

ATTIVITÀ PROFESSIONALE

I parametri di soddisfazione professionale del buiatra

Giovanni Gnemmi, Cristina Maraboli

Medici veterinari liberi professionisti, Bovinevet - Bovine Ultrasound Services
Premosello Chiovenda (VB)

RIASSUNTO

In momenti di crisi culturale-sociale-economica, le persone, indipendentemente dalla professione che esercitano, sono maggiormente esposte allo stress, soprattutto nelle società con il maggiore sviluppo. A questa condizione non è estraneo il veterinario buiatra che, per la tipologia del lavoro che svolge, è un professionista ad alto rischio di depressione. In questo articolo gli autori descrivono i rischi da fattori stressogeni legati alla professione, basandosi su ricerche condotte in ambito veterinario.

Parole chiave: stress, depressione, buiatra, veterinario.

SUMMARY

Job satisfaction parameters of bovine vets

In moments of deep cultural and social-economic crisis, people, regardless of their job position, are more exposed to stress, especially in high-developed societies. In this condition, bovine vets for the type of work they perform, are at high risk of depression. In this article the authors describe the risks related to stressful factors related linked to profession, based on research carried out in the veterinary field.

Keywords: stress, depression, bovine vet.

In momenti di profonda crisi culturale-sociale-economica, le persone, indipendentemente dalla professione che esercitano, sono maggiormente esposte allo stress. Non si tratta di una condizione che si manifesta solamente laddove esistono delle criticità economiche, ma paradossalmente, soprattutto nelle società con il maggiore sviluppo. A questa condizione non è estraneo il veterinario, soprattutto il veterinario buiatra che, per la tipologia del lavoro che svolge, è invece un "professionista" ad alto rischio di depressione. Il professionista depresso talvolta cerca l'evasione da una realtà che viene rifiutata, attraverso le droghe, l'alcool, i farmaci psicotropi, oppure cercando sempre più emozioni forti, negli sport estremi e/o nel sesso nelle sue forme più trasgressive. Il vero problema è l'assoluta mancanza di informazione al riguardo e anche (soprattutto?), la negazione del problema all'interno della categoria.

Cos'è la felicità?

"Beatus nemo dici potest extra veritatem proiectus"
"Nessuno lontano dalla verità può dirsi felice"
SENECA

La felicità si può definire come una condizione, più o meno stabile, di soddisfazione totale, che si stabilisce quando vengano soddisfatti (più o meno) tutti i desideri [1]. In questa definizione, tuttavia, non viene stabilito nessun ordine etico e/o morale del tipo di desideri che ciascun individuo cerca esaudire. Ma allo stesso tempo, si vincola la felicità, alla capacità di saper accettare con serenità gli altri [1]. Esistono altre definizioni di felicità, a seconda che si cerchino significati religiosi-spirituali, etici, filosofici, fisiologici-biolo-

gici, etologici, psicologici. Sarebbe anche necessario distinguere diversi "gradi" di felicità, in relazione allo stimolo che crea questa sensazione; lo stesso stimolo tuttavia, può produrre "sensazioni" diverse, nei diversi individui, anche in ragione dello stato psichico di ciascuno. Alcune persone poi, vivono un costante stato di infelicità, anche quando la vita offre momenti lieti e decisamente positivi: sono quelle persone che al raggiungimento di uno stato d'animo positivo, invece di goderne, iniziano a soffrire, per la paura di "perdere" la felicità. Nella società moderna, la felicità è considerata un "diritto". Questo principio addirittura è stato sancito in alcune Costituzioni ed è presente anche nella Dichiarazione d'Indipendenza degli Stati Uniti d'America [1]. Questo principio, tuttavia, viene quotidianamente disatteso dagli Stati stessi. Per molte persone, la felicità è proporzionale alla ricchezza, tuttavia, se è vero che le società più ricche sono anche quelle più "infelici", questa proporzionalità non è garantita. Probabilmente le società più povere hanno necessità primarie da soddisfare, che non lasciano spazio alla depressione.

La felicità professionale esiste?

La professione veterinaria è una professione dura. In particolare chi lavora in buiatria è sottoposto a tutta una serie di condizioni di stress. I buiatri sono sottoposti a diversi fattori di rischio sul lavoro:

- traumi accidentali sul lavoro (attraversamento di cancelli, salto di staccionate, scioglimento sui pavimenti, calci da parte dei bovini, cariche da parte dei bovini);
- (traumi da usura (artrosi scapolo-omeroale, epicondiliti, tunnel carpale, lesioni a legamenti/tendini del ginocchio, ernie discali, ecc.);

- rischio di incidenti automobilistici (incidenti durante i trasferimenti da una stalla all'altra);
- rischio di zoonosi (brucellosi, coxiellosi, malattie protozoarie, infestazioni parassitarie, ecc.).

Di questi fattori di rischio, il veterinario buiatra è consapevole; tuttavia esistono altri fattori di rischio, non meno gravi, dei quali la categoria difficilmente ha una chiara percezione:

- è un lavoro impegnativo: spesso si è costretti a una disponibilità h24, sette giorni su sette;
- è un lavoro spesso solitario, senza la possibilità di condividere i momenti belli o spiacevoli della giornata;
- è un lavoro che spesso non offre gratificazioni professionali e/o economiche.

Sulla base di questi fattori di rischio, alcune domande sarebbero necessarie:

- i veterinari buiatri sono felici nel fare la loro professione?
- la loro infelicità è solo relazionabile all'attuale contingenza socio-economica?
- i giovani buiatri, che si sono laureati negli ultimi 3-5 anni, quale percezione hanno della professione che hanno scelto?
- i giovani buiatri, che si sono laureati negli ultimi 3-5 anni, rifarebbero questa scelta?
- i giovani buiatri, che si sono laureati negli ultimi 3-5 anni, quali aspettative hanno?
- i giovani buiatri, che si sono laureati negli ultimi 3-5 anni, hanno delle aspettative?

La difficoltà nell'affrontare l'attuale momento socio-economico è globale e soprattutto non ha e non sta risparmiando nessuno. Anche all'interno della categoria veterinaria è presente un profondo malessere, trascurato da tutti, ma non per questo non grave e non importante.

Esiste un fronte depressivo all'interno della categoria, che le istituzioni ignorano e quindi sottovalutano, oppure che non ignorano, ma preferiscono non affrontare.

Questo stato di malessere, viene affrontato diversamente, in ragione dello stato psico-emotivo di ciascuno. Alcuni, più deboli, sviluppano delle dipendenze (fumo, alcol, farmaci, droga, ecc.) [2], che gradualmente possono portare a uno stato di non ritorno alla realtà.

È legittimo a questo punto porsi una serie di domande:

- la professione di buiatra, basta da sola a "giustificare" scientificamente la relazione con le diverse forme di dipendenza?
- esiste una relazione preferenziale tra lo stress professionale del buiatra e le dipen-

denze (fumo, alcool, doghe, farmaci, ecc.)?

- si può dire che l'infelicità professionale del veterinario buiatra è maggiore a rispetto ad altre categorie professionali?

• si può giustificare l'infelicità professionale del buiatra con la crisi del settore latte e carne?

- si può giustificare l'infelicità professionale del buiatra con l'insicurezza economica del momento?

Nel Regno Unito, 1 medico su 15 ha problemi di alcool, mentre il 24% degli avvocati ha avuto almeno una volta in carriera un problema con il consumo di alcool [3]. Sempre nel Regno Unito, solamente un 5% dei veterinari non consuma alcool, mentre il 32% si può ritenere essere a basso rischio di dipendenza, tuttavia il 63% dei veterinari sarebbe secondo questo studio [4], ad alto rischio alcoolismo, senza differenza di rischio in ragione del sesso. La tendenza è maggiore nei veterinari più giovani e questa tendenza al consumo di alcool non è relazionabile alle ore di lavoro effettuate. In questo studio è risultato che i veterinari britannici, rispetto alla media della popolazione, bevono più frequentemente, ma in minor quantità, ovvero non hanno un consumo maggiore rispetto al resto della popolazione e il livello di consumo di alcol non sembra essere una influenza negativa sulla salute mentale all'interno della professione nel suo complesso [4].

Il Dr. Minden, direttore e fondatore della *Austin Addiction Medicine Services* (Austin Texas), sostiene che la dipendenza chimica è una malattia che colpisce l'individuo indipendentemente da professione, età e sesso, e che la professione veterinaria non è sfuggita a questo rischio [5]. Si tratta di un problema sociale, con ripercussioni economiche importanti nelle società più avanzate (185 miliardi di dollari nel 2007 negli USA.) [5].

Secondo Gregory E. Skipper, medico direttore della *American Society of Addiction Medicine* e responsabile dell'*Alabama Physician Health Program and the Alabama Veterinary Professional Wellness Program*, per i veterinari sembra anche essere più difficile realizzare dei piani di educazione preventiva [5]. Questo programma cerca di promuovere la diagnosi precoce e la terapia dei disturbi di dipendenza (alcol e droga) e dei disturbi mentali (depressione), o altri problemi di salute mentale, all'interno della professione medica. Ogni due anni, il gruppo di Skipper visita ospedali e cliniche in Alabama, nel tentativo di sensibilizzare i medici alla ne-

cessità del benessere mentale e alla consapevolezza degli effetti prodotti dall'abuso di sostanze psicotrope e/o di alcool [5]. Purtroppo questo gruppo di lavoro non è riuscito a ottenere, tra i veterinari, gli stessi risultati ottenuti tra i medici di medicina umana. La causa di questo insuccesso risiederebbe nel fatto che a differenza dei medici, che frequentano ospedali in cui ottengono giornalmente formazione continua e assistenza e supporto, i veterinari hanno una vita professionale più isolata e con meno opportunità di confronto e supporto. Inoltre bisogna sottolineare detto che le persone colpite da depressione tendenzialmente hanno esse stesse la tendenza all'isolamento; inoltre colleghi e/o dipendenti di queste persone spesso mancano delle necessarie competenze per avvicinarsi a questi pazienti. Quindi, quando queste persone arrivano dallo specialista, sono già gravemente malate [5].

Qual è la situazione in Europa?

Il problema del disagio psichico in seno alla professione veterinaria è stato affrontato già da diversi anni in Nord America. Solo negli ultimi dieci anni, nei Paesi Nord Europei, ci si è resi conto dell'importanza del problema che si stava diffondendo all'interno della categoria.

Tuttavia nella maggior parte dei Paesi della Comunità Europea, il problema viene ignorato e/o sottovalutato e non si capisce bene se per pudore e/o paura nel riconoscere e nell'affrontare il problema, oppure se si tratta "solamente" di un ritardo sociale. Gli scarsi studi disponibili sono stati realizzati tra i veterinari del settore animali da compagnia. La buiatria è totalmente ignorata. Eppure il veterinario buiatra è sottoposto a una serie di fattori di rischio quotidiani, che potrebbero determinare una condizione di stress psicologico enorme.

Uno studio tedesco del 2000 [5] ha preso in esame lo stress psicologico dei veterinari, come fattore di rischio per incidenti sul lavoro. In questa ricerca l'autore prende in esame la condizione di stress professionale e il grado di soddisfazione del proprio lavoro. È stata la prima volta che questo tema veniva analizzato in Europa.

In uno studio tedesco condotto nel 2006 [5] è stata messa in evidenza la relazione positiva tra lo stress psicologico sul lavoro nella professione veterinaria, ma non specificatamente nella buiatria, e la dipendenza

dalla nicotina.

Altri due studi condotti del 2004 nel Regno Unito [8] e nel 2005 tra Russia, Polonia e Repubblica Ceca [9], è stata dimostrata la relazione positiva tra lo stress psicologico da lavoro (in generale) e la dipendenza dall'alcool.

È possibile reperire un'abbondante bibliografia che evidenzia la relazione positiva tra lo stress da lavoro e l'infelicità, intesa come una condizione di stress psicologico. È interessante notare che la condizione di stress sul lavoro, se perdurante, può diventare un fattore determinante della depressione. Tuttavia lo stress sul lavoro, può anche essere il sintomo predittivo di uno stato depressivo [10-11].

Uno studio tedesco [12] ha messo in relazione, tra i dottori di umana, la relazione tra stress sul lavoro e il consumo di sostanze psicotrope. A conclusioni analoghe è anche arrivato uno studio neozelandese [13], nella classe veterinaria.

I veterinari, hanno un accesso privilegiato ai farmaci stupefacenti, potendoli prescrivere. Tuttavia sarebbe interessante verificare se questo aspetto (che in qualche modo li esclude, almeno teoricamente, dal dover acquistare illegalmente queste sostanze), fa sì che la media dei veterinari che fanno regolare uso di droghe (ketamina, morfina) sia maggiore rispetto alla media della popolazione.

Non esistono a oggi lavori che esplorino scientificamente la relazione possibile tra stress da lavoro veterinario e dipendenza dalle droghe. In uno studio americano del 2006 [5], si calcolò che il 14% dei veterinari lasciavano il loro posto di lavoro (cliniche veterinarie) per abuso di sostanze chimiche (farmaci e droghe).

Ricerca tedesca

Nell'aprile-maggio 2006, 2012 veterinari tedeschi ricevettero un questionario [1].

1.136 di loro riposero al questionario, ma solamente 1.060 (52,7%), lo fecero correttamente, a tutte le domande.

Le risposte vennero analizzate, anche in considerazione dell'età e del sesso di coloro che risposero e/o non risposero al questionario.

Il 52,9% della popolazione che rispose erano donne (le donne all'epoca del test - 2006-erano il 46,8% dell'intera popolazione veterinaria della Germania). Non si vide nessuna differenza statistica relativamente al sesso e all'età.

Nel questionario venivano prese in considerazione, **anche** le ore di lavoro/settimana, il tipo di lavoro svolto, il numero di anni di professione.

Il test prevedeva la determinazione dello stato di stress nei 30 giorni precedenti la ricezione del questionario, grazie a un sistema di auto-valutazione.

Scopo del lavoro era mettere in evidenza gli *stressors* **nella** professione veterinaria. Vennero proposte diverse ragioni di stress, chiedendo ai veterinari di rispondere in due fasi:

1. Sei d'accordo che si tratti di una condizione di stress?

Se il veterinario rispondeva positivamente, doveva in qualche modo "calcolare" in quale misura quello *stressor* era importante nella sua pratica quotidiana, secondo uno *score*.

Ecco alcune delle domande alle quali i veterinari dovevano rispondere:

- sono costantemente stressato, perché devo lavorare molto duramente;
- sono spesso stressato a causa delle tante ore straordinarie di lavoro;
- sono stressato perché ho paura delle infezioni e/o dei traumi di cui posso essere oggetto durante il mio lavoro.
- sono stressato perché spesso ho a che fare con clienti difficili;
- mi stresso se i clienti mi chiamano di notte;
- sono stressato perché sono reperibile h 24/24 & 7/7;
- sono stressato a causa dei rapporti con i miei partner di lavoro;
- sono stressato per la competizione professionale;
- sono stressato, perché mi tocca **di** lavorare durante il fine settimana;
- sono stressato perché non riesco a far coincidere i miei riposi con la mia effettiva necessità di vacanza;
- sono stressato, perché non riesco a trovare il giusto equilibrio tra vita professionale e vita privata;
- sono stressato, perché non ho abbastanza tempo libero;
- sono stressato, per l'incertezza del mio futuro professionale;
- sono stressato perché non mi sento gratificato né dai miei guadagni né dal riconoscimento professionale.

Ogni lettore potrà probabilmente riconoscere come suoi alcuni (o tutti) questi *stressors*; tuttavia esistono anche altre situazioni causa di stress quotidiano, che non sono state individuate in questa prova:

- sono stressato perché mi devo svegliare presto-prestissimo ogni mattina;
- sono stressato perché devo guidare per molte ore al giorno;
- sono stressato, perché perdo molto tempo a causa del traffico;
- sono stressato per l'ubicazione logistica dei miei clienti.

Un altro punto fondamentale è che i diversi *stressors*, hanno un impatto diverso su ciascuna persona che li subisce, in ragione dello stato d'animo originale e/o in ragione dell'entità e del tipo di stress subito; anche in una persona equilibrata, la "cronicizzazione" dell'insulto psicologico, può generare una condizione depressiva e/o di tristezza/malumore; quindi, in definitiva, nessuno si può ritenere al sicuro.

Il test ha consentito di definire tre differenti categorie psicologiche tra il gruppo di 1.060 veterinari inclusi nel test:

1. Molto depresso.
2. Mediamente depresso.
3. Poco depresso.

Nel test sono stati affrontati consumi di:

1. Tabacco.
2. Alcool.
3. Psicofarmaci.

1. Consumo di tabacco

Si chiese ai partecipanti quale era il loro rapporto con il tabacco. Secondo le indicazioni della *World Health Organization*, tutti i veterinari che non avevano consumato oltre 100 sigarette durante la loro vita, vennero definiti non fumatori.

Coloro che avevano consumato più di 100 sigarette, ma non fumavano da almeno 30 giorni erano considerati ex-fumatori.

Venivano definiti come fumatori coloro che avevano consumato regolarmente tabacco negli ultimi 30 giorni. Il numero di sigarette consumate giornalmente, dai veterinari fumatori venne registrato.

In questo test, non venne chiesto che tipo di tabacco venisse consumato e/o se si facesse uso di altri prodotti che non fossero tabacco (marijuana)

2. Consumo di alcool

I veterinari vennero intervistati sulla quantità e il tipo di alcool (vino, birra, superalcolici) consumato giornalmente, negli ultimi 30 giorni. Il consumo di alcool venne registrato (grammi di alcool consumati/giorno), costruendo un indice che comprendesse la quantità e la frequenza di assunzione. Secondo le indicazioni della Società Tedesca di Nutrizione, vennero create delle cate-

gorie:

1. Consumatori di alcool ad alto rischio: consumo di alcool > 20 gr/giorno (uomini), 10 gr/giorno (donne).

2. Consumatori a basso rischio: consumo di alcool < 10 gr/giorno.

Venne registrata la frequenza di consumo: - Consumo di alcool durante gli ultimi 30 giorni: quante volte si erano consumati più di 5 bicchieri di alcoolici?

Sulla base delle risposte, venne definito come grande bevitore abituale, colui/colei, che aveva un consumo, almeno una volta alla settimana, di più di 5 bicchieri di alcool in una occasione.

Sempre relativamente al consumo di alcool, il test prevedeva un ulteriore approfondimento, per coloro che erano regolari consumatori. Le domande erano le seguenti:

1. Hai mai sentito la necessità di ridurre la quantità di alcool che consumi?

2. Sei mai stato criticato per la quantità di alcool che consumi?

3. Ti sei mai sentito male e/o in colpa, per l'alcool che consumi?

4. Hai mai bevuto già alla mattina presto per calmare il nervoso e/o per smaltire i postumi di una sbornia?

Una risposta affermativa ad almeno due delle quattro domande, significava avere seri problemi di alcolismo e di dipendenza dall'alcool.

3. Consumo di farmaci

Il test prese anche in considerazione il consumo di farmaci. Si chiese ai partecipanti di definire il consumo di farmaci negli ultimi 30 giorni. Vennero create delle categorie di consumo: tranquillanti, sedativi, analgesici, neuroleptici, depressori/stimolanti del senso di fame.

Successivamente venne richiesto ai veterinari che ne facevano uso, se si trattava di una prescrizione medica, ad esempio per un disturbo cronico.

Venne definito consumatore abituale colui/colei che assumeva questi farmaci almeno una volta/settimana.

4. Risultati della ricerca

Il 39,6% dei veterinari intervistati aveva un'età compresa tra 35 e 44 anni. Il 49,9% erano titolari di uno studio, il 22,5% erano impiegati di uno studio, mentre il 27,5% lavoravano al di fuori dell'area clinica (industria, casa farmaceutica, veterinaria pubblica, università).

Il numero medio di ore di lavoro settimanali era di 47,9 (media ore di lavoro in Germania

all'epoca del test: 39,9 ore/settimana). Il 14,5% dei veterinari lavorava oltre 60 ore/settimana.

L'8,3% degli intervistati, soprattutto tra i veterinari di mezza età, dichiarò di trovarsi in uno stato di profondo stress psicologico.

Furono specialmente i titolari di studio (uomini e donne) a soffrire maggiormente di stress da lavoro e lo stato stress aumentava proporzionalmente all'aumento delle ore lavorate. Tuttavia, coloro che lavoravano meno di 21 ore/settimana, soffrivano maggiormente (due volte maggiore la predisposizione) di depressione, rispetto a coloro che lavoravano oltre 60 ore/settimana, quasi dire che coloro che lavorano molto, non hanno per così dire il tempo di deprimersi.

Il 17,1% degli intervistati dichiarò di essere **sono** quasi sempre/spesso, insoddisfatto di se stessi; il 16,7% dichiarò di non essere quasi mai/raramente ottimista e fiducioso; mentre il 15,6% dichiarò di sentirsi quasi mai/raramente orgoglioso di se stesso e di quello che stavano facendo.

Nel complesso il 5,8% dei soggetti intervistati risultò vivere uno stato di sofferenza emotivo e di demoralizzazione.

Il test è **stato** venne condotto nel 2006, due anni prima dell'inizio della crisi economico-finanziaria a cui siamo tutt'ora sottoposti. Quale sarebbe oggi il risultato di questo test?

► Stress e ore di lavoro

In precedenza si è detto che tra i veterinari intervistati che lavoravano meno di 21 ore a settimana il rischio di depressione era più che doppio, rispetto ai veterinari iperimpegnati. Circa l'11,1% dei veterinari "poco impegnati" erano colpiti da depressione, tuttavia, questa differenza non risultò essere statisticamente significativa. Lavorare più di 60 ore/settimana avrebbe un effetto protettivo sulla demoralizzazione (OR 0,3, IC 95% 0,1-0,7).

Mentre la condizione di stress aumenta con l'aumentare delle ore di lavoro, la condizione di depressione diminuisce con le ore di lavoro. Il risultato è tuttavia in contraddizione con un altro dato dimostrato statisticamente: aumentando la condizione di stress, aumenterebbe il rischio di depressione.

► Stress e consumo di tabacco

Il 55,3% dei veterinari risultò non fumare e il 25,5% essere un ex-fumatore. Tuttavia

il 19,2% risultò essere un accanito fumatore. Tra gli accaniti fumatori, i veterinari uomini erano circa il doppio delle donne. Il consumo di tabacco risultò essere positivamente correlato al grado di depressione, mentre l'età, l'età professionale e le ore di lavoro, non risultarono essere correlate al consumo di tabacco.

► Stress e consumo di alcool

Relativamente al consumo di alcool, i veterinari sottoposti a grande e costante stress, risultarono avere un rischio doppio, rispetto ai colleghi che non erano sottoposti a condizioni di stress. Si trattava soprattutto di veterinari proprietari di studio.

Il 4,1% dei veterinari non beveva da almeno un anno; l'8,6% consumava alcool solo saltuariamente, mentre l'87,3% consumava regolarmente dell'alcool: il 90,8% dei veterinari uomini consumava regolarmente dell'alcool, contro l'84,1% dei veterinari donne.

Molti dei veterinari, consumavano regolarmente diverse tipologie di alcool: gli uomini fino a 15,9 gr/alcool al giorno, le donne fino a 9,2 gr/alcool al giorno.

Il 31,9% dei veterinari risultò essere ad alto

rischio di alcolismo. Erano soprattutto i veterinari (uomini e donne) titolari di studio a essere maggiormente esposti a questo rischio. Il 15,2% dei veterinari uomini, si potevano ritenere alcolisti (consumo giornaliero di alcool 33,6 g), contro un 11,1% dei veterinari donne (consumo giornaliero di alcool 24,6 g).

► Stress e consumo di farmaci

Il 7,4% del campione analizzato aveva assunto almeno uno dei farmaci della lista sottoposta a controllo (tranquillanti, sedativi, analgesici, neurolettici, depressori/stimolanti del senso di fame) nei 30 giorni precedenti l'intervista. Solo il 5,0% dei farmaci erano stati prescritti da un medico.

Circa 1/5 (19,8%) degli intervistati faceva uso regolare di farmaci (almeno una volta alla settimana). Il 18,3% dei veterinari faceva uso regolare di analgesici, mentre solo il 4,2% possedeva una prescrizione per questi farmaci.

L'1,3% dei veterinari intervistati faceva uso regolare di sedativi o tranquillanti. Nella maggior parte dei casi si trattava di automedicazione (assenza di prescrizione medica)

L'1,6% dei veterinari oggetto della ricerca, faceva uso regolare di antidepressivi. Solo lo 0,7% di questi farmaci era stato prescritto.

Lo 0,4% (n = 4) dei veterinari intervistati assumeva soppressori o stimolanti dell'appetito, tutti senza prescrizione medica. Si trattava per lo più di donne. Tuttavia, questi preparati non si trattava di consumo regolare.

Lo 0,2% (n = 2) dei veterinari assumeva neurolettici. In un caso il consumo era regolare, ma con prescrizione medica.

In sintesi il 2,4% (n = 25) aveva fatto uso di farmaci con un effetto psicotropo (tranquillante, antidepressivi, oppioidi, neurolettici) entro i 30 giorni precedenti e il 2,0% (n = 21) ne faceva un uso regolare.

I veterinari donne consumavano questi farmaci con maggiore regolarità rispetto agli uomini.

Si poté concludere che condizioni di stress elevato e/o intermedio, erano fattori di rischio molto importati, per il consumo regolare di farmaci psicotropi.

Conclusioni

Lo stress psicosociale può essere senza dubbio associato all'abuso di alcolici, al regolare consumo di farmaci psicotropi e

Tabella 1. Principali fattori di stress emersi dal test

Stressor	%
Sono costantemente stressato, perché devo lavorare molto duramente	26,7%
Sono stressato, perché non riesco a trovare il giusto equilibrio tra vita professionale e vita privata	24,1 %
Sono stressato perché spesso ho a che fare con clienti difficili	22,5%
Sono stressato perché non riesco a far coincidere i miei riposi con la mia effettiva necessità di vacanza	22,4%

Tabella 2. Rischio relativo di suicidio (RR) in relazione ad altre cause in categorie a elevato rischio (uomini e donne), in Inghilterra e Galles tra il 1990-1992, in relazione con gruppi di confronto

	Uomini 16-44 anni		Uomini 45-64 anni		Donne 16-64 anni	
	RR	IC 95%	RR	IC 95%	RR	IC 95%
Veterinari	4,61	1,49-14,25*	5,62	1,60-19,74*	7,61	1,04-55,94*
Farmacisti	1,15	0,37-3,52	4,15	2,00-8,58**	1,21	1,21-5,35
Dentisti	2,26	0,93-5,47	5,19	2,29-11,76**	-	-
Allevatori	0,88	0,60-1,30	1,93	1,48-2,51**	-	-
Infermieri	1,50	0,90-2,50	2,22	1,35-3,65*	4,54	2,54-8,13**

*P < 0,01; **P < 0,001
[14].

alla depressione. Quest'ultima, **ancora anche in relazione** con il consumo di tabacco.

Chi soffre di depressione, anche tra i veterinari, spesso ricorre all'alcool, al fumo, ai farmaci psicotropi, nel tentativo di evadere una realtà che si riesce ad affrontare.

È chiaro che volendo ridurre la dipendenza nelle sue diverse forme, è fondamentale, anche, cercare di ridurre lo stress psicologico nella professione veterinaria.

È importante individuare i fattori a rischio associati a stress psicosociale: pesante carico di lavoro, la difficoltà di bilanciare la propria vita professionale e personale, rapporti di difficoltà con la clientela (che spesso non paga), tempo libero insufficiente.

Quello che sta emergendo **nella categoria dei buiatri**, seppur con enorme ritardo, dimostra l'assoluta vulnerabilità **di una** categoria. Per la tipologia del lavoro (prevalentemente solitario), per l'impegno profuso (spesso h24, 7/7), per l'insicurezza economica (drastico abbassamento del prezzo del latte), per l'impreparazione con la quale si sta affrontando questa contingenza socio-economica, il veterinario buiatra, più di altre categorie si trova esposto al rischio di un collasso mentale, alla depressione, con la conseguenza di cedere alla dipendenza (alcool, farmaci psicotropi, droghe, sesso, attività estreme, gioco d'azzardo).

Non è possibile sostenere scientificamente che il veterinario buiatra soffra di questo problema più di altre categorie, tuttavia, un'inchiesta del 2008, ripresa nel 2010 da *Veterinary Records*, collegava i veterinari britannici a più elevati di alti tassi di suicidio, ha attirato l'attenzione dei media globali e sollevato interrogativi circa il rischio di suicidio dei veterinari in altre parti del mondo [14]. Tra i fattori di rischio del suicidio la depressione, l'alcolismo, l'abuso di farmaci psicotropi, difficoltà personali (tabella 2).

La depressione è una malattia, e come tale va gestita. Si tratta di una malattia che è essa stessa fattore predisponente per altre patologie, quali la dipendenza dal tabacco, dalle droghe, dai farmaci psicotropi, dall'alcool, al gioco d'azzardo (di cui non abbiamo nessun dato a disposizione che permetta di quantificarne la diffusione all'interno della professione) e anche da altre dipendenze, che stentiamo nel considerare patologie, ma in realtà lo sono, come la ricerca costante, la necessità quotidiana di emozioni sempre più forti, necessità che

spesso portano a diventare dipendenti di "sport" estremi o al sesso nelle sue più svariate forme.

Occorre cambiare strategia. Certamente è importante trovare e gestire le forme terapeutiche più appropriate per le diverse forme di depressione, ma soprattutto occorre lavorare con la prevenzione e con il sostegno.

Occorre creare modelli educativi e informativi e il processo educativo deve essere affrontato già nelle università, attraverso l'istituzione di programmi di formazione. Occorre che le Società Scientifiche smettano di ignorare questo problema, considerando la possibilità di agevolare non solo la formazione scientifica, ma anche di supportare chi si trovi in difficoltà, nell'affrontare la professione.

È fondamentale che le Associazioni professionali, che in questi anni colpevolmente, hanno ignorato questo problema, recuperino il ritardo con il quale si sta affrontando questo problema.

Ma è, e sarà, determinante anche la testimonianza di tutti coloro che sono ritornati dall'inferno delle dipendenze: dovrebbero trovare la forza di condividere le ragioni che li hanno spinti nell'abisso e soprattutto potrebbero condividere le ragioni della loro resurrezione e il percorso che hanno fatto per ristabilirsi.

Ovviamente nessun veterinario deve ritenersi "inutile" in questa battaglia: si deve lavorare affinché la solidarietà professionale diventi un obiettivo primario del professionista.

Il problema c'è, è sicuramente sottostimato, ma ignorandolo, non si aiuta chi è in difficoltà e non si aiutano i futuri professionisti. Sono necessari interventi professionali mirati, indubbiamente, ma ciascun professionista può essere di grande aiuto, se sarà attento alle silenziose richieste di aiuto che ogni giorno vengono lanciate all'interno della cerchia professionale.

Bibliografia

1-www. wikipedia. org. Ultimo ingresso 29/05/2016

2-Harling M., Strehmel P., Schablonand A., Nienhaus A. 2009. Psychosocial stress, demoralization and the consumption of tobacco, alcohol and medical drugs by veterinarians. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*.

3-Mail on Line. 14/11/2011. Increasing numbers of doctors, dentists, vets and lawyers

- are becoming 'functioning alcoholics'. Ultimo ingresso 16/05/2016.
- 4-Bartram D. J., Sinclair J. M. A., Baldwin D. S. 2009. Alcohol consumption among veterinary surgeons in the UK. *Occupational Medicine*. Published May 21, 2009.
- 5-Tremayne J. 2009. Substance Abuse: a culture of denial. *Veterinary Practice* April 2009.
- Trimpop R, Kirkcaldy B, Athanasou J, Cooper C: Individual differences in working hours, work perception and accident rates in veterinary surgeries. *Work Stress* 2000.
- 6-John U, Riedel J, Rumpf HJ, Hapke U, Meyer C: Associations of perceived work strain with nicotine dependence in a community sample. *Occup Environ Med*. 2006; vol. 63: pp. 207-211.
- 7-Head J, Stansfeld SA, Siegrist J: The psychosocial work environment and alcohol dependence: a prospective study. *Occup Environ Med*. 2004; vol. 61: pp. 219-224.
- 8-Bobak M, Pikhart H, Kubinova R, Malyutina S, Pajak A, Sebakova H, et al.: The association between psychosocial characteristics at work and problem drinking: a cross-sectional study of men in three Eastern European urban populations. *Occup Environ Med*. 2005; vol. 62: pp. 546-550.
- 9-Niedhammer I, Goldberg M, Leclerc A, Bugel I, David S: Psychosocial factors at work and subsequent depressive symptoms in the Gazel cohort. *Scand J Work Environ Health*. 1998; vol. 24: pp. 197-205.
- 10-Paterniti S, Niedhammer I, Lang T, Consoni SM: Psychosocial factors at work, personality traits and depressive symptoms. Longitudinal results from the GAZEL Study. *Br J Psychiatry*. 2002; vol. 181: pp. 111-117.
- 11-Dunkelberg S, Beelmann B, Stracke R, Quellmann C, Schwoon D, Bussche H van den: Substanzgebrauch bei jungen Ärzten und Ärztinnen. *Hamb Arztebl*. 2005: pp. 512-515.
- 12-Gardner DH, Hini D: Work-related stress in the veterinary profession in New Zealand. *N Z Vet J* 2006; vol. 54: pp. 119-124.
- 13-Bartram D. J., Baldwin D. S. 2010. Veterinary surgeons and suicide: a structured review of possible influences on increased risk. *Veterinary Record*. 2010; vol. 166: pp. 388-397.