

Concepto de Salud mental por varios autores

La salud mental se define por la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

Dr. Ramírez- Mejía define la salud mental como un estado de armonía y plenitud entre el aspecto intelectual y el emocional del cerebro y la persona.

En 1998 la Mental Health for Canadians define a la salud mental como la capacidad de las personas y de los grupos para interactuar entre sí y con el medio ambiente de modo de promover el bienestar subjetivo, el desarrollo y uso óptimo de las potencialidades psicológicas, cognitivas afectivas relacionales, el logro de las metas individuales y colectivas en concordancia con la justicia y el bien común.

Concepto de higiene mental con sus autores. Hacer un análisis y comparar

Ameghino, Arturo (1935) define la higiene mental como la prevención de "la **desadaptación psíquica en la sociedad actual**" a través del mejoramiento del medio ("medio" que sólo puede atenuar o favorecer el desencadenamiento de lo que ya está presente en la constitución psicofísica individual).

Goldemberg M. y Lubchansky definen la higiene mental como el conjunto de actividades que basadas en conocimientos científicos, tienden a fomentar, proteger, conservar y restablecer la salud mental del hombre.

Joan Garcés en su libro define a la higiene mental comprende, en realidad, todas las actividades de la esfera humana, y podríamos sintetizar diciendo que tiene por objeto la prevención, curación y vigilancia profiláctica de los individuos que por sus alteraciones neuro y psicopáticas constituyen una entidad desarmónica en nuestro medio social.

Se puede comparar que ambos conceptos están relacionados, en donde la higiene mental es el proceso para prevenir la enfermedad, mientras que el objetivo básico de la salud mental es impulsar y estimular la salud mental.