

Indice

Introduzione	1
Parte prima	3
1.1. Origine del concetto di stress	3
1.2. Definizione di stress.....	5
1.3. Gli agenti stressanti	7
1.4. Fisiopatologia dello stress	10
1.4.1. Dallo stimolo alla risposta.....	11
1.4.2. La Sindrome Generale di Adattamento	13
1.5. Il distress.....	14
1.5.1. Conseguenze patologiche.....	16
1.6. Il coping	20
1.7. Lo stress occupazionale.....	22
1.8. Epidemiologia dello stress occupazionale	25
1.9. I fattori di stress sul posto di lavoro.....	27
1.9.1. La mancanza di controllo	27
1.9.2. Monotonia	27
1.9.3. Scadenze pressanti	28
1.9.4. Lavorare a ritmi veloci	28
1.9.5. L'esposizione alla violenza, mobbing e ad altre forme di molestie	28
1.9.6. Condizioni di lavoro rischiose per il fisico	29
1.10. Gli aspetti normativi	29
1.11. La valutazione dello stress occupazionale	33
1.11.1. La valutazione delle fonti di stress.....	34
1.11.2. La valutazione dello stress percepito.....	35
1.11.3. La valutazione dei fattori moderatori.....	36
1.11.4. La valutazione degli effetti dello stress	37

1.11.5. Benessere psicologico.....	39
1.12. Burnout e mobbing.....	40
1.13. Stress ed infermieri.....	45
1.13.1. I fattori di stress “lavoro correlato” negli infermieri	46
1.13.2. Stress negli infermieri che assistono a domicilio	48
1.13.3. Le conseguenze dello stress occupazionale negli infermieri	49
1.14. L’assistenza a pazienti oncologici e lo stress occupazionale	50
1.15. Perché un infermiere dovrebbe occuparsi di stress occupazionale?	53
<i>Parte seconda.....</i>	56
2.1. Progetto di ricerca	56
2.1.1. Disegno di ricerca: obiettivi e quesiti.....	56
2.2. Materiali e metodi.....	56
2.3. Risultati dell’indagine	59
2.4. Discussione	64
<i>Parte terza.....</i>	68
3.1. Conclusioni.....	68
<i>Bibliografia.....</i>	71