

Titolo: Non è strano, è umano (Leonardo Cangialosi, Valerio Bontempi, Ferdinando Esposito, 2ALL)

Viviamo in una società che spesso giudica ciò che non comprende. Tra i pregiudizi più pericolosi c'è l'idea che avere una malattia mentale sia qualcosa di "strano" o "anormale". Questo modo di pensare non solo è sbagliato, ma anche dannoso.

Le malattie mentali non sono strane: sono reali, diffuse e, come le malattie fisiche, meritano rispetto e cura. Ansia, depressione, disturbi alimentari o dell'umore non rendono una persona diversa, debole o meno degna. Sono esperienze che milioni di persone vivono, spesso in silenzio, per paura di essere etichettate o isolate.

Chi giudica o ridicolizza chi soffre di una malattia mentale dimostra ignoranza e mancanza di empatia. Al contrario, serve sensibilità, ascolto e comprensione. Parlare di salute mentale con onestà e rispetto è un atto di civiltà.

Nessuno è strano per ciò che prova. Siamo tutti umani, con fragilità diverse. Accettare e sostenere chi soffre è un passo necessario verso una società più giusta, dove nessuno si senta sbagliato per il semplice fatto di stare male.