato, non c'era la sensazione di sicurezza, la serenità quindi si evitava. Mi è capitato una volta, una sola di non rispettare questa regola perché c'era una signora a cui non so perché ma ero particolarmente legata, forse perché nonostante tutte le visiere e tutte le mascherine lei era sempre molto dolce, sorridente e sempre molto carina. Una Mattina questa signora l'ho trovata singhiozzante ed ho scoperto che le era morto il marito di covid, quindi quella volta mi sono seduta sul letto e l'ho abbracciata forte e le mi ha quasi respinta perché aveva paura di contagiarmi, ma in quel frangente la paura del contagio è scemata perché c'era un'altra priorità che era quella di non lasciarla piangere da sola. Forse da quel giorno piano piano è iniziata a maturare in me la consapevolezza che il paziente ha la precedenza su tutto, infatti poi con il tempo mi fermavo a parlare di più con i pazienti ero più attento ad ascoltare i bisogni, magari mi cambiavo più guanti mi disinfettavo più spesso le mani però ci stavo di più.* Da aprile è migliorato ancora fino alla fine della prima ondata. L'inizio della seconda ondata è andato meglio perché più o meno sapevamo a cosa andavamo incontro, quando entravamo nel reparto protetto quindi per il turno che eravamo più dentro sapevamo che avremmo sentito più sete e che se ci fosse scappata la pipì ce la dovevamo tenere già eravamo preparati alle prove fisiche, per quanto riguarda i sentimenti anche perché ci fermiamo da subito a prendere in carico il paziente a 360 gradi ascoltando tutti i suoi bisogni cercando di rendere il ricovero migliore possibile per quanto si tratti sempre di un ricovero ospedaliero. Quindi la differenza tra marzo e oggi sta proprio nell'approccio perché si riescono a gestire meglio le proprie emozioni. Comunque, la preoccupazione di contagiarti ancora c'è perché sia che io sia dentro in area rossa che in area "pulita" la paura c'è comunque perché non è che trovarti in area pulita ti dia garanzie di non contagiarti.

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

06CS: L'emozioni a parte la paura sono state emozioni positive. Primo motivo perché io amo moltissimo la mia professione, quando arriva a pesarmi andare al lavoro vuol dire che sono stanca e quindi ho bisogno di ferie, però tendenzialmente mi piace andare a lavorare non ho avuto quindi pensieri e sentimenti negativi. Da aggiungere anche che, nonostante la paura, nel primo periodo covid quindi la prima ondata, il primo periodo nel reparto covid è stato anche positivo perché comunque avevo una squadra di colleghi che io ci metterei la firma per averla costantemente. Sono stati colleghi straordinari e siamo diventati una squadra nell'arco di pochissimi giorni, siamo diventati una cosa sola un gruppo, è come se avessimo lavorato da sempre insieme. Quindi non andavo a lavorare con l'ansia di non sapere con chi andassi a lavorare, ma andavo dicendomi che bello che comunque ho le spalle coperte da persone che sono straordinarie. Nel periodo estivo quindi senza covid, sono tornata nel reparto mio di origine e con le mie colleghe di sempre con cui mi trovo molto bene è stato naturale, il ritorno invece di nuovo nel reparto covid è stato comunque positivo perché è stata una scelta che avevo fatto io quindi avevo chiesto di ritornarci non appena si è profilata la necessità. Però è stato più duro comunque staccarmi nuovamente dalle mie colleghe dell'ortopedia perché avevano sofferto della mia assenza e io della loro, ci siamo ritrovati per i mesi estivi giusto tre mesi, poi sono riandata via e sapendo che sarei stata assente più a lungo, perché se prima ho fatto 3 mesi questa volta so che avrei fatto un periodo più lungo di almeno sei mesi ed è stato più difficile salutare loro dicendo torno ma non so quando!

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

06CS: Nel rapporto con i colleghi si è rafforzata la necessità di lavorare in squadra. Io sono una persona che fin da subito ho capito che in questa professione il segreto per lavorare bene è lavorare in squadra, un gruppo unico di persone che insieme vanno a lavorare e fanno un'assistenza infermieristica di qualità tutti insieme, dove magari

non arrivo io perché magari ho un problema, arriva il collega, questo perché non bisogna lavorare per settori e soprattutto per sé stessi. È giusto iniziare con uno schema che però non deve essere rigido ma labile in base alle esigenze che possono avere gli altri colleghi. Lavorare nel reparto covid mi ha fortificato proprio in questo aspetto, nella collaborazione con gli altri ed ha rafforzato anche il prendersi cura a 360° che non è solo il prendere i parametri ma magari chiedendo al paziente se ha dormito bene, se ha mangiato la sera etc.... quindi ritagliarsi del tempo per un'attenzione in più. Da questa esperienza mi sento molto rafforzata non peggiorata proprio. Quando c'è stata la seconda ondata io ho avuto una reazione strana, mi sono chiusa a riccio e sono andata a parlare con la mia coordinatrice perché le ho detto che ai covid non ci sarei più voluta andare, poi dopo ci ho ripensato e non sono riuscita a spiegarmi il perché avessi detto di no e allora le ho detto non è vero che non ci volevo andare e che non so neanche perché avevo reagito così. La coordinatrice dopo un primo momento di smarrimento dettato dalle mie reazioni opposte ha sciolto le riserve dopo che le ho spiegato che ci volevo ritornare perché mi ero trovata molto bene e che questa esperienza mi aveva migliorata e continua ancora oggi a migliorarmi perché ogni giorno apprendo qualcosa di nuovo. Per dire i medici non sono mai tutti i giorni gli stessi una volta c'è il nefrologo, una volta c'è il gastroenterologo, l'urologo quindi ogni volta apprendo sempre qualcosa in più perché magari ti trovi a fare qualcosa che in ortopedia non hai fatto o sentito nominare.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

06CS: Due insegnamenti mi ha lasciato, uno è che una cosa fondamentale senza della quale non potrei praticamente vivere è la mia famiglia. La mia famiglia è al primo posto in assoluto su tutto e vince su tutto, una volta che c'è salute e benessere all'interno della famiglia tutto il resto non conta più. L'altra cosa che mi ha insegnato, che io lo ripeto tipo mantra è non rimandare! Ogni volta che uno dice: quando ho più tempo facciamo una cena, quando ho più tempo esco, ci vediamo, non sai mai se quel tempo in più lo avrai e quindi poi ti perdi il momento, se pensi che lo puoi fare adesso lo devi fare e non aspettare il momento che magari ti sembra giusto. Pochi amici ma buoni, occorre selezionarle le persone perché non serve avere 800 persone vicine e poi non avere un amico vero.

07CS (8 anni esperienza)

A: Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

7CS: Nella fase prima del reparto covid perché quando mi è stato comunicato che sarei dovuta andare nel reparto covid, dalla comunicazione sono passati circa due giorni e sono stati due giorni di ansia completa, più che altro perché non si sapeva a cosa ognuno di noi andasse incontro: a che paziente andavamo incontro a che tipo di lavoro a che tipo di reparto, anche il tipo di pericolo fondamentalmente. ***Poi superata questa fase di ansia e rotto il ghiaccio con la vestizione e con il reparto, c'è stato lo scontro emotivo con il paziente.*** E le emozioni erano: sicuramente compassione, compassione perché nel mio covid c'erano più che altro pazienti oncologici quindi infettati e con problemi importanti legati alla patologia di base. C'erano pazienti che dovevano per forza fare terapia dialitica e quindi ogni giorno avevano nella stanza la macchina per la dialisi e in più il problema covid. E in più c'erano pazienti anziani con malattie croniche di base: demenze, disorientamento e quindi diciamo queste erano le tre grandi categorie di pazienti. La percentuale di pazienti con pochissimi sintomi nel primo mese era bassissima. Quindi sicuramente compassione perché già di base partivano male e in più oltre ai loro problemi di salute importanti avevano questa complicazione in più, poi un altro fattore importante e che erano pazienti che sul viso avevano segni di una terapia intensiva e quindi da una parte erano sollevati perché venivano da un'esperienza molto più importante anche dal punto di vista emotivo, perché diciamo che se da un lato si erano resi conto che l'avevano scampata, dall'altro erano stanchi fisicamente e psicologicamente, erano stanchi di fare tamponi ogni pochi giorni, non vedevano i benefici delle cure, erano stanchi di stare segregati, non sapevano come passare il tempo. Vedere comunque l'avvilimento nei loro discorsi e nei loro visi era un po' avvilito anche per noi, cioè nel senso era molto avvilito, nel senso più che altro ci dava il senso di impotenza perché ogni tampone che facevamo, io mi ricordo che più di una persona mi ha detto: se è negativo torna subito, se vedo che non torni significa che ancora non è negativo! Comunque sia erano frasi che dimostravano già lo sconforto che avevano. Poi sicuramente nelle emozioni si passava dall'adrenalina, dalla voglia di collaborare, di fare del bene di sostenersi a vicenda, anche con i colleghi che magari erano più fragili anche con i ragazzi neoassunti, a momenti di panico. Ad esempio, a me son capitate due situazioni di due urgenze fatte proprio per colleghi, cioè un malessere di una collega che è stata trascinata fuori svestita per un malessere che ha avuto e quindi ci sono stati sia momenti di adrenalina positiva di euforia e di entusiasmo, sia che di panico e paura. Poi piano piano diciamo che ci siamo un po' abituati a gestire al meglio un po' queste emozioni queste situazioni e più che altro io sono stata fino al 17 di maggio e più che altro il mese di maggio è stato quello più emotivamente più tranquillo, perché comunque sia vedevamo che iniziavamo a chiudere le stanze, iniziavamo a preparare i cartelloni per i pazienti che uscivano, gli spiegavamo come dovevano fare a casa... quindi è stato il periodo più leggero ecco! ... Non so se sono stata troppo lunga magari... **A:** *assolutamente no, non è un'intervista serrata, non è un interrogatorio è una chiacchierata in cui è giusto che tu esponga tutto ciò che ti ha emozionato in positivo e in negativo. Comunque questa è un'esperienza che ha lasciato un segno, in alcuni ha lasciato un segno assolutamente negativo quindi non reazione, in altri invece ha lasciato altre emozioni. Infatti, quello che si vuole andare ad esplorare è proprio questo, l'aspetto emozionale legato a questa esperienza che non può non passare attraverso i racconti di quello che si è vissuto.*

Quindi diciamo questo è quello che ha legato la parte strettamente legata al covid alla gestione del paziente covid. Dopo come è andata? E adesso quali sono le emozioni che affiorano quando pensi a questo periodo. ... 7CS: Adesso come adesso se penso al periodo che ho vissuto durante l'emergenza diciamo che la paura è passata. Non la vivo più come un'esperienza di paura, ma come un'esperienza formativa, quindi se penso all'esperienza covid è come un bagaglio che ho che mi è servito e che mi servirà per il futuro, non la vivo più con ansia e con paura, sì le preoccupazioni a livello lavorativo anche nel reparto dove lavoro le affronto con una coscienza diversa. Diciamo che con l'ondata di ottobre mi era un po' ripresa l'angoscia di marzo, però la fase della paura l'ho sorpassata, tanto che mi sono anche cioè mi era venuto in mente di candidarmi per i reparti covid e per il covid hospital di Civitanova Marche, poi comunque per gestioni aziendali e per mandare avanti l'attività lavorativa del reparto dove sto non era compatibile questa cosa. Comunque sia nell'ondata di ottobre lo stesso mi si è mosso un po' l'ingranaggio ed ho detto: ecco qui c'è bisogno un'altra volta meglio che vadano persone che già l'hanno fatta questa esperienza. Però in questo caso la fase della paura dell'ansia non c'è stata, anzi mi sentivo in dovere e come se toccasse a me e se avessi potuto qualcos'altro lo avrei fatto volentieri ecco. Adesso come adesso la fase della paura è passata, sicuramente una coscienza diversa anche da un punto di vista professionale, anzi soprattutto dal punto di vista professionale, umano sicuramente.

A questa seconda domanda diciamo che tu hai risposto già in parte con la prima, ma io ti faccio lo stesso perché magari non è venuto fuori qualcosa che magari tu volevi far venire fuori come tua sensazione. Quale è stata la maggiore e/o emozione che hai provato e provi non appena entrata a lavoro?

07CS: Nel periodo del covid di marzo diciamo che era: "speriamo che riesco a controllarmi", nel senso: speriamo che riesco a stare bene e a rimanere lucida e a controllare gli effetti su di me, perché se non riesco a controllare me stessa è difficile che riesco a gestire 4 o 6 o 8 ore per gli altri. ***Diciamo che questa è stata un'esperienza importante per conoscere l'autocontrollo***, cioè capire i propri limiti e saperli gestire. Me ne rendo conto oggi di quanto sia stata importante. Ce lo ripetevamo spesso tra colleghi, ogni tanto ci prendeva soprattutto nelle prime settimane il momento di panico per i dispositivi che indossavamo: per la mancanza di respiro, per il caldo, per il prurito, per l'aver strati su strati sulle mani e ce lo dicevamo a vicenda di pensare ad altro e di mettersi a fare altro, tenere la testa occupata con altro, tipo sistemare, ordinare, andare dai pazienti, nel momento in cui il cervello si incastrava sui fastidi gestire questa cosa non è stato semplice e spesso ci aiutavamo a vicenda. In una delle due situazioni di emergenza che è capitata sicuramente una di queste due situazioni è stata scaturita da una crisi di panico o comunque sia da un malessere che poi è sfociato in un malessere clinico importante. Quindi diciamo che ***uno dei benefici personali del covid è stato proprio questo: rendersi conto dei propri limiti e saperli gestire fra sé e sé.*** Oggi appena entro in reparto in ospedale penso: speriamo che oggi vada tutto bene, e che riesco... anzi io penso sempre: speriamo che non faccio errori e che riesco a tenere tutto sotto controllo quello che succede. La paura è quella di sbagliare! Se io penso alle paure che ho di quando vado al lavoro è la paura di fare errori, dovuti alla fretta, alla confusione, ad avere paura di non fare in tempo, scordarsi le cose... Se uno mi dicesse se vuoi la bacchetta magica e mi chiedesse che cosa vuoi migliorare, questa sicuramente sarebbe la prima cosa, cioè poter lavorare in tranquillità e iniziare il turno sapendo che comunque avrò la lucidità, il clima, l'ambiente e il tempo e non stare sempre con l'ansia di dover fare veloce, di non riuscire a seguire tutti.

La tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid come è cambiata? E il rapporto con i colleghi è cambiato? Migliorato, peggiorato?

07Cs: ***Per quanto riguarda il rapporto con i colleghi sicuramente l'esperienza covid è stata una prova lampante del fatto che ognuno di noi lavora in gruppo, e il gruppo deve funzionare perché da soli non si fa niente e lo spirito di squadra è più che mai fondamentale.*** Noi siamo stati presi da vari dipartimenti, mischiati, quindi le certezze non c'erano. Quindi sicuramente è una cosa ho imparato tantissimo e sto cercando anche di portarla un po' in ortopedia. Nel senso, anche se sono 3 anni che lavoro lì e sono persone che conosco da 3 anni, cercare sempre di formare squadra, cercare di confrontarsi dal problema più piccolo al problema più grande di gestione, cercare di fare squadra e non fare lavoro individuale confinato alle 8 ore. Poi spesso è difficile perché magari trovi di fronte persone che la pensano come te e quindi ci credono e invece a volte ti scontri con persone che non sono predisposte e credo che comunque sia un po' per tutte le professioni così, però comunque il nostro fine non deve essere solo lo stipendio a fine mese, ma il nostro fine lo sappiamo tutti benissimo quale è, e quindi se riusciamo a remare tutti è meglio, perché se su una squadra remano solo poche persone magari l'obiettivo si raggiunge, ma con più difficoltà. Per quanto riguarda l'altra parte della domanda, io lavoro in un reparto abbastanza impegnativo sia da un punto di vista fisico che psicologico. Quando entrano i pazienti, soprattutto i politraumi dico sempre: allora io te lo dico prima, questo è un reparto impegnativo sia da un punto di vista fisico che psicologico, quindi metti tutte le riserve che hai fisiche e psicologiche perché tornerai a fare la vita che facevi prima ma ci devi mettere tanta pazienza e tanta forza, soprattutto i politraumi. Ecco forse adesso il parlare di più mi pesa di meno, non mi pesava neanche prima, ma forse adesso mi rendo conto che comunque sia i benefici del parlare si vedono, le persone affrontano le cose in maniera diversa. Parlare, spiegare, anticipare le cose, anticipare quello che accadrà è importante, perché significa che comunque sia la persona è considerata, è presa in carico e ti dà fiducia. Perché se una persona ti dà fiducia sai già che sei a metà del lavoro fatto, se invece non ti dà fiducia qualsiasi cosa, qualsiasi procedura, qualsiasi problema si presenterà sempre come un ostacolo anche se piccolo, ma ci sarà. Invece, magari stabilire già un accorso tra le righe non dico che avvantaggia ma di sicuro non complica la relazione. Quindi diciamo che oggi ho un approccio un po' più concreto, magari spendendo un po' più di tempo rispetto a prima sto cercando di farlo e di applicarlo. Con i pazienti durante i ricoveri covid parlavamo molto, ovvio con le persone che riuscivano e nei mesi di fine aprile e maggio, comunque nei periodi più leggeri, Comunque abbiamo conosciuto le famiglie dei pazienti, il lavoro che facevano, quindi comunque c'è stato questo rapporto umano, diciamo che

noi eravamo molto limitati, perché un conto è spiegare tutto il percorso chirurgico e assistenziale ad un politrauma che ormai il percorso si conosce e comunque tu delle certezze le hai e comunque sia è più semplice spiegarlo e invece in quell'occasione non ne avevamo noi di certezze e quindi non potevamo trasmettere o spiegare e ci limitavamo a quello che ci riferivano i medici o a raccontare la programmazione di quello che c'era in reparto o comunque per ognuno di loro. Comunque per quel poco che potevamo lo facevamo molto Poi anche il cambio del turno fra colleghi comunque sia si parlava molto dei pazienti, oltre alle notizie cliniche ci confrontavamo molto sui cambiamenti che avevano, comunque sia sull'evoluzione soprattutto nel primo periodo tutti eravamo abbastanza sorpresi dal fatto che le condizioni cliniche peggioravano, ma non solo respiratorie, ma pazienti che magari erano orientati e autosufficienti nell'arco di mattina o pomeriggio oppure riposo e rientravvi al mattino lo vedevi completamente diverso, quindi questa cosa un po' ci destabilizzava.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid ?

07C: Se dovessi pensare ad una parola penserei a responsabilità, che è molto generica ma secondo me è la base di tutte le sfaccettature dell'emergenza, umana, professionale, familiare. Quindi l'emergenza ha un po' sottolineato il senso di responsabilità. Se la dovessi mettere sulla bilancia se definirla come un'accezione positiva o negativa la metterei sulla parte positiva. Non vista negativamente ma come un valore, sia da un punto di vista umano che professionale. Quindi come una cosa da cui non si può prescindere.

08CS (5 anni esperienza)

Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid.

08CS: Inizialmente la paura di quello che avrei trovato, perché entrare lì dentro sembrava veramente uno scenario di guerra. Quindi la paura di come mi sarei trovata con i dispositivi addosso, del tipo di paziente che c'era perché non avevo idea di quanto fosse grave. Poi diciamo quando entri dentro sei bardata, la pressione negativa che ti accompagna per tutto il turno e fa un boato continuo. L'ambiente di lavoro erano i nostri reparti, erano i nostri corridoi ma non li riconoscevi, sembrava veramente uno scenario di guerra perché erano stati tolti tutti gli arredi le suppellettili, lasciato tutto molto essenziale. Non si trovava materiale, non sapevi dove era perché comunque lo hanno messo lì dentro velocemente e non erano riusciti ad allestire il reparto anche perché non si sapeva come fare. All'inizio tu entri lì dentro e sei da solo e quindi ti devi trovare quello di cui hai bisogno dalla a alla z, devi rispondere al paziente. Mancavano a volte anche i flussimetri dell'ossigeno, i pazienti alcuni delle volte erano messi peggio, io non sono stata messa subito nei semi intensiva, erano più stabili, però comunque non riuscivi tanto farti capire per via dei presidi, ma anche loro c'era qualcuno più debole che non riusciva a parlare forte. La prima settimana la paura di contagiarmi è stata veramente forte soprattutto nei momenti di vestizione e svestizione.

Nella prima settimana quando mi svestivo avvertivo proprio che mi saltava la frequenza dalla paura, e non sto esagerando, mi sentivo di avere una bomba in mano che se non la tenevo bene e mi cadeva esplodevo! Poi mi sono tranquillizzata ma la prima settimana è stata veramente così, è stato veramente difficile perché i pazienti erano poco autonomi, avevano carenza di ossigeno erano disorientati e non era facile gestirli perché non sapevi veramente come fare. ***È stato veramente uno sbattimento da una settimana all'altra, perché da una routine a cui ero abituata in reparto, cambiare e andare lì per forza perché ti veniva fatto ordine di servizio è stata veramente dura. Poi c'era la paura perché tu andando lì non sapevi veramente chi fossero gli altri, perché sai incontri persone con cui ti trovi e persone con cui ti puoi anche non trovare.*** Invece da questo punto di vista sono rimasta contentissima perché mi sono trovata bene sia con il mio gruppo che poi qualche volta a causa delle necessità e dei cambi turno c'erano altre persone ancora che non conoscevo e mi sono trovata bene con tutti veramente. Questa è stata una cosa positiva di quel periodo di pandemia, anzi mi ha incoraggiato perché dopo che stai un reparto per 7/8 anni ti abitui e hai paura a cambiare, invece lì ho visto che ce la posso fare! Quando è arrivato il momento di dover tornare in reparto ti giuro non ci volevo tornare, mi sono sentita disorientata lì nel posto dove stavo bene prima. Avevo quasi il rifiuto di tornare in ortopedia per la paura di non trovarmi bene con i colleghi. Perché avevo paura di non riuscire ad essere la Claudia di prima, ma non perché loro mi stessero antipatici, ma mi sono anche scusata perché ci ho impiegato una settimana dieci giorni per riprenderemo. Anche il lavoro con il paziente ortopedico all'inizio mi pesava, non lo sopportavo più perché facevo il confronto il paziente covid con tutte le problematiche serie che aveva era molto più educato gentile e rispettoso, l'ortopedico è un paziente veramente maleducato che si pone in modo sgarbato e pretenzioso, anche perché il paziente ortopedico non è in pericolo di vita, come magari lo è uno covid che è "appeso ad un filo", e questa cosa non posso nascondere, mi dava i nervi e non riuscivo a sopportarlo certe volte, ci ho impiegato più di una settimana a riabituarmi. Fortunatamente dopo ci hanno una settimana di ferie che ci è servita per rientrare in carreggiata. Adesso va meglio, perché l'estate ci ha dato una parvenza di normalità quasi, e comunque mi è servita perché anche nella vita privata le cose che avevi lasciato in sospesa sono riuscite a riprenderle, quindi anche questo ha aiutato molto. Adesso non mi hanno richiamato per andare in covid, e ti dico che ad inizio novembre quando si stavano organizzando per riaprire i covid il pensiero di tornarci mi va e non mi va perché comunque ti devi riadattare un'altra volta e non è facile, adesso come adesso spero di restare in ortopedia e spero che questa terza ondata che tutti aspettano non ci sia. Dal punto di vista emotivo è molto forte e pesante.

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

08CS: Quando penso al primo periodo sicuramente la paura, adesso da un mesetto a questa parte sarà sicuramente la stanchezza accumulata mi capita di pensare "mannaggia devo andare al lavoro!", mi pesa andare al lavoro,

mentre ero ai covid questo non c'era anche se c'era la paura andavo, andavo volentieri, perché ero mossa da una forza più grande e la paura era per quello che non si conosceva del virus. Adesso invece sento la pesantezza. **A:** *Ma pensi che questa pesantezza sia dovuta ad una stanchezza che hai maturato vista l'esperienza che hai fatto, quindi una stanchezza emotiva che ti trascini dietro, oppure perché non ti riconosci più nel ruolo e nel luogo di lavoro?* **08CS:** guarda io penso che sia una stanchezza dovuta a come viene considerata la figura dell'infermiere, perché ci ho pensato in questi giorni, ci ho riflettuto perché a me non piace stare così perché a me il mio lavoro mi è piaciuto sempre tanto e quindi ci sto male a stare così, però non mi piace la mancanza di riconoscimento della figura dell'infermiere. Già da prima della pandemia, poi durante la pandemia la presa in giro della definizione eroi, adesso peggio di prima considerati untori e magari dicono adesso fatevela finita di fare gli eroi, quindi questa cosa mi demotiva e mi fa soffrire. Perché nonostante tutto l'impegno, tutta la fatica e tutti i sacrifici vengo presa a stracci in faccia e mi ha scocciato.

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

08CS: Per quanto riguarda il rapporto con i colleghi, con molti colleghi mi sono trovata spostata in covid insieme a loro e il rapporto è cresciuto ancora di più, mentre con i colleghi che sono rimasti in reparto il rapporto non è cambiato e di questo sono contenta. Il senso di unione e di squadra comunque è rimasto e con alcuni con cui ho condiviso l'esperienza è cresciuto in più. E comunque anche con i colleghi che non erano con noi durante quel periodo ci siamo sempre sentiti e quindi da parte loro non è mai mancato il sostegno. Per quanto riguarda la prima parte della domanda che riguarda la vita lavorativa il covid mi ha dato una botta di fiducia, nel senso che mi sono sentita molto capace, anche grazie alle esperienze che avevo avuto da altri reparti, quindi mi dicevo che ce la poteva semplicemente fare, questo mi ha aiutato a capire che mi posso mettere in gioco anche per il futuro e che c'è la posso fare. Quindi mi ha dato un nuovo slancio professionale, infatti adesso se decidessi di cambiare reparto non avrei più paura perché ho visto che ce la posso fare e non mi manca niente per farcela. ... *è come se tu avessi vissuto una sorta di torpore, perché la routine ci porta a questo a adattarsi in modo in modo statico alla situazione, invece il covid ha spezzato la routine* **08CS:** Esatto! Il covid mi ha insegnato che non c'è la paura di cambiare, imparare a confrontarsi con nuove realtà, qualsiasi siano le difficoltà ti devi buttare perché tanto ce la fai.

Con quanto hai detto prima, hai già risposto alla domanda che ti dovrei fare adesso: quale insegnamento ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid. Però se dovessi pensare al di là dell'aspetto professionale una lezione personale che ti ha lasciato quale è?

8CS: *Sicuramente mi ha insegnato ad avere meno pregiudizi nei confronti di chi ho di fronte, perché nonostante le lamentele che uno può fare se lo fa è perché uno sta male e quindi non devo giudicare mai: Non devo mai dare un giudizio agli altri. Perché non si sa mai chi si ha davanti e quindi se si lamenta è perché ha un malessere e quindi non devo giudicare e questa è una cosa che non mi porto solo a lavoro ma anche all'esterno con chi incontro nella vita. Devo ascoltare di più l'altro, chiunque io abbia di fronte.*

09DE (3 anni esperienza)

Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

09DE: Fare una distinzione tra prima e seconda ondata mi pare una cosa giusta, già quando mi hai fatto la domanda mi sono venuti i brividi. **La prima ondata è stata veramente travolgente, ogni giorno è stata una sfida perché non sapevi mai cosa ti saresti trovata ad affrontare perché il lavoro è stato completamente stravolto, tutto quello che per noi era prima del COVID non esisteva più.** Io ricordo che all'inizio quando sentivamo parlare dell'epidemia scoppiata in Cina ci veniva quasi da ridere perché trovavamo tutto surreale e dicevamo che erano matti nell'essersi affrettati a costruire l'ospedale in dieci giorni. Poi sono arrivate le prime raccomandazione dal ministero che ci dicevano che se arrivavano persone con tosse, raffreddore provenienti da zone come della Cina di isolarli all'interno di un box. All'inizio ci veniva detto questo. Ricordo il primo caso in assoluto di una ragazza che aveva fatto scalo a Wuhan ... ricordo uno dei primi casi considerabili come "sospetto Covid", una ragazza che durante un viaggio all'estero aveva fatto scalo a Wuhan... ed era venuta in PS con 32.7 di febbre e noi quasi canzonando la cosa l'abbiamo isolata nel box, poi gli abbiamo fatto gli esami era tutto negativo ed è stata rimandata a casa ed è finito tutto così. Poi invece una notte è arrivato un signore con dispnea che era stato trattato in sala emergenze, poi spostato all'interno di un box perché è sorto il dubbio che magari potesse trattarsi di covid. Ricordo che la mattina io ero in turno questo paziente era isolato, gli è stato fatto il tampone e poi è uscito positivo dopo forse un giorno, perché i tamponi venivano mandati allo Spallanzani. Così è partita la prima quarantena di tutti i colleghi che avevano fatto la notte ed erano entrati in contatto con questo paziente e loro non avevano nemmeno la mascherina chirurgica, e da lì le risate sono finite! Da lì ci è piombato tutto addosso, il pronto soccorso si è trasformato tutto completamente, il reparto è stato stravolto tutta l'unità operativa è stata trasformata e avevamo dedicato una area al covid e i primi giorni dopo questo caso nessuno veniva messo in questa area perché nessuno veniva con febbre e sintomi sospetti e chi di noi era assegnato a quella postazione in quei giorni lì paradossalmente si girava i pollici. Poi però quando sono iniziati ad arrivare non hanno più finito. Ricordo un giorno erano due, quello seguente otto e il giorno dopo ancora non si contavano più. È stata una crescita esponenziale che ci ha investito completamente e non sapevamo come comportarci, non eravamo abili nella procedura di vestizione/svestizione, nell'esecuzione dei tamponi naso-faringei, non c'era ancora un vero e proprio protocollo sulla gestione del pz con Covid, in prima battuta non sapevamo bene nemmeno che esami ematici richiedeva al laboratorio analisi. Sì, certo un 'emogas, perché sai che se c'è insufficienza respiratoria la prima cosa che ti aiuta

a capire è quella, ma poi nell'impostare un iniziale terapia anche i medici non sapevano bene cosa fare, certamente ossigeno ma poi?! Dopodiché sono state emanate le prime linee guida di indirizzo ministeriali per impostare la terapia farmacologica ai pz Covid + e insieme al Prof. Salvi si è creato un protocollo di assistenza ai pazienti covid, quindi quando arriva in prima battuta parametri, emogas e poi una batteria di esami in base alle condizioni del paziente, se indicato Rx torace ed eventuale TC..almeno così sapevamo cosa fare. La gente però arrivava di continuo, tutte le barelle erano piene e ad un certo punto l'area Covid era veramente satura, i pazienti li mettevamo seduti sulle sedie perché questa area che avevamo dedicato non bastava più e quindi li tenevamo seduti, ma alcuni erano pazienti assolutamente meritevoli di stare sdraiati, magari succedeva che ne arrivava uno più brutto e magari alzavi quello che tra tutti ti sembrava il meno peggio. Pazienti che svenivano sulle sedie... abbiamo visto cose inimmaginabili. Abbiamo aperto un'altra Area Covid all'interno della tenda posta nel parcheggio del PS, ma nemmeno il tempo di aprirla, ed era già piena. Però la prima ondata è stata questo, e le emozioni se le vogliamo riassumere sicuramente c'è il caos più assoluto, paura perché noi non sapevamo cosa fosse questo virus ed eravamo totalmente impreparati e ogni giorno ci siamo adattati a nuove sfide. Quindi se da un lato c'è stata forte la sensazione di paura, dall'altra c'è stata tanta solidarietà tra noi colleghi e da parte della popolazione. Penso che quello che ci ha permesso di uscire dalla prima ondata sia stata l'unione tra noi. Io ricordo il terrore nel volto dei miei colleghi soprattutto le mamme che avevano dei figli a casa che da parte mia forse era mitigato dal fatto che i miei li avevo mandati a stare altrove e io ero a casa con mio fratello comunque un ragazzo giovane. Però ti ripeto quello che ci ha aiutato ad uscire in modo vincente è stata l'unione tra noi, cercavamo sempre di sdrammatizzare, di sostenerci l'uno con l'altro, perché comunque ci sono stati momenti forti. Alle volte però io mi sono sentita impotente, perché vedevi delle situazioni in cui non sapevi come fare per aiutare tutti, non riuscivi davvero. Noi avevamo questa area in cui dovevi fare quattro ore, però il problema del pronto soccorso e che oltre al covid, la gente arrivava anche per altro. Devo dire la verità durante la prima ondata veniva chi stava veramente male, quindi il grosso del lavoro era l'area covid in cui c'erano 2 infermieri che per 4 ore facevano covid, poi per le altre quattro facevano il percorso pulito quindi l'attività ordinaria di pronto soccorso, però anche per chi era fuori il lavoro era condizionato perché avevi il dubbio che anche chi era fuori potesse essere infetto ma asintomatico e magari aveva omesso di aver avuto la febbre. All'inizio eravamo due infermieri in area covid, più uno in tenda con due o tre medici, ma all'inizio eravamo travolti da situazioni incredibili vedevi che c'erano alcuni casi che da subito parevano disperati. La seconda ondata è diversa anche se vedi ancora pazienti veramente brutti, ma diciamo che siamo organizzati, anche se questa estate abbiamo perso tempo dietro non so che cosa quando invece potevamo investire risorse per una migliore organizzazione. Adesso siamo più organizzati come spazi e non appena un paziente arriva sappiamo cosa fare e qual è l'iter che questi pazienti dovranno seguire. Sappiamo che si procede per step magari prima una venti mask, poi una niv, una Cpap ed eventualmente si passa all'intubazione, ma ormai riesci a capire quale è l'andamento della cosa e capisci quando è il caso di attivare il rianimatore, siamo forse più consci della situazione e del suo iter, il problema di adesso è che siamo stanchi. L'emozione che adesso sicuramente proviamo è la stanchezza, non ce la facciamo più! Un po' psicologicamente perché è un anno e non ne possiamo più, io ogni volta che devo entrare in area covid, che so magari di avere il turno dalle 10 alle 14, quando sono le 9.30 inizio a sbuffare perché ti devi vestire e adesso quando entri sai che sarai da solo, perché adesso in area covid entra un solo infermiere a turno, quindi tu sei quattro ore lì dentro da solo, fermo restando che se la situazione è particolarmente movimentata è previsto che entri un altro collega in supporto. Generalmente i pazienti che vengono adesso sono stabili quindi codici verdi e li puoi gestire con calma, poi però capita che arrivi il rosso come è successo a me l'altra mattina, che sono sfortunata in area covid, sono entrata che avevo un paziente e poi me ne sono arrivati 6, cinque verdi che ti gestisci con calma, ma poi arriva il rosso che non è mai bello, ovvio se hai bisogno è previsto che entri il collega a darti una mano, però anche noi ormai sappiamo che magari se gestiamo bene la cosa evitiamo di far vestire il collega. A me personalmente lo stare lì quattro ore da sola mi pesa, anche perché se prima ricevevamo la solidarietà della gente comune adesso anche loro sono stanchi e ti aggrediscono se le inviti a rispettare le regole che ormai sappiamo tutti (tenere la mascherina, mantenere la distanza).

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

09DE: Nella prima fase io era da poco che lavoravo al pronto soccorso e di emergenza non avevo chissà quale conoscenza e competenza, oggi dopo un anno ho imparato tante cose. All'inizio in area covid affiancavano un collega "anziano" con uno giovane e quello giovane ero io, però i pazienti all'inizio erano talmente tanti che sapevi che l'anziano c'era ma non lo vedevi perché lavorava come e più di te. **All'inizio come entravo a lavoro mi ricordo che la mia paura più grossa era quella di dover gestire una brutta emergenza a fianco di un rianimatore, perché magari se era necessario intubare, mettere un centrale o incannulare un'arteria e mi sentivo di non avere troppa dimestichezza e quindi avevo paura di trovarmi impreparata nell'assistere il rianimatore ed il pz stesso. Io avevo questa paura e la manifestavo con i colleghi, perché comunque per me erano procedure nuove, di solito in pronto soccorso l'inserimento è per step. Quindi mentre eravamo in turno ma fuori dall'area covid i colleghi mi martellavano la testa con nozioni, procedure e simulazioni e grazie a questo la paura è andata scemando.** In seconda ondata questa cosa l'ho un po' superata perché so più o meno anche come gestire le cose seppur ancora ho tanto da imparare. A: Se invece delle paure dovessi raccontarti di un'emozione? I: ... non lo so! Adesso il resto del pronto soccorso è entusiasmante, l'area covid non mi dà emozioni è solo un peso, non ne vorrei più sentir parlare ma questo non solo per me ma per tutti.

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

09DE: Il rapporto con i colleghi secondo me è migliorato tantissimo, io con il mio turno mi trovo benissimo e ci siamo uniti tantissimi ed è la cosa che ci aiutato ad uscire dalla prima ondata. Il fare squadra con i colleghi, con i

medici i radiologi ma anche tutte le altre figure è stato un punto di forza per tutti perché ci si sosteneva a vicenda e si cercava sempre di ridere e sdrammatizzare, e ancora oggi c'è questo sostegno, ogni volta che qualcuno si veste per andare in area covid e su cui scende un velo di tristezza, il collega con una pacca sulla spalla ed un sorriso ti sostiene.

Per quanto riguarda il lavoro quotidiano il covid ha condizionato tutto, perché a differenza dei reparti "puliti" in cui i pz accedono solo con tampone già eseguito ed esito negativo, in PS quando il paziente entra, seppur per tutt'altro motivo e senza sintomatologia sospetta, potrebbe comunque essere un caso asintomatico, e la certezza della negatività l'abbiamo solo dopo l'esito del tampone.

Quindi anche quando sei di turno in Sale Emergenza il Covid ti condiziona, se arriva un politrauma la gestione del pz segue l'acronimo ABCDE ma terminata la valutazione iniziale del pz e non appena le condizioni lo consentono è necessario eseguire il tampone... e nel mentre, la domanda che frulla nella nostra testa è: "sarà un asintomatico?! Lo avremo preso questa volta?!"

L'ho un pochino modificata, sennò da come avevo detto sembrava che nella gestione del trauma perdessimo tempo a fare il tampone come prima cosa... ovviamente va fatto il prima possibile ma dando la priorità ad interventi vitali.. altrimenti mi mandano in galera!

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

09DE: *Innanzitutto che dalla vita ci si può aspettare di tutto perché una pandemia nella vita non si aspetta mai di poterla vivere. Io quello che ho imparato dalla prima ondata e soprattutto quando ci hanno liberato mi sono detta: "Irene vivi ogni momento perché non si sa il domani cosa ci riserva".* Quello che a me ha segnato è stato che spesso ho visto gente giovane o magari coetanei dei miei genitori che magari venivano intubati e poi non sapevi che fine facevano e fanno, perché li mandano in rianimazione ma poi non sai più nulla del loro decorso, non vedo mai il risvolto positivo in questa cosa, mentre magari l'infermiere di rianimazione segue i progressi. E quindi *mi sono detta di godermi il fuori il più possibile perché non sappiamo questa situazione cosa ci riserverà. Quindi mi ha sbattuto ancora più in faccia, nonostante il lavoro in pronto soccorso non smetta mai di ricordarlo, la precarietà della vita. Quindi godere dell'affetto e di tutte quelle persone che spesso dai per scontato.*

C'è stata un'altalena emozionale tra paura dell'ignoto e quella di infettarsi e portare a casa il virus, dopo si è arrivati in una fase di stanchezza mentale in cui viene un po' a mancare quello slancio lavorativo ed emotivo che uno potrebbe avere in condizioni di normalità lavorando in posto stimolante come lo è il pronto soccorso.

09DE: Però l'aspetto positivo è quello dell'aver amplificato il rapporto con i colleghi e di aver riscoperto l'unione e spesso ci siamo trovati noi giovani a tirare su di morale gli anziani

Ognuno ha dato all'altro quello di cui aveva bisogno nel preciso momento in cui serviva, senza guardare età ruolo e gerarchie.

10DE (2 anni e mezzo di esperienza)

Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

10DE: Il primo periodo dell'evento, considerando che per me era anche una realtà nuova, in un certo senso ero anche emozionata di avvicinarmi all'ambito ospedaliero e quindi rendermi utile in questa situazione, ero forse anche più ottimista magari anche per il fatto che sono arrivata ad aprile e non proprio all'inizio della pandemia e quindi ad aprile si iniziava ad ingranare e c'erano i primi miglioramenti, i pazienti che venivano comunque da una gestione con l'Ecmo veno-venoso guarivano e avevano dei miglioramenti. Quello che provavo io era sicuramente ottimismo e voglia di fare e rendermi utile, però da una parte c'era anche la paura perché non avevo esperienza nel campo anche se ho trovato comunque sempre persone disponibili ad aiutarmi. Nella fase poi estiva in cui abbiamo avuto la classica gestione della rianimazione clinica, ossia la gestione di politrauma e tutte le patologie "tipiche" del reparto, stavamo bene perché avevamo ripreso e ringranato e quindi da una parte eravamo soddisfatti del lavoro fatto nella prima ondata, ci ri-affacciavamo anche alla classica realtà quindi l'umore che avevo e che percepivo dai colleghi era buono perché in rianimazione è importante anche respirare un'ambiente tranquillo, e vederlo soprattutto dai colleghi anziani mi faceva sentire ottimista e stavo bene. Poi invece già in questa seconda ondata quello che vedo e provo io è un senso di inadeguatezza perché abbiamo visto tante persone andarsene, anche persone giovani che lasciano famiglie con bambini, non sempre c'è il classico paziente con pluripatologie e fattori di rischio, abbiamo visto anche persone che avevano un'ipertensione, quindi una cosa leggera, anche normopeso, però comunque poi se ne sono andati. Quindi adesso è un po' più pesante perché comunque di miglioramenti ne vediamo pochi e i pazienti sono sempre tanti, i 18 posti letti si riempiono e come appena si svuota per qualche decesso o per trasferimento in altri reparti vediamo subito che si rioccupa. È un po' una situazione di ansia costante perché dopo uno smonto e un riposo quando devi riattaccare a lavoro e ti poni la domanda di quanti ne ritroverai. In un giorno abbiamo fatto anche quattro o cinque ricoveri, quindi adesso è un po' più pesante anche il clima che respiro lo sento davvero pesante!... Quindi diciamo che all'inizio c'è stato uno slancio forte ed entusiasta da parte tua verso una nuova realtà, che comunque ti avrebbe fatto crescere professionalmente, poi hai brevemente assaporato il gusto della gestione ordinaria di quella che può essere l'attività di reparto, adesso si è ripiombati nella stessa situazione di aprile che però è segnata da un alone di pesantezza. Forse perché è subentrata un po' di stanchezza **10DE:** La stanchezza significa davvero tanto anche perché c'è da aggiungere anche il fatto di non poter avere le ferie, perché magari anche il fatto di staccare potrebbe servire per alleggerire, invece sappiamo che in ferie non possiamo andare, ci lamentiamo tra noi e lamentela genera lamentela e poi lo stress di quello che vedi

tutti i giorni si va ad accumulare a questa stanchezza, e quindi il termine con cui definirei questo periodo è: pesante! Perché non abbiamo una valvola di sfogo e anche il fatto delle zone e della quarantena la viviamo anche noi perché non abbiamo sfoghi esterni per alleggerire il peso del lavoro. L'unica cosa che ci è concessa è casa-lavoro.

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

10DE: Dal punto di vista lavorativo la paura più grande era non essere adeguata ad avere una gestione dal punto di vista assistenziale per la rianimazione, perché comunque noi abbiamo avuto pochissimi giorni di affiancamento e in un posto del genere man mano che uno ci lavora ti rendi conto di quanto significhi avere esperienza e formazione, cosa che purtroppo è venuta a mancare per via della pandemia. Quindi sicuramente l'essere inadeguata i primi giorni soprattutto. Per quanto riguarda invece dal punto di vista più personale non era tanto la paura di prendersi il virus perché comunque fin da subito ci siamo vestiti bene, e siamo sempre stati con buone risorse e fortunatamente da quel punto di vista non è mai mancato niente, più che altro avevo paura di infettarmi e poi passarlo anche ai famigliari, quindi il problema più grande era quello. Quindi mi sono spesso sentita l'anello debole della catena, lì ti trovi a confrontarti con persone con 20 anni di esperienza, io invece neoassunta che vengo da una realtà residenziale, io le cose me le ricordavo, ma poi farle le cose e comunque avere la responsabilità diretta dei pazienti è stata dura. Non era il classico rapporto un infermiere per due pazienti, ma ti trovavi anche quattro pazienti da gestire che in rianimazione sono tantissimi e lì avevi come ce l'hai tuttora. Sicuramente so che ancora dovrò imparare tantissimo, però magari la gestione del paziente covid ora l'inizio ad ingranare anche l'aver avuto i due mesi estivi per capire delle cose e anche in non essere sempre stati vestiti bardati hanno significato tanto. Io mi ricordo i primi giorni di affiancamento, i pochi che abbiamo avuto una metà delle cose che mi diceva la mia collega non le capivo perché tra la pressione negativa, la maschera, la visiera, lo scafandro è stato abbastanza impegnativo, adesso come adesso se ci penso mi fa anche un po' ridere, ma adesso come adesso prevale la stanchezza che l'inadeguatezza. Però forse un piccolo spiraglio di luce adesso è stato dato dalle vaccinazioni. Ovvio che la stanchezza ha delle piccole ripercussioni sulla vita privata, perché comunque porta ad un po' di nervosismo, proprio perché magari vengono a mancare le valvole di sfogo che possono essere rappresentate dalla vita sociale che per me che sono ancora ragazza è fondamentale. Sento il peso di non poter vivere il sociale fuori, ma sono consapevole del fatto che adesso ritagliarsi degli spazi per la socialità è comunque troppo rischioso perché magari non mi infetto a lavoro e accade fuori, e poi magari divento io stessa veicolo di infezione per la mia famiglia e sul luogo di lavoro.

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

10DE: Un miglioramento c'è stato sicuramente dal punto di vista professionale perché se non fosse stato per questa pandemia probabilmente avrei lavorato ancora nella struttura di prima, perché il covid ha anche sbloccato quelle che sono le assunzioni e quindi per noi giovani ha rappresentato un'opportunità. Quindi sicuramente la mia vita è cambiata in meglio perché il mio desiderio comunque era quello di arrivare all'area critica e quindi ci sono riuscita e per questo sono contenta. Poi per quanto riguarda i colleghi venendo da una realtà più piccola non è stato facile anche se ho trovato un bel gruppo e trovi infatti persone che hanno veramente tanta esperienza rispetto a quelle che sono le realtà residenziali in cui c'è comunque un ricambio continuo e trovi spesso persone giovani. Nell'ambiente in cui sono adesso trovi persone con 20 anni di esperienza, alcuni assolutamente disponibili e magari altri con cui c'è un po' più di difficoltà nel farti conoscere anche se non ho mai trovato un muro. Poi ovvio sta anche un po' a te farti conoscere e farti apprezzare, quindi all'inizio non è stato facile integrarsi in gruppo già formato da tempo, ma ho sempre trovato persone disponibili ed aperte, quindi da quel punto di vista sono soddisfatta.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

10DE: Dal punto di vista personale mi ha fatto capire che tutti veramente prima o poi possiamo ritrovarci in situazioni veramente difficili e di dolore stremo. Io comunque ho trovato anche delle persone che magari conoscevo e che mai avrei pensato di poter trovare lì, quindi pensi veramente alla qualità dell'assistenza che dai perché lì potrebbe esserci qualcuno della tua famiglia o un tuo conoscente. Questa cosa mi ha fatto anche crescere dal punto di vista della sicurezza, prima ero molto più insicura e le cose che gestivo mi sembravano veramente difficili, adesso come adesso ho acquisito più sicurezza e ho anche imparato a cercare di vedere il positivo nel tragico cercare di vedere sempre il bicchiere mezzo pieno. Da questo periodo sia dal punto di vista professionale che umano ho imparato veramente tanto, anche se ho visto tanti aspetti negativi, mi ha fatto acquisire anche più sicurezza e anche un po' di forza d'animo, sicuramente ancora devo imparare tanto però questo periodo di covid è stato un bel training. È grazie alla pandemia che ho potuto affacciarmi alla realtà di una terapia intensiva, diversamente da così chissà quando sarebbe potuto accadere!

11DE (5 anni esperienza)

Quali sono e sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati/affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia Covid?

11DE: Sicuramente sono cambiati perché noi abbiamo vissuto due ondate in due maniere differenti. Il primo paziente è stato ricoverato a febbraio e ovviamente l'emozione predominante era la paura, perché non conoscevamo questa patologia e ci misuravamo con qualcosa di ignoto, sconosciuto che dovevamo imparare a conoscere anche noi. La paura quindi sia di non essere capaci ad assistere in modo adeguato i pazienti come avremmo dovuto, ma la paura anche legata al contagio, sia per noi che per i famigliari che avevamo a casa. Io stessa sono stata lontana da casa, evitavo di tornare per evitare ed eliminare anche la minima possibilità di portare

il contagio ai miei cari. Quindi ricordo che all'inizio i sentimenti predominanti era questo legato anche alla paura per la fase di Vestizione e svestizione. La vestizione perché avevi paura di non essere coperta abbastanza, stavi davanti allo specchio a vedere di coprire bene tutto e poi la svestizione per la paura del contagio era tanta. La seconda ondata, quindi ottobre i sentimenti erano sicuramente diversi, c'è sempre la paura però lo affrontiamo in maniera più consapevole sia perché abbiamo preso confidenza con tutte queste procedure sia perché abbiamo preso confidenza con il paziente covid. Adesso c'è una terapia più mirata e cucita su questi pazienti, e quindi il sentimento predominante in questo periodo forse è una maggiore consapevolezza che ci aiuta a gestire la paura, perché ovviamente la paura non è scomparsa. All'inizio eravamo impauriti anche perché dovevamo conoscere questo paziente nuovo, con delle dinamiche completamente diverse che ci ha messo anche alla prova come professionisti. Durante questo periodo ho scoperto comunque di avere una grande forza dentro di me, soprattutto in alcune situazioni come può essere quello della morte di un paziente. **Anche il momento della ricomposizione della salma che è diverso rispetto alle procedure per un paziente "normale" ci ha messo molto alla prova perché comunque pensare di non poter restituire una salma ai famigliari**, pensare ai famigliari a casa positivi ed isolati che dipendevano dalla telefonata dei nostri medici per avere notizie positive. Poi comunque abbiamo riscoperto e mi sento di usare il plurale perché è stato così anche per colleghi, un forte spirito di gruppo perché certe situazioni non si possono affrontare senza un gruppo che sia solido cioè che si spalleggia, che collabora, che si sostiene anche psicologicamente nei momenti difficili, che sia iuta anche fisicamente perché non tutti avevano la stessa capacità di resistenza con la bardatura per tempi prolungati quindi lì il gruppo è fondamentale, perché nella difficoltà lo spirito di gruppo viene fuori ed è indispensabile per il risultato.

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

11DE: *Nella prima ondata la prima emozione appena entravo era sicuramente tanta ansia perché. la prima cosa che dovevamo fare era vestirvi, quindi seguire la sequenza della vestizione con cui non avevamo confidenza perché io personalmente lavoro da 5 anni e non mi era mai capitato di dover indossare una tuta, una visiera, una mascherina FFP3, mi ricordo che facevo questa prova della tenuta mascherina 1000 volte e stringevo tutti i leggi come se più stringi tutti i lacci e più sei protetta, è un maccanismo psicologico che si innesca.* Noi abbiamo una zona filtro che precede lo stanzone in cui sono presenti i pazienti e appena apri questa porta c'è il rumore della pressione negativa, le luci che sono abbassate perché comunque è tutto chiuso per la pressione negativa, quindi non entra la luce, i raggi nel sole non entrano da mesi. Poi gli unici rumori che senti anche se molto ovattati per via delle bardature e della pressione negativa sono i monitor e i respiratori che comunque lavorando da diversi anni in rianimazione li ho sempre sentiti, ma ora nonostante le bardature li sento molto di più. Adesso affronto tutto con la stessa ansia e la stessa paura, ma mi sento più tranquilla rispetto a prima nella gestione di questo tipo di paziente visto che ormai è passato quasi un anno. La confidenza che abbiamo preso con questo tipo di paziente mi aiuta a viverla in modo più consapevole e più tranquilla anche se si tratta di un paziente molto grave e dall'evoluzione imprevedibile, cioè siamo passati dalla gestione del politrauma che è qualcosa di completamente diverso, ad un'unica patologia perché tutti i nostri pazienti ricoverati hanno la stessa patologia. Quindi nel periodo che ha fatto da sparti acque tra la prima e la seconda ondata in quel periodo avevamo i così detti letti grigi cioè di quei pazienti in attesa di tampone che consideravamo come positivi, quindi chi entrava in quella stanza non ha mai smesso di bardarsi da febbraio fino ad adesso. Psicologicamente dicevi "dai i contagi sono diminuiti quindi non sarà più così!" ma poi a settembre i contagi sono ricominciati e da lì ci siamo ri-trasformati in covid in pochissimo tempo. Quindi all'inizio la costante come sentimento è stata la paura, mentre adesso mi verrebbe da dire "io speriamo che me la cavo anche oggi!", però comunque scherzi e stanchezza a parte noi ogni volta che entriamo cerchiamo di dare il massimo, anche se siamo stanchi e con il piano ferie bloccato proprio per garantire sempre un alto livello di assistenza noi diamo sempre il massimo, e poi comunque vieni ripagato dalla soddisfazione nel vedere un paziente estubato. Quando le cose vanno bene per il paziente la soddisfazione è veramente grandissima, anche se poi c'è un'altra faccia della medaglia veramente brutta e pesante cioè quando le cose non hanno una piacevole evoluzione. Basta fare qualche metro da un letto ad un altro per rendersi conto di come le cose possono ribaltarsi in pochissimo tempo. In questa seconda ondata diciamo che più che la paura prevale molto la stanchezza perché comunque sono tanti mesi consecutivi che lavoriamo con questo tipo di paziente, noi sempre con la bardatura, quindi, è ovvio che si accumula tutto, anche perché al di fuori del lavoro abbiamo una vita, quindi la stanchezza che ci portiamo dietro da questo anno è tanta, però cerchiamo di dare lavorativamente sempre il massimo e anche più del massimo... **A:** Una persona è portata a lasciarsi sopraffare da un sentimento come questo quando ci pensa, però poi mi pare ovvio che quando sei a lavoro non riesci a non dare il massimo, perché sai che il tuo ruolo in quel frangere fa la differenza quindi diviene una cosa più forte di te, che per quanto una persona possa essere stanca, per quanto una persona possa essere provata non riesce a fare meno di quanto abbia sempre fatto, anzi si inventa il modo per dare di più... **11DE:** certo, si inventano sempre nuovi modi e si cercano sempre nuove risorse interiori per dare il meglio.

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

11DE: La vita lavorativa, come dicevo prima noi siamo passati da una rianimazione generale e quindi impegnata nella gestione del trauma alla sola gestione del covid. Quindi prima i pazienti erano variegati adesso siamo passati ad un'unica patologia e questo ha cambiato molto la nostra quotidianità. Sicuramente questa è stata un'esperienza che mi ha fatto molto crescere, perché cimentarsi con dei presidi come possono essere gli ECMO, è indubbio che porta anche una crescita come professionisti. Cimentarsi con una patologia sconosciuta all'inizio spaventa, ma poi fa crescere, quindi imparare a gestire un paziente nuovo diverso e magari perfezionare alcune procedure, che magari facevamo ma non spesso quanto con questi pazienti tipo la pronazione che per questi pazienti è indispensabile, per cui se noi prima la facevamo ad un paziente su 18 adesso la facciamo a 10 pazienti al giorno.

Per quanto riguarda il rapporto con i colleghi invece da una parte spirito di gruppo, collaborazione, supporto etc. Dall'altra invece, invece, non è che siamo perfetti, la stanchezza ha portato invece ha portato: umori un po' grigi, un po' di screzi, perché tanto siamo un gruppo molto numeroso in questo periodo infatti oltre a noi infermieri della clinica abbiamo colleghi che vengono da altri reparti quindi realtà diverse e poi persone giovani neoassunte, però devo dire che mediamente il gruppo ha tratto vantaggio dal lavorare in team. Comunque, i colleghi più anziani, quindi più esperti si sono messi sempre a disposizione di noi ultimi arrivati.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

11DE: Sul lato personale sicuramente mi ha insegnato a non essere superficiale e a non sottovalutare mai nulla, benché sia passato un messaggio che questa patologia colpisce solo gli anziani e i pluripatologici, non è così, perché abbiamo avuto anche persone giovani e abbiamo tuttora persone giovani anche in gravi condizioni. Qualcuno purtroppo non ce l'ha fatta, quindi la lezione principale dal punto di vista personale è quella di non sottovalutare mai nulla. Dal punto di vista professionale ho ricevuto tanti insegnamenti dal punto di vista pratico, che servono alla mia crescita come professionista. Anche se sembra una cosa scontata ho scoperto anzi ritrovato un profondo affetto per la mia famiglia, anche perché stare lontana per proteggerli è una dimostrazione di affetto. Vivere completamente da sola quel periodo è stato un atto di amore, anche perché ho visto e vissuto da vicino la brutalità e la verità della malattia in tutte le sue sfumature anche gravi purtroppo, quindi per me è un dovere anche morale non essere rischio per gli altri. Quando sento in tv, o magari leggo notizie false o magari le sento anche parlare rimango stupita della leggerezza con cui se ne parla. Se penso a tutto quello che ho vissuto io e **penso a tutte le volte che ho dovuto chiudere il sacco con la salma**, se penso al primo paziente che mi è morto, se penso al primo paziente che ho estubato e la prima cosa che mi ha chiesto è stata quella di sapere se la sua famiglia stava bene, se aveva contagiato la moglie, se la moglie era morta per colpa sua... queste indubbiamente ti fa capire che quello che stai passando è qualcosa di straordinario cioè al di fuori del normale e che lascerà un segno che magari adesso non ce ne rendiamo conto ma ce ne renderemo conto fra qualche anno quando guarderemo i video o le immagini e forse ci chiederemo: come abbiamo fatto ad andare avanti?

12DE (16 anni esperienza)

Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

12DE: Come sai in pronto soccorso c'è sempre confusione e quindi noi siamo abituati a lavorare nella caoticità di situazioni personali e interpersonali forti. Le persone sono state sempre male e durante la prima ondata è solo aumentata la confusione. La prima emozione che penso sia comune a quella degli altri è la paura che vive dentro di noi ormai da tempo. La prima ondata è stata diversa da adesso perché non eravamo preparati a questa malattia e l'inizio è stato duro per l'organizzazione. Devo dire che comunque in pronto soccorso ci sono infermieri validi che hanno gestito continui cambiamenti di organizzazione all'interno del reparto, quindi fra le varie ansie e paure ci siamo dati un'organizzazione veloce. Però ecco le sensazioni sono state tantissime, perché tutti i pazienti che venivano stavano veramente male, e gestire la difficoltà respiratoria di un paziente che oltre alla sofferenza ha anche la paura sia di contagiare che di stare ancora più male è veramente difficile, più bardati è difficile perché non senti bene, non vedi bene, hai doppi e tripli guanti, non riesci a prendere subito un accesso venoso in più il paziente è agitato è una complessità di cose, che riunite tutte insieme ti fanno vivere in una complessità continua. Quindi la prima ondata è stata difficile perché c'era una moltitudine di novità da gestire insieme con la paura. Mentre la seconda diciamo che l'abbiamo sentita un po' meno perché da noi non c'è mai stato uno stop, un covid c'è sempre stato, almeno uno al giorno arrivava. **Diciamo che la tensione da marzo ad oggi è andata ad alti e bassi però c'è sempre stata, adesso si abbiamo un'organizzazione migliore anche se posso dire che su undici mesi abbiamo cambiato l'assetto organizzativo 10 volte, quindi materiali, postazioni** e noi siamo anche tanti in turno e tanti sono giovani neoassunti, e quindi si aggiunge anche la paura di dare a questi ragazzi un impatto cattivo, già devo gestire me stessa e in questo periodo ti posso assicurare che non è semplice. Non è semplice neanche per questo e poi in più c'è anche la paura per i tuoi famigliari a casa, quindi docce su docce, mascherine a casa, mascherine a lavoro. Io nella sfortuna ho avuto la fortuna di potermi trasferire in un'altra casa lasciando due bambine piccole in un'altra casa, l'allontanamento non fa mai bene però è stato necessario per proteggerli perché la paura di portare il virus a casa è stata talmente tanta che non potevo non farlo. Mi dispiace però che non tutti riescano a capire la realtà di quello che uno vive in ospedale, in più mi è anche capitato di assistere pazienti che dovevano essere intubati, coscienti che telefonavano a casa per dire quello a cui andavano incontro e i familiari dicevano "no non farti intubare ti uccidono!" e sono delle cose incredibili che ti lasciano a bocca aperta, non è facile infatti gestire il paziente che sta male, i parenti e poi te stessa e il lavoro insieme. Adesso le persone in generale hanno un po' diminuito la paura verso il virus e non si fanno scrupolo ad entrare in pronto soccorso senza permesso per salutare il parente, non vogliono andare via fanno resistenza, ora la maggior parte delle persone che arrivano sono sopra gli ottanta anni e stanno male, sono difficili da gestire perché agitati, perché la malattia che hanno si è cronicizzata, stanno veramente tutti male, forse perché sono stati a casa prima e non si sono curati, non mi è mai capitato in 16 anni che lavoro li di arrancare, di passare un pomeriggio senza nemmeno andare in bagno. Adesso è aumentato il lavoro fisico e non allenta! Vedo che l'ospedale è pieno, prima c'erano dei ricoveri e delle dimissioni abbastanza veloci, adesso si è di nuovo tutto rallentato e quindi ci sono pazienti che stanno in pronto soccorso anche per 30/40 ore, la gente sta male e tu non hai modo nemmeno di dare una terapia adeguata, non riesci a dargli neanche un pasto decente, è calato il livello di assistenza. Adesso siamo al punto in cui in sala emergenza ci sono 3 posti fisici, ma ci troviamo a dover metter anche 5 pazienti, questo per farti capire la gravità

della situazione. ***Quindi a parte la paura l'altra sensazione che mi capita di vivere è quella di disagio e impotenza perché sai di non poter dare quanto vorresti e potresti perché la situazione in generale non lo permette.***

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

12DE: In Realtà fin dall'inizio, anche se sembra una contraddizione, mi sentivo più sicura a stare in ospedale che a casa, paradossalmente lontana dalla famiglia perché avevo la paura di stare a casa e di poter arrecare danno a loro. La sensazione è stata ed è sempre quella di dire "speriamo che oggi mi sia andata bene!" è da marzo che vivi speranza di non contagiarti. Il momento in cui ho avuto più paura in assoluto è stato ad inizio pandemia che i primi giorni hanno messo in quarantena i miei colleghi, fra cui amiche che considero sorelle, quando una di loro ha iniziato ad avere sintomi, ho avuto tanta paura perché ho pensato: cavoli, noi siamo qui sempre presenti con la voglia di fare e di aiutare però il rischio che ci si pone davanti è veramente alto e quindi sono rimasta molto scossa. Mi fa arrabbiare molto il fatto che la virologia non funziona e che per sapere gli esiti dei tamponi ci vogliono quattro ore. Noi ci siamo dovuti organizzare acquistando due macchinette per fare i tamponi molecolari, imparare a fare i virologi e capire gli esiti! ***Quindi se tu dovessi dare un nome all'emozione o sentimento non appena entri al lavoro?*** **12DE:** Sono troppe le emozioni, comunque stanchezza sicuramente, almeno in questa seconda fase. Adesso non se ne può veramente più! Nella prima fase invece terrore.

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

12DE: Il lavoro è cambiato perché comunque questo covid ci ha dato qualcosa in più, per quanto male abbia portato, adesso riesci a gestire situazioni molto più complesse di quelle che vivevi prima, quindi posso dire che a livello lavorativo mi sono arricchita. Con i colleghi pure, già il gruppo era abbastanza unito però più c'è difficoltà più ci uniamo qualche beneficio lo abbiamo avuto anche nei rapporti interpersonali, perché ci aiutiamo e di base siamo di conforto l'uno all'altro sia a livello lavorativo e pratico, sia a livello emozionale se uno ha bisogno dell'altro sicuramente trovi una porta aperta. Anche nel rapporto con il paziente non ho mai avuto la paura di avvicinarmi, perché comunque c'era qualcosa che andava oltre perché è aumentata in me la voglia di essere presente ancor di più per loro.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

12DE: La lezione è quella di pensare sempre positivo, anche nei momenti più duri dove non vedi nemmeno la fine del turno, perché la pesantezza di lavorare dentro ai covid è tanta. All'inizio era veramente faticoso facevamo otto ore ed era unanimemente impossibile, poi sono diventate quattro e non vedevi l'ora di uscire per mangiare, fumare, bere, respirare etc. ora devo dire che le reggo bene forse perché oramai mi sono abituata, però comunque devo dire che come carico di lavoro le quattro ore di adesso non sono come quelle di marzo. Il pensare positivo è un dovere verso te stessa se no non ne vieni fuori, poi verso i pazienti e poi per il gruppo in generale per aiutare anche gli altri a risalire da uno stato di depressione che in una giornata può capitare e che potrebbe trascinare tutti verso questa onda di negatività. Mi ha fatto molto male sentire e leggere articoli di colleghi che soprattutto al nord, lì non è stato come qui è stato peggio e si sono tolti la vita per la mancanza di supporto e il non riuscire a gestire la situazione di stress estremo in cui sono stati posti. Ecco perché sarebbe importante poter affrontare dei percorsi di terapia psicologica, proprio per aiutare a gestire le emozioni e trovare la forza di continuare a fare bene il proprio lavoro. Secondo me il messaggio che passa poco e che il pronto soccorso è tartassato tutti i giorni ed è veramente dura lavorare continuamente con questi ritmi che in alcune giornate hanno del sovraumano. Quello che mi dispiace tanto e che non c'è un reale riconoscimento per quello che facciamo, non si ha nemmeno il diritto di poter stare a casa e staccare la testa. Questo stress che accumuli sul lavoro poi inevitabilmente te lo porti a casa e si ripercuote su tutte le giornate diventano uno schifo, c'è una concomitanza di cose che sfiniscono.

13DE (8 anni esperienza)

A: *Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?*

13DE: Nel primo periodo della pandemia ci siamo trovati di fronte ad una situazione sconosciuta, quindi ***c'erano tanti dubbi e timore di sconvolgimento dell'attività lavorativa***, quindi, c'era anche più abbiamo dovuto approntare le cose e impararle, come ad esempio la vestizione la svestizione come accogliere il paziente con il tampone in corso. E' stato un periodo veramente faticoso anche nei confronti dei familiari che non si rendevano conto, sapevano quello che stava accadendo ma quando venivano in ospedale era come se il covid non esistesse, ma anche a livello emozionale di sentimenti propri perché oltre per il contagio personale che non è prioritario perché si sa che bisogna proteggersi, ma tutti i dubbi che ti vengono quando sei a casa quindi questo continuo pensare e preoccuparsi anche per i propri familiari, perché non sai nel mio caso quando li potrò rivedere avendoli lontani. ***È stato come entrare in un vortice e quindi dover gestire sia l'aspetto lavorativo e quindi gestire un nuovo modo di lavorare, ma anche gestire le emozioni personali*** perché comunque non ti potevi spostare, non potevi uscire, non potevi stare all'aria aperta a un certo punto non vedevo l'ora che finisse. Poi con l'estate si è cominciato a respirare un po'. Nella seconda ondata invece la viso a livello personale l'ho vissuta in maniera molto più leggera perché comunque conosco ormai quelle che sono le misure da adottare ma pesa comunque non avere la libertà di frequentare persone fuori, però comunque vivo tutto con minore preoccupazione confidando che comunque questa cosa possa migliorare grazie magari ai vaccini. Per quanto riguarda il lavoro invece il secondo periodo è un po' più pesante da un altro punto di vista, nel nostro reparto non è più consentito l'accesso ai familiari, il nostro comunque è un reparto particolare perché i pazienti sono diversificati e magari vedi il paziente con la demenza che non vedendo i parenti urla perché è agitato non riconosce l'ambiente, poi invece c'è la persona giovane che

magari sta già affrontando una patologia invalidante che ti preclude la vita e magari senti il bisogno di vedere i figli o comunque il marito è davvero molto difficile, è l'aspetto più pesante emotivamente da spiegare e per loro da vivere. I giovani magari con il cellulare riescono a mantenere un contatto mentre gli anziani non lo sanno usare ed hanno bisogno di supporto anche in questo, tante volte anche tra pazienti stesso si danno un supporto nella gestione di questo aspetto quindi il giovane aiuta il meno giovane dove possibile. Prima al momento dei pasti era consentito l'accesso al familiare, ora invece non è più possibile e diversi pazienti nostri non sono autosufficienti e quindi hanno bisogno di assistenza in questo momento e c'è la voglia di fare e di aiutarli e magari di potersi soffermare quel minuto in più, ma non è possibile perché comunque i carichi di lavoro sono aumentati e quel di più che vorresti fare non è sempre possibile. È difficile far capire ai parenti e ai pazienti che non è possibile entrare da fuori perché i pazienti sono 29 e vanno tutelati, e allora il telefono fisso squilla spesso proprio per comunicare con chi non riesce ad usare il telefono, è una cosa semplice ma non sempre è il momento giusto per passare il telefono.

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

13DE: Nella prima ondata mi domandavo ogni volta che entravo a lavoro: "Chissà cosa mi aspetta!", perché comunque c'era sempre la tensione di dover allestire la stanza grigia e doversi bardare, indossare i dispositivi. Oggi sinceramente la vivo serenamente come se fosse un giorno di lavoro quasi normale, c'è sempre il pensiero di far rispettare sempre le regole e di stare attenta a non dimenticare le procedure di vestizione e svestizione. Quindi **nel primo periodo c'è stata sicuramente più paura e ansia, in questo secondo periodo invece c'è un po' di stanchezza perché devi mantenere sempre la concentrazione non solo per quello che riguarda il lavoro ma anche per quello che gira intorno, quindi sì sicuramente la tensione continua non è una buona alleata.**

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

13DE: Il cambiamento nell'attività lavorativa c'è stato perché è diventata più complessa solo per il fatto di dover indossare i dispositivi a volte non trovi o ti manca qualcosa, ricordarsi gli occhiali di protezione, dover sanificare a fondo gli strumenti che usi questo diciamo che ha complicato un po' ed ha reso il turno più intenso perché devi gestire più cose. Per quanto riguarda i colleghi diciamo che forse aumentando il carico di lavoro c'è stata più unione tra noi perché si cerca di venirsi incontro e in aiuto. Soprattutto per il fatto che un po' tutti risentiamo di questa stanchezza e vediamo che una cosa che ci aiuta tanto è lo starci vicini e magari ricordarci di fare le cose l'uno con l'altro. In realtà nell'ambiente lavorativo in cui mi trovo già c'era ma ora forse con alcuni colleghi è aumentata come cosa. Anche con gli OSS, che magari quando accogli il paziente ti stanno vicino, diciamo che avveniva anche prima ma adesso c'è una maggiore premura nel farlo.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

13DE: Questo periodo sicuramente mi ha lasciato un messaggio e cioè che anche le cose più spaventose che viste nella fase acuta possono sembrare enormi, poi però possono essere ridimensionate affrontandole insieme agli altri, documentandosi e quindi conoscendole meglio possono essere affrontate. Quindi cercare sempre di affrontare le cose anche se nell'immediato ti viene la paura e la preoccupazione ogni cosa può essere affrontata senza ingigantire troppo il problema, questa è una cosa che ho imparato da alcuni miei colleghi. Umanamente questa cosa mi ha portato a riflettere sul valore degli affetti, su quanto conta avere una persona accanto, sul tempo che passa, sul dare valore ai momenti quotidiani, a valorizzare gli attimi e magari i momenti che avevi avuto sempre e che davi per scontato. Adesso sono fiduciosa sul fatto che affronteremo qualcosa di meglio anche se non so quanto tempo ci vorrà.

14SN (9 anni esperienza)

Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

14SN: Per il mio vissuto personale la prima ondata, considerando che io ho avuto un tumore e mio figlio è nato con una patologia polmonare l'ho vissuta veramente con tanta paura, perché all'inizio non c'erano i tamponi le mascherine si mettevano a singhiozzo perché non c'era la cultura della mascherina. Appena in reparto qualche paziente accennava ad anche uno solo dei sintomi la paura era veramente tanta per chi avevo a casa e un giorno quando sono tornata a casa e mio figlio aveva la febbre ho avuto veramente molta paura quindi ho contattato la pediatra ed ho mandato la malattia figlio, poi successivamente ho avuto io la febbre ed ho fatto il tampone che fortunatamente è stato negativo anche se avevo avuto un contatto con un positivo. **Ho avuto tanto paura e quindi ho pensato di mandare un periodo di congedo e sono rientrata a metà aprile quando mi sentivo più tranquilla** anche se mi sono tenuta sempre in contatto con i colleghi per capire l'evoluzione. **Mi sentivo veramente in colpa, però non si sapeva che evoluzione aveva e se poteva essere contagioso per i bambini** e se poteva avere correlazione con il tumore tiroideo maligno che avevo avuto alla tiroide, e quindi per tutti questi motivi **mi sono sentita più tranquilla nel fare questa scelta per non peggiorare la mia situazione generale familiare e personale. Poi ad aprile sono iniziate a cambiare un po' le cose in reparto come all'interno dell'ospedale e quindi sono rientrata a lavorare, con una tranquillità maggiore** anche se comunque arrivano magari i pazienti con il tampone in corso ma comunque avendo capito come funziona mi sono tranquillizzata. È arrivata l'estate e siamo stati tutti più tranquilli, poi è arrivata la seconda ondata ed ho vissuto tutto in modo più tranquillo perché ho capito bene le modalità di contagio, ho visto che i bambini anche se contagiati non stavano tanto male e mi sono fatta tanta forza e oggi l'affronto bene. Se pensi però all'assistenza del paziente oltre alla tua personale paura del contagio, qual è l'emozione che affiora? **14SN:** L'assistenza di adesso è sicuramente più difficile rispetto al passato perché: è cambiata proprio la tipologia del paziente, non so se la chiusura di diversi ospedali che sono diventati covid, ma

adesso arriva un paziente che ha varie patologie, è molto molto anziano e noi banalmente prima in neurologia avevamo la metà dei ricoveri che erano programmati adesso sono tutti allettati, anziani e con pluripatologie spesso degenerative e poi adesso c'è la regola che il tampone va ripetuto ogni sette giorni e se il tampone è in corso va messo nella testata libera, quindi sposta una sposta l'altro è tutto in via vai che prima non c'era un anno fa si lavorava più tranquilli. Adesso è una continua corsa contro il tempo e hai paura che qualcosa ti sfugga, l'assistenza è più che raddoppiata e noi siamo rimasti sempre quelli, quindi c'è molto da fare.

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

14SN: Quando sono tornata al lavoro dopo quel mese di congedo sono tornata con tanta voglia di lavorare, ovvio un po' di paura c'era. Quando sono tornata erano cambiate molte regole, l'uso delle mascherine, il tampone in corso quindi io tante regole le dovevo reimparare dopo un mese e mezzo a casa, comunque in questo periodo ho sentito spesso i colleghi e vedevo anche in tv quanto gli infermieri si davano da fare e sono tornata a lavoro con la voglia di collaborare con colleghi, soffermarmi di più con il paziente e rendermi veramente utile quindi l'emozione è stata forte, la paura un po' c'era tant'è che ***all'inizio facevo la doccia in garage, non toccavo i bimbi quando tornavo a casa.*** Adesso questa seconda ondata da parte mia è stata vissuta con molta più naturalezza non vedo l'ora di andare al lavoro e quando sono a lavoro non vedo l'ora di tornare a casa ci sono queste contrapposizioni, però a lavoro sto bene e non c'è l'emozione forte che c'è stata ad aprile. Adesso così come i miei colleghi è subentrata però anche la stanchezza, perché all'inizio si pensava che bastassero pochi mesi di sacrificio e invece sembra la storia infinita anche se penso di essermi fatta un po' l'abitudine e spero che questa situazione finisca. Io mi sento però nonostante tutto fortunata, perché ad esempio c'è mio marito che è in smart working e non vede gente da tanto tempo e non ha rapporti con nessuno a parte la famiglia, io invece mi sento fortunata perché comunque vado a lavoro indosso la mascherina ed ho modo di scambiare anche quattro chiacchiere con i colleghi e ogni tanto prendiamo anche un caffè insieme, mentre altre categorie lavorative non lo possono fare o tante persone hanno perso il lavoro. Io mi sento privilegiata perché comunque sto facendo la vita di prima anche se il lavoro è aumentato.

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

14SN: Per quanto riguarda il rapporto con i colleghi in realtà sono cambiati molti colleghi con questa pandemia tra chi è andato via, chi è andato nei reparti covid, chi ha fatto il concorso ed è stato stabilizzato, ho notato che c'è stato molto ricambio che magari penso che se non fosse stato per la pandemia non ci sarebbe stato. Adesso comunque c'è tanta collaborazione perché sono aumentati i carichi di lavoro e abbiamo visto che se non si collabora non ci si arriva quindi questo aspetto è positivo. Molte volte non sei solo infermiere ma passi da dare al vitto ad imboccare, passi il telefono per far parlare con i parenti, apri e chiudi la porta, fai il "maresciallo" è tutto molto più macchinoso. Nulla togliere a fare queste cose però ce ne sono anche tante altre da fare che magari fai frettolosamente e aumenta il rischio di sbagliare, potremmo fare le cose meglio e invece si è pochi a dover gestire tanto.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

14SN: Umanamente mi ha lasciato tanto, a me fa sempre pena quando per un mese il parente non riesce ad entrare dal paziente, quando il paziente per sopperire a questo si deve interfacciare con un telefono, poi i pazienti sono anziani e non riescono. Umanamente mi ha ricordato il valore dei rapporti umani che non può essere sostituito. Professionalmente ci siamo ritrovati multi-task, abbiamo scavato nelle nostre risorse e tirate fuori tutte, forse organizzativamente siamo cresciuti. Mi è capitato spesso e in svariati momenti di sentirmi indispensabile per alcuni pazienti che magari non potevano avere contatto con nessuno e ti donavano un sorriso che io mi portavo nel cuore e a casa per me rappresenta ricchezza. Il covid mi ha ricordato che comunque la vita è un attimo, ed è scaturito in me un senso di protezione nei confronti delle persone che ho accanto .

15MI (25 anni esperienza)

Quali sono e sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati/affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia Covid?

15MI: Nella prima fase c'è stata paura come per tutti. Quello che mi ha colpito di più è stata l'umanità venuta meno nel senso di vedere un paziente da solo e vedere l'umiltà di una persona e poi anche la dignità di un paziente viene calpestata dovuta al fatto che è abbandonato a sé stesso e non parlo a livello sanitario ma a livello familiare perché la famiglia non poteva esserci. Nella prima fase quello che mi ha colpito di più è stato vedere i pazienti che si sottopongono a trattamenti chemioterapici da soli, quasi come se la vita gli ha presentato una curva, quale è stato il coronavirus e sono dovuti rimanere da soli ad affrontare la malattia, è molto brutto quello mi ha colpito! La roba che mi ha fatto del male è stata quella di dover dire al familiare vai fuori, qui non ci puoi stare (e lo dovevo fare e lo devo ancora fare) ed è una cosa che mi faceva e mi fa star male. Però è una cosa che mi ha rafforzato ancora di più perché la mano che prima il familiare teneva al paziente non poteva esserci più e quindi il coronavirus mi ha fatto ritrovare quella voglia di essere io a tenere quella mano che cerca conforto. **A: se dovessi racchiudere l'emozione vissuta con il covid in una sola parola, quale potrebbe essere? C:** l'emozione provata è quella di capire in modo forte che siamo veramente fratelli e sorelle e che quindi dobbiamo ripartire da lì, dobbiamo essere un po' più compatti anche non essendo familiari, quindi riscoprire la fratellanza e l'unione anche con persone che non conosciamo. Avendoci i parenti lontano ho basato sempre il mio lavoro su questo.

Quale è stata la maggiore paura o emozione che provavi e provi non appena entrato a lavoro. Dividendola sempre in due fasi prima ondata della pandemia e adesso: Quindi quale è stata la tua emozione appena aprivi la porta?

15MI: La parte che riguardava i pazienti non covid che seguivo io ho avuto l'impressione che è come se sentissero tralasciati. Quello covid invece, ed è l'esperienza che mi è capitata un giorno per posizionare un PICC in un reparto covid, sono entrato da un paziente ed ho cercato di portare un po' di energia e positività e dopo qualche battuta il paziente mi ha detto: "Torni anche domani?" e questo mi ha fatto sentire bene e mi ha dato uno slancio in più nel lavoro. Però la paura tua, perché quella dei pazienti oggi non l'andiamo ad indagare perché ogni paziente con il suo vissuto e il suo bagaglio culturale e di malattia può portare cose diverse, ma vorrei conoscere il tuo vissuto personale quello che tu senti e vivi ora in questa fase ma anche nella prima

15MI: La paura che ho vissuto più di tutte era quella di ammalarmi sì altro non legato al covid ed ho pensato più volte che nonostante il covid non devono essere tralasciate le altre patologie, avendo anche io un problemino di salute mi ponevo la domanda: se adesso io ho quel problema come lo risolvo. Quindi aprendo la porta era un po' l'ansia forse di non riuscire ad avere il controllo a pieno della situazione, però comunque dopo questa paura l'ho tralasciata e mi ha dato più forza per gestire il lavoro perché sapevo che comunque c'era bisogno di me. **A:** Appena entrato a lavoro la sensazione che provavi quale era? Appena entrato a lavoro questo ospedale vuoto dava un po' una sensazione pesante, ti sbatteva in faccia la realtà di quello che accadeva. Abituato a vedere un ospedale sempre pieno di gente e non vedere il via vai di gente non so se è stata una sensazione brutta o bella, però comunque io ho cercato di portare sempre la mia simpatia il mio sorriso. Quindi appena aprivi la porta che entravi in reparto che cosa pensavi di Cesare in riferimento alla pandemia e cosa dicevi a te stesso

15MI: Prima di tutto di far passare il fatto ai pazienti che noi eravamo a posto a livello sanitario cioè a livello di covid, perché sai la paura del paziente c'era ed era quella di infettarsi. E quindi poi ogni giorno a casa mi volevo portare qualcosa di più che mi arricchisse, ad esempio su come potevo fare a mettere un accesso venoso e volevo capire anche come fare a garantire qualcosa di più al paziente per sollevarlo di morale. Al ritorno a casa quale paura trasparivano, quali emozioni ti portavi. Ad esempio, la paura di contagiare i propri cari... etc.

15MI: Non prendermi da pazzo ma la paura del contagio a casa è stata superata, forse grazie al fatto che mia moglie è infermiere e mio figlio che non lavorava faceva volontariato all'AVIS e quindi tutti e tre eravamo impegnati in ambito sanitario e la paura è venuta meno. Come pensi che sia cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid, quale messaggio ti ha lasciato? E nel rapporto con i colleghi ha influito in qualche modo? Ha migliorato, peggiorato la situazione?

15MI: Con i colleghi ha migliorato, ho conosciuto persone e non parlo a livello del reparto mio, magari nel cammino nel passaggio dello spogliatoio etichetti le persone in un certo modo e poi magari lavorandoci si è rivelata tutto il contrario e questo mi fa stare bene perché gli incontri sono stati tutti positivi e spero di esserlo stato anche io. Questa cosa ci ha unito. Però la cosa negativa è che mi è mancato l'abbraccio e il fatto di non poterlo fare nei momenti duri per me questa è stata la cosa più dura. La cosa di darci la botta sul gomito non mi è scesa! E quindi come pensi che sia cambiata la tua vita lavorativa?

15MI: Penso in modo positivo per quello che riguarda l'unione fra il personale. La mia vita lavorativa si è rafforzata perché ci ha fatto riscoprire tanti valori che possiamo utilizzare anche nella vita professionale. Quale è la lezione che ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid, anche se in parte hai già risposto dicendo l'unione che ci può essere tra colleghi, il capire la necessità. Però capire proprio sul tuo vissuto personale, indipendentemente dalla sfera lavorativa, ma proprio come uomo umanamente anche nei rapporti esterni al lavoro, quale è il messaggio che pensi che questa cosa ti abbia lasciato

15MI: Che ognuno di noi che sia un medico, che sia un infermiere, che sia un OSS lasciamo un'impronta per poter creare qualcosa e quindi ognuno di noi è indispensabile. Quindi ci deve essere unione se non c'è l'unione tra i vari esponenti sanitari lavorativi non si arriva non è solo una persona che può ridurre il problema a zero. Ma questo è il messaggio riferito alla vita lavorativa, ma invece a Cesare cosa ha dato questa cosa anche poi nei risvolti che ci possono essere nella vita familiare, sulla vita di tutti i giorni, nei rapporti con le altre persone indipendentemente dalla sfera lavorativa. Cioè Cesare con il covid chi è, chi è diventato?

15MI: io parlo a livello familiare, ad esempio, dei problemi che prima se ne parlava in modo veloce di parlarne in modo più tranquillo, di rispettare la natura, ad esempio anche il mio giardino che prima lo lasciavo così adesso mi occupo del fiore delle piante ho riconosciuto più valore alla natura e questo mi ha fatto capire che non esiste solo il soldo o il vestire o il mangiare. Quello che prima si dava per scontato adesso ha assunto un valore diverso

15MI: La ricchezza ce l'abbiamo intorno ma molto spesso abbiamo i paraocchi. Se tu dovessi dare un consiglio a cesare su come continuare a lavorare che cosa gli diresti?

15MI: Di mettere a disposizione ancora di più, magari l'ho sempre fatto, la mia esperienza e prenderne altra dai giovani perché secondo me sono il futuro e non è vero che non hanno voglia di fare nulla. A volte siamo anche noi che abbiamo esperienza che non vogliamo donare: metterci a disposizione del giovane perché tanto dai e tanto ti dà, a volte ho ricevuto da giovani delle cose che non pensavo di ricevere. E visto che questa pandemia ha avuto dentro anche tantissimi ragazzi giovani mi ha portato veramente tanta voglia di crescere. Diciamo che facendo un'analisi veloce dei dati c'è stata la paura come sentimento di impatto, poi c'è stato anche un sentimento di unione e fratellanza verso l'ammalato e anche se uno si sentiva ferito da quello che vedeva intorno cercava comunque di portare un messaggio di positività. Tu adesso non senti di avere un fardello di pesantezza lasciato dal corona virus, come dire un senso di pesantezza lasciata da questa cosa, per quanto è brutta per quanto possa essere pesante.

15MI: Non posso dire che ha lasciato, visto i decessi visto tutto quello che è successo, però penso che oltre questa parte negativa ci abbia lasciato molto altro di positivo mi ha arricchito come persona a livello positivo. L'ultimo messaggio che volevo è che penso che ogni sanitario a livello emotivo dovrebbe mettere il sollievo dalla sofferenza, non sto parlando a livello cattolico religioso, ma sollevare la persona assistita da una sofferenza con dei piccoli gesti e che in quell'attimo è più fragile.

16MI (14 anni esperienza)

Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

16MI: Tristezza, paura, solitudine, amarezza. Raccontami un po' a cosa sono legate queste cose, magari alla prima ondata più tosto che alla seconda come si sono collocate in questo periodo **16MI:** Diciamo che sono emerse soprattutto nella prima fase perché questo virus è arrivato così come un fulmine a ciel sereno, nessuno sapeva come gestire la situazione e ci siamo trovati un po' impreparati. Tante restrizioni sono state fatte e le prime restrizioni sono quelle di far sì che i pazienti non ricevessero visite e per i nostri pazienti è stato difficile perché la maggior parte non sono autonomi e hanno veramente bisogno di tutto, quindi avere accanto la presenza di un familiare anche solo per una carezza quello è tanto ed essendo venuto a mancare questo loro sono soli spaventati. Ricordo una volta che siamo stati da una signora che era lontana da casa e sola e lo pneumologo avevo deciso di fare la broncoscopia perché l'esito del tampone non era chiaro e quindi noi siamo entrati tutti bardati e lei si era spaventata del fatto che noi eravamo entrati lì in quella maniera e lei pensava di dover morire e ha pianto per un giorno e mezzo. Mentre questa seconda fase dal punto di vista dei pazienti è un po' meglio, parlo almeno per il mio reparto, siccome siamo ridotti al minimo come personale siamo ridotti allo stremo delle forze, il professore ha dato l'autorizzazione ai parenti dei pazienti non autonomi di rimanere, ovviamente rispettando tutte le misure di prevenzione e quindi da questo punto di vista diciamo che noi ci siamo un po' alleggeriti e si sono alleggeriti anche i sentimenti che ti ho detto prima, anche perché tante volte torni a casa con l'amarezza perché senti di non aver dato abbastanza. Magari mi chiedo se avrei potuto fare di più ma comunque le mie forze sono quelle e tu assisti il paziente ma quella è la minima parte di quello che facciamo perché fuori dalla stanza noi abbiamo mille altre cose da fare, c'è una parte burocratica infinita e torni a casa che sei avvilita demotivata, stressata. Mi è capitato di riflettere sul fatto che mi capita di pensare che siamo fortunati in questo momento a non poter uscire perché comunque io non ne avrei la forza di poterlo fare, perché appena finito il lavoro devo tornare a casa per riposare e recuperare per la prossima giornata lavorativa, ma così non va bene perché non esiste solo il lavoro.

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

16MI: Nella prima fase avevo paura di contagiarmi e di poter a mia volta contagiare gli altri perché tanto magari io l'avrei pure superato, però magari mi contagio e i pazienti che sono immunodepressi fragili e quant'altro magari per colpa mia non ne sarebbero usciti vivi da quella situazione. **Adesso non ti dico che non ho paura però** c'è più consapevolezza da parte di tutti e quindi sotto certi aspetti sono un po' più tranquilla, anche se sai che può accadere da un momento all'altro, adesso fa parte della routine. **In questa fase però quello che prevale è la stanchezza io arranco, nonostante quando vado a lavoro che è un lavoro che amo faccio il mio dovere sopra le forze e quando mi avvicino al paziente do il meglio che posso dare** perché penso che lì ci potrebbe essere un mio familiare. Prima affrontavamo tutto perché dovevamo uscirne vivi adesso vedo una lieve piattezza e non vedo la luce. Non ci sentiamo più apprezzati, mentre nella prima fase la gente riconosceva il nostro ruolo ora alla gente non importa più, meriteremmo di lavorare in maniera più dignitosa ci vuole rotazione per permetterci di fare delle ferie per staccare e riposarci.

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

16MI: Nella prima fase eravamo comunque sia tutti uniti, dovevamo combattere comunque questo nemico, eravamo senza armi non ci arrivavano le mascherine ti chiamavi tutti i giorni, diciamo che ti supportavi, adesso invece siamo uno più sfinite dell'altro siamo demotivati quindi andiamo a lavorare per inerzia fatto il lavoro tuo non vedi l'ora di andare via prima di fermavi un attimino scambiavi due chiacchiere adesso dai le consegne e scappi hai solo voglia di uscire dal reparto perché devi andare a casa a farti una doccia, mangiare e riposarti per prendere le energie per il giorno dopo non ti importa più di niente. Questa cosa ha cambiato anche la concezione della vita lavorativa siamo stanchi e non abbiamo più entusiasmo.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

16MI: Il messaggio è che **bisogna cercare di dare sempre il meglio di sé e bisogna cercare di non giudicare mai il paziente il parente, perché ognuno di noi vive una situazione che tu esternamente non sai e non conosci. A livello personale invece mi sento veramente tanto sola, mi manca la mia famiglia. Il fatto di non poter andare a casa che con le restrizioni e senza ferie non è possibile fare mi fa sentire tanto la mancanza della mia famiglia dei miei affetti e della mia città. Quindi mi fa scoprire ancora di più il valore della presenza, della vicinanza.**

17MI (8 anni esperienza)

Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

17MI: Sicuramente all'inizio non c'era una profonda idea della gravità, e quindi ci siamo andati cauti, poi man mano ci ha sommerso e quindi è arrivata **la paura soprattutto perché il nostro servizio non chiude mai e l'assistenza la devi sempre garantire h24**, i pazienti avevano ed hanno molta paura soprattutto i nostri pazienti che sono oncologici e di conseguenza era quasi una paura reciproca che ci faceva guardare tra noi in modo perplesso. Questo è durato per tutto il grande primo periodo che è durato da febbraio a maggio. **Quindi paura per il rischio di ammalarsi e portare il contagio a casa** perché poi degli altri in casa non usciva nessuno vista la

quarantena e l'unica che lo potevo portare ero io e poi c'era anche la paura per il rischio che correavano i nostri pazienti che sono immunodepressi. Però eri così immerso che spesso pensavi anche poco al resto, quindi più che altro era la paura. Con l'estate c'è stato uno spiraglio, poi è arrivata la seconda ondata e sembrava che tutti gli sforzi fatti per superare la prima fossero serviti a poco, anche se da noi gli accessi non è che si sono mai ridotti perché i pazienti dovevano continuare a fare le terapie però continuando a lavorare con una fatica doppia perché tutti i controlli aumentati e anche se vestiti abbastanza bardati dovevi comunque continuare a correre su e giù e quindi anche tanta stanchezza alle spalle. Quindi c'è stata un po' l'amarezza di dover ritornare indietro visto la nuova ondata senza poter percorrere dei passi avanti. Adesso la paura è un po' meno perché comunque abbiamo imparato a gestire anche i DPI, mentre prima non avevamo ben chiaro cosa fare e come fare. Nella seconda ondata diciamo che c'è una sensazione di sconforto perché sembra di aver vanificato tutti gli sforzi fatti prima.

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

17MI: Nella seconda ondata fondamentalmente siamo tornati agli stessi regimi di prima, anzi è aumentata la mole di lavoro che non è solo quella legata all'assistenza ma c'è stato anche un aumento esponenziale del lavoro burocratico. Quindi appena arrivo penso che dovrò affrontare una giornata pesante però so anche che il mio lavoro mi piace e poi comunque e come se andassi da una seconda famiglia perché comunque la tua mezza giornata la trascorri lì e dividi il peso con i tuoi colleghi. La prima ondata entravi a lavori con la speranza che non ci fossero persone positive e che quindi potessero creare un po' di scompiglio in quello che è l'equilibrio di un reparto che crea disagio anche nei confronti degli altri pazienti. C'era la voglia di preservare il nostro microcosmo, perché per i pazienti sarebbe stato ancora più deleterio di quanto magari non lo sarebbe stato per noi. Molti dei nostri pazienti contagiati purtroppo non ce l'hanno fatta. Da noi non può entrare nessuno estraneo al reparto e quindi da noi ogni volta che arrivano i pazienti facciamo i tamponi rapidi quindi in un momento sei infermiera del day Hospital, fai l'accettazione, "la Tamponatrice", la badante perché magari il paziente non è autosufficiente e quindi ricade tutto su di te. Se la professionalità e lo spirito di sacrificio della nostra professione se non si fosse vista in questo periodo non lo so in quale altro sarebbe possibile.

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi?

17MI: Sicuramente è cambiata anche se a noi dal punto di vista del lavoro non ci ha stravolto più di tanto perché rispetto a tanti altri che magari sono stati spostati noi abbiamo continuato a fare sempre lo stesso tipo di lavoro. Penso che da quel punto di vista noi siamo stati preservati perché se portava via anche a noi sarebbe stato difficile proseguire il lavoro. Dal punto di vista lavorativo è aumentato il carico di lavoro non tanto dal punto di vista nostro fisico, ma dal punto di vista burocratico, occorre una maggiore attenzione in tutto. **Con i colleghi diciamo che la prima ondata è andata un pochino meglio, mentre questa seconda ci ha messo a dura prova e spesso ci sono delle incomprensioni perché siamo fondamentalmente tutti stanchi** e a nostro discapito in questo periodo c'è stato un grande ricambio di personale in un posto dove per anni non c'era mai stato e ci sono delle figure storiche e quindi far subentrare e formare delle persone su un abito specialistico con tutta la stanchezza che ti ritrovi accumulata è un triplo lavoro, questo continuo via vai e comunque il prendersi carico e dover supportare queste persone e quindi è molto stressante. **Prima riuscivamo a supportarci di più perché eravamo un gruppo bene amalgamato adesso aggiungendo sempre nuove figure non è facile non abbiamo nemmeno il tempo materiale, comunque, per far capire bene ai nuovi colleghi come funziona perché comunque non hai tempo per te per completare tutto con tutte le cose nuove anche dal punto di vista burocratico che hai da fare.**

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

17MI: **Il messaggio più grande che mi ha dato è la certezza di aver fatto la scelta giusta lavorativamente parlando, perché mi ha fatto capire che ho fatto una scelta verso una professione di cui non si può fare assolutamente a meno e quindi aver fatto questa scelta lavorativa importante mi ha fatto sentire spesso orgogliosa di me stessa nonostante il poco tempo, la stanchezza.** Bene o male ne sono stata sempre convinta perché altrimenti non l'avrei scelta, però questo periodo ha rafforzato in me questa convinzione: Un'altra cosa che mi ha insegnato questo periodo è sicuramente quella di apprezzare quello che si ha, anche se lavorando dove lavoro questo pensiero è maturato in me già da molto, lo ha solo rafforzato. Comunque, forse la cosa veramente più importante è sentirmi fiera di quello che faccio.

18MI (38 anni esperienza)

Quali sono stati i sentimenti e le emozioni che sono affiorati e affiorano quando pensi all'assistenza dei pazienti durante questo periodo di pandemia covid?

18MI: Personalmente ho vissuto la prima parte della pandemia con molta paura e molto patema d'animo perché abbiamo visto dei casi di estrema sofferenza, ho capito quale era la gravità della situazione vedendo la sofferenza delle persone. Ti dico la verità che in me è nato uno sprint maggior per poter fare qualcosa, qualcosa che per me era poter alleviare il più possibile la sofferenza secondo quello che era nelle mie capacità e che vedevo quando avevo rapporto con il paziente. Devo premettere che il rapporto con il paziente nel mio ambito lavorativo non è per un periodo lungo come negli altri reparti, ma è limitato al tempo che va dalla preparazione all'esecuzione della procedura. E 'capitato spesso di dovermi recare in terapia intensiva o al pronto soccorso per fare delle broncoscopie ed è stato lì che ho visto la sofferenza non solo dal punto di vista del paziente ma anche da quello dell'operatore sia esso infermieristico, medico o ausiliario però in questa parte c'era da parte di tutti la voglia di sopperire alle mancanze, parlo di mancanze a livello affettivo e quindi avere un atteggiamento più benevolo nei loro confronti. Mi è capitato una volta di entrare in un box al pronto soccorso e di trovare una signora che era da sola perché i famigliari non potevano entrare ed avendola vista impaurita ho voluto perdere del tempo tra virgolette per stare

con lei , mi era rimasta impressa perché tutti si lamentavano del fatto che urlasse sempre per chiamare il marito e questa cosa mi aveva molto colpito, ma passando un po' di tempo con lei alla fine sono uscita che ridevamo insieme, però mi sono resa conto che in quel frangente che i piccoli gesti a cui magari capita di non pensarci possono fare la differenza. La seconda ondata è stata diversa perché il mio atteggiamento nei confronti delle persone con le quali mi sono relazionata dal punto di vista professionale è stato di maggiore spessore dal punto di vista professionale perché non ti fermavi solo a fare le cose che avevi sempre fatto ma vista la criticità del momento e notando che gli infermieri erano molto presi e oberati da altre situazioni ho fatto e faccio anche quello che magari uno si aspetta di trovare già pronto per eseguire la procedura. Mi sono resa conto che era necessario che io facessi quello che in quel momento faceva bene al paziente anche se non mi competeva perché non è il mio reparto.

Quale è stata la maggiore paura e/o emozione che provavi e provi non appena entrata a lavoro?

18MI: Io non ho mai avvertito il senso di pesantezza nell'andare al lavoro perché il mio lavoro mi è sempre piaciuto molto e non avrei fatto nessun altro lavoro. Quindi quando partivo da casa son sempre partita con il desiderio di fare del mio meglio a lavoro e quindi quando uscivo da lì mi dovevo sentire fiera. Per me l'obbiettivo è sempre stato quello di fare del mio meglio e non è solo adesso con la pandemia ma lo è da sempre, questa che vivo ormai da un anno è sicuramente un'esperienza nuova però quello che vivo adesso entrando a lavoro cioè la voglia di fare meglio è quello che vivo da sempre. L'emozione nuova è quella dell'aver paura del sapersi vestire e svestire nel modo corretto per poter rifuggire al contagio

Come è cambiata la tua vita lavorativa in funzione dell'evento covid? E il rapporto con i colleghi? Alla prima parte di questa domanda mi hai già risposto e quindi possiamo dire che non è cambiata, mentre per quello che riguarda la seconda parte?

18MI: È nella natura umana trovarsi di fronte ad una situazione nuova e non adattarsi, quindi diciamo che siamo cresciuti tutti insieme. C'è stato un momento in cui c'è stato il desiderio per evitare di poter nuocere a qualcuno che non erasolo il paziente ma anche tutti gli operatori che girano intorno al mio reparto anche se devo dire che questa attenzione ce l'abbiamo sempre perché facendo le broncoscopie questa attenzione ce l'abbiamo avuto sempre e certo magari adesso c'è un carico maggiore dal punto di vista dei DPI però il livello di attenzione da noi è stato sempre alto. Adesso abbiamo gli estrattori nelle sale che magari prima non c'erano, ma questo magari da un punto di vista può essere una conquista. ***Dal punto di vista dei colleghi noi siamo un gruppo di lavoro molto eterogeneo siamo in otto di età e con esperienze diverse il bello di questa cosa al di là dei caratteri, sai quale è stato? Che ognuno ha portato dentro la sua esperienza pregressa per migliorare il quotidiano vista l'emergenza.*** Quindi ognuno di noi ha potuto portare del suo nell'affrontare meglio la cosa e portare delle novità sul nostro lavoro quotidiano, ho cercato di vedere con loro delle cose nuove che magari io non conoscevo perché essendo lì da 20 anni magari sono un po' più fossilizzata, però ho cercato di essere sempre molto aperta a questa novità perché comunque arricchisce nel lavoro quotidiano.

Quale lezione ti ha lasciato lavorare nel pieno dell'emergenza covid?

18MI: È stata ed è tutt'ora un'esperienza molto forte perché comunque sono venute fuori tutte quelle che sono le fragilità umane, ma non solo le mie ma parlo del malato e parlo anche dei colleghi, del medico di tutta quella che è l'equipe e non solo all'interno della mia struttura ma anche al di fuori. Io ho avuto più coscienza di quelle che sono le fragilità di ciascuno, che sono dettate da paure e dal momento particolare che stiamo vivendo. Io mi ripropongo ogni giorno di comprendere le fragilità e di non additare nessuno, perché penso che sia importante anche il rispetto nei confronti di chi non riesce a superare una situazione. Però ***posso dire che fino ad oggi non mi sono mai svegliata con il peso di dover andare al lavoro e ho sempre detto che se fosse accaduto avrei dovuto cambiar lavoro ma se fino ad ora non è mai accaduto significa che questa è veramente la mia vocazione e la mia strada.*** Mi capita spesso di riflettere quello che è il mio vissuto esperienziale in ambito lavorativo e magari da questo traggo dei messaggi da portare alle persone a me vicine e con cui condivido un cammino di fede. In questi giorni mi sto soffermando a riflettere sul significato della parola misericordia, che anche se per qualcuno può sembrare banale per me non lo è, perché misericordia non significa essere compassionevoli ma è il contrario è cercare di comprendere le fragilità dell'altro, è mettersi nei panni dell'altro, non avere pregiudizi. È importante imparare a vedere l'altro come un altro te e quindi mettersi nei panni dell'altro non è una cosa semplice, ma è l'unica cosa che ti fa far bene questo lavoro.