



Università di Foggia



HR EXCELLENCE IN RESEARCH

Policlinico
Foggia



Comunicato Stampa congiunto

Mindfulness in ospedale: a Foggia il prof. Gaetano Serviddio lancia il progetto “prendersi cura di chi ti cura” per contrastare il burnout dei medici

Foggia 24 febbraio 2026. Prenderà avvio domani, 25 febbraio 2026 alle ore 18,00, presso la palestra della Medicina Fisica e Riabilitativa del Policlinico di Foggia (Via Napoli, Palazzo di vetro, piano -1), un **corso strutturato di Mindfulness** della durata di dodici settimane, rivolto agli **specializzandi, ai medici strutturati e ai borsisti afferenti alla Scuola di Medicina Interna dell'Università di Foggia.**

Il progetto nasce da un'iniziativa del **prof. Gaetano Serviddio**, Direttore del Dipartimento di Scienze Mediche e Chirurgiche dell'Università di Foggia e delegato rettorale alle politiche strategiche in Sanità, in collaborazione con **la prof.ssa Tiziana Quarto**, docente di Psicologia dello stesso Ateneo. Il percorso sarà condotto dalla **dott.ssa Amalia Quotta**, psicologa esperta in tecniche di mindfulness applicate ai contesti ad alto carico emotivo.

L'iniziativa rappresenta un progetto nuovo, moderno e sperimentale che pone la Scuola di Specializzazione al centro di un modello innovativo di formazione. Non soltanto aggiornamento clinico e rigore scientifico, ma un'idea più ampia e moderna di medicina che integra competenza tecnica, consapevolezza emotiva e responsabilità organizzativa. In questa visione, la tutela della salute mentale dei professionisti non è un elemento accessorio, bensì parte integrante della qualità assistenziale.

*“Il burnout non è una fragilità individuale, **sottolinea il prof. Serviddio**, ma un fenomeno sistemico. È il segnale di un'organizzazione che non protegge adeguatamente chi ogni giorno si prende cura degli altri. Se vogliamo ospedali efficienti, dobbiamo occuparci della salute mentale dei sanitari con la stessa serietà con cui ci occupiamo dei pazienti”. Secondo il Direttore del Dipartimento di Scienze Mediche e Chirurgiche, la mindfulness non è una moda né un semplice esercizio di rilassamento, ma uno strumento di regolazione emotiva, riduzione della reattività allo stress e miglioramento della qualità relazionale. “Un medico esausto non è solo un medico infelice, ma un professionista meno lucido, meno presente e più esposto all'errore. Investire sulla consapevolezza significa quindi investire sulla qualità delle cure”.*

L'iniziativa si inserisce in un contesto internazionale allarmante. Solo pochi giorni fa, nel corso di un'audizione al Senato degli Stati Uniti, gli esperti hanno stimato che oltre la metà dei medici americani presenta sintomi di burnout, indicato come una delle principali cause di abbandono della professione e fuga dagli ospedali.



Università di Foggia

Policlinico
Foggia



Ciò che distingue l'attività è la sua struttura scientifica. Non si tratta di un semplice corso esperienziale, ma di un intervento organizzato con valutazione pre e post intervento. **I partecipanti saranno sottoposti a test validati per la misurazione del burnout, della qualità del sonno percepita e dei livelli di stress**, con l'obiettivo di misurare in maniera oggettiva l'impatto dell'intervento. L'esperienza degli operatori assume così un ruolo di laboratorio sperimentale, introducendo un modello formativo che considera il benessere psicologico come variabile misurabile e strategica.

L'obiettivo è ambizioso: proporre alla Regione Puglia l'avvio di un progetto pilota strutturato presso il Policlinico di Foggia, affinché la tutela della salute mentale dei sanitari diventi una responsabilità istituzionale stabile delle aziende ospedaliere.

*"La sanità pubblica, **conclude Serviddio**, non può limitarsi a misurare performance e volumi di attività. Deve misurare anche il benessere di chi la rende possibile. Sono certo che il Presidente De Caro e il nuovo Assessore alle Politiche della Salute Pentassuglia sapranno cogliere la portata innovativa di questa iniziativa. La tutela strutturata della salute mentale dei professionisti sanitari non rappresenta un costo aggiuntivo, ma un investimento necessario per garantire qualità assistenziale, sicurezza delle cure e sostenibilità futura del sistema sanitario pubblico".*

Se i risultati dimostreranno una riduzione significativa degli indicatori di burnout e un miglioramento del benessere percepito, il modello promosso dalla Medicina Interna dell'Università di Foggia potrà diventare replicabile a livello regionale e nazionale.

Con questa iniziativa, l'Ateneo foggiano intende promuovere una medicina capace di coniugare eccellenza clinica, rigore scientifico e sostenibilità umana, affermando una visione in cui la qualità delle cure passa anche dalla qualità della vita di chi le garantisce ogni giorno.

Per cortese pubblicazione o notizia. Grazie

Dott.ssa Maria Rosaria Lops
Responsabile Ufficio Stampa e Comunicazione
Dott.ssa Maria Concetta Fioretti
Responsabile Unità web, social e web design
Università di Foggia
e-mail comunicazioe@unifg.it

Dott.ssa Angela Maria Fiore
Specialista nei Rapporti con i Media – Giornalista Pubblico
Responsabile Ufficio Stampa "Policlinico Foggia"
e-mail afiore@ospedaliriunitifoggia.it
cellulare 335 8290753