

## **Urbanismo e saúde mental**

Amelia Lérias Duarte

### **Resumo**

A autora numa compreensão psicopatológica analisa o evoluir urbanístico das cidades que leva ao aumento do adoecer psíquico nestas, conforme é revelado por vários estudos. De seguida, aborda alguns conceitos da psicologia ambiental importantes para a compreensão do adoecer psíquico e relevantes no processo de reabilitação urbanística

### **Abstract**

The author in a psychopathologic understanding analyzes the cities evolution that leads to the increase of psychic suffering, as disclosed by some studies. Then she speaks about some important concepts of environmental psychology to the understanding of psychic suffering and all of which must be considered in urbanistic rehabilitation.

Vários estudos têm revelado, nas últimas décadas, um aumento de incidência de várias doenças psiquiátricas, principalmente nas pessoas que residem nas cidades, em especial nas grandes cidades, dentro destas a Depressão, a Ansiedade, o Suicídio e a Psicoses Paranoídes<sup>1</sup> têm um lugar de relevo, principalmente as duas primeiras.

Embora estas doenças tenham, inquestionavelmente, uma génese biológica e constitucional, isto é orgânica, na pessoa em si, o ambiente em que a

---

<sup>1</sup> Psicoses Paranoídes – doenças que se caracterizam por delírios sistematizados de conteúdo persecutório

pessoa está inserida e a sua interação com o mesmo não deixam de ter também um papel relevante na emergência das mesmas, pelo que é compreensível que o local onde a pessoa reside possa favorecer o despoletar da doença, i.é ser um factor de risco.

É compreensível este crescendo de adoecer psíquico, pela mudança qualitativa das relações quer com o meio e a forma como cada um vivência este quer interpessoais resultantes da passagem do meio rural “protector” para o meio citadino “abandónico”.

Com a revolução industrial, houve o êxodo da população do meio rural/aldeias para as cidades; esta transferência de um meio protegido e apoiante com o qual a pessoa tem uma relação simbiótico/fusional, no qual se sente como parte integrante do mesmo e da rede social que conhece em toda a sua plenitude e o que é expectável por parte desta, para um meio desconhecido, desprotegido, em que é desconhecedor da rede social, a qual é sentida como pouco apoiante se não mesmo agressora, em que a luta pela sobrevivência é o seu *modus operandi* é gerador por um lado, de sentimentos de medo, de insegurança, de abandono, de solidão, de angústias, de ansiedade, por outro lado, de sentimentos e atitudes de desconfiança em relação ao meio, os quais levam por sua vez a um retraimento e isolamento em relação ao mesmo. A motivação que levou a esta transferência, da busca de um “admirável mundo novo” tem um papel importante na superação e gestão deste sentir, por sua vez a dificuldade/incapacidade para tal leva a um contínuo no sofrimento e ao adoecer.

A explosão demográfica das cidades, mercê da industrialização maciça, leva a uma distribuição caótica da população e à insalubridade das cidades e, por sua vez à necessidade de organização das mesmas, dos primeiros planos urbanísticos. As cidades adquirem uma estrutura geométrica rígida, centrada numa rua central, centro de toda a vida social, um pouco à semelhança da praça da aldeia, surge a delimitação sectorial com a indústria empurrada para a periferia, e a agricultura excluída; surgem os bairros, com vida própria, nos quais a população se distribui em função do seu estatuto social, dos seus credos, das suas referências, profissão, cultura, etc., nos quais se estabelece uma rede social que reproduz um funcionamento similar ao das aldeias que gera ainda nos tempos actuais um comentário “ viver num bairro é como viver numa aldeia”.

Após as guerras mundiais e até à actualidade, mercê quer das várias teorias urbanísticas que foram surgindo quer das transformações mais ou menos profundas que têm ocorrido na sociedade e que levaram à supremacia do individual sobre o colectivo, à premência de maior uma produtividade e rentabilização para obtenção de maiores lucros e conseqüente aumento de competitividade baseado na “lei do mais forte” associados ao racionamento do espaço, à especulação imobiliárias e ao aparecimento de novos materiais produzidos em série, levaram a uma compartimentação cada vez maior das cidades com base no funcionalismo e exclusão do sector agrícola, mas também nas capacidades económicas da população divididas por grandes eixos de circulação em detrimento quer do embelezamento quer das necessidades de saúde e relacionais da população que nelas habita. Assim

surgem as áreas residenciais, os condomínios fechados, os bairros sociais que tomam muitas das vezes o cariz de verdadeiros guetos, as grandes superfícies comerciais, etc.

Esta organização urbanística que reproduz a divergência das classes sócias fomenta a fragmentação da rede social de apoio, o isolamento, a (des)comunicação e reforça o clima de suspeição, de insegurança, de medo, de isolamento e, conseqüentemente, é facilitadora de uma relação esquizo-paranoide<sup>2</sup> com o meio, com a conseqüente projecção sobre muitos objectos<sup>3</sup> externos donde emergem muitos perseguidores. Este tipo de relação tem vindo a ser agravada nos últimos tempos quer com o avanço tecnológico informático quer com o clima de desconfiança generalizado fomentado pelo poder político após os acontecimentos de 11 de Setembro nos EUA.

Perante o aumento da angústia e a ineficácia dos mecanismos de defesa que caracterizam a relação objectal acima referida emerge o mecanismo depressivo em que à uma idealização e um investimento de onnipotência no objecto externo e a agressividade vira-se contra o próprio (pessoa) e

---

<sup>2</sup> Relação esquizo-paranoide - conceito de M. Klein que se caracteriza por angústia persecutória, pela dissociação do objecto e do Ego em bom e mau, pela projecção do mau objecto para fora para evitar impulsos destrutivos e pela introjecção do bom objecto.

<sup>3</sup> Objecto – não é utilizado no sentido de “coisa”, mas sim como correlativo do amor (ódio), num sentido comparável ao objecto do meu ressentimento, do meu amor, objecto amado.

surgem os sentimentos de culpa e de autodesvalorização.

Como referido no início, a estrutura urbanística actual é um factor de risco/potencializador para o eclodir do adoecer psíquico pelo que a reabilitação urbanística é um imperativo preventivo se pretendermos inverter a curva de crescimento, ou pelo menos estancar este.

A reabilitação urbanística à semelhança da reabilitação psicossocial deve ter como objectivos, a auto-determinação, a prevenção e combate ao estigma e discriminação, o desenvolvimento das competências sociais e a criação de um sistema de apoio social continuado, de modo a que as cidades ganhem vida e os seus habitantes se sintam parte integrante da mesma, e a sua estrutura seja facilitadora, se não mesmo fomentadora, de uma rede social e relacional agregadora, no respeito pela sua heterogeneidade e não no reforço da mesma.

A elaboração dos projectos reabilitativos não deve ficar restringidos aos gabinetes dos urbanistas e ou a equipas multidisciplinares, independentemente da validade das premissas e conceitos técnicos e estéticos em que os mesmos se baseiam, nem se limitar apenas a uma requalificação do espaço físico. Não deve ser um mero projecto, mas sim um processo reabilitativo, que se inicia com o “dar-se conta”, por parte da comunidade a que o mesmo se dirige, da presença do mesmo (mudança) e, após várias etapas, termina quando o reabilitado ganha vida própria e gere sentimentos de pertença.

A informação/esclarecimento da população sobre os motivos da mesma, o levantamento e a identificação dos símbolos e referências afectivas, o conhecimento da imagem/fantasia da função a que se destina e o convite à participação das pessoas a manifestarem, quer a sua opinião sobre as alterações sugeridas quer sobre as suas necessidades são algumas das etapas a considerar neste processo reabilitativo para além da elaboração técnica do projecto em si.

A psicologia ambiental traz-nos alguns conceitos/dimensões básicos importantes para este processo e que são: a reciprocidade na relação pessoa – ambiente, a noção de temporalidade e a temporalidade.

A primeira dimensão, baseada na teoria do campo de K. Lewis, consiste na premissa de que existe uma inter-relação dinâmica entre o meio ambiente (campo) e a pessoa; a pessoa não só reage ao meio-ambiente e, simultaneamente, modifica-o ao agir nele em função de planos, objectivos, intenções, preferências, expectativas, etc., que, por sua vez, vai modificar e influenciar o comportamento em relação a este espaço.

O nível de ansiedade (stress) gerado na relação com a cidade está dependente da forma como as pessoas lidam (percebem e avaliam) com as contingências / condições do meio (barulho, trânsito, isolamento, competitividade, insegurança, etc.). Não é o telemóvel que provoca ansiedade é a relação que a pessoa estabelece com ele que provoca esta.

A relação que uma pessoa estabelece com um espaço (praça, jardim, rua, etc.), localizado nas proximidades

da sua habitação, que está, habitualmente, mal iluminado, com pouca circulação de pessoas e sem vigilância, é geradora de ansiedade resultante do sentimento de insegurança provocada pelas suas fantasias e ou medo, esta leva a que a pessoa tome decisões em relação à sua utilização deste espaço, condicionando assim o seu comportamento em relação ao mesmo (evitamento, recusa em sair à noite acompanhada e ou sozinha, a obrigatoriedade de regresso a casa até determinadas horas, etc.) de modo a minimizar os níveis de ansiedade. Este comportamento será diferente se essa praça for iluminada, com vários cafés e ou esplanadas, ponto de encontro, por excelência, dos habitantes do bairro em que a habitação se localiza.

A segunda, temporalidade que se entende ao mesmo tempo como projecção no futuro e referência ao passado, à história da pessoa. Cada pessoa tem uma noção de tempo que está relacionada com a duração da sua vida, do seu ciclo de vida, o qual é diferente do ciclo de vida de outros objectos, inclusive da própria cidade. É através da sua história residencial que a pessoa constrói a sua identidade residencial que vai influenciar a sua percepção e a sua avaliação da residência actual.

A terceira dimensão é o espaço, a avaliação e a percepção que cada pessoa tem do seu espaço vai influenciar o seu comportamento, o seu modo de agir; interage de modo diferente consoante o espaço em que se encontra. As pessoas actuam de modo diferente se estão num espaço fechado ou num espaço amplo.

Estas dimensões relacionais da psicologia ambiental ao permitirem por um lado, uma melhor compreensão do

papel que a vida cidadina tem no adoecer quer psíquico quer de outra índole, dão-nos, por outro, indicadores para uma intervenção preventiva e reabilitativa deste adoecer, o que revela a necessidade e importância de especialistas destas áreas integrarem as equipas multidisciplinares de reabilitação urbana.

A autora escreve segundo a antiga ortografia

### **Bibliografia**

- Castello L. (2005) Psicologia Ambiental e Política Ambiental: estratégias para a construção do futuro. *Psicol. USP* vol. 16, n.º 1-2, S. Paulo, 2005 – Link
- Elali G. A. (1997) Psicologia e Arquitectura: em busca de do locus interdisciplinar. *Estud. Psicol. (Natal)* vol.2, n.º 2, Natal Jul./Dez. 1997 – Link
- Laplanche J. e Pontalis J.-B, (1970) Vocabulário da Psicanálise, Ed. Moraes, 5ª Edição,
- Moser M. (1998) Psicologia Ambiental. *Estud. Psicol. (Natal)* vol.3 n.º 1, Natal, Jan./Jun. 1998 – Link
- Pinheiro J.Q. (1997) Psicologia Ambiental: a busca de um ambiente melhor. *Estud. Psicol. (Natal)* vol.2, n.º2, Jul./Dez.1997 – Link
- Vidal J.M.A. (2009) Psicologia De La Arquitectura: una síntesis histórica sobre el urbanismo del s. XX. Comunicação no III Congresso Nacional de Arquitectura de Espanha. Fundación *Psicología y Cristianismo.c/ Museo*, n.º 26 – 1º 1ª- 08912