



SUSTENTABILIDADE E SAÚDE MENTAL: DESAFIOS E POSSIBILIDADES EM TEMPOS DE CRISES AMBIENTAIS

SUSTAINABILITY AND MENTAL HEALTH: CHALLENGES AND POSSIBILITIES IN TIMES OF ENVIRONMENTAL CRISES

Giovana Gabriela Correia Ricco¹

Mariana Vilela Teodoro²

Amanda Cristina de Oliveira²

Andrea Cristina Teixeira dos Santos²

Isabela Carrijo²

Gildomar Alves dos Santos³

Resumo: Este trabalho tem como objetivo destacar a relação entre sustentabilidade e questões psicológicas, evidenciando como as crises climáticas impactam significativamente a saúde mental das populações. Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, desenvolvida por meio de revisão integrativa de literatura, com base em estudos publicados entre 2003 e 2024 nas bases Google Acadêmico e SciELO. A análise dos dados permitiu compreender a sustentabilidade como um fenômeno multidimensional, que envolve aspectos ambientais, sociais, culturais e emocionais. Os resultados indicam que a crise ambiental ultrapassa a dimensão ecológica, configurando-se também como um problema psicossocial, com efeitos diretos na saúde mental. Eventos extremos, como enchentes, secas e queimadas, provocam impactos emocionais relevantes, incluindo luto coletivo, ansiedade, traumas e ecoansiedade, especialmente em populações vulneráveis. Situações como a tragédia climática no Rio Grande do Sul em 2024 reforçam esses efeitos, evidenciando sofrimento emocional e social duradouro. O estudo destaca a necessidade de compreender as relações entre comportamento humano e meio ambiente, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias que promovam a preservação ambiental e o bem-estar psicológico. Reforça-se a importância de políticas públicas que integrem dimensões técnicas e subjetivas, visando à justiça socioambiental e ao fortalecimento da resiliência emocional. Conclui-se que cuidar do meio ambiente está

¹ Discente do Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES. E-mail: gigabrielaricco@academico.unifimes.edu.br

² Discente do Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES.

³ Docente do Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES. E-mail: gildomar@unifimes.edu.br



diretamente relacionado ao cuidado da saúde mental, sendo essencial a construção de um novo pacto social e ambiental para um futuro mais sustentável, equilibrado e humanizado.

Palavras-chave: Sustentabilidade. Crises climáticas. Saúde mental. Impactos psicológicos. Vulnerabilidade social.

Abstract: This work aims to highlight the relationship between sustainability and psychological issues, demonstrating how climate crises significantly impact the mental health of populations. It is a qualitative research study, developed through an integrative literature review, based on studies published between 2003 and 2024 in the Google Scholar and SciELO databases. The data analysis allowed us to understand sustainability as a multidimensional phenomenon, involving environmental, social, cultural, and emotional aspects. The results indicate that the environmental crisis transcends the ecological dimension, also configuring itself as a psychosocial problem, with direct effects on mental health. Extreme events, such as floods, droughts, and wildfires, cause significant emotional impacts, including collective grief, anxiety, trauma, and eco-anxiety, especially in vulnerable populations. Situations like the climate tragedy in Rio Grande do Sul in 2024 reinforce these effects, highlighting lasting emotional and social suffering. The study highlights the need to understand the relationships between human behavior and the environment, contributing to the development of strategies that promote environmental preservation and psychological well-being. It reinforces the importance of public policies that integrate technical and subjective dimensions, aiming at socio-environmental justice and strengthening emotional resilience. It concludes that caring for the environment is directly related to caring for mental health, making the construction of a new social and environmental pact essential for a more sustainable, balanced, and humanized future.

Keywords: Sustainability. Climate crises. Mental health. Psychological impacts. Social vulnerability.

INTRODUÇÃO

A sustentabilidade ganhou importância em todo o mundo devido ao aumento dos problemas ambientais. (Iaquinto, 2018) Questões como aquecimento global, desmatamento e escassez de recursos, evidenciam ainda mais como deve ser repensado com urgência o modelo de desenvolvimento construído na sociedade. Sendo assim, a sustentabilidade surge justamente



como um equilíbrio, para preservação ambiental e qualidade de vida para as presentes e futuras gerações. Segundo Boff (2012 apud Iaquinto, 2018), o cenário atual evidencia um elevado nível de degradação social e ambiental, colocando em risco a continuidade do modo de vida adotado pela humanidade nos últimos séculos. Esse modelo de habitar, produzir, distribuir e consumir mostra-se insustentável, comprometendo não apenas a manutenção da civilização, mas também a própria sobrevivência humana. Diante disso, torna-se necessária a construção de novos paradigmas, baseados em diferentes concepções, perspectivas e valores, que incluam tanto avanços científicos e tecnológicos quanto a reconstrução das relações sociais e do vínculo com a natureza e a Terra.

Antes, as mudanças climáticas pareciam ameaças distantes, mas, atualmente, o mundo as vivencia de perto. Isso pode ser observado nas graves ondas de calor, enchentes, secas e queimadas, situações que repercutem significativamente no âmbito emocional e social (Martins; Missiatto; Sousa, 2024). Em 2024 o Rio Grande do Sul sofreu uma enorme tragédia climática. Perante tantas perdas visíveis, é possível perceber danos irreparáveis, desde vidas que foram interrompidas até às memórias e histórias que foram engolidas junto a lama; além do prejuízo material, resta aos sobreviventes grande sofrimento emocional e social. (Rizzotto; Costa; Lobato, 2024 apud Martins; Missiatto; Sousa, 2024).

Diante desse cenário de intensificação das crises ambientais e de seus impactos não apenas ecológicos, mas também psicológicos e sociais, evidencia-se a relevância deste estudo. Nesse contexto, este trabalho tem como objetivo analisar de que maneira os problemas ambientais influenciam negativamente a saúde mental da população. Os seguintes autores ainda afirmam: “[...] cuidar da Terra e promover resiliência emocional são ações interligadas, essenciais para construir um futuro mais equilibrado e saudável para todos. [...]” (Martins; Missiatto; Sousa, 2024).

METODOLOGIA

Realizou-se uma revisão integrativa da literatura, caracterizada como um tipo de pesquisa bibliográfica cujo objetivo é reunir, analisar e sintetizar, de forma abrangente e crítica, os resultados de estudos já publicados. Foram realizadas buscas por artigos nas bases Google Acadêmico e SciELO, apenas em português. Utilizaram-se os descritores psicologia, psicológica, meio ambiente e sustentabilidade, combinados com os operadores booleanos AND e OR para ampliar a recuperação de estudos.



Inicialmente, os resultados foram variados, incluindo artigos científicos, resenhas e monografias de diferentes anos. Como critérios de inclusão, consideraram-se apenas estudos disponíveis online em PDF, com acesso livre e gratuito. Em seguida, realizou-se a leitura do título e do resumo, selecionando aqueles com foco em sustentabilidade. Assim, foram incluídos artigos publicados entre 2003 e 2024. Resenhas, monografias, estudos em outros idiomas ou com baixa relevância temática foram excluídos.

De acordo com os conteúdos selecionados, foram categorizados das seguintes formas:

- 1) A atribuição necessária para o esclarecimento dos desafios relacionados à sustentabilidade e suas diversas dimensões envolve a compreensão integrada dos fatores ambientais, sociais, econômicos e culturais que influenciam o desenvolvimento sustentável.
- 2) artigos com o foco nos conceitos de recursos em sustentabilidade.
- 3) Artigos que divulgaram resultados encontrados sobre como a Psicologia Ambiental contribui para a compreensão das interações entre comportamento humano e o ambiente, e de que forma os recursos em sustentabilidade têm sido aplicados para promover mudanças significativas nos contextos sociais e ambientais.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da revisão integrativa de literatura observamos que a crise ambiental não se limita a um problema ecológico, mas se configura como um fenômeno psicossocial com efeitos diretos na saúde mental. A Psicologia Ambiental desponta, nesse contexto, como uma área essencial para compreender os vínculos entre comportamento humano, ambiente e sustentabilidade (Santos; Felipe; Kuhnen, 2019).

Estudos nacionais e internacionais têm demonstrado que os comportamentos pró-ambientais estão diretamente associados a fatores cognitivos e emocionais, como percepção de risco, senso de pertencimento e interesse próprio (Schultz, 2002; Corral-Verdugo, 2005 apud Santos; Felipe; Kuhnen, 2019). No Brasil, esse campo tem avançado, especialmente após a consolidação de redes como a REPALA (Rede de Psicologia Ambiental Latino-Americana), que busca ampliar a integração entre pesquisadores e fortalecer a produção científica (Pinheiro, 2003). Esse movimento contribui para que a Psicologia Ambiental seja reconhecida como disciplina estratégica na formulação de políticas ambientais e sociais.

Segundo Castello (2005) uma política ambiental efetiva deve conter não apenas aspectos técnicos, mas também dimensões subjetivas relacionadas ao espaço vivido. Tal perspectiva aproxima a sustentabilidade do conceito de “sustentabilidade psicológica”, em que cuidar do ambiente significa, simultaneamente, preservar a qualidade da vida humana.



A tragédia climática ocorrida no Rio Grande do Sul em 2024 evidencia de forma decisiva esses entrelaçamentos. As enchentes devastaram 471 municípios, afetando milhões de pessoas e deixando milhares desabrigadas, ao mesmo tempo em que desencadearam luto coletivo, sentimento de impotência e traumas psíquicos (Maringo et al., 2024; Rizzotto; Costa; Lobato, 2024). Nesses casos, surgem fenômenos como ansiedade e desconforto psicológico que uma pessoa sente devido as mudanças ambientais negativas percebidas em seu próprio ambiente, que traduzem o sofrimento emocional causado pela percepção de perda do território, das memórias e da estabilidade existencial (Albrecht et al., 2007; Martins; Missiatto; Sousa, 2024).

É importante destacar que tais impactos não se distribuem de maneira uniforme. As desigualdades sociais e estruturais intensificam os efeitos das mudanças climáticas, afetando de forma mais severa populações marginalizadas, como comunidades indígenas, ribeirinhas, quilombolas e moradores de periferias urbanas (Duarte; Silva; Lopes, 2022). Esses grupos enfrentam barreiras no acesso a recursos, a políticas de adaptação e ao atendimento psicológico, o que reforça a urgência de integrar justiça social e ambiental nas estratégias de enfrentamento da crise climática (Loose; Resende, 2024).

Cuidar da Terra e da saúde mental são ações inseparáveis. A sustentabilidade, entendida em sua dimensão ampla, deve abranger tanto a preservação dos recursos naturais quanto a proteção das subjetividades humanas diante das transformações climáticas. Dessa forma, é observado a necessidade de ampliar o papel da Psicologia nas políticas públicas e nas práticas comunitárias, fortalecendo redes de apoio social e psicológico. Somente por meio dessa integração será possível construir respostas eficazes frente às catástrofes ambientais, promovendo resiliência emocional e um futuro sustentável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise evidencia que sustentabilidade e questões psicológicas estão profundamente interligadas, ultrapassando a dimensão ambiental e envolvendo aspectos sociais, emocionais e culturais. As mudanças climáticas e desastres ambientais, como no caso do Rio Grande do Sul em 2024, não se restringem a perdas materiais, mas geram impactos emocionais duradouros, como luto coletivo e ambiental, além de ansiedade e traumas. Isso demonstra que o cuidado com o meio ambiente está diretamente relacionado à saúde mental, já que a degradação ambiental afeta a qualidade de vida e o equilíbrio psíquico de indivíduos e comunidades.



A revisão integrativa aponta que a Psicologia Ambiental tem papel fundamental nesse contexto, ao contribuir para a compreensão dos fatores que influenciam comportamentos pró-ambientais e para a formulação de políticas públicas que integrem preservação ambiental e fortalecimento da resiliência emocional. Assim, políticas eficazes devem considerar dimensões sociais e subjetivas, promovendo justiça socioambiental e ampliando o acesso ao cuidado psicológico, especialmente entre populações vulneráveis.

Dessa forma, o enfrentamento da crise climática exige não apenas estratégias técnicas, mas também a construção de um novo pacto social e ambiental, no qual o bem-estar humano e a saúde do planeta sejam entendidos como interdependentes. Nesse sentido, integrar sustentabilidade e saúde mental torna-se essencial para respostas mais humanas, inclusivas e eficazes diante dos desafios climáticos.

AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer ao professor Gildomar Alves dos Santos por toda sua contribuição ao longo deste trabalho, abordando um tema de grande relevância na atualidade. Agradecemos pelo apoio!

REFERÊNCIAS

CASTELLO, L. Psicologia ambiental e política ambiental: estratégias para a construção do futuro. *Psicologia USP*, v. 16, n. 1/2, p. 223-236, 2005.

DE ARAUJO BRAGA, A. P. et al. Produção científica sobre psicologia dos desastres: uma revisão da literatura nacional. *Estudos de Psicologia*, v. 23, n. 2, p. 179-188, 2018.

IAQUINTO, B. O. A sustentabilidade e suas dimensões. *Revista da ESMESC*, v. 25, n. 31, p. 157-178, 2018.

MARTINS, A. R.; MISSIATTO, L. A. F.; SOUSA, D. A. J. Mudanças climáticas e saúde mental: quando o clima também afeta emoções e relações. *Revista Bem Viver Compartilhando Saberes*, v. 1, n. 2, p. 22-26, 2024.

MARTINS, A. R.; MISSIATTO, L. A. F.; SOUSA, D. A. J. Mudanças climáticas e saúde mental: quando o clima também afeta emoções e relações. *Revista Bem Viver Compartilhando Saberes*, v. 1, n. 2, p. 22-32, 2024.

MINISTÉRIO DA INTEGRAÇÃO NACIONAL. Anuário brasileiro de desastres naturais. Brasília, DF: CENAD, 2014.



X COLÓQUIO ESTADUAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR
VIII CONGRESSO NACIONAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR
VII PRÊMIO UNIFIMES DE INOVAÇÃO E EMPREENDEDORISMO

CONHECIMENTO EM MOVIMENTO:
PESQUISA E INOVAÇÃO NO CONTEXTO MULTIDISCIPLINAR



18 a 20
MAIO DE 2026

PINHEIRO, J. Q. Psicologia ambiental: espaços construídos, problemas ambientais, sustentabilidade. Estudos de Psicologia, v. 8, n. 2, p. 209-213, 2003.

SANTOS, I. S.; FELIPPE, M. L.; KUHNEN, A. Psicologia ambiental e recursos em sustentabilidade: revisão integrativa. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 39, e185833, p. 1-15, 2019.

