

Cura in Mente Io Esisto

Musso.M. et al. -UO SPDC -P.O. Santa Maria Nuova-USL Toscana Centro-FirenzeCentro



Introduzione

“Mens sana in corpore sano” con questo aforisma si vuole evidenziare l'importanza che ricopre la continua interconnessione tra mente e corpo, il benessere mentale non può essere totale se non è presente anche quello fisico e viceversa, questi due aspetti non si possono scindere in nessuna persona. “..Il Rapporto Salute Mentale OMS del 2001 ricorda che le scelte di cura disponibili e i loro benefici dovrebbero essere ampiamente divulgate, attraverso campagne di sensibilizzazione e di educazione finalizzate a ridurre lo stigma e la discriminazione...”



Scopi

- ★ L'attività di gruppo si è basata sui principi della mindfulness e del rilassamento guidato, è stata svolta tre giorni la settimana nel periodo da Settembre a Novembre 2022, nel Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura, dell'Ospedale Santa Maria Nuova di Firenze
- ★ Sollecitare la realizzazione di gruppi terapeutici e riabilitativi durante la degenza del paziente
- ★ Dimostrare i benefici dati dall'intervento di terapie complementari
- ★ Documentare l'effetto dell'attività

Risultati

- Il periodo di osservazione è stato breve .
 Sono stati coinvolti circa 20 pazienti e 15 operatori, (Infermieri ed Oss- Territorio e Ospedale).
 I risultati osservati in questo breve periodo sono :
- Tra i pazienti partecipanti**
- ▶ Aumento di socializzazione
 - ▶ Miglioramento della relazione tra utente/operatore
 - ▶ Riduzione della noia
 - ▶ Riduzione dell'ansia
 - ▶ Riduzione degli stati aggressivi
 - ▶ Aumento della consapevolezza del sè, del corpo e del mondo circostante
 - ▶ Più attenzione alla cura della persona
 - ▶ Riduzione della rigidità causata dagli psicofarmaci
- Tra gli operatori**
- ▶ Miglioramento della percezione del clima di reparto

Materiale e metodi

- ★ Formazione interna con infermieri/docenti a isorisorse
- ★ Esperienza indirizzata in un primo momento al personale del reparto
- ★ Successivo coinvolgimento e partecipazione attiva dei pazienti,
- ★ Acquisto tappetini per l'attività e cassa musicale



Un ringraziamento speciale ad M.G. per la gentile concessione ed autorizzazione all'utilizzo delle sue creazioni artistiche