

Viver perto de áreas verdes aumenta sensação de bem-estar, diz estudo



Um estudo de cientistas britânicos sugere que viver em uma **área urbana com espaços verdes** tem um impacto positivo no bem-estar **mental** dos habitantes de cidades.

Os pesquisadores, da Universidade de Exeter, constataram que passar a morar em um local com áreas verdes gera um **efeito positivo** duradouro, enquanto que aumentos de salários ou promoções no trabalho, por exemplo, fornecem apenas efeitos positivos de curto prazo.

Para os autores da pesquisa, os resultados mostram que o acesso a parques urbanos traz benefícios à saúde pública.

Mathew White, do Centro Europeu para o Desenvolvimento e Saúde Humana da Universidade de Exeter, um dos autores da pesquisa, explicou que o estudo se baseia nas descobertas de um outro levantamento, que mostrou que as pessoas vivendo em áreas urbanas mais verdes tinham menos sinais de depressão e ansiedade.

Ele diz que isso ocorre "por várias razões". "Por exemplo: as pessoas fazem todo tipo de coisas para ficarem mais felizes, elas lutam por uma promoção no trabalho, aumento de salário, até se casam. Mas o problema com todas estas coisas é que, depois de seis meses a um ano, elas voltam aos níveis originais de bem-estar. Então estas coisas não são sustentáveis, elas não nos fazem felizes no longo prazo", afirmou.

"Descobrimos que em um grupo de ganhadores da loteria, que tinham ganho mais de 500 mil libras (quase R\$ 2 milhões), o efeito positivo definitivamente estava lá, mas depois de seis meses a um ano, eles tinham voltado aos níveis normais".

As descobertas foram publicadas na revista especializada *Environmental Science and Technology*.

DADOS

A equipe de pesquisadores usou dados da Pesquisa de Residências Britânicas (que mudou o nome para pesquisa Compreendendo a Sociedade) e que começou a ser feita na Grã-Bretanha em 1991 pela Universidade de Essex.

"É uma amostra enorme e representativa da população britânica (atualmente cerca de 40 mil residências pesquisadas por ano), em que são respondidas várias perguntas, sobre renda, estado civil, etc", disse White.

"O que você vê é que, mesmo depois de três anos, a saúde mental ainda é melhor (para quem vive perto

de áreas verdes), o que é improvável com as muitas outras coisas que achamos que nos farão felizes", disse.

MAIS PESQUISAS

O pesquisador acrescentou que a equipe quer fazer mais pesquisas para examinar uma possível ligação entre qualidade de relacionamentos conjugais e a vida em áreas verdes.

"Há provas de que as pessoas dentro de uma áreas com espaços verdes são menos estressadas e, quando você é menos estressado, você toma decisões mais razoáveis e se comunica melhor", afirmou White.

"Não vou falar que é uma poção mágica que cura todos os problemas do casamento, claro que não é, mas pode ser que (o fator do cenário) ajude a pender a balança na direção das decisões mais razoáveis e diálogos mais maduros".

Com as crescentes provas de ligação entre espaços verdes nas cidades e o impacto na saúde pública, há também o crescente interesse das autoridades e governos pelo assunto, segundo White.

Mas, o pesquisador afirma que não será fácil decidir de onde deve vir o **dinheiro** para investir em áreas verdes nas cidades. "Por exemplo: autoridades ligadas ao meio ambiente irão dizer que se é bom para a saúde das pessoas, então o investimento deveria ser feito pelo serviço de saúde. Então, há muitas pessoas interessadas, mas o que realmente precisamos no nível de políticas, é decidir de onde virá o dinheiro para apoiar áreas verdes locais de qualidade", acrescentou.

Fonte: BBC Brasil