10 ottobre: Giornata mondiale della salute mentale

Novità
10-10-2023

Il **10 ottobre** si celebra la **Giornata mondiale della salute mentale** (World Mental Health Day) con l'obiettivo di **aumentare la consapevolezza sui problemi di salute mentale** in tutto il mondo, mobilitare gli sforzi a sostegno della salute mentale, **combattere stigma e discriminazioni**.

Il **tema della campagna 2023 è "La salute mentale è un diritto universale".**

La salute mentale, secondo la definizione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), è uno stato di benessere in cui un individuo si rende conto delle proprie capacità, è in grado di affrontare i normali stress della vita, può lavorare in modo produttivo ed è in grado di dare un contributo alla propria comunità. Non si tratta semplicemente dell'assenza di disturbi mentali, ma di uno stato positivo di benessere mentale ed emotivo.

È inoltre fondamentale riconoscere che **la salute mentale si interseca con vari aspetti della vita, tra cui l'istruzione, l'occupazione, l'alloggio e la partecipazione sociale**. Il benessere mentale di una persona influisce sulla sua capacità di esercitare altri diritti, come il diritto all'istruzione e il diritto al lavoro. Quando la salute mentale è protetta, gli individui sono meglio equipaggiati per impegnarsi in modo significativo nella società.

Eppure, secondo i dati dell'OMS **una persona su otto a livello globale vive una condizione di salute mentale che può avere un impatto sulla sua salute fisica**, sul benessere, sul modo in cui si relaziona agli altri e sul reddito. Una condizione che riguarda anche **un numero crescente di adolescenti e giovani** .

Negli ultimi 25 anni, la Commissione europea ha sostenuto azioni e progetti per migliorare la salute mentale delle persone nell'UE e al di fuori di essa, compreso il nuovo approccio globale alla salute mentale pubblicato quest'anno.

La Giornata, celebrata per la prima volta il 10 ottobre 1992, è promossa dalla World Federation of Mental Health – Federazione Mondiale della Salute Mentale - e supportata dall'Organizzazione mondiale della Sanità (OMS).

https://www.who.int/southeastasia/news/detail/10-10-2023-world-mental-health-day-mental-health-is-a-universal-human-right

Links: https://www.eurodesk.it/notizie/10-ottobre-giornata-mondiale-della-salute-mentale