

Un nuovo paradigma di well-being per il personale di cura attraverso l'uso del fumetto inteso come opera d'arte.

Cristiana D'Aprile¹; Maria Carolina Zarrilli Affaitati²

Università di Foggia

Abstract: L'habitus culturale che caratterizza gli ambienti di cura riconosce nel paziente non solo sofferenza fisica ma, anche, fragilità emotiva e bisogno di comprensione, supporto e ascolto (Bruzzone, 2020). Ciò presuppone, necessariamente, da parte del personale sanitario una professionalità aderente ad un codice comportamentale fatto di umanità e altruismo (Consorti, 2014). Una dimensione empatica che implica dei costi per il benessere dell'operatore e dissonanza emotiva (Glomb & Tews, 2002). I quali, nel tempo, possono condurre a stati di *compassion fatigue*, depersonalizzazione e *burnout* (Schaufeli, 2017). Pertanto, l'oggetto del presente contributo è una riflessione pratico-poietica (Damiano, 1993) sull'azione pedagogica del *Graphic Medicine* (Czerwiec et al 2015) in grado, questo, di attivare un paradigma di *well-being* e *self-care* per i curanti (Calabrese, 2019). Attraverso un metodo estetologico e mediale verrà dimostrato come l'arte del fumetto sia un valido strumento di benessere.

Parole chiave: burnout, well-being, personale di cura, fumetto, opera d'arte.

Abstract: The cultural habitus that characterises care environments recognises in the patient not only physical suffering but also emotional fragility and the need for understanding, support and listening (Bruzzone, 2020). This necessarily presupposes a professionalism on the part of healthcare personnel adhering to a behavioural code of humanity and altruism (Consorti, 2014). An empathic dimension that implies costs for the practitioner's well-being and emotional dissonance (Glomb & Tews, 2002). Which, over time, can lead to states of compassion fatigue, depersonalisation and burnout (Schaufeli, 2017). Therefore, the object of the present contribution is a practical-poetic reflection (Damiano, 1993) on the pedagogical action of *Graphic Medicine* (Czerwiec et al 2015) capable, this, of activating a paradigm of well-being and self-care for caregivers (Calabrese, 2019). Through an aesthetic and medial method, it will be demonstrated how the art of comics is a valid instrument of well-being.

Key words: burnout, well-being, caring staff, comic, artwork.

¹ Cristiana D'Aprile, PhD Student in Medical Humanities and Welfare Policies presso l'Università degli Studi di Foggia. Ha scritto i paragrafi: Abstract, Il fumetto come arte e il suo potere comunicativo, Conclusioni.

² Maria Carolina Zarrilli Affaitati, PhD Student in Medical Humanities and Welfare Policies presso l'Università degli Studi di Foggia, Ha scritto i paragrafi: Abstract, Contesto.

Contesto

(Il benessere dei professionisti sanitari è un tema di cruciale importanza, specialmente alla luce delle recenti sfide globali che il settore sta affrontando. Tra i fattori più incisivi sul benessere dei sanitari vi è il *burnout*, che nel 2019 è stato riconosciuto dall'OMS come sindrome, e inserito nell'*International Statistical Classification of Diseases, Injuries and Causes of Death* (WHO, 2024). Maslach lo descrive come un malessere caratterizzato da tre dimensioni: esaurimento emozionale, depersonalizzazione e riduzione delle capacità personali (Pirò Ghigliotti, 2023). La depersonalizzazione, è una condizione emotiva di disagio che porta a una percezione distaccata e priva di reciprocità nei confronti dei pazienti (Dyrbye, 2018). Invece, la *compassion fatigue*, si manifesta con una riduzione di comprensione e coinvolgimento, derivante dall'esposizione continua alla sofferenza altrui (Kane, 2022). I professionisti affetti da *burnout* mostrano una ridotta capacità decisionale, un aumento degli errori, minore empatia e un alto tasso di abbandono della professione, mettono a rischio l'intero sistema sanitario, già colpito gravemente da carenza di personale (Grassi & Magnani, 2000). In tali contesti, compromette le competenze professionali fondamentali, influenzando negativamente la comunicazione e la collaborazione all'interno del team sanitario (Shanafelt et al., 2019). Circa il 50% dei medici italiani evidenzia un peggioramento della pratica operativa, mentre tra gli infermieri si riscontra un'incidenza elevata di stress e stanchezza cronica (Grassi & Magnani, 2000). La pandemia di COVID-19 ha ulteriormente esacerbato queste condizioni, con un aumento significativo dei carichi di lavoro. Uno studio pubblicato su *Frontiers in Public Health* (FNOMCeO, 2022) ha rilevato che durante questo periodo, il 70% degli operatori nazionali hanno riportato sintomi clinici di stress post-traumatico, ansia e depressione. I fattori di rischio del *burnout* possono essere classificati in categorie individuali, organizzative e di stress addizionale (Leiter M. P., Maslach, C., 2016). Colpiscono in particolare le specializzazioni mediche con un elevato coinvolgimento emotivo, come i medici di medicina generale (MMG), psichiatri, operatori del pronto soccorso, oncologi e medici di terapia intensiva (Gramaglia et al., 2021). In ottica preventiva, studi recenti dimostrano che l'esposizione all'arte abbia effetti benefici, nella produzione di endorfine e dopamina che generano felicità e piacere (Gramaglia et al., 2021). Inoltre, rappresenta un'efficace metodologia di formazione partecipativa, capace di trasformare la persona e generare nuove intuizioni e soluzioni. Queste evidenze hanno portato allo sviluppo di nuovi strumenti culturali, come il *Graphic Medicine*, che favoriscono il *well-being* degli operatori sanitari.

Il fumetto come arte e il suo potere comunicativo

Il ruolo del personale sanitario si fonda sull'esigenza di rispondere con responsabilità ed empatia ai bisogni assistenziali del soggetto che si prende in cura (Bonadonna, 2017). Tuttavia, queste azioni richiedono una postura che permetta di "comprendere sé stessi per trovare il giusto orientamento dell'esserci" (Mortari, 2019, p.13) per arginare la deriva causata dall'esposizione alla sofferenza altrui e alla pressione emotiva del lavoro (Dyrbye et al, 2014). Recentemente sta emergendo un nuovo approccio metodologico che fa leva sull'arte, capace di generare benessere e sviluppare competenze trasversali cruciali per il curante e per il paziente, migliorando la loro relazione interpersonale (Ferrara, 2020). L'integrazione dell'arte nei percorsi di cura non solo migliora lo stato emotivo dei pazienti, ma arricchisce anche la pratica medica, promuovendo sensibilità, comunicazione e comprensione reciproca (Scott, 2019). Un esempio virtuoso di come l'arte possa essere utilizzata come strumento di trasformazione sociale e promozione di *well-being* e *self-care* per i sanitari è il progetto europeo "Art & Social Change" (Fulco, 2023). Avviato con il sostegno dell'Unione Europea, la ricerca si è posta l'obiettivo di esplorare e sviluppare pratiche artistiche inedite che potessero influenzare positivamente le comunità locali e affrontare le sfide sociali attraverso l'arte. Questo *case history*, che pone l'operatore sanitario al centro, ha evidenziato, nei vari contesti di applicazione, degli impatti positivi favorendo lo sviluppo di competenze e la comprensione delle criticità che caratterizzano le professioni di cura. Invero, definire l'arte è un'azione molto complessa; uno dei primi tentativi è stato compiuto dal filosofo francese Batteux nel XVIII secolo, il quale propose un principio comune di classificazione basata sull'imitazione della realtà. Da allora, la concezione delle arti si è ampliata e diversificata in tutte le sue forme, espandendo i suoi confini e modificando i suoi assiomi. Nel 1964,

Béylié, storico cinematografico, aggiunse alla lista stilata da Canudo nel 1911 una nona arte, quella del fumetto (Bonura, 2018). La letteratura disegnata ha la capacità unica di raccontare storie in modo visivo e narrativo allo stesso tempo. La sua caratteristica forma espressiva la rende capace di veicolare emozioni, esperienze e concetti complessi attraverso un linguaggio visivo (Barbieri, 1991) che permette al lettore di immergersi nel racconto e di comprendere meglio le dinamiche umane, potenziando i suoi molteplici punti di contatto con la letteratura, il cinema e il teatro (Brandigi, 2020). Il *Graphic Medicine*, con il suo approccio narrativo, può svolgere un ruolo cruciale nella prevenzione al disagio professionale (Czerwiec et al, 2015). Attraverso storie che rappresentano situazioni di stress, ma anche di resilienza e di cura di sé, il fumetto può offrire modelli positivi e spunti di riflessione per il personale sanitario (Calabrese, 2020). Nell'ambito della formazione continua del personale sanitario, il fumetto può essere integrato nei programmi di sviluppo professionale come strumento educativo. Attraverso workshop, letture guidate e discussioni di gruppo basate su fumetti che trattano temi legati alla cura e alla salute, favorendo lo sviluppo di competenze emotive e relazionali fondamentali per il loro lavoro. Inoltre, il *Graphic Medicine* con la sua capacità di raccontare storie in modo coinvolgente e accessibile (Cohn, 2013) può essere un mezzo per promuovere l'autoformazione continua. Gli operatori sanitari possono essere incoraggiati a leggere e creare fumetti come parte del loro percorso di sviluppo professionale, utilizzando questa forma d'arte per esplorare e comprendere (McCloud, 2018) meglio le proprie esperienze e sfide lavorative.

Conclusioni

Il *Graphic Medicine* offre un approccio innovativo per migliorare il benessere e prevenire il *burnout* tra i sanitari. La combinazione tra narrazione visiva e contenuti emotivi può favorire una pratica lavorativa empatica, padronanza di competenze relazionali e auto-riflessione. L'arte sequenziale è in grado di influenzare positivamente l'umore, ridurre ansia, aiutare nella gestione di stati di depressione e incoraggiare sentimenti di resilienza (Gramaglia et al., 2021). Sulla scorta delle evidenze descritte nel contributo, l'auspicio è un maggiore sostegno istituzionale e l'inserimento dei linguaggi artistici nei percorsi di formazione volti a migliorare la sensibilità dei curanti, per garantire equilibrio professionalità e stabilità dell'ecosistema medico (Fulco, 2023).

Bibliografia

- Barbieri, D. (1991). *I linguaggi del fumetto*. Milano: Buonpiani.
- Bonadonna, G. (2017). *La dimensione etica nella pratica di cura*. Corso di formazione medical humanities, per una nuova educazione alle cure; 16-18.
- Bonura, M. (2018). *Il fumetto come arte e altri saggi*. Palermo: Edizione Ex Libris.
- Brandigi, E. (2020). La vittoria della Graphic Novel. La visual literacy e le tre corone del romanzo a fumetti contemporaneo. *Il graphic novel. Un crossover per la modernità*. Firenze University Press: Biblioteca di studi di filosofia moderna ISSN 2420-8361(online).
- Bruzzone, D. (2020). L'anima della cura: la vita emotiva dei professionisti della salute come sfida per la formazione. *Studium Educationis*, 2, 90-100.
- Calabrese, S. (2019). La "graphic medicine": curarsi con i "comics". *Griseldaonline*. 18, (2), 2019, pp. 117-136.
- Calabrese, S. (2020). Un matrimonio semiotico tra parole e immagini. *Il graphic novel. Un crossover per la modernità*. Firenze University Press: Biblioteca di studi di filosofia moderna ISSN 2420-8361(online).
- Cohn, N. (2013). *The Visual Language of Comics. Introduction to the Structure and Cognition of Sequential Images*. London: Bloomsbury.
- Consorti, F. (2014). Il professionalism, teoria e attualità, *Medicina e Chirurgia*, 62: 2811-2813, 2014. DOI: 10.4487/medchir2014-62-6
- Czerwiec M.K., Green M.J., Myers K.R., Squier S.M., Smith S.T. & Williams I. (2015). *Graphic Medicine Manifesto*. Pennsylvania: Penn State University Press.
- Damiano, E. (1993). *L'azione didattica. Per una teoria dell'insegnamento*. Roma: [Armando Editore](#).

- Dyrbye, L.N., Rabatin, J.T., West, C.P. et al. (2014). Intervention to promote physician well-being, job satisfaction, and professionalism: a randomized clinical trial. *JAMA Intern Med*, 174: 527–33.
- Ferrara, V. (2020). *L'arte come strumento per la formazione in area medica e sanitaria*. Roma: Aracne Editrice.
- Fulco, E. (2023). Co-progettazione e multiAgency: un Art Care Model per il ben-essere delle diverse culture organizzative. *Il Mulino – Rivisteweb* (ISSN 1122-7885). [Elisa Fulco.pdf](#)
- Glomb, T.M. & Tews, M.J. (2004). Emotional labor: A conceptualization and scale development. *Journal of Vocational Behavior*, 64(1), 1-23.
- Gramaglia, C.M., Gambaro, E., Bellan M. (2021). Mid-term Psychiatric Outcomes of Patients Recovered From COVID-19 From an Italian Cohort of Hospitalized Patients. *Frontiers in Psychiatry*. DOI: [10.3389/fpsy.2021.667385](https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.667385)
- Grassi, L., Magnani, K. (2000). Psychiatric morbidity and burnout in the medical profession: An Italian study of general practitioners and hospital physicians. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 69(6),329-334
- Leiter, M. P., Maslach, C. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103-111
- Kane, L. (2022). "Medscape National Physician Burnout & Suicide Report 2022: Stress, Anxiety, and Anger." Medscape
- McCloud, S. (2018). *Capire, fare e reinventare il fumetto*. Milano: Bao Publishing.
- Mortari, L. (2019). *Aver cura di sé*. Milano: [Raffaello Cortina Editore](#)
- Panzeri, M., Bertamini, M., Nardi, G., De Luca, E., & Meneguzzo, P. (2023). Emotional exhaustion in healthcare workers during the COVID-19 pandemic: The role of humor styles, emotion regulation, and trait emotional intelligence. *Frontiers in Psychology*, 14, 1146408
- Schaufeli, W. B. (2017). Burnout: A short socio-cultural history. In S. Neckel, A. K. Schaffner, & G. Wagner (Eds.), *Burnout, fatigue, exhaustion: An interdisciplinary perspective on a modern affliction* (pp. 105–127). Londra: Palgrave Macmillan.
- Scott, J. (2019). *The Healing Arts*. Londra: Unicorn.
- World Health International (WHO), (2024). *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems (ICD)*. [International Classification of Diseases \(ICD\) \(who.int\)](https://www.who.int)