



POLITICA

REDAZIONE  
CAMPOBASSO

Esiste un periodo nella vita di ogni persona in cui l'equilibrio su cui si fonda una quotidianità immersa nella routine inizia a vacillare. È l'età del cambiamento, anni magmatici, molti li definiscono il fiore degli anni, affermazione inflazionata ma che soddisfa sempre nel suo significato. Certo è che il cambiamento non è sinonimo di benessere. O meglio, non lo è sempre. Nel periodo adolescenziale, quello di cui parliamo, il fiume di emozioni è sempre in piena. Per molti è un periodo entusiasmante. Per altri può essere, però, un periodo di grande apprensione, preoccupazione o fonte di stress. Il tutto, inoltre, va immerso in una società in continua evoluzione, che cambia forse anche troppo velocemente, e che spesso crea stereotipi ambigui.

La tecnologia, si sa, può essere la migliore amica dell'uomo, ma mostrarsi anche come la natura matrigna di Leopardi degli ultimi anni. I social ne sono l'esempio lampante: strumenti di condivisione, piazze dove ognuno può mettere in mostra le sue doti

In occasione della giornata mondiale, ieri importante momento di confronto organizzato dal Csm di Campobasso e dell'Unimol

# Giovani e salute mentale, la prevenzione è l'arma in più



ma anche ring in cui il confronto virtuale può non sottostare a regole leali.

Poi ci sono le pressioni sociali, la difficoltà a relazionarsi con diverse culture, affrontare i cambiamenti (a volte

stravolgimenti) familiari, per non parlare delle difficoltà che ogni adolescente incontra durante il suo percorso di studi.

L'adolescenza è una stagione turbolenta e delicata al tempo stesso. Alla salute

mentale dei millennials, figli di una generazione in movimento, è stato dedicato un interessante momento di confronto ieri mattina all'Università degli studi del Molise. Un convegno organizzato dal Centro di Salute Mentale di Campobasso, in collaborazione con l'Unimol. Rappresentanti del mondo accademico, i docenti Barba e Germano, hanno dialogato con esperti del settore, il direttore del Csm Franco Veltro e lo psichiatra Vendittelli, rispondendo presenti al tema che l'Organizzazione Mondiale della Salute ha scelto per la giornata della salute mentale 2018. Lo stato di disagio



Il tavolo degli interventi

esistenziale, se non correttamente riconosciuto e gestito, può far sviluppare sintomi di disagio psichico, o un disturbo psicologico e/o psichiatrico. L'Oms e i professionisti motivano la decisione del tema per il 2018 sulla base di alcuni dati statistici: la metà di tutti i disturbi mentali inizia all'età di 14 anni, ma la maggior parte dei casi non viene rilevata e non viene trattata. Tra gli adolescenti, la depressione è la terza causa principale, ma non viene riconosciuta; il suicidio è la seconda causa di morte nei giovani tra i 15 e i 29 anni.

L'uso dannoso di alcool e

droghe illecite tra gli adolescenti è un problema importante in molti paesi e può portare a comportamenti rischiosi. Anche i disturbi alimentari preoccupano gli esperti. Fortunatamente aumenta sempre più la consapevolezza dell'importanza di aiutare i giovani a sviluppare una migliore resilienza sin dalle più tenere età, al fine di affrontare le sfide del mondo di oggi. Cresce l'evidenza che la promozione e la protezione della salute degli adolescenti apporti benefici non solo alla salute degli adolescenti, sia a breve che a lungo termine, ma anche alle economie e alla società, con giovani adulti in buona salute in grado di dare un maggiore contributo alla forza lavoro, famiglie e comunità e la società nel suo insieme. Si può fare molto di più oggi per migliorare la resilienza fin dall'inizio dell'adolescenza, per prevenire il disagio mentale e per gestire e riprendersi dai disturbi mentali. La prevenzione inizia con l'essere consapevoli e con la comprensione dei segnali premonitori di un malessere.

Ma, molto si può fare per la promozione della salute mentale con gli interventi di salutogenesi e dei Life-skills; i genitori e il contesto scolastico possono essere di aiuto nel costruire abilità di vita degli adolescenti. Ed in Molise si viaggia in questa direzione.

Sono già diversi i progetti in materia di salute mentale che il Csm, Asrem e la Regione hanno messo in campo nelle scuole e i cui risultati esposti in convegno dal direttore Veltro giungono a supporto che la prevenzione è davvero l'arma in più.

A.S.