



Giornata Mondiale della Salute Mentale

"ARTE CHE CURA: LA SALUTE PARTE DAL CERVELLO"

Un talk promosso da Lundbeck Italia e BAM - Biblioteca degli Alberi Milano sull'importanza della salute del cervello e dei benefici di un approccio integrato per raggiungere e mantenere l'equilibrio psico-fisico

Milano, 8 ottobre 2022 – Diffondere la cultura della consapevolezza, della cura di sé e del **raggiungimento del proprio equilibrio psico-fisico**, attraverso la conoscenza e un approccio integrato, che comprenda anche l'esercizio di pratiche artistiche: con questi obiettivi si è svolto oggi il **talk "Arte che cura: la salute parte dal cervello"**, promosso da **Lundbeck Italia** e **BAM - Biblioteca degli Alberi Milano**, un progetto di Fondazione Riccardo Catella. L'evento ha ottenuto il **Patrocinio del Comune di Milano** e ha visto la **presenza di Francesco Caroli, staff del Gabinetto del Sindaco, in rappresentanza dell'Assessorato Welfare e Salute del Comune di Milano.**

*"Noi – dichiara **Lamberto Bertolé, Assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano** – pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica, con la conseguente necessaria implementazione di tutte le buone pratiche che possono essere utili a curare patologie e fragilità psichiche. Perché il benessere psicologico diventi un diritto e una priorità per tutti e tutte è però necessario renderlo di interesse per tutti e tutte. Per questo le discussioni come questa, aperte alla cittadinanza, sono importanti e necessarie e il Comune si è impegnato, attraverso il palinsesto #Milano4mentalhealth, a promuovere diverse occasioni di incontro e confronto con l'obiettivo di superare lo stigma e riaffermare l'importanza di prendersi cura del proprio benessere psicologico".*

L'appuntamento di oggi, aperto a tutta la cittadinanza, si è tenuto in vista della **Giornata Mondiale della Salute Mentale**, che si **celebrerà lunedì 10 ottobre**, il cui tema è **"Rendere la salute mentale e il benessere di tutti una priorità globale"**. In linea con questo tema, al talk show hanno **partecipato esperti in diversi ambiti professionali legati alla salute mentale** che, attraverso il confronto e il dialogo, hanno **sensibilizzato il pubblico sul concetto di well-being e su quanto sia importante salvaguardare il proprio benessere mentale, a beneficio dello stato di salute complessivo.**

*"La salute mentale, associata ad un soddisfacente livello di qualità di vita, deve diventare una priorità di tutta la collettività – dichiara il **Prof. Bernardo Dell'Osso, Professore Ordinario di Psichiatria presso l'Università degli Studi di Milano e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze ASST Fatebenefratelli-Sacco** – Tuttavia, è spesso difficile comprendere come affrontare uno stato di disagio psichico, soprattutto quando ci si trova di fronte ad una vera e propria patologia psichiatrica per una serie di ragioni differenti. Per tale motivo, è necessario rivolgersi a specialisti che possano valutare le condizioni psico-fisiche della persona e mettere in atto – ove necessario- le opportune strategie terapeutiche, integrate e personalizzate, che permettano di ristabilire uno stato di benessere complessivo. Certamente, abbiamo oggi a disposizione diversi strumenti terapeutici, oltre alle cure mediche, che possono sostenere chi si trova ad affrontare queste condizioni. Tra queste sicuramente rientra l'arteterapia".*



Con il termine **arte terapia** si indicano un insieme di tecniche e di trattamenti terapeutici che utilizzano le arti visive e in senso più ampio, anche il teatro, la musica e la danza per promuovere la salute della persona nell'ambito della sfera emotiva, affettiva e relazionale, favorendo l'autostima ed incrementando la socializzazione. Inoltre, attraverso l'Arteterapia è stato dimostrato come siano rilevabili miglioramenti delle funzioni cognitive, quali memoria, attenzione, pianificazione, spesso deficitarie nelle persone affette da disagio psichico.

"Conosciamo da tempo i meccanismi che regolano la capacità del cervello di adattare la propria risposta a stimoli esterni e che sono alla base, per esempio, dei processi di apprendimento e memorizzazione – spiega la Prof.ssa Monica Di Luca, Professore Ordinario Dipartimento di Scienze Farmacologiche e Biomolecolari Università degli Studi di Milano – Recentemente, a questa conoscenza si sono aggiunti altri elementi che dimostrano come lo stress, le risposte emotive e molte patologie possono modificare radicalmente queste capacità plastiche del nostro cervello, mettendo anche in luce nuovi aspetti per possibili approcci terapeutici multidisciplinari".

In Italia, ogni anno, **1 persona su 4 soffre di un disturbo mentale**¹. Esiste, tuttavia, un grande sommerso, difficilmente quantificabile, generato anche dallo stigma e dal timore di chiedere aiuto. Nel **2020, in Italia sono state assistite in ambito specialistico quasi 730mila persone con problematiche psichiatriche** e i pazienti che sono entrati in contatto per la prima volta con i Dipartimenti di Salute Mentale sono stati oltre **253.000**.²

Malgrado l'impatto sulla popolazione sia piuttosto elevato, **chi convive con queste patologie**, insieme ai propri cari, **viene frequentemente isolato ed escluso, per colpa del pregiudizio**. Questa condizione di isolamento ha un **impatto importante sulla qualità di vita, pregiudicandone non solo il presente ma anche le prospettive sociali future, oltre a essere un ostacolo all'accesso alle giuste cure**.

È proprio con l'obiettivo di **diffondere una maggiore cultura e consapevolezza sull'importanza della salute mentale e del prendersi cura del proprio equilibrio psico-fisico**, che **Lundbeck Italia e BAM - Biblioteca degli Alberi Milano hanno rinnovato, ancora una volta, la loro collaborazione** nel ciclo di appuntamenti **"Arte che cura"** che si è concluso oggi.

"BAM da sempre propone cultura in modo innovativo, unendo momenti culturali a dibattiti scientifici e coinvolgendo le aziende partner in una co-progettazione di esperienze che sappiano parlare di attualità. Dopo il successo del talk costruito insieme nel 2021, siamo felici di rinnovare per il secondo anno la collaborazione con Lundbeck e di proporre un progetto che affronta tematiche così importanti per la salute pubblica in un luogo aperto, inclusivo e accessibile a tutti." - ha dichiarato **Francesca Colombo, Direttore Generale Culturale di BAM – Biblioteca degli Alberi Milano, Fondazione Riccardo Catella**.

Un obiettivo comune e condiviso anche da **Lundbeck Italia**, come spiega **Tiziana Mele, Amministratore Delegato**: *"Siamo impegnati nella costante ricerca di soluzioni per migliorare la vita delle persone con malattie del sistema nervoso. Crediamo che creare*

¹ http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_422_allegato.pdf Ultimo accesso: 25 agosto 2020

² https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_3212_0_alleg.pdf Pubblicazione: 30 marzo 2022



consapevolezza in un numero sempre maggiore di persone, possa creare il giusto cambiamento culturale per permettere il superamento di quelle barriere create dallo stigma e dal pregiudizio nei confronti di chi vive con una patologia mentale. Crediamo in queste modalità di sensibilizzazione e ognuno di noi deve fare la propria parte per rendere la salute mentale e il benessere di tutti una priorità globale, per questo motivo abbiamo deciso di rinnovare l'impegno congiunto con BAM- Biblioteca degli Alberi Milano".

Lundbeck

Lundbeck, azienda farmaceutica multinazionale danese, specializzata nella cura dei disturbi del sistema nervoso, da oltre 70 anni si dedica instancabilmente alla salute del cervello, affinché ogni persona possa essere al proprio meglio. Con oltre 100 anni di storia e con la propria sede principale a Copenaghen, oggi Lundbeck, può contare su circa 5.300 collaboratori in oltre 50 Paesi nel mondo, con un'organizzazione basata sulla centralità delle persone e su una cultura unica, fondata anche sulle sue origini danesi, promuovendo uno spirito di collaborazione e responsabilità sociale ed etica. Partendo da questo presupposto, Lundbeck ha riscritto la propria strategia, per sottolineare l'importanza del lavoro che svolge quotidianamente e l'impatto che questo può avere sulla vita delle persone. Oggi più che mai appare evidente come il cervello e la sua salute giochino un ruolo fondamentale nel nostro stato di benessere complessivo, sia sul piano fisico che mentale.

Ufficio stampa Lundbeck Italia

Havas

Giovanna Giacalone – giovanna.giacalone@havas.com; +39 366 6123607

Flavia Testorio – flavia.testorio@havas.com; +39 340 3252628

Ufficio stampa Fondazione Riccardo Catella

SEC Newgate Italia

Maria Serena Refolo – serena.refolo@secnewgate.it – 347 8522394

Ines Baraldi – ines.baraldi@secnewgate.it – 331 5836772

