

# **Ansia e dolore da intervento chirurgico dimezzati nei bambini**

Data: Invalid Date | Autore: Redazione



Il risultato di unostudio del Meyer di Firenze pubblicati su “European Journal of Pediatrics”

FIRENZE 31 MAGGIO - Le tecniche di immaginazione guidata, nei bambini, aiutano adiminuire l'ansia preoperatoria e il dolore successivo agliinterventi chirurgici. Lo hanno dimostrato con uno studio appenapubblicato su “European Journal of Pediatrics” le psicologhe delservizio di Psicologia dell'Ospedale pediatrico Meyer di Firenze incollaborazione con il Servizio di Terapia del dolore e CurePalliative.

Lo studio. L'studio ha messo a paragone le reazioni di 30 bambini di etàcompresa fra i 6 e i 12 anni che hanno utilizzato questa tecnicadi rilassamento prima dell'anestesia generale per un interventochirurgico non complesso, con quelle di altrettanti bambini di ungruppo di controllo per i quali è stato seguito il protocollostandard che non prevede questa tecnica.

Il risultato? L'ansiapreoperatoria provata dai bambini, così come il dolorestpost-operatorio erano ridotti in modo statisticamentesignificativo di circa la metà.

L'ansia, in particolare,è risultata maggiormente ridotta nei piccoli che arrivavanoall'intervento chirurgico dopo averne già subito un altro, per cui partivano con un livello maggiore di distress.

Come funziona laguided imagery. “L'immaginazione guidata (o “guided imagery”) è una tecnica non farmacologica di rilassamento che viene impiegata con bambini e adolescenti (ma anche con gli

adulti) per coinvolgerli attivamente e farli sentire capaci di poter affrontare situazioni di distress che possono comportare ansia ed dolore" spiega Laura Vagnoli, coordinatrice dello studio.

Il "postopreferito". In particolare, al Meyer, da tempo, si utilizza l'imagery per ridurre ansia e dolore nei bambini in situazioni di particolare stress: "Utilizziamo spesso la tecnica della visualizzazione del "posto preferito", appresa da Leora Kuttner, psicologa statunitense esperta in terapia del dolore. Il bambino viene fatto rilassare, a occhi chiusi, e concentrare sul respiro. Fatto questo lo si guida a immaginare un posto segreto, che può essere un luogo che conosce e dove desidererebbe essere oppure un posto inventato e lentamente lo si porta ad esplorarlo", spiega la psicologa del Meyer.

Esperienza multisensoriale. Quando i bambini riescono ad "entrarci", questo percorso si trasforma in un'esperienza multisensoriale: "Toccano, assaggiano, sentono profumi e rumori. Quelle che riportano sono sensazioni concrete: nei bambini che immaginano di mangiare, ad esempio, si è osservato che aumenta la salivazione". Una volta raggiunto lo stato di rilassamento, vengono guidati a salutare e lasciare quello spazio, per tornare indietro, e quando riaprono gli occhi il benessere appare aumentato: "Il vantaggio è che potranno tornare in quel luogo ogni volta che vorranno. Infatti la tecnica, una volta appresa, può essere ripetuta dal paziente in autonomia", spiega la psicologa.

Le tecniche di valutazione. Per misurare gli effetti di questa tecnica, le psicologhe hanno utilizzato strumenti di osservazione validati scientificamente: la riduzione dell'ansia è stata valutata usando la scheda di osservazione Modified Yale Preoperative Anxiety Scale che assegna un punteggio per quantificare lo stato ansioso valutando diverse manifestazioni del bambino (ad esempio il pianto e l'agitazione corporea). Il risultato è stato che i bambini che hanno usufruito della tecnica della guided imagery hanno riportato un punteggio di 39.6 rispetto all'83.7 dei gruppi di controllo.

Per valutare il dolore postoperatorio - che naturalmente era comunque stato controllato anche con i farmaci di routine dopo gli interventi - è stata utilizzata la scala Face Legs Activity Cry, scheda messa a punto per i pazienti che non possono esprimere verbalmente il dolore percepito. In una scala da 1 a 10 i bambini non trattati con la tecnica di immaginazione riportavano un dolore medio superiore a quello dei bambini trattati di oltre 2 punti.

Dolore percepito e ansia. "Distratti e rilassati, i bambini percepiscono meno dolore, che rimane pur sempre fortemente legato alla condizione di ansia sottostante che spesso nella mente dei bambini viene confusa con una sensazione dolorosa" - spiega la dottoressa Vagnoli. - Infatti paura e ansia sono icorrelati psicologici del dolore e livelli maggiori di ansia possono portare a livelli sempre più alti di dolore percepito, nonostante il controllo farmacologico. Pertanto è necessario aiutare i bambini a confrontare l'ansia, in modo che anche la percezione del dolore possa ridursi", spiega la psicologa.

I vantaggi dell'imagery. "Il nostro studio ne ha confermato l'efficacia. Oltre a questo, si tratta di uno strumento duttile, che i bambini possono imparare a padroneggiare rapidamente e poi utilizzare anche in contesti extra-ospedalieri, come ad esempio nelle attività sportive o per rilassarsi prima di una "semplice" interrogazione", spiega Laura Vagnoli. "Non solo: tutti possono imparare questa tecnica, dopo una formazione specifica, e quindi anche il personale medico-infermieristico può metterla in pratica prima degli interventi chirurgici o procedure che possono provocare distress".

L'impegno del Meyer. Il Meyer è da sempre attento a questi temi e questa attenzione è diventata autentica cultura di "Ospedale senza dolore". Lo studio porta le firme di Laura Vagnoli, Alessandra Bettini, Elena Amore, psicologhe, di Salvatore DeMasi, epidemiologo e Andrea Messeri, responsabile del Servizio di Terapia del Dolore e Cure Palliative dell'ospedale.

