

FESTIVAL DELLA SALUTE MENTALE

ROMENS

PER L'INCLUSIONE SOCIALE
CONTRO IL PREGIUDIZIO

in collaborazione con

ROMA



Assessorato alle Politiche Sociali e alla Salute



SISTEMA SANITARIO REGIONALE

ASL
ROMA 2

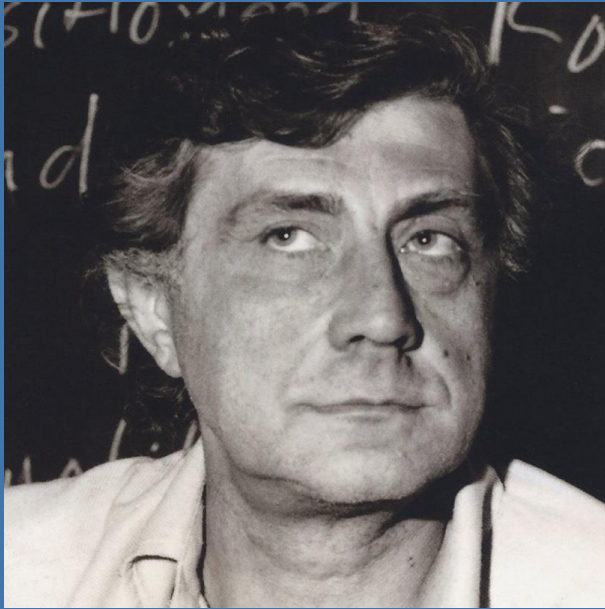
Con il patrocinio di



UN EVENTO A CURA DEL
DIPARTIMENTO DI SALUTE MENTALE

**Dal 3 al 10
ottobre 2023**

MITI e FATTI
FACCIAMO CHIAREZZA



La rivoluzione di Basaglia

«Io ho detto che non so che cosa sia la follia. Può essere tutto o niente. È una condizione umana. In noi la follia esiste ed è presente come lo è la ragione. Il problema è che la società, per dirsi civile, dovrebbe accettare tanto la ragione quanto la follia».

Franco Basaglia
Conferenze brasiliane, 1979

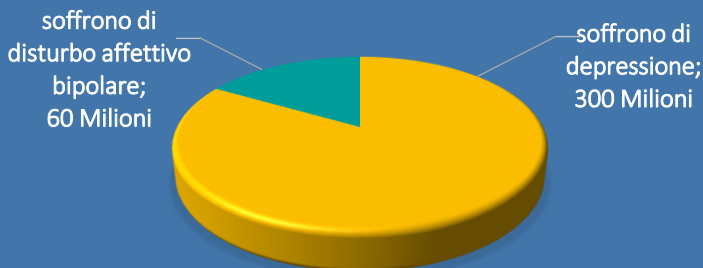


Che cos'è la salute mentale?

Con l'espressione salute mentale si fa riferimento a uno stato di benessere emotivo e psicologico nel quale l'individuo è in grado di valersi delle sue capacità cognitive e/o emozionali, esercitare la propria funzione all'interno della società, rispondere ai propri bisogni, stabilire relazioni soddisfacenti con gli altri, adattarsi alle condizioni esterne e ai conflitti interni (OMS).

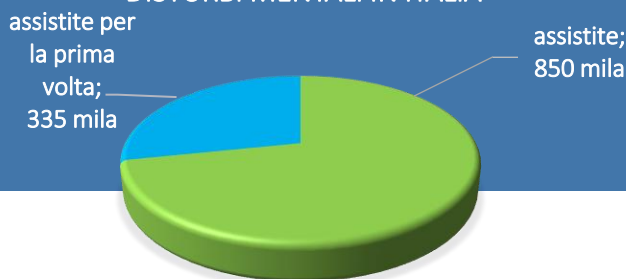
I determinanti della salute mentale e dei disturbi mentali includono caratteristiche individuali, fattori biologici, sociali, culturali, economici, politici e ambientali.

DISTURBI MENTALI NEL MONDO*



* Fatti e Cifre contro lo Stigma Ministero della Salute

DISTURBI MENTALI IN ITALIA*

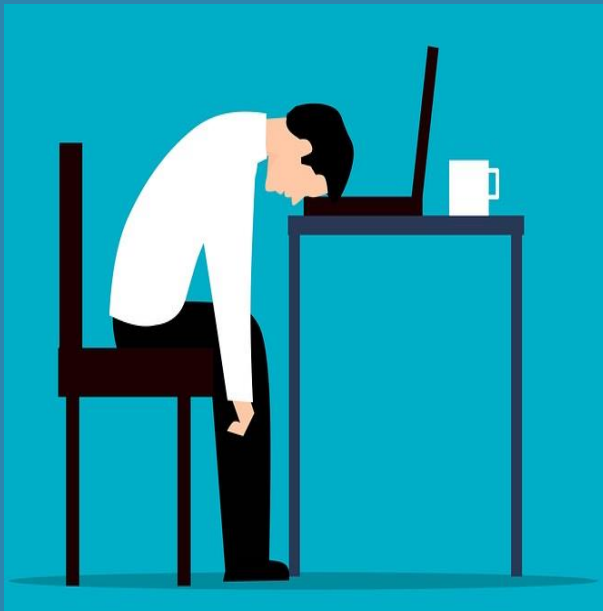


Che cos'è la malattia mentale?

Se e quando il disturbo mentale si stabilizza e le alterazioni mentali e del comportamento perdurano nel tempo, si vive una condizione di malattia mentale a lungo termine. Se tali disturbi non vengono trattati, la persona viene emarginata e, allo stesso tempo, può verificarsi una crescente disabilità che interferisce con la vita sociale e lavorativa.

Fortunatamente, ci sono trattamenti e interventi efficaci che possono aiutare chi soffre di disturbi mentali.

Purtroppo, molte persone con disturbi mentali non cercano adeguato aiuto a causa di esperienze negative, della mancanza di informazione e comprensione dei loro problemi, dell'incertezza su come e dove cercare sostegno e della vergogna e paura di essere etichettati come "matti".



Quali sono i fattori che possono condizionare la salute mentale?

La salute mentale e i disturbi mentali, come altri aspetti della salute, possono essere influenzati non solo da caratteristiche individuali quali la capacità di gestire pensieri, emozioni, comportamenti e relazioni con gli altri.

Sono determinanti anche fattori biologici, psicologici, sociali, culturali, economici, politici e ambientali; tra questi influiscono le politiche adottate a livello nazionale, la protezione sociale, lo standard di vita, le condizioni lavorative e il supporto sociale offerto dalla comunità.

L'esposizione alle avversità sin dalla tenera età rappresenta un fattore di rischio per i disturbi mentali ormai riconosciuto e prevenibile.

Quant'è importante il concetto di salute mentale per i giovani?

Secondo l'AIDD* con il termine disagio giovanile s'intende il malessere in età evolutiva, il non-agio; tipico soprattutto dell'adolescenza, esso non ha caratteristiche di una specifica patologia ma può essere il risultato di molteplici concause che intaccano il benessere dei ragazzi.

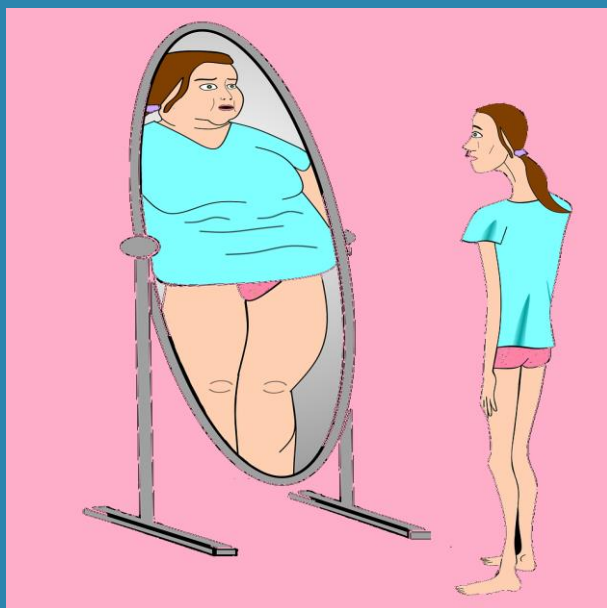
L'adolescenza, infatti, è una fase di passaggio, caratterizzata da svariati cambiamenti in tutte le aree dell'identità, dal raggiungimento di importanti compiti evolutivi e da un conflitto interiore tra la spinta naturale a crescere e divenire adulti e il desiderio di sentirsi ancora bambini.

Oggi un adolescente su quattro ha i sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia (SINPF**).



* Associazione italiana contro la diffusione del disagio giovanile

** Società di Neuropsicofarmacologia



Fonte dati: ministero della salute

Che cos'è il DCA?

I Disturbi della Nutrizione e della Alimentazione anche detti semplicemente Disturbi dell'alimentazione sono patologie complesse caratterizzate da un disfunzionale comportamento alimentare, un'eccessiva complicazione per il peso con alterata percezione dell'immagine corporea. Tali aspetti inoltre sono spesso correlati a bassi livelli di autostima.

All'anoressia nervosa è collegata una mortalità 5-10 volte maggiore di quella di persone sane della stessa età e sesso.

Di recente, studi epidemiologici internazionali hanno rilevato un aumento dell'incidenza nel genere femminile di età compresa tra i 12 e 25 anni.

In occidente (e quindi anche in Italia), si stima che:

- la prevalenza dell'anoressia sia dello 0.2-0.8%
- la prevealenza della bulimia sia di circa il 3%



Cosa sono il pregiudizio e la discriminazione?

Le condizioni di vita soggettive e oggettive delle persone con malattia mentale non dipendono solo dalla gravità della malattia, ma anche dal grado della loro accettazione all'interno della famiglia e della società. A ciò si aggiunge il fatto che l'opinione pubblica tende a perpetuare e a diffondere un'immagine densa di pregiudizi riguardo il malato di mente, descrivendolo come una persona "diversa", che vive esperienze bizzarre e talvolta incomprensibili, un individuo pericoloso.

Questo atteggiamento è quello che si definisce "Stigma", una parola di origine greca che indica segni fatti sul corpo per evidenziare attributi moralmente negativi, e assume quindi un carattere di marchio.

Il pregiudizio che si accompagna alla malattia mentale e che deriva da paura e incomprensione, crea un circolo vizioso di alienazione e discriminazione, intesa come privazione dei diritti e dei benefici per la persona malata, la sua famiglia e l'ambiente circostante, diventando spesso la causa principale di un grave isolamento sociale, di difficoltà abitativa e lavorativa, di fenomeni di emarginazione.

Le ricerche dimostrano, inoltre, che lo stigma è un'importante barriera che non solo allontana chi soffre dagli altri e da sé stesso, ma riduce anche la capacità di richiedere aiuto e supporto.



Quali sono i diritti delle persone con disturbi mentali?

I diritti delle persone con disturbo mentale non sono differenti da quelli di tutti gli altri cittadini, secondo il dettato costituzionale, indipendentemente dalla concreta possibilità di esercitarli a pieno. La particolare vulnerabilità di tali soggetti richiede, infatti, che sia rafforzato, per essi, il riconoscimento di piena cittadinanza, concretamente difeso e promosso sia attraverso il rispetto dei diritti fondamentali che l'adempimento dei doveri.

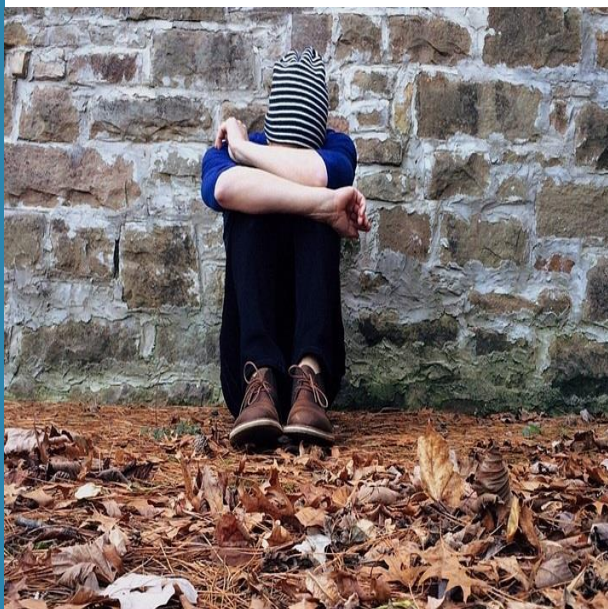


FALSO

**I problemi di disagio
mentale sono rari e a
me non può
succedere.**

VERO

**In realtà una persona
su quattro ogni anno
ha esperienza di un
problema di salute
mentale.**





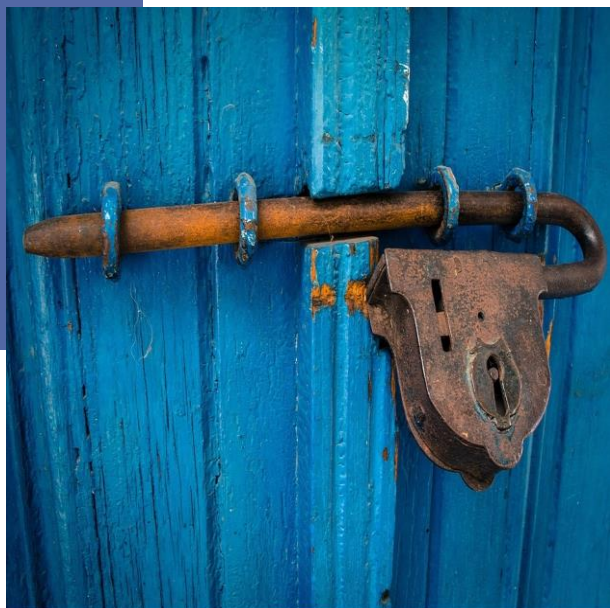
FALSO

Non si può
aiutare chi
ha problemi
di salute
mentale.

VERO

Si può fare molto
per aiutare chi ha
problemi di salute
mentale per
migliorare la sua
vita.

Ad esempio
stabilendo un
contatto e
soprattutto
ascoltandola
senza giudicarla.

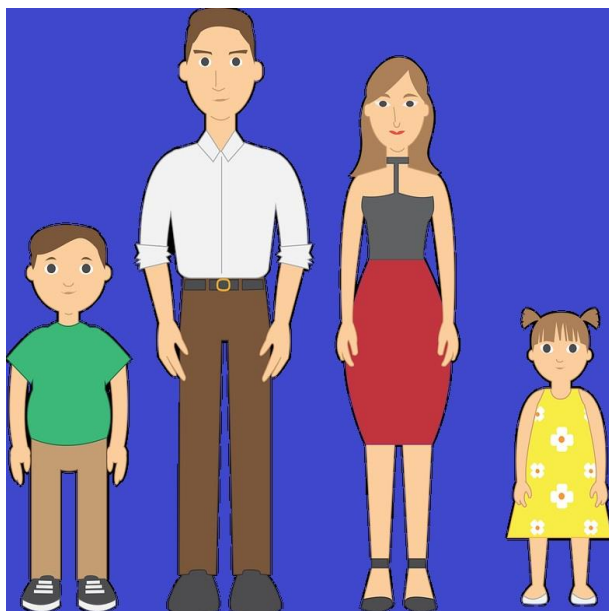


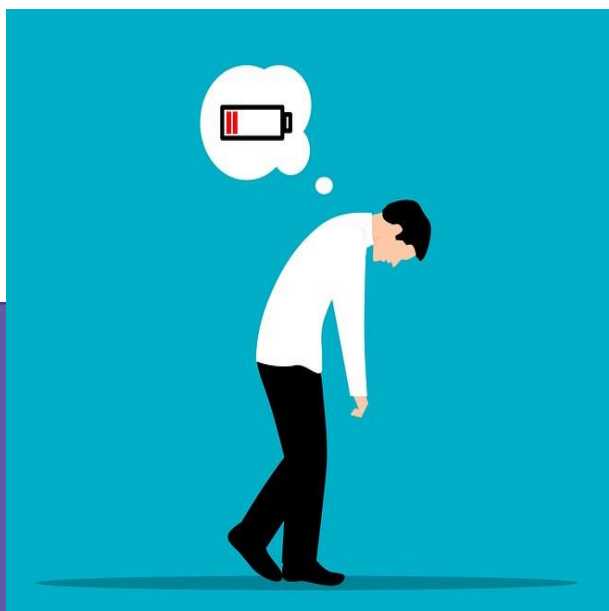
FALSO

Dai problemi di salute mentale non si esce.

VERO

È vero che i problemi di salute mentale possono manifestarsi periodicamente nel corso della vita, ma è anche vero che molte persone che ne soffrono lavorano, hanno famiglia e conducono un'esistenza soddisfacente.





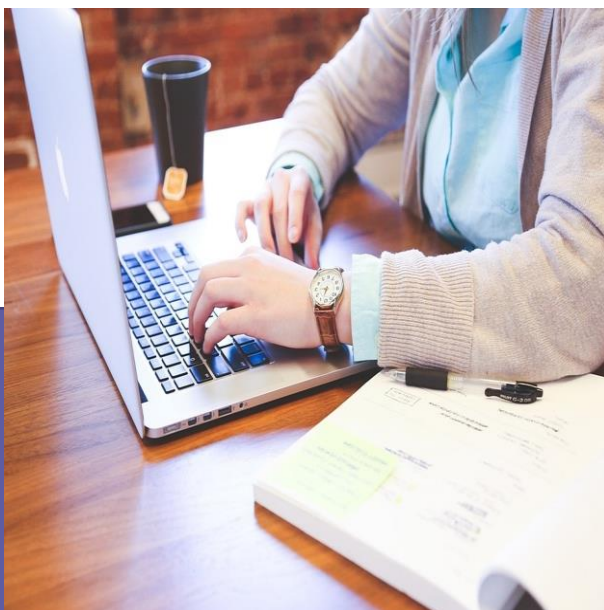
FALSO

Dalla malattia mentale non si guarisce.

VERO

La malattia mentale non necessariamente ha un decorso negativo. Gli studi evidenziano che 1/3 delle persone guarisce completamente, 1/3 mantiene un livello medio di disturbo, con vita sociale abbastanza regolare, e 1/3 vive invece con una grave disabilità.

La falsa credenza per cui la malattia mentale è sempre una malattia inguaribile porta alla perdita di fiducia, disperazione, abbandono e logorio dei rapporti interpersonali.



FALSO

Le persone con malattia mentale non possono lavorare.

VERO

Le persone che soffrono di malattia mentale possono lavorare anche in presenza di sintomi. Ne sono prova alcuni personaggi famosi: Abramo Lincoln, John Nash, Van Gogh, Alda Merini, Dino Campana, David Helfgott, Leonardo Di Caprio, Adam Levine.

Il lavoro aiuta chi soffre di malattia mentale a rafforzare il senso di autostima, a migliorare le relazioni sociali con i colleghi creando un senso di comunità e a recuperare il proprio ruolo all'interno della famiglia.



FALSO

Le persone con una malattia mentale sono violente e pericolose.

VERO

La maggior parte delle persone con malattia mentale non è violenta o pericolosa. Le persone con malattia mentale sono, di fatto, più facilmente vittime di violenza piuttosto che autori di violenze.



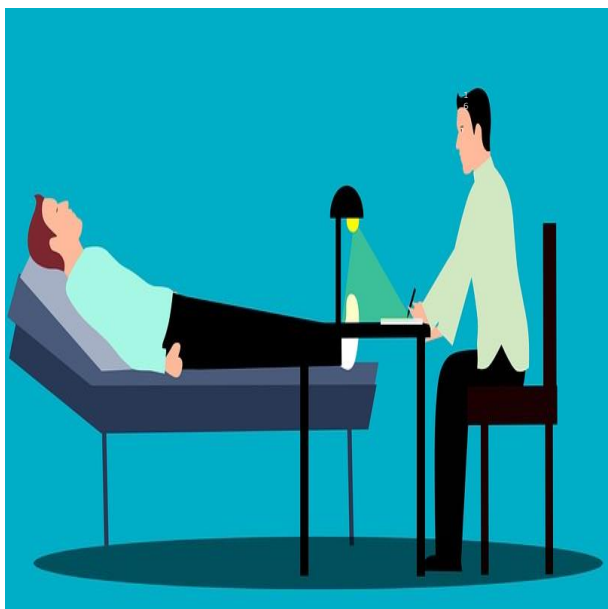
FALSO

Chi si rivolge al Centro di salute mentale è un “matto” o un debole.

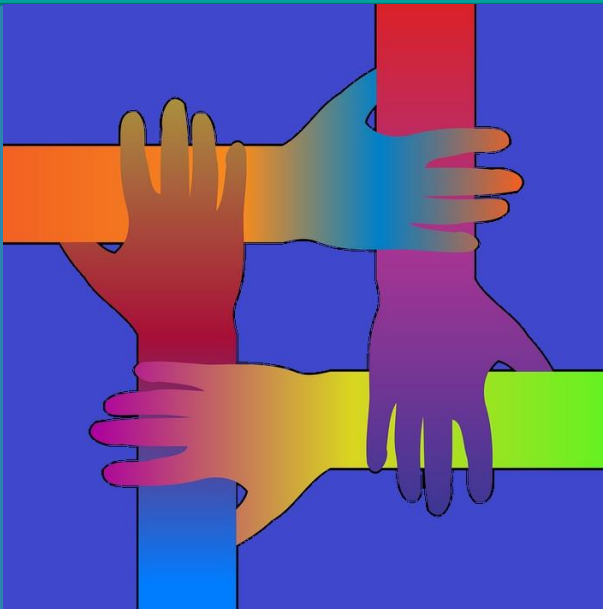
VERO

Rivolgersi ai professionisti e ai luoghi di cura rappresenta il primo passo per cercare di superare le proprie difficoltà e riprendere in mano la propria vita quando non si riesce a farlo da soli.

Ai Centri di salute mentale accedono sia persone con disturbi mentali caratterizzati da sintomi che influenzano la percezione della realtà sia persone con disturbi mentali caratterizzati da sintomi che sono sovrapponibili a stati emotivi particolarmente intensi (disturbi d’ansia o da panico, depressione, etc.).



Relazione



Perché una relazione sia efficace è importante che questa si fondi su una reciproca fiducia, comprensione e dialogo. Nella relazione medico paziente ci sono alcuni punti fondamentali che devono essere rispettati: il consenso informato del paziente, l'assunzione degli psicofarmaci solo su prescrizione medica, con una informazione esaustiva sugli effetti collaterali.

Testi liberamente tratti da
“Falsi miti e bufale in salute mentale”
dell’Istituto Superiore di Sanità.



A cura del
Centro Studi e Documentazione
L. Attenasio – V. Marzi
Dipartimento di Salute Mentale
Asl Roma 2