

## **VERSO LA SALUTE MENTALE**

*Il concetto di **Salute Mentale** si riferisce ad una condizione di normalità, benessere e/o equilibrio di tipo affettivo, emotivo, neurobiologico, del tono dell'umore, cognitivo e comportamentale. Ogni definizione dipende infatti dalle differenze culturali, da valutazioni soggettive e dalle diverse teorie di riferimento relative al funzionamento psichico.*

*La maggior parte degli esperti conviene comunque sul fatto che "salute mentale" da un lato sia "assenza di malattia mentale", "normalità", "adattamento sociale", "felicità", dall'altro che questi termini non siano necessariamente sinonimi, perché l'assenza di malattie mentali non implica necessariamente la condizione di salute mentale.*

*A tal proposito può essere utile ricordare la definizione che la stessa Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) dà di "salute" in generale: "uno stato di completo benessere fisico, psichico e sociale e non semplicemente assenza di malattia o infermità".*

*E' evidente, dunque, che è un obiettivo ambizioso in collisione con quello di adattamento a condizioni di solito difficili e precarie, che stimolano il percorso umano di miglioramento. Prevede attività non solo creative e riabilitative ma anche di prevenzione.*