



URBANISMO E PAISAGENS URBANAS: A INFLUÊNCIA DO AMBIENTE NA SAÚDE MENTAL NAS CIDADES CONTEMPORÂNEAS

URBANISM AND URBAN LANDSCAPES: THE INFLUENCE OF ENVIRONMENT ON MENTAL HEALTH IN CONTEMPORARY CITIES

Heyllen D'Angelis Oliveira Ferreira¹

Camila Kelly Lima dos Santos¹

Heitor Veloso Guimarães¹

Lorena da Silva Ferreira²

O urbanismo é uma área essencial de estudo que envolve a integração de diversas disciplinas no planejamento, criação e gestão do espaço urbano, visando à melhoria da qualidade de vida dos habitantes. A falta de planejamento adequado, caracterizada pela expansão descontrolada e pela eliminação de áreas verdes, impacta diretamente na saúde mental, intensificando sentimentos de solidão, estresse e ansiedade. Este trabalho tem como objetivo examinar os impactos negativos das paisagens urbanas na saúde mental, com ênfase nas cidades contemporâneas, além de sugerir estratégias para mitigar esses impactos, incluindo a adaptação de serviços de saúde mental ao contexto urbano. A pesquisa de caráter bibliográfico foi fundamentada em uma revisão sistemática da literatura, com análise de 20 artigos científicos. A base de dados utilizada foi o PubMed, com os descritores “urbanism health”, “Urbanism” e “Mental Health”. Foram incluídos artigos publicados nos últimos cinco anos que abordassem pesquisas com seres humanos, excluindo os que não se alinhavam ao objetivo do estudo. A revisão revelou que o planejamento urbano tem impacto significativo na saúde mental. Ambientes urbanos bem planejados, com áreas verdes, espaços públicos acessíveis e infraestrutura adequada, estão associados a menores níveis de estresse, ansiedade e depressão. A presença de parques e áreas naturais não só promove a atividade física, mas também facilita a socialização, essencial para o bem-estar psicológico. Em contrapartida, ambientes densamente povoados, com poluição, escassez de espaços verdes e isolamento social, podem contribuir para o aumento de distúrbios mentais. A qualidade do espaço urbano influencia a satisfação com a vida e o sentimento de pertencimento à comunidade, além de sugerir que a inclusão de

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

² Docente do curso de Medicina do Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES



elementos estéticos e culturais nas paisagens urbanas pode melhorar a percepção de qualidade de vida. Os resultados indicam que políticas urbanas que priorizam um design inclusivo e sustentável são fundamentais para promover a saúde mental nas cidades contemporâneas. O planejamento urbano deve considerar as necessidades de saúde mental dos cidadãos, integrando espaços que favoreçam a socialização e reduza o estresse. É necessário que os planejadores urbanos criem cidades que promovam o bem-estar psicológico e a qualidade de vida dos habitantes, incluindo áreas verdes e espaços públicos adequados.

Palavras-chave: Planejamento urbano. Saúde mental. Espaços urbanos.

Keywords: Urban planning. Mental health. Urban spaces.