

LA CURA DI CHI ACCOMPAGNA LA NASCITA

**Campagna Nazionale per il Benessere della professione
Ostetrica Italiana**

Proposta rivolta agli Ordini della Professione di Ostetrica (FNOPO)

1. PREMESSA ISTITUZIONALE

Il Codice Deontologico della professione Ostetrica riconosce i professionisti come figure sanitarie autonome impegnate nella tutela della salute della donna, del neonato, della famiglia e della comunità, lungo tutto il percorso nascita e nei processi fisiologici della vita femminile.

La professione ostetrica non interviene soltanto nella cura, ma **accompagna**, sostiene e custodisce uno dei momenti più significativi dell'esperienza umana: la nascita.

La qualità dell'assistenza ostetrica si fonda su elementi profondamente umani e professionali:

- presenza consapevole
- equilibrio emotivo
- capacità relazionale
- continuità assistenziale
- rispetto dell'autodeterminazione della donna
- promozione della fisiologia e della salute.

In un contesto sanitario caratterizzato da:

- crescente complessità assistenziale
- carico emotivo elevato
- responsabilità relazionali profonde
- cambiamenti organizzativi del percorso nascita
- bisogno crescente di accompagnamento umano oltre che clinico

emerge oggi una domanda fondamentale:

Chi sostiene chi accompagna la nascita?

Il progetto “*Wellclick: Strategie pratiche per migliorare benessere e relazioni. Gestisci stress, emozioni e comunicazione*”. nasce per offrire una risposta concreta, culturale e nazionale a questa esigenza.

2. VISIONE DEL PROGETTO

Prendersi cura di chi accompagna la vita

WellClick è una campagna nazionale dedicata al benessere della professione ostetrica italiana, sviluppata in collaborazione con l'Ordina Nazionale e gli Ordini territoriali.

Non rappresenta un percorso motivazionale, ma un'azione culturale che riconosce un principio fondamentale:

il benessere della professione ostetrica incide direttamente sulla qualità dell'esperienza di nascita.

Quando i professionisti sono sostenuti:

- migliora la relazione con la donna e la famiglia
- aumenta la fiducia nel percorso nascita
- si rafforza l'alleanza assistenziale
- si promuove una nascita più rispettata e consapevole.

Il benessere dell'ostetrica diventa quindi elemento essenziale di salute pubblica.

3. OBIETTIVO DEL PROGETTO

Attivare una **Campagna Nazionale di Benessere Ostetrico** che offra:

4 MESI GRATUITI DI ACCESSO A WELLCLICK

a tutte le ostetriche iscritte agli Ordini aderenti.

Il programma prevede:

- 120 contenuti audio on-demand
- percorso quotidiano di 5 minuti
- strumenti immediatamente applicabili nella pratica professionale
- possibilità di ottenere **10 crediti ECM** al termine del percorso.

5. COSA È WELLCLICK E STRUTTURA DEL PROGRAMMA

WellClick è un'applicazione di allenamento quotidiano al benessere psicofisico e relazionale progettata per professionisti.

Durata media: **5 minuti al giorno**, compatibili con i ritmi dei servizi territoriali, consultoriali, ospedalieri e libero-professionali.

MODULO 1 — Comunicazione efficace

- Ascolto attivo ed empatia nella relazione
- Comunicazione assertiva e gestione dei conflitti
- Linguaggio verbale e non verbale
- Public speaking e capacità espositiva
- Feedback costruttivi e relazione collaborativa
- Tecniche comunicative per creare connessione

MODULO 2 — Focus e Mindset

- Gestione dei pensieri e delle convinzioni limitanti
- Focus mentale e gestione delle priorità
- Motivazione, disciplina e resilienza

- Superamento di procrastinazione e autosabotaggio
- Costruzione di abitudini efficaci
- Mindset positivo orientato agli obiettivi

MODULO 3 — Emozioni, Stress e Salute

- Gestione dello stress e dell'ansia
- Consapevolezza e regolazione emotiva
- Prevenzione del burnout e recupero energetico
- Tecniche di respirazione e rilassamento
- Equilibrio psicofisico e benessere mentale
- Strategie per migliorare serenità e resilienza

MODULO 4 — Lo sapevi che: neuroscienze e benessere

- Funzionamento del cervello e della mente
- Emozioni, memoria e processi decisionali
- Neuroplasticità e apprendimento
- Stress e neuroscienze del comportamento
- Bias cognitivi e funzionamento inconscio
- Relazione tra cervello, emozioni e benessere

Al termine: Attestato ECM con 10 crediti formativi.

6. IMPATTO ATTESO

Impatto sulla Professionista

- riduzione dello stress percepito
- maggiore stabilità emotiva
- aumento della soddisfazione professionale
- miglior equilibrio vita-lavoro.

Impatto sul Percorso Nascita

- miglior qualità relazionale
- maggiore fiducia assistenziale
- promozione del benessere psico fisico emotivo
- sostegno emotivo più consapevole.

Impatto sugli Ordini Professionali

- valorizzazione per i propri iscritti
- rafforzamento del senso di appartenenza
- azione coerente con il Codice Deontologico
- innovazione nei servizi offerti.

7. PERCHÉ È STRATEGICO OGGI

La professione ostetrica rappresenta una figura chiave nella promozione della salute femminile e materno-infantile.

Tuttavia, la complessità relazionale ed emotiva della professione espone a:

- affaticamento emotivo
- sovraccarico relazionale
- rischio di esaurimento professionale.

Investire nel benessere delle ostetriche significa:

- sostenere la qualità del percorso nascita
- promuovere la salute delle donne e dei neonati
- rafforzare la fiducia nella professione ostetrica
- contribuire alla sostenibilità del sistema salute.

8. FONDAMENTO SCIENTIFICO ED ECONOMICO:

Perché “stare male” costa (e perché prevenire è una scelta strategica)

1) Burnout e stress lavoro-correlato: fenomeni riconosciuti ufficialmente

Il **burnout** non è un’etichetta generica: l’Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) lo definisce in ICD-11 come **sindrome dovuta a stress cronico sul posto di lavoro non gestito con successo**, caratterizzata da **esaurimento**, **distanza mentale/cinismo** e **ridotta efficacia professionale**. È quindi un fenomeno **occupazionale**, con impatti misurabili su salute e performance. ([Organizzazione Mondiale della Sanità](#))

2) Quanto costa la sofferenza psicologica: ordine di grandezza (UE)

Le stime OCSE/Unione Europea indicano che i **costi complessivi del disagio e dei disturbi mentali** superano **il 4% del PIL** nei Paesi UE (stima storica su 2015), pari a circa **€600 miliardi**:

- una quota rilevante è **spesa sanitaria**,
- una quota è **spesa sociale**,
- e una quota ancora più ampia è fatta di **perdita di produttività e riduzione dell’occupazione** (assenteismo + “presenteismo”, cioè lavorare mentre si sta male, con performance ridotta). ([OECD](#))

Questa fotografia è importante per gli Ordini: quando lo stress diventa cronico, il costo non è solo “umano”, ma **sistemico e organizzativo**.

3) Lo stress lavoro-correlato ha un costo diretto anche “come rischio lavoro”

Già una stima della Commissione Europea (basata su evidenze EU-OSHA) quantificava il costo dello **stress lavoro-correlato** nell’UE-15 in **€20 miliardi/anno** (stima prudente e storica, utile come ordine di grandezza). ([Publications Office of the EU](#))

In parallelo, EU-OSHA ha riportato che lo stress lavoro-correlato pesa in modo rilevante sulle assenze prolungate. ([moodle.adaptland.it](#))

4) In sanità l’impatto è doppio: su persone e qualità/sicurezza delle cure

Nelle professioni di cura, lo stress non produce solo assenze: impatta **la relazione**, la lucidità, la comunicazione, la gestione degli imprevisti e quindi anche la qualità percepita e la sicurezza.

La letteratura scientifica mostra associazioni robuste tra burnout e outcome assistenziali:

- una **revisione sistematica** (2019) conclude che il burnout tra i professionisti sanitari è associato a **peggioramento della sicurezza del paziente**. ([PMC](#))
- una **revisione sistematica e meta-analisi** su infermieri (JAMA Network Open, 2024) trova che il burnout è associato a **qualità e sicurezza più basse** e a **minore soddisfazione dei pazienti**. ([JAMA Network](#))

Per un progetto rivolto alla professione ostetrica questo è centrale: **se chi accompagna la nascita è in esaurimento, diminuisce la capacità di presenza, regolazione emotiva e relazione di fiducia**, che sono elementi fondanti dell’assistenza ostetrica (come già esplicitato nel documento).

5) Turnover, assenteismo e “presenteismo”: i tre canali principali del costo

Quando lo stress psicofisico-emotivo non viene gestito, i costi per un’organizzazione aumentano tipicamente lungo tre direttrici:

1. **Assenteismo**: aumento dei giorni di malattia, sostituzioni, straordinari, discontinuità dei team.
2. **Presenteismo**: persone presenti ma con energie cognitive/emotive ridotte → più errori, più conflitti, più tempi, minore qualità.
3. **Turnover**: perdita di competenze, costi di reclutamento e onboarding, impoverimento della “memoria organizzativa”, instabilità dei servizi.

Questi meccanismi sono coerenti con le raccomandazioni internazionali: l’OM on mental health at work (2022)***, tratta la salute mentale sul lavoro come area di intervento **evidence-based** e raccomanda azioni su più livelli (organizzazione, manager, lavoratori, interventi individuali e percorsi di rientro). ([Organizzazione Mondiale della Sanità](#))

6) Prevenire conviene: ritorno economico degli interventi (dato OMS)

Un dato spesso molto convincente per decisori e stakeholder: l’OMS ha riportato che **ogni 1 dollaro investito** nel potenziamento del trattamento per depressione e ansia produce un **ritorno di 4 dollari** in migliore salute e capacità lavorativa (analisi OMS con pubblicazione su *The Lancet Psychiatry*). ([Organizzazione Mondiale della Sanità](#))

Pur essendo un dato sul trattamento (non solo prevenzione), è un messaggio chiave: **investire sul benessere psicologico non è un costo “soft”, è un investimento con ritorno misurabile.**

7) Coerenza con l’impostazione italiana: stress come rischio psicosociale gestibile con metodologia

In Italia, lo stress lavoro-correlato è trattato come tema di prevenzione: INAIL mette a disposizione una **Metodologia** e una **piattaforma** per la valutazione e gestione del rischio stress lavoro-correlato, aggiornata anche rispetto ai cambiamenti organizzativi (es. lavoro da remoto, innovazione). Questo rafforza ulteriormente il punto: **lo stress lavoro-correlato è un ambito “tecnico”, non un’opinione.** (Inail.it)

“Sostenere lo stato psicofisico–emotivo delle ostetriche non è un intervento motivazionale: è prevenzione basata su evidenze, con impatto su qualità dell’assistenza, sicurezza, continuità dei servizi e sostenibilità organizzativa.” ([Organizzazione Mondiale della Sanità](#))

9. MODALITÀ DI ATTIVAZIONE NAZIONALE

Proposta operativa:

- Presentazione ufficiale alla FNOPO
- Adesione volontaria degli Ordini territoriali
- Campagna comunicativa nazionale
- Attivazione piattaforma con accesso dedicato agli iscritti
- Pubblicazione articoli scientifici
- Eventi webinar formativi dedicati
- Giornata Nazionale **“Mi prendo cura di Te”**

10. POSIZIONAMENTO DEL PROGETTO

WellClick rappresenta una iniziativa culturale che afferma:

“La qualità della nascita inizia dal benessere di chi accompagna la vita.”

È una scelta etica.

È una scelta professionale.

È una scelta culturale per il futuro della salute materno-infantile.

11. CONCLUSIONE ISTITUZIONALE

Affiancare chi accompagna la vita

La **Health Coaching Academy**, fondata dalla Prof.ssa **Romina Corbara** e Prof. **Antonio Pipio**, nasce dall’esperienza diretta nelle professioni sanitarie e dalla profonda comprensione della relazione di cura.

Prima ancora che formatori, i fondatori hanno vissuto la responsabilità quotidiana dell'accompagnamento umano nei momenti più significativi della vita delle persone.

Da questa esperienza nasce una convinzione:

non può esistere una nascita realmente rispettata senza professionisti sostenuti nel loro benessere umano e professionale.

La Health Coaching Academy desidera affiancarsi alla FNOPO e agli Ordini territoriali come partner educativo e culturale, contribuendo alla diffusione di una cultura della cura che includa anche la tutela di chi accompagna la nascita.

Un impegno sociale offerto gratuitamente alla professione

Il progetto viene proposto a **titolo completamente gratuito** per gli Ordini aderenti e per tutte le ostetriche iscritte, come atto di responsabilità sociale, culturale e morale verso una professione che da sempre custodisce la vita, sostiene le donne e accompagna le famiglie.

Non si tratta di un servizio commerciale, ma di un investimento etico nella salute della comunità.

Per una volta, l'attenzione viene rivolta a chi ogni giorno sostiene la nascita.

Per una volta, siamo noi a prenderci cura di chi accompagna la vita.

Una visione per la comunità

Quando un professionista sta bene:

- la donna si sente accolta
- la famiglia si sente sostenuta
- la nascita diventa esperienza positiva
- la comunità cresce in salute e fiducia.

Perché sostenere la professione ostetrica significa sostenere il futuro stesso della società.

Con stima e profondo rispetto per la professione che accompagna la vita

**Prof.ssa Romina Corbara
Prof. Antonio Pipio**