



URBANIZAÇÃO E ADOECIMENTO MENTAL: O PARADIGMA DAS GRANDES CIDADES

COELHO, Henrique Nogueira.¹
CRISTOFOLINI, Maria Eduarda Souza.²
GARLA, Mariana Coury.³
SCALIANTE, Amanda Motta.⁴
MADUREIRA, Eduardo Miguel Prata⁵

RESUMO

O estudo tem por premissa instigar sobre a realidade das cidades e a relação urbana com a saúde dos indivíduos. Por isso, foram expostos argumentos que explicitam o histórico do desenvolvimento após a ocupação do meio urbano, que ocorreu de maneira desordenada, resultando em doenças psicológicas. Também é explicado como a urbanização pode ser um dos fatores para os números de violência. Diante desse prisma, percebe-se necessário compreender e investigar os meios para um desenvolvimento mais saudável, além de pensar em medidas para promover a saúde mental junto com o aumento da densidade demográfica.

PALAVRAS-CHAVE: urbanização, cidades, saúde mental.

1. INTRODUÇÃO

Esse artigo tem como objetivo expor a conexão da urbanização com a saúde psicológica dos indivíduos, por meio de análises do histórico do desenvolvimento das cidades e alguns dos sintomas apresentados pela relação da população com o meio urbano.

Também faz parte do estudo explicar como o êxodo rural, o crescimento acelerado dos centros urbanos e a elevada densidade demográfica afetam tanto o psicológico da população, quanto o desenvolvimento financeiro e a violência medida nas cidades.

Ademais, a escolha do tema faz parte de uma tentativa de estabelecer como o ser humano é influenciado pela qualidade de vida nas cidades e destacar a importância de compreender os determinantes que causam as patologias urbanas, além da necessidade de programas que possam intervir nessa problemática.

¹Aluno do Curso de Medicina do Centro Universitário FAG. E-mail. henriquenogueiracoelho@yahoo.com.br

²Aluno do Curso de Medicina do Centro Universitário FAG. E-mail. mescristofolini@minha.fag.edu.br

³Aluno do Curso de Medicina do Centro Universitário FAG. E-mail. mccgarla@minha.fag.edu.br

⁴Aluno do Curso de Medicina do Centro Universitário FAG. E-mail. amscaliante@minha.fag.edu.br

⁵ Mestre em Desenvolvimento Regional e Agronegócio. Professor do Centro Universitário FAG. E-mail: eduardo@fag.edu.br



2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O processo de urbanização brasileiro teve início durante o século XX, concomitantemente ocorria um intenso processo de industrialização impulsionado por políticas desenvolvimentistas - principalmente aplicadas por Getúlio Vargas - de setores como o da indústria de base (siderurgia, metalurgia, energia, etc.), além da automatização dos serviços agropecuários, essas medidas criaram um forte estímulo para o êxodo rural, à medida que a população rural buscava oportunidades de emprego nas cidades em rápido crescimento pela falta de políticas de reforma agrária que visassem o sustento de pequenos produtores (10). O êxodo rural resultou em um crescimento desenfreado nas cidades, a falta de infraestrutura adequada para lidar com o rápido crescimento populacional foi um dos principais desafios enfrentados durante esse período, resultando em problemas como falta de moradia, de saneamento básico, serviços precários de saúde e educação, além de problemas sociais como a segregação espacial e a concentração de pobres nas favelas.

Tendo em vista o contexto histórico citado anteriormente podemos inferir que a saúde das populações urbanas é influenciada por uma série de fatores, e entre eles, a densidade demográfica tem sido identificada como um elemento de destaque. A concentração elevada de indivíduos em ambientes urbanos restritos tem despertado interesse, pois está diretamente ligada a uma série de desafios para o bem-estar e a saúde. Nesse contexto, a densidade demográfica é considerada um importante mediador entre determinantes socioeconômicos e diversos quadros patológicos que afetam as comunidades urbanas.

O estresse se destaca como uma das consequências mais relevantes na saúde mental e está relacionado à hipertensão arterial (1), ao estresse propriamente dito (2) e à piora dos indicadores de saúde mental (3). A dinâmica das cidades e a concentração de pessoas em espaços limitados têm sido associadas a um aumento significativo nos níveis de estresse (4). A vida nas áreas urbanas, caracterizada pela agitação, ritmo acelerado e pressões sociais e econômicas, cria um ambiente propício para o surgimento de problemas de saúde mental e física. A sensação de sobrecarga e a falta de espaços de tranquilidade podem levar a um estado crônico de estresse, com implicações negativas para a qualidade de vida e o equilíbrio psicológico dos indivíduos. Identifica-se, assim, o problema da saúde mental como uma questão urgente e associada às populações urbanas. (5)

Um importante acontecimento a ser analisado envolvendo saúde mental e urbanização foi a ocorrência da pandemia causada pela COVID-19, na qual o isolamento social foi implementado



como medida de prevenção, ocasionando restrições à liberdade e contato interpessoal e consequentemente estigmas a determinados grupos, provocando impactos que vão além da infecção viral, que se referem ao bem-estar da população com mudanças do dia a dia e o desencadeamento de transtornos mentais. A inatividade física, poluição sonora local – principalmente experienciada por populações menos abastadas em complexos habitacionais insalubres e aglomerados -, perdas financeiras, recessão econômica e a pobreza experienciados pela população ocasionaram o aumento de sentimentos negativos, sensação de medo, pânico, ansiedade e tristeza geraram sofrimento psíquico e em alguns casos estímulo do sistema nervoso autônomo endócrino, aumentando a pressão arterial e frequência cardíaca que consequentemente em alguns casos ao surgimento de transtornos de pânico, ansiedade, estresse pós-traumático e depressão (8).

Além disso o aumento da violência nas grandes cidades pode não ser diretamente responsável por problemas de saúde mental, mas existe uma forte associação entre os dois fatores. A exposição a eventos traumáticos como assaltos, agressões físicas ou testemunho de violência, pode levar ao desenvolvimento do Transtorno de estresse pós-traumático, caracterizado principalmente pela ansiedade intensa e hiper vigilância (9). A sensação de insegurança e medo em áreas violentas além de contribuir para o desenvolvimento de transtornos de humor como depressão e ansiedade, aumentam o estresse levando a problemas como insônia, fadiga, dificuldade de concentração e a criação de um ciclo de trauma intergeracional, perpetuando a transmissão de traumas e da saúde mental nas gerações futuras.

Com o aumento do crescimento urbano global e o incremento da população que reside nas cidades, surge um interesse renovado em compreender o impacto do estilo de vida urbano na saúde. No entanto, é evidente a falta de consenso sobre a abordagem mais adequada para a pesquisa em saúde urbana e as questões que esse campo de estudo deve abordar (6). Esse contexto instiga a necessidade de uma análise mais aprofundada sobre o assunto.

As cidades são ambientes complexos, caracterizados por uma interação dinâmica de fatores sociais, econômicos e físicos que podem influenciar a saúde das populações. Compreender esses diversos aspectos é essencial para obter uma visão mais abrangente da saúde urbana e para formular estratégias efetivas de intervenção (7). É necessário explorar a relação entre a densidade demográfica, os determinantes socioeconômicos e os quadros patológicos, a fim de desenvolver políticas e programas que promovam a saúde mental e física nas populações urbanas.



3. METODOLOGIA

Revisão Bibliográfica. Uma revisão bibliográfica é um estudo sistemático que busca, seleciona, analisa e sintetiza informações existentes em fontes bibliográficas relevantes para uma determinada área de estudo. Ela tem como objetivo principal identificar, avaliar e integrar o conhecimento existente sobre um determinado tópico, envolvendo a busca em bases de dados acadêmicos, consulta a artigos, livros e outros materiais relevantes, seleção dos estudos de acordo com critérios predefinidos, garantia e análise dos dados, e apresentação dos resultados em um relatório escrito. O referido artigo foi feito com o objetivo de identificar e integrar os principais fatores advindos da urbanização relacionados com problemas de saúde mental da população, correlacionando contextos atuais como a pandemia da COVID-19 e contextos históricos como o êxodo rural e a implementação de políticas desenvolvimentistas no Brasil que levaram ao inchaço urbano.

4. ANÁLISES E DISCUSSÕES

Esse artigo aborda a relação entre a urbanização e a saúde mental dos indivíduos, destacando a influência do desenvolvimento desordenado das cidades e seus impactos na qualidade de vida e bem-estar psicológico da população. Através de uma revisão bibliográfica, o estudo apresenta argumentos que evidenciam o histórico do crescimento urbano, o êxodo rural e a densidade demográfica como fatores que contribuem para o surgimento de doenças psicológicas e aumento da violência.

O texto ressalta que o processo de urbanização no Brasil teve início no século XX, acompanhado por um intenso processo de industrialização e falta de políticas adequadas de reforma agrária. Isso resultou em um êxodo rural em busca de oportunidades nas cidades em rápido crescimento, levando ao inchaço urbano e desafios como falta de infraestrutura, moradia precária, serviços de saúde e educação precários, além da segregação espacial e concentração de pobreza em favelas.

Um dos principais destaques é a relação entre a densidade demográfica e os problemas de saúde mental. A concentração elevada de pessoas em espaços urbanos limitados tem sido associada a um aumento significativo nos níveis de estresse. O ritmo acelerado, as pressões sociais e



econômicas e a falta de espaços de tranquilidade nas áreas urbanas criam um ambiente propício para o surgimento de problemas de saúde mental e física. O estresse crônico pode levar a uma série de condições negativas para a qualidade de vida e o equilíbrio psicológico dos indivíduos.

Além disso, o artigo destaca o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental das populações urbanas. O isolamento social e as restrições à liberdade e ao contato interpessoal resultaram em mudanças significativas no dia a dia das pessoas e no surgimento de transtornos mentais, como ansiedade e depressão. A inatividade física, a poluição sonora e as perdas financeiras também contribuíram para o aumento dos sentimentos negativos e do sofrimento psíquico.

A violência nas grandes cidades também é abordada como um fator relacionado aos problemas de saúde mental. A exposição a eventos traumáticos pode levar ao desenvolvimento do Transtorno de Estresse Pós-Traumático e contribuir para o surgimento de transtornos de humor, como depressão e ansiedade. A sensação de insegurança e medo em áreas violentas aumenta o estresse, levando a problemas como insônia, fadiga e dificuldade de concentração.

Diante desse panorama, o estudo enfatiza a necessidade de compreender os determinantes que causam as patologias urbanas e desenvolver políticas e programas que promovam a saúde mental e física nas populações urbanas. A análise dos diversos fatores sociais, econômicos e físicos presentes nas cidades é essencial para formular estratégias efetivas de intervenção.

No entanto, é importante ressaltar que o artigo não propõe soluções específicas ou sugere medidas concretas para lidar com o problema do adoecimento mental nas cidades. Apesar de abordar a importância de programas de intervenção, não são apresentadas diretrizes claras sobre como esses programas devem ser desenvolvidos ou implementados.

Em suma, o estudo evidencia a estreita relação entre a urbanização e o adoecimento mental, ressaltando os efeitos do desenvolvimento desordenado das cidades, da densidade demográfica, da pandemia da COVID-19 e da violência urbana. No entanto, são necessárias pesquisas adicionais e ações concretas para a compreensão aprofundada do tema e a implementação de políticas efetivas que promovam a saúde mental nas populações urbanas.



5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando-se o supracitado paradigma das grandes cidades que correlaciona a urbanização e o adoecimento mental, observa-se que existem diversos fatores a serem mais bem discutidos e analisados não apenas por órgãos responsáveis, mas também pela população.

A maneira em que a grande maioria dos centros urbanos brasileiros se consolidou não foi idealmente organizada e bem estruturada para receber um alto número de pessoas. O contexto histórico de crescimento das cidades e o desenfreado aumento populacional fizeram com que a estrutura física das cidades não comportasse da melhor maneira seus habitantes, com a falta de saneamento básico e outros fatores que ressaltam o fato de que o prejuízo à saúde mental é evidente quando se leva em consideração esse desenvolvimento irregular de uma cidade. O crescimento e expansão populacional de um centro urbano tendo como base a desorganização e falta de planejamento faz com que se manifestem nos indivíduos estresses desnecessários que, diante de uma cumulativa de fatores, dificultam o bem-estar da população.

É fato que a saúde de um indivíduo depende de um conjunto de fatores que devem estar com seus funcionamentos alinhados e, a partir do momento em que um desses se encontra em desequilíbrio, os outros passam a ser, por consequência, prejudicados. Um exemplo disso, como mencionado no artigo, é o advento de hipertensão arterial, transtorno de pânico, ansiedade, estresse pós-traumático e depressão que são observados na população após períodos de maior estresse.

Portanto, diante do exposto, conclui-se que é de suma importância o planejamento e organização no desenvolvimento das cidades, para que sejam oferecidos para a população locais de conforto quando necessário, condições adequadas de moradia com saneamento básico, boa integração dos sistemas de transporte para o cotidiano dos trabalhadores, entre outros fatores que colaboram para o bom estado de saúde mental da população.

REFERÊNCIAS

1. HARBURG, E. et alli. Socioecological stressor areas and blackwhite blood pressure: Detroit. J. Chronic Dis., 26: 595-611, 1973.
2. BOOTS, B. Population density, crowding and human behaviour. Prog. Hum. Geogr., 3 (1): 13-63, 1979.



3. GALLE, O.; GOVE, W. & McPHERSON, J. Population density and pathology: what are the relations in man? *Science*, 176: 23-30, 1972.
4. MORGAN, G. Mental and social health and population density. *J. Hum. Relat.*, 20 (1/2): 196-204, 1972.
5. Bahia AT, Costa LAM. Diálogos entre cidade e saúde mental: um caso de estudo da Comunidade da Rua Monsenhor Rubens Mesquita, Salvador – BA, Brasil. *Risco Revista de Pesquisa em Arquitetura e Urbanismo* (Online). 2022 Jun 22;20:1–17.
6. Vlahov D, Gibble E, Freudenberg N, Galea S. Cities and health: history, approaches, and key questions. *Acad Med*. 2004 Dec;79(12):1133-8. doi: 10.1097/00001888-200412000-00003. PMID: 15563646.
7. Marsella AJ. Urbanization, mental health, and social deviancy: A review of issues and research. *American Psychologist*. 1998;53(6):624–34.
8. O IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL | RAHIS- Revista de Administração Hospitalar e Inovação em Saúde. *revistasfaceufmgbr* [Internet]. 2021 Oct 24; Available from: <https://revistas.face.ufmg.br/index.php/rahis/article/view/6626>
9. GONÇALVES HCB, QUEIROZ MR, DELGADO PGG. Violência urbana e saúde mental: desafios de uma nova agenda? *Fractal: Revista de Psicologia*. 2017 Apr 29;29(1):17–23.
10. Alves E, Da Silva E Souza G, Marra R. Êxodo e sua contribuição à urbanização de 1950 a 2010 1,2 [Internet]. 2011. Available from: <https://www.alice.cnptia.embrapa.br/alice/bitstream/doc/910778/1/Exodoesuacontribuicao.pdf>