

A URBANIZAÇÃO COMO FATOR DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE

URBANIZATION AS A RISK FACTOR FOR THE DEVELOPMENT OF ANXIETY DISORDERS

Vanessa Cinelli Maceri¹
Joel Cezar Bonin²

RESUMO

Este estudo investiga a relação entre urbanização e transtornos de ansiedade, identificando fatores de risco, mecanismos neurobiológicos e intervenções eficazes para a devida prevenção e tratamento. Utilizando uma abordagem de revisão, a pesquisa segue, predominantemente, um viés bibliográfico. Por sua vez, a fundamentação teórica analisa os impactos da urbanização na saúde mental, destacando poluição, sobrecarga informacional e desigualdade social. Além disso, explora a neurociência dos transtornos de ansiedade e os efeitos da urbanização nesses processos. De antemão, é salutar enfatizar que este texto faz parte de um processo de investigação de nível de mestrado do Programa de Pós-graduação em Desenvolvimento e Sociedade, da UNIARP, campus Caçador-SC. Todavia, neste momento, a análise dos resultados nos ajudou em uma compreensão aprofundada sobre os impactos urbanos na saúde mental, o que, por consequência, pode contribuir para o desenvolvimento de políticas públicas eficazes e a promoção de ambientes urbanos mais saudáveis e sustentáveis. Salienta-se ainda que esta pesquisa está sintonizada com a Agenda 2030, principalmente com o ODS 3 (Saúde e Bem-Estar).

Palavras-chave: Urbanização, Transtornos de Ansiedade, Fatores de Risco, Neurobiologia.

ABSTRACT

This study investigates the relationship between urbanization and anxiety disorders, identifying risk factors, neurobiological mechanisms, and effective interventions for proper prevention and treatment. Using a review approach, the research predominantly follows a bibliographic bias. In turn, the theoretical basis analyzes the impacts of urbanization on mental health, highlighting pollution, information overload, and social inequality. In addition, it explores the neuroscience of anxiety disorders and the effects of urbanization on these processes. It is worth emphasizing that this text is part of a master's level research process of the Postgraduate Program in Development and Society, at

¹ Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento e Sociedade – PPGDS pela Universidade Alto Vale do Rio do Peixe - Uniarp. Graduada em Psicologia pela Universidade Alto Vale do Rio do Peixe – Uniarp, Caçador/SC, cinelli.vanessa@gmail.com Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9794847430323577> ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-0805-2764>

² Doutorado em Filosofia pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná. Professor Orientador do Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento e Sociedade – PPGDS, pela Universidade Alto Vale do Rio do Peixe – Uniarp. Caçador/SC, joel@uniarp.edu.br Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5599831923296454> ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0437-7609>

UNIARP, Caçador-SC campus. However, at this point, the analysis of the results helped us to have an in-depth understanding of the urban impacts on mental health, which, consequently, can contribute to the development of effective public policies and the promotion of healthier and more sustainable urban environments. It should also be noted that this research is in line with the 2030 Agenda, especially SDG 3 (Health and Well-Being).

Keywords: Urbanization, Anxiety Disorders, Risk Factors, Neurobiology.

INTRODUÇÃO

A urbanização acelerada das últimas décadas tem transformado profundamente os modos de vida e as relações sociais, impulsionando um crescente interesse em compreender seus impactos na saúde mental da população. Como exposto por Bauman³, “poderíamos dizer que a insegurança moderna, em suas várias manifestações, é caracterizada pelo medo dos crimes e criminosos”. A prevalência de transtornos de ansiedade, como o transtorno de ansiedade generalizada e o transtorno do pânico, tem aumentado significativamente em áreas urbanas. Diversos fatores como a sobrecarga informacional, a competitividade, a violência, a poluição sonora e a desigualdade social podem ser apontados como potenciais contribuintes para esse aumento.

Segundo a OMS⁴, quase 1 bilhão de pessoas em todo o mundo viviam com um transtorno mental em 2019, evidenciando a necessidade urgente de ações para promover a saúde mental, especialmente em áreas urbanas. A escassez de recursos e serviços de saúde mental, particularmente em países de baixa e média renda, agrava ainda mais esse problema.

Bauman pontua sobre nossas expectativas e nossa experiência ao refletir sobre os grupos que pertencemos. Segundo ele, nem sempre esses grupos são aqueles que realmente optamos por livre escolha, sendo que nossas interações interpessoais ocorrem simplesmente porque ali nascemos e, por conseguinte, pertencemos. Por isso, tal grupo nos define e nos orienta do ponto de vista comportamental. Assim, o grupo pesa ou influencia muito sobre nossas ações.

³ BAUMAN, Zygmunt. **Confiança e Medo na Cidade**. 1ª ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2021 (p. 16).

⁴ OMS. **World mental health report: transforming mental health for all**. Geneva: World Health Organization; 2022.

Embora estudos anteriores tenham demonstrado uma associação entre a urbanização e os transtornos de ansiedade, a literatura ainda apresenta lacunas significativas, especialmente no que diz respeito aos mecanismos subjacentes a essa relação e à identificação de fatores de risco específicos.

Segundo Gillihan⁵, o estresse, em níveis moderados, pode ser uma força motivacional, auxiliando-nos a enfrentar desafios e alcançar nossos objetivos. No entanto, o estresse crônico, ou seja, aquele que se prolonga no tempo, pode ter consequências negativas para a saúde física e mental. O autor explica que o estresse desencadeia uma série de reações fisiológicas que, quando prolongadas, podem levar ao esgotamento e ao desenvolvimento de doenças.

O objeto deste estudo deu-se a partir de provocações pessoais, o que contribuiu para a construção dessa pesquisa visando identificar os principais fatores de risco associados à vida urbana, os mecanismos neurobiológicos envolvidos e as intervenções mais eficazes para a prevenção e tratamento desses transtornos.

Os objetivos deste trabalho são: (1) Identificar os estudos que investigam a relação entre a urbanização e os transtornos de ansiedade; (2) Investigar os principais fatores de risco associados à vida urbana que contribuem para o desenvolvimento de transtornos de ansiedade; (3) Explorar os mecanismos neurobiológicos, incluindo alterações em neurotransmissores, circuitos cerebrais e respostas ao estresse e (4) Aumentar a conscientização sobre a importância da saúde mental, conforme postulado pelos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável 3 (Saúde e Bem-Estar).

1 DESENVOLVIMENTO URBANO

Scopel, Galinatti e Silva abordam que ao pensarmos sobre os espaços onde os indivíduos se inserem implica em compreender inúmeras

⁵ GILLIHAN, Seth J. **Terapia cognitivo-comportamental**: estratégias para lidar com ansiedade, depressão, raiva, pânico e preocupação. Barueri: Manole, 2020. E-book. (p. 10). Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786555764239/>. Acesso em: 13 out. 2024

particularidades. Isso necessariamente aduz a pensar, inicialmente, nos chamados espaços geográficos.

Desse modo, o espaço geográfico comporta uma multiplicidade de categorias espaciais, e esse universo é contraditório por natureza, desde o local até o global, passando por seus mediatos — o território e a fronteira, por exemplo. Uma vez que a geografia reflete o espaço, torna-se uma ciência permanentemente à berlinda, pois este é dotado de uma gigantesca dinâmica diante das obsessões materiais de certas sociedades — a maioria, claro⁶.

Ao refletirmos sobre as nuances que envolvem o crescimento das cidades e a percepção de cada pessoa que ali “vive”, pode-se pontuar, de acordo com Bauman, que:

A gente da cidade não se identifica com a terra que a alimenta, com a fonte de sua riqueza ou com uma área sob sua guarda, atenção e responsabilidade, como acontecia com os industriais e comerciantes de ideias e bens de consumo do passado. Eles não estão interessados, portanto, nos negócios de “sua” cidade: ela não passa de um lugar como outros e como todos, pequeno e insignificante, quando visto da posição privilegiada do ciberespaço, sua verdadeira – embora virtual – morada⁷.

Como se pode ver, a intensa urbanização e o crescimento populacional desencadearam profundas mudanças nas dinâmicas econômicas, sociais, políticas e na relação com o planeta.

Utilizando a metáfora da tartaruga, Pinsky argumenta que a cidade, assim como o animal, precisa ter suas funções integradas para sobreviver e se desenvolver de forma saudável. A separação das diferentes atividades urbanas seria como separar a tartaruga de sua carapaça, privando-a de sua essência.

O que temos feito com as nossas cidades é quebrar o casco da tartaruga e espalhá-lo em várias partes – morar aqui, trabalhar lá, recrear acolá –, do que deriva uma estrutura urbana desconexa, espalhada, incompleta, dispendiosa, insustentável. Apenas para ilustrar esse ponto, o já referenciado estudo da Firjan coloca que, nas regiões estudadas, mais da metade das viagens se dá por motivos de trabalho ou estudo. É energia – combustível, tempo, vida – que se esvai em

⁶ SCOPEL, Vanessa G.; GALINATTI, Anna C M.; SILVA, Marli de F.; et al. **Estudo da Cidade**. Porto Alegre: SAGAH, 2020. E-book. (p.15). Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786581492977/>. Acesso em: 12 out. 2024.

⁷ BAUMAN, Zygmunt. **Confiança e Medo na Cidade**. 1ª ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2021 (p. 27).

deslocamentos que poderiam ser muito minimizados a partir de uma estrutura urbana mais bem concebida⁸.

Ojima e Junior⁹ destacam a rápida transição urbana brasileira no século XX, com um expressivo êxodo rural em direção aos centros urbanos, principalmente nas regiões Sudeste e Centro-Oeste. Essa dinâmica migratória, marcada por fluxos inter-regionais, contribuiu para a concentração populacional em grandes cidades como São Paulo e Rio de Janeiro.

Neste contexto, segundo Bauman, as cidades se tornaram "depósitos de problemas causados pela globalização":

Daí o paradoxo destacado por Castells: "Políticas cada vez mais locais num mundo estruturado por processos cada vez mais globais". Houve uma produção de sentido e de identidade: a minha vizinhança, a minha comunidade, a minha cidade, a minha escola, a minha árvore, o meu rio, a minha praia, a minha igreja, a minha paz, o meu ambiente. As pessoas, desarmadas diante do vórtice global, fecharam-se em si mesmas. Gostaria de observar que, quanto mais se "fecham em si mesmas", mas ficam "desarmadas diante do vórtice global", e tendem a se tornar também mais fracas na hora de decidir sobre os sentidos e as identidades locais, que são suas exatamente por serem locais, para grande alegria dos operadores globais, que não têm motivo algum para temer os desarmados¹⁰.

Bauman destaca ainda a cidade como o principal palco da experiência humana contemporânea. Nela, os indivíduos buscam realizar seus desejos, encontram desafios e constroem suas identidades. Apesar da crescente globalização, a cidade continua sendo o lugar onde os indivíduos vivenciam a maior parte de suas vidas e onde se estabelecem as relações sociais mais significativas. O autor argumenta que a experiência humana, a busca por sentido e identidade, a construção de desejos e a possibilidade de frustração são processos que se desenvolvem primordialmente no espaço físico das cidades.

⁸ PINSKY, Jaime. **Brasil: o futuro que queremos**. São Paulo: Editora Contexto, 2018. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788552000570/>. Acesso em: 12 out. 2024 (p. 20).

⁹ OJIMA, Ricardo; JUNIOR, Eduardo M. **Dispersão Urbana e Mobilidade Populacional**. São Paulo: Editora Blucher, 2016. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788580391381/>. Acesso em: 12 out. 2024.

¹⁰ BAUMAN, Zygmunt. **Confiança e Medo na Cidade**. 1ª ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2021 (p. 32-33).

Por sua vez, Pinsky¹¹ argumenta que o desenho urbano deve ser pensado como uma ferramenta para promover um desenvolvimento sustentável das cidades. Ao integrar as características naturais do local e promover uma ocupação mais eficiente do solo, o planejamento urbano pode contribuir para a redução do impacto ambiental e para a melhoria da qualidade de vida dos cidadãos. Ele defende também que a sustentabilidade econômica de uma cidade é fundamental para garantir a qualidade de vida de seus habitantes.

Ainda segundo Pinsky, a cidade deve buscar diversificar sua base econômica, explorando suas vocações e criando um ambiente propício para investimentos e empreendedorismo. Essa perspectiva exige uma visão de longo prazo e a implementação de políticas públicas que incentivem o desenvolvimento local. Para ele, uma cidade que possui uma base econômica sólida e diversificada é capaz de oferecer melhores condições de vida para seus habitantes, como emprego, renda e acesso a serviços públicos de qualidade. Essa visão exige um planejamento urbano que contemple tanto os aspectos sociais quanto os econômicos.

Segundo Ojima e Junior¹², a preocupação com o crescimento populacional nas cidades levou à adoção de políticas públicas que, em vez de buscar soluções para os problemas urbanos, tentavam restringir o crescimento demográfico. Essa abordagem, baseada na ideia de que a redução da população resolveria os problemas urbanos, negligenciou a importância de integrar e acomodar a população crescente, o que, por corolário, resultou na cisão total entre o espaço urbano e o espaço rural.

1.1 Vida urbana *versus* vida rural

¹¹ PINSKY, Jaime. **Brasil: o futuro que queremos**. São Paulo: Editora Contexto, 2018. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788552000570/>. Acesso em: 12 out. 2024.

¹² OJIMA, Ricardo; JUNIOR, Eduardo M. **Dispersão Urbana e Mobilidade Populacional**. São Paulo: Editora Blucher, 2016. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788580391381/>. Acesso em: 12 out. 2024.

Silva e Paiva¹³ exploram a complexidade das relações entre o indivíduo e o ambiente, demonstrando como as experiências de vida na cidade e no campo são moldadas por fatores sociais, culturais e pessoais. Os autores ressaltam que as percepções sobre esses ambientes são construídas a partir de uma variedade de fatores, incluindo as expectativas, os valores e as experiências de vida de cada indivíduo.

Segundo Ana Paula Bruno¹⁴, o Ministério do Desenvolvimento Regional (MDR) ressalta que a partir da década de 1960, o Brasil vivenciou um intenso processo de urbanização, tornando-se um país predominantemente urbano. Esse processo, no entanto, não foi homogêneo em todo o território nacional, apresentando particularidades regionais. As maiores taxas de crescimento urbano foram observadas nas décadas de 1970 e 1980, evidenciando a dinâmica e a complexidade desse fenômeno no contexto brasileiro.

Ainda, de acordo com Ana Paula Bruno, o intenso processo de urbanização brasileiro, vinculado a uma industrialização incipiente nos anos 1960 e 1970 e a um modelo de desenvolvimento desigual, resultou no acúmulo de problemas urbanos. Por isso, as cidades brasileiras apresentam um legado de desigualdades sociais e espaciais, com déficit habitacional, infraestrutura precária e acesso desigual a serviços públicos. Essas disparidades se manifestam tanto no interior das cidades quanto em diferentes escalas territoriais, evidenciando a complexidade do fenômeno urbano no país.

¹³ SILVA, Selma Gomes da; PAIVA, Antonio Cristian Saraiva. Os impactos da vida na cidade e do campo na saúde mental: relatos de docentes que atuam em comunidades ribeirinhas no estado do Amapá. Ministério da Educação – Brasil Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM Minas Gerais – Brasil. **Revista Vozes dos Vales**: Publicações Acadêmicas. Ano III – 10/2014. Disponível em: <<http://repositorio.ufc.br/handle/riufc/21412>>. Acesso em 13 out. 2024.

¹⁴ BRUNO, Ana Paula. **Desenvolvimento Urbano**: o contexto de formulação da Política Nacional de Desenvolvimento Urbano. 2020. Disponível em: < https://www.gov.br/cidades/pt-br/midia/documentos/pdf/seinfra_tcu_desenvolvimento_urbano_apb_final_para_publicacao_site_mdr.pdf>. Acesso em 12 out. 2024.

Atualmente, segundo Oliveira e Santos¹⁵, o intenso processo de urbanização, marcado pela migração da população rural para as cidades, tem levado à deterioração da qualidade de vida urbana. Os autores argumentam que a falta de planejamento urbano e a crescente pressão sobre os recursos naturais têm contribuído para a degradação ambiental e para o aumento dos problemas de saúde mental.

Singer¹⁶ chama a atenção para a desarticulação da economia colonial brasileira, caracterizada pela existência de economias locais isoladas e pouco integradas entre si. Essa fragmentação econômica era um obstáculo ao desenvolvimento nacional e foi superada, em parte, pelo processo de urbanização.

Por tal razão, Ana Paula Bruno¹⁷ reforça que o MDR enfatiza a importância da tipologia rural-urbano para a formulação de políticas públicas mais eficazes. Essa classificação permite identificar as especificidades de cada município, orientando ações adequadas de ordenamento territorial às características de cada realidade. No entanto, o MDR destaca, também, a necessidade de aprofundar a discussão sobre o ordenamento territorial de áreas não urbanizadas, uma vez que a legislação brasileira, embora exija o plano diretor para áreas urbanas e rurais, ainda enfrenta desafios na aplicação prática, especialmente em municípios com características predominantemente rurais.

Por isso, é preciso compreender com clareza as relações diretas entre transtornos mentais e a vida urbana em nossa contemporaneidade.

¹⁵ OLIVEIRA, E. C. de; SANTOS, M. A. A. Áreas verdes no ambiente urbano e transtornos mentais comuns: uma resenha crítica da literatura. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, [S. l.], v. 17, n. 7, p. e8839, 2024. DOI: 10.55905/revconv.17n.7-406. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/8839>. Acesso em: 13 out. 2024.

¹⁶ SINGER, Paul. **Urbanização e desenvolvimento**. São Paulo: Autêntica Editora, 2017 (p. 24). E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788551300343/>. Acesso em: 12 out. 2024.

¹⁷ BRUNO, Ana Paula. **Desenvolvimento Urbano**: o contexto de formulação da Política Nacional de Desenvolvimento Urbano. 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/cidades/pt-br/midia/documentos/pdf/seinfra_tcu_desenvolvimento_urbano_apb_final_para_publicacao_sit_e_mdr.pdf>. Acesso em 12 out. 2024.

2 TRANSTORNOS DE ANSIEDADE

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR), da *American Psychiatric Association*¹⁸, os transtornos de ansiedade são caracterizados por medo e ansiedade excessivos que interferem significativamente na vida da pessoa. O manual destaca a importância de diferenciar o medo (ligado a ameaças imediatas) da ansiedade, relacionada a preocupações futuras. Embora haja comorbidade entre os diferentes tipos de transtornos de ansiedade, cada um apresenta características específicas em relação aos estímulos que provocam medo ou ansiedade, aos pensamentos e comportamentos associados e ao decurso clínico. A avaliação clínica é fundamental para determinar a presença e o tipo de transtorno de ansiedade, considerando fatores como idade, gênero e contexto cultural. Para Mackinnon, Michels e Buckley:

A ansiedade é uma experiência emocional universal precipitada por preocupações e aborrecimentos comuns. A ansiedade patológica é a apresentação clínica mais comum na psiquiatria, seja como sintoma primário ou como um efeito secundário importante de muitos transtornos psicológicos, variando desde a neurose até a psicose. Os transtornos de ansiedade, fenomenologicamente ligados pela experiência subjetiva da ansiedade opressora e incapacitante, que parece ter pouca base na realidade, foram classificados em várias entidades distintas no DSM-5. No entanto, essa taxonomia poderá ser mais ilusória do que real, porque formas “puras” desses transtornos não são comuns, e estudos de comorbidade mostram que frequentemente um tipo se sobrepõe ao outro. Ao contrário das doenças em que a depressão é dominante, a classificação dos transtornos de ansiedade parece mais um mapa de ilhas instáveis e flutuantes em um mar de ansiedade¹⁹.

Por sua vez, Clark e Beck²⁰ argumentam que a ansiedade, inicialmente uma emoção transitória e compreensível, pode se transformar em

¹⁸ American Psychiatric Association. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5-TR: Texto Revisado**. 5th ed. Porto Alegre: ArtMed, 2023. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558820949/>. Acesso em: 12 out. 2024.

¹⁹ MACKINNON, Roger A.; MICHELS, Robert; BUCKLEY, Peter J. **A entrevista psiquiátrica na prática clínica**: de acordo com o DSM-5. 3rd ed. Porto Alegre: ArtMed, 2017. E-book. (p. 225). Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788582714393/>. Acesso em: 12 out. 2024.

²⁰ CLARK, David A.; BECK, Aaron T. **Vencendo a Ansiedade e a Preocupação**: Com a Terapia Cognitivo-Comportamental. 2nd ed. Porto Alegre: ArtMed, 2024. E-book. Disponível em:

um problema crônico e debilitante. Os autores explicam que a preocupação excessiva com eventos futuros e a dificuldade em controlar esses pensamentos podem levar a um sofrimento significativo e a uma deterioração da qualidade de vida.

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR)²¹ indica que a fobia específica pode ter diversas origens, incluindo experiências traumáticas diretas ou indiretas, ataques de pânico inesperados ou até mesmo a influência da mídia. Embora muitas pessoas não consigam identificar um evento específico que tenha desencadeado sua fobia, é comum que ela se desenvolva na infância, com pico de início por volta dos 10 anos de idade. A avaliação da fobia específica deve levar em conta o contexto sociocultural do indivíduo. O que é considerado uma fobia em uma cultura pode ser uma resposta adaptativa em outra. Por exemplo, o medo do escuro pode ser mais compreensível em contextos de violência, enquanto o medo de insetos pode ser menos justificável em culturas onde insetos são parte da dieta. Indivíduos com este transtorno podem apresentar dificuldades em interações sociais, como timidez excessiva, postura corporal rígida e contato visual inadequado. Além disso, podem evitar situações sociais, o que pode levar a atrasos em marcos importantes da vida, como sair de casa dos pais ou iniciar uma carreira.

Já a agorafobia, em alguns casos mais severos, como destacado pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR), pode levar a pessoa a ter um isolamento social extremo, impossibilitando alguns indivíduos a deixarem suas casas. Essa condição pode resultar em dependência de outras pessoas para tarefas básicas e em um declínio significativo na qualidade de vida. O próprio manual aponta que, embora as características centrais da agorafobia permaneçam relativamente estáveis ao longo da vida, as

<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558822264/>. Acesso em: 12 out. 2024.

²¹ American Psychiatric Association. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais** - DSM-5-TR: Texto Revisado. 5th ed. Porto Alegre: ArtMed, 2023. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558820949/>. Acesso em: 12 out. 2024.

situações temidas e as preocupações cognitivas associadas podem variar de acordo com a idade. Por exemplo, enquanto crianças com agorafobia frequentemente temem estar sozinhas fora de casa, adultos temem a experiência de ataques de pânico em locais públicos. Essa variabilidade nas manifestações da agorafobia reflete as diferentes demandas e desafios enfrentados por pessoas em diferentes fases da vida.

Ainda segundo o mesmo manual da *American Psychiatric Association*, a característica mais evidente do transtorno de ansiedade generalizada (TAG) é um estado de preocupação excessiva e persistente sobre uma variedade de temas. Essa preocupação é desproporcional à probabilidade ou ao impacto dos eventos antecipados e é difícil de controlar. Enquanto adultos com TAG, frequentemente se preocupam com responsabilidades do dia a dia, como trabalho e família, crianças tendem a se preocupar com seu desempenho escolar e competências. O transtorno de ansiedade generalizada (TAG) se diferencia da ansiedade cotidiana por apresentar características como excesso, intensidade e duração da preocupação. Enquanto as preocupações do dia a dia são geralmente manejáveis e podem ser adiadas, as preocupações no TAG são intrusivas, angustiantes e dificultam a realização de tarefas.

Quanto ao transtorno de pânico, o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR) destaca que ele se caracteriza não apenas pela experiência de ataques de pânico, mas também por uma preocupação persistente e incapacitante com as consequências desses ataques. Indivíduos com esse transtorno frequentemente interpretam erroneamente sensações físicas normais como sinais de uma doença grave, o que leva a uma ansiedade generalizada e a comportamentos de evitamento. Além disso, o manual enfatiza a intolerância a medicamentos e a busca por controle sobre os ataques, que podem manifestar-se em comportamentos restritivos ou abusivos. A frequência e a gravidade dos ataques de pânico podem variar significativamente entre os indivíduos. O manual destaca que a ocorrência dos ataques pode ser episódica, com períodos de remissão intercalados por períodos de maior frequência.

Diante desta contextualização, é preciso ponderar sobre os estudos e o papel da neurociência no enfrentamento dos transtornos mentais no mundo urbano atual.

2.2.1 Neurociência

Conforme Bear, o estudo do cérebro possui raízes históricas profundas, mas a neurociência como campo unificado é um fenômeno recente. A união de diferentes áreas do conhecimento foi crucial para a consolidação dessa nova disciplina. Segundo ele,

Há evidências que sugerem que até mesmo nossos ancestrais pré-históricos compreendiam que o encéfalo era vital para a vida. Registros arqueológicos incluem muitos crânios de hominídeos, datando de um milhão de anos atrás, ou mais, e que apresentam sinais de traumatismo craniano fatal, provavelmente causado por outros hominídeos. Há cerca de 7 mil anos, as pessoas já perfuravam os crânios uns dos outros (um processo denominado trepanação), evidentemente não com o objetivo de matar, mas de curar. Esses crânios mostram sinais de cicatrização pós-operatória, indicando que esse procedimento teria sido executado em indivíduos vivos e não em um ritual ocorrido *post-mortem*. Alguns indivíduos aparentemente sobreviveram a múltiplas cirurgias cranianas. Não está claro o que os cirurgiões dessas épocas esperavam conseguir, embora se tenha especulado que esse procedimento poderia ser utilizado para tratar cefaleias ou transtornos mentais, talvez oferecendo aos maus espíritos uma rota de escape²².

Por sua vez, Lent²³ afirma que o sistema nervoso é um órgão de alta complexidade anatômica: opaco ao que está no seu interior e, portanto, cheio de saliências e reentrâncias que escondem umas às outras, variável entre as espécies animais e extensamente conectado com estruturas da periferia corporal, isto é, o sistema nervoso, composto por bilhões de neurônios, é responsável por coordenar as diversas funções do organismo.

²² BEAR, Mark F. **Neurociências**. 4th ed. Porto Alegre: ArtMed, 2017 (p. 05) E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788582714331/>. Acesso em: 13 out. 2024.

²³ LENT, Roberto. **Neurociência da Mente e do Comportamento**. 2nd ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2023. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788527739528/>. Acesso em: 13 out. 2024.

Conforme Young, Young e Tolbert²⁴, o neurônio é a unidade fundamental do sistema nervoso, sendo responsável por receber e transmitir impulsos nervosos. A comunicação entre os neurônios, organizada em circuitos, permite a ocorrência de respostas tanto voluntárias quanto involuntárias, como o movimento e a percepção sensorial. Neste contexto, segundo Lent, “o desenvolvimento do cérebro é fundamental para seu correto funcionamento e a expressão adequada do comportamento. Ele se dá a partir da terceira semana embrionária humana e é contínuo, até a vida adulta”²⁵.

Diante disso, é preciso considerar as interconexões entre saúde e doença a partir das reflexões de Bear que pondera que

A saúde e a doença são dois pontos situados em um contínuo de funções corporais, e o mesmo pode ser dito acerca da saúde mental e da doença mental. Enquanto todos temos características estranhas, um sujeito é considerado “doente mentalmente” quando tem diagnóstico de um transtorno do pensamento, do humor ou do comportamento que cause angústia ou prejuízo funcional. Uma herança infeliz de nossa antiga ignorância acerca do encéfalo é a distinção entre saúde “física” e “mental”.²⁶

Por isso, a neurociência busca desvendar os mistérios do cérebro e da mente humana. Segundo Kandel, Koester e Mack²⁷, a compreensão de fenômenos como o pensamento e o movimento exige uma abordagem multidisciplinar, que leve em consideração tanto os processos moleculares quanto a conectividade entre as células nervosas. A atividade neuronal, regulada

²⁴ YOUNG, Paul A.; YOUNG, Paul H.; TOLBERT, Daniel L. **Neurociência clínica básica 3a ed.** Barueri: Manole, 2018. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788520462966/>. Acesso em: 13 out. 2024.

²⁵ LENT, Roberto. **Neurociência da Mente e do Comportamento.** 2nd ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2023 (p. 91). Ebook. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788527739528/>. Acesso em: 13 out. 2024.

²⁶ BEAR, Mark F. **Neurociências.** 4th ed. Porto Alegre: ArtMed, 2017 (p. 752). E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788582714331/>. Acesso em: 13 out. 2024.

²⁷ KANDEL, Eric R.; KOESTER, John D.; MACK, Sarah H. **Princípios de Neurociências.** 6th ed. Porto Alegre: AMGH, 2023. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558040255/>. Acesso em: 13 out. 2024.

pela expressão gênica, se organiza em circuitos complexos que mediam as diversas funções cerebrais.

A compreensão dos mecanismos neurobiológicos subjacentes aos transtornos de ansiedade evoluiu significativamente nas últimas décadas. Segundo Suzigan *et al*²⁸, enquanto inicialmente se acreditava que os circuitos GABA²⁹ eram os principais responsáveis pela ansiedade, estudos mais recentes indicam que as vias de serotonina e noradrenalina também desempenham um papel crucial, com os circuitos gabaérgicos atuando como moduladores dessas vias. Essa visão mais complexa da neurobiologia da ansiedade tem importantes implicações para o desenvolvimento de novas estratégias terapêuticas.

Por tal motivo, Balestrin e Demarco apontam que

Quanto às emoções, segundo Bret (2007 *apud* Souza, 2014), podem ser definidas como visíveis manifestações de reações inatas de um organismo em interação com o seu meio ambiente. Já Damásio (2000 *apud* Souza, 2014), relata as emoções como sendo mecanismos biorreguladores, os quais tendem a funcionar como um meio rápido de preparação a uma reação específica. Frias (2013), coloca que os neurocientistas veem as emoções, como respostas automáticas, ou ainda, como atalhos cognitivos, os quais são utilizados para lidar em situações muito decisivas ou muito recorrentes, que na maioria das vezes, estão fora do controle consciente do indivíduo. Miguel (2015) e Ávila *et al.* (2016) apresentam a existência de seis emoções básicas que são a alegria, o medo, a surpresa, a tristeza, o nojo e a raiva; tal discriminação é de grande importância para que se consiga entender as mudanças ocorridas no sistema cerebral através das emoções, pois cada uma das seis emoções básicas possui circuitos encefálicos diferentes no seu desenvolvimento. Todavia, mesmo tendo uma definição e um esclarecimento frente as emoções, a área da

²⁸ SUZIGAN, M. S.; SANTOS, L. da R.; ROSA, S. A.; CALDAS, E. R.; DE ARAÚJO, B. M.; CAIXETA, F. de C.; DA SILVA, A. A.; FERREIRA, M. V. Neurobiologia dos transtornos de ansiedade. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 7, n. 1, p. 6109–6130, 2024. DOI: 10.34119/bjhrv7n1-492. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/67366>. Acesso em: 13 out. 2024.

²⁹ O ácido gama-aminobutírico (GABA) é um aminoácido que serve como o principal neurotransmissor inibitório no cérebro e um importante neurotransmissor inibitório na medula espinhal. Ele exerce sua função primária na sinapse entre neurônios ligando-se aos receptores GABA pós-sinápticos que modulam os canais iônicos, hiperpolarizando a célula e inibindo a transmissão de um potencial de ação. O significado clínico do GABA não pode ser subestimado. O distúrbio na sinalização do GABA está implicado em uma infinidade de condições neurológicas e psiquiátricas. A modulação da sinalização do GABA é a base de muitos tratamentos farmacológicos em neurologia, psiquiatria e anestesia (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK513311/> Acesso em 27 mar. 2025).

neurociência é muito vasta, o que faz com que ainda se tenha muito a ser explorado e descoberto³⁰.

Segundo Lent, a obra de Darwin sobre a expressão das emoções nos animais já apontava para a relevância de estudar outras espécies para compreender as emoções humanas. O autor argumenta que a análise de respostas defensivas em animais, com o devido controle experimental, pode ser crucial para desvendar os mecanismos neurobiológicos subjacentes ao medo e à ansiedade, emoções universais entre os mamíferos.

Conforme descrito por Bear, um estudo recente da Universidade de Aalto, na Finlândia, trouxe novas perspectivas para a compreensão da experiência emocional. Ao analisar os mapas corporais de emoções de participantes de diferentes culturas, os pesquisadores identificaram padrões consistentes que associam emoções específicas a sensações corporais particulares. Esses resultados indicam que a experiência emocional não é apenas um fenômeno mental, mas também envolve complexas interações entre o cérebro e o corpo, desafiando as concepções tradicionais sobre a natureza das emoções.

Suzigan *et al.* destacam a importância de aprofundar os estudos sobre a neurobiologia e a psicopatologia dos transtornos de ansiedade, dada a alta prevalência desses transtornos na população geral e sua comorbidade com outras condições de saúde. Os autores argumentam que a compreensão dos mecanismos subjacentes aos transtornos de ansiedade é fundamental para o desenvolvimento de intervenções mais eficazes.

3 A URBANIZAÇÃO E OS TRANSTORNOS DE ANSIEDADE

Coelho e Neves³¹ argumentam que a psiquiatria, com a crescente influência da perspectiva biomédica, passou a definir a normalidade e a patologia

³⁰ BALESTRIN, J. L.; DEMARCO, T. T. Emoções com Base na Neurociência e a sua Ligação com os Transtornos de Ansiedade: Uma Contribuição para a Área da Psicologia. **Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc Videira**, [S. l.], v. 4, p. e23386, 2019 (p. 3). Disponível em: <https://periodicos.unoesc.edu.br/apeuv/article/view/23386> Acesso em: 13 out. 2024.

³¹ COELHO, L.; NEVES, T.. Sofrimento psíquico no neoliberalismo e a dimensão política do diagnóstico em saúde mental. **Saúde e Sociedade**, v. 32, n. 3, p. e220850pt, 2023. Disponível

em termos de desequilíbrios neuroquímicos. Essa mudança, acompanhada pela publicação do DSM-III³², em 1980, resultou em uma medicalização crescente da vida cotidiana, com a proliferação de novas categorias diagnósticas. Essa tendência, segundo os autores, é corroborada por estudos como os de Whitaker (2017) e Safatle, Silva Junior e Dunker (2021).

Ademais, Coelho e Neves apoiados por Foucault explicam que

Historicamente, o tratamento clínico e social dado aos sujeitos que apresentam algum sofrimento psíquico se relaciona com a cultura de cada época e com a forma vigente de exercer o poder. Por exemplo, na Antiguidade, a loucura era considerada a categoria geral que concentrava todos os tipos de sofrimento mental. Lembremos de como era vista sob a ótica metafísica, sendo considerada fruto de castigo dos deuses ou de possessão demoníaca. Hoje, essa visão ficou ultrapassada e, com ela, o uso da categoria “loucura” para expressar formas de sofrimento psíquico. Por outro lado, com o surgimento do alienismo pineliano na modernidade, há a inauguração do embrião que dá origem à psiquiatria, e aquilo que era reconhecido pela ótica da loucura é inserido na lógica dos eventos naturais “cuja verdade se enuncia por si mesma nos fenômenos observáveis”³³.

Gillihan destaca, igualmente que a ansiedade, embora possa ser adaptativa em níveis moderados, torna-se disfuncional quando excessiva. A Teoria Cognitivo-Comportamental, segundo o autor, oferece ferramentas eficazes para lidar com a ansiedade, como técnicas de relaxamento e reestruturação cognitiva, que visam modificar os pensamentos e comportamentos associados a essa emoção. “Se o pânico é o alarme de incêndio da ansiedade, a preocupação é a torneira que pinga. Enquanto o pânico ataca de uma vez, a preocupação lentamente corrói nossa sensação de paz”³⁴. Ainda segundo Gillihan, é de suma importância que saibamos diferenciar um

em: < <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/fyMHcpTnkbqQ3qgDhCbLTWz/#>>. Acesso em 13 out. 2024.

³² DSM-III é a 3ª edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais da Associação Psiquiátrica Americana.

³³ FOUCAULT, Michel, 2005, p. 190 *apud* COELHO, L.; NEVES, T. Sofrimento psíquico no neoliberalismo e a dimensão política do diagnóstico em saúde mental. **Saúde e Sociedade**, v. 32, n. 3, p. e220850pt, 2023. (p. 2). Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/sausoc/a/fyMHcpTnkbqQ3qgDhCbLTWz/#>>. Acesso em 13 out. 2024.

³⁴ GILLIHAN, Seth J. **Terapia cognitivo-comportamental**: estratégias para lidar com ansiedade, depressão, raiva, pânico e preocupação. Barueri: Manole, 2020 (p. 08). E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786555764239/>. Acesso em: 13 out. 2024.

quadro de ansiedade com a preocupação crônica, uma vez que está se caracteriza por uma tendência a ruminar sobre eventos futuros, muitas vezes, de forma exagerada e desproporcional à situação. Essa preocupação constante pode gerar uma série de sintomas físicos e emocionais, como tensão muscular, irritabilidade e dificuldade para dormir.

Como abordado por Clark e Beck³⁵, o interesse em compreender e tratar a ansiedade é um tema recorrente ao longo da história. Os autores ressaltam que eventos adversos, como desastres naturais e conflitos sociais, têm intensificado a necessidade de pesquisas e intervenções eficazes para lidar com os impactos da ansiedade na saúde mental das populações afetadas.

Outrossim, a ansiedade não se limita a situações de vida ou morte, mas também se manifesta no contexto das pressões e desafios cotidianos. Os mesmos autores argumentam que a maioria dos casos de ansiedade está relacionada aos estressores do dia a dia, como as demandas do trabalho e os relacionamentos interpessoais: “Aproximadamente 12 a 19% dos pacientes em cuidados primários satisfazem os critérios diagnósticos para um transtorno de ansiedade”³⁶.

Oliveira e Santos³⁷, os transtornos mentais representam um dos maiores desafios para os sistemas de saúde, tanto em países desenvolvidos quanto em desenvolvimento. Os autores apontam que as características socioeconômicas da população, como a urbanização acelerada e as

³⁵ CLARK, David A.; BECK, Aaron T. **Terapia cognitiva para os transtornos de ansiedade: ciência e prática**. Porto Alegre: ArtMed, 2012. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788536326733/>. Acesso em: 13 out. 2024.

³⁶ CLARK, David A.; BECK, Aaron T. **Terapia cognitiva para os transtornos de ansiedade: ciência e prática**. Porto Alegre: ArtMed, 2012 (p. 16). E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788536326733/>. Acesso em: 13 out. 2024.

³⁷ OLIVEIRA, E. C. de; SANTOS, M. A. A. Áreas verdes no ambiente urbano e transtornos mentais comuns: uma resenha crítica da literatura. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, [S. l.], v. 17, n. 7, p. e8839, 2024. DOI: 10.55905/revconv.17n.7-406. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/8839>. Acesso em: 13 out. 2024.

desigualdades sociais, são fatores de risco importantes para o desenvolvimento desses transtornos.

Para Myriam Durante (2014), sete em cada dez pessoas que moram em cidades com mais de dois milhões de habitantes, reconhecem que sentem com frequência sintomas que indicam algum tipo de transtorno mental. A autora refere que a maioria das pessoas apresentam sinais e sintomas relacionados ao estresse, ansiedade, insônia e outros problemas ligados ao sono, depressão, ataques de pânico e agorafobia³⁸.

Neste diapasão, Oliveira e Santos ressaltam que o ambiente urbano desempenha um papel fundamental na saúde mental da população. Os autores argumentam que as características do ambiente construído, como a densidade populacional, a qualidade do ar e a acessibilidade a espaços verdes, podem influenciar significativamente o bem-estar psicológico dos indivíduos.

Estudos sugerem benefícios de áreas verdes no ambiente urbano para a saúde mental da população (Alcock et al.,2014). As áreas verdes referem-se a qualquer vegetação no entorno da área urbana, desde árvores plantadas nas calçadas, canteiros ou praças, jardins públicos, reservas, parques ou áreas de recreação, desde que cobertas por algum tipo de vegetação. A vegetação contribui com a umidade do ar, proporcionando conforto térmico e sua ausência ocasiona alterações do clima local. Na literatura científica não há consenso no conceito de espaços verdes urbanos e as definições diferem entre autores. De acordo com o Ministério do Meio Ambiente (2006), as áreas verdes urbanas são consideradas como o conjunto de áreas intraurbanas que apresentam cobertura vegetal, arbórea, arbustiva ou rasteira e que contribuem de modo significativo para a qualidade de vida e o equilíbrio ambiental das cidades³⁹.

Segundo Santana, Ferreira e Moraes, os transtornos de ansiedade representam um problema de saúde pública global, com altas taxas de prevalência em diversos países, incluindo o Brasil. Esses transtornos, além de causarem sofrimento individual, geram um significativo impacto socioeconômico,

³⁸ OLIVEIRA, E. C. de; SANTOS, M. A. A. Áreas verdes no ambiente urbano e transtornos mentais comuns: uma resenha crítica da literatura. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, [S. l.], v. 17, n. 7, p. e8839, 2024 (p. 5). DOI: 10.55905/revconv.17n.7-406. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/8839>. Acesso em: 13 out. 2024.

³⁹ OLIVEIRA, E. C. de; SANTOS, M. A. A. Áreas verdes no ambiente urbano e transtornos mentais comuns: uma resenha crítica da literatura. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, [S. l.], v. 17, n. 7, p. e8839, 2024 (p. 6). DOI: 10.55905/revconv.17n.7-406. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/8839>. Acesso em: 13 out. 2024.

contribuindo para a incapacidade e a redução da qualidade de vida. Segundo os autores,

O Brasil é considerado o país com a maior taxa de pessoas com transtornos de ansiedade no mundo e o 5º em casos de depressão. A Organização Mundial da Saúde (OMS) estimou que 9,3% dos brasileiros têm algum tipo de transtorno de ansiedade e a depressão afeta 5,8% da população. Fatores socioeconômicos, como pobreza, desemprego, fatores ambientais como o estilo de vida em grandes cidades, podem ser fatores desencadeantes de transtornos de ansiedade. Os dados da OMS mostram que o problema de transtorno de ansiedade é global, não sendo apenas um problema de saúde pública no Brasil⁴⁰.

Por sua vez, ao analisar a relação entre a cidade e a saúde mental, Teobaldo⁴¹ se baseia nos estudos do neuro-urbanismo para compreender como as características do ambiente urbano influenciam o bem-estar psicológico dos indivíduos. A autora argumenta que a crescente individualização e hostilidade das cidades podem levar à fragilização dos laços sociais e ao aumento dos problemas de saúde mental. Isso evidencia a premência dos estudos sobre a qualidade de vida no mundo urbano a partir das necessidades de observância da Agenda 2030 e dos ODS, fundamentalmente no sentido do cuidado com a saúde e bem-estar (ODS 3), mas de modo mais pontual em respeito a meta 3.d: “Reforçar a capacidade de todos os países, particularmente os países em desenvolvimento, para o alerta precoce, redução de riscos e gerenciamento de riscos nacionais e globais de saúde”⁴².

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo reforça a relação entre urbanização acelerada e o aumento da prevalência de transtornos de ansiedade, evidenciando fatores de risco como poluição, sobrecarga informacional e desigualdade social. A análise

⁴⁰ SANTANA, Raissa Siqueira; FERREIRA, Veridiana; MORAES, Amanda de Carvalho Pereira. O transtorno de ansiedade e as diferentes formas de tratamento: Uma revisão Narrativa. **Research, Society and Development**, v. 13, n. 7, e10913746406, 2024 (p. 2-3). Disponível em: <46406-Article-481002-1-10-20240722 (1).pdf>. Acesso em 12 out. 2024.

⁴¹TEOBALDO, Letícia Kathelyn Maria. Cidade e Saúde Mental: Espaço de Descompressão na Dimensão Psicossocial. **Universidade São Francisco de Assis**. Curso de Arquitetura e Urbanismo. Trabalho Final de Graduação. Campus Campinas, 2021. Disponível em: <<https://www.usf.edu.br/galeria/getImage/768/3506580626670472.pdf>>. Acesso em 13 out. 2024.

⁴² <https://www.ipea.gov.br/ods/ods3.html> Acesso em 27 mar. 2025.

dos mecanismos neurobiológicos envolvidos destaca a complexidade dessas condições e a necessidade de estratégias de intervenção eficazes. Os achados sugerem que políticas públicas voltadas à melhoria da qualidade de vida em áreas urbanas podem minimizar os impactos negativos da urbanização sobre a saúde mental. Medidas como planejamento urbano sustentável, ampliação do acesso a espaços verdes e fortalecimento dos serviços de saúde mental são essenciais para reduzir a incidência de transtornos de ansiedade na população. Por fim, a pesquisa pode contribuir para o avanço da compreensão dos efeitos da urbanização sobre a saúde mental e reforça a importância da interdisciplinaridade no desenvolvimento de soluções. Estudos futuros devem aprofundar a análise sobre diferentes contextos urbanos e avaliar intervenções que promovam cidades mais saudáveis e resilientes.

REFERÊNCIAS DAS FONTES CITADAS

ASSOCIATION, American P. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais** - DSM-5-TR: Texto Revisado. 5th ed. Porto Alegre: ArtMed, 2023. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558820949/>. Acesso em: 12 out. 2024.

BALESTRIN, J. L.; DEMARCO, T. T. Emoções com Base na Neurociência e a sua Ligação com os Transtornos de Ansiedade: Uma Contribuição para a Área da Psicologia. **Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc Videira**, [S. l.], v. 4, p. e23386, 2019. Disponível em: <https://periodicos.unoesc.edu.br/apeuv/article/view/23386> . Acesso em: 13 out. 2024.

BAUMAN, Z. **Confiança e Medo na Cidade**. 1ª ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2021.

BEAR, Mark F. **Neurociências**. 4th ed. Porto Alegre: ArtMed, 2017. E-book. p.621. ISBN 9788582714331. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788582714331/>. Acesso em: 13 out. 2024.

BRUNO, Ana Paula. **Desenvolvimento Urbano**: o contexto de formulação da Política Nacional de Desenvolvimento Urbano. novembro/2020 [este texto encontra-se em revisão para publicação]. **Analista de Infraestrutura – Ministério do Desenvolvimento Regional**. Disponível em: < https://www.gov.br/cidades/pt-br/midia/documentos/pdf/seinfra_tcu_desenvolvimento_urbano_apb_final_para_publicacao_site_mdr.pdf>. Acesso em 12 out. 2024.

CLARK, David A.; BECK, Aaron T. **Terapia cognitiva para os transtornos de ansiedade**: ciência e prática. Porto Alegre: ArtMed, 2012. E-book. p.16. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788536326733/>. Acesso em: 13 out. 2024.

CLARK, David A.; BECK, Aaron T. **Vencendo a Ansiedade e a Preocupação**: Com a Terapia Cognitivo-Comportamental. 2nd ed. Porto Alegre: ArtMed, 2024. E-book. p.37. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558822264/>. Acesso em: 12 out. 2024.

COELHO, L.; NEVES, T. Sofrimento psíquico no neoliberalismo e a dimensão política do diagnóstico em saúde mental. **Saúde e Sociedade**, v. 32, n. 3, p. e220850pt, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/fyMHcpTnkbqQ3qgDhCbLTWz/#>>. Acesso em 13 out. 2024.

GILLIHAN, Seth J. **Terapia cognitivo-comportamental**: estratégias para lidar com ansiedade, depressão, raiva, pânico e preocupação. Barueri: Manole, 2020. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786555764239/>. Acesso em: 13 out. 2024.

HECKTHEUER, Pedro Abib; LOURENÇO, Bruna Borges Moreira. A efetivação dos direitos sociais como instrumento para o desenvolvimento na constituição brasileira. **Revista Eletrônica Direito e Política**, Itajaí, v. 14, n. 2, p. 377–401, 2019. DOI: 10.14210/rdp.v14n2.p377 - 401. Disponível em: <https://periodicos.univali.br/index.php/rdp/article/view/15106>. Acesso em: 14 mar. 2025.

KANDEL, Eric R.; KOESTER, John D.; MACK, Sarah H. **Princípios de Neurociências**. 6th ed. Porto Alegre: AMGH, 2023. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558040255/>. Acesso em: 13 out. 2024.

LENT, Roberto. **Neurociência da Mente e do Comportamento**. 2nd ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2023. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788527739528/>. Acesso em: 13 out. 2024.

MACKINNON, Roger A.; MICHELS, Robert; BUCKLEY, Peter J. **A entrevista psiquiátrica na prática clínica**: de acordo com o DSM-5. 3rd ed. Porto Alegre: ArtMed, 2017. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788582714393/>. Acesso em: 12 out. 2024.

OJIMA, Ricardo; JUNIOR, Eduardo M. **Dispersão Urbana e Mobilidade Populacional**. São Paulo: Editora Blucher, 2016. E-book. p.25. Disponível em:

<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788580391381/>. Acesso em: 12 out. 2024.

OLIVEIRA, E. C. de; SANTOS, M. A. A. Áreas verdes no ambiente urbano e transtornos mentais comuns: uma resenha crítica da literatura. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, [S. l.], v. 17, n. 7, p. e8839, 2024. DOI: 10.55905/revconv.17n.7-406. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/8839>. Acesso em: 13 out. 2024.

OMS. **World mental health report: transforming mental health for all**. Geneva: World Health Organization; 2022. Disponível em <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338> Acesso em 15 dez. 2024.

PINSKY, Jaime. **Brasil: o futuro que queremos**. São Paulo: Editora Contexto, 2018. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788552000570/>. Acesso em: 12 out. 2024.

PIRES, Teresinha Inês Teles. A cosmopolitização dos direitos sociais em sua interação com o paradigma do desenvolvimento sustentável. **Novos Estudos Jurídicos**, Itajaí (SC), v. 29, n. 1, p. 2–25, 2024. DOI: 10.14210/nej.v29n1.p2-25. Disponível em: <https://periodicos.univali.br/index.php/nej/article/view/17886>. Acesso em: 24 mar. 2026.

SAFATLE, V.; JUNIOR, N. S.; DUNKER, C. (Org.). **Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico**. Belo Horizonte: Autêntica, 2021.

SANTANA, Raissa Siqueira; FERREIRA, Veridiana; MORAES, Amanda de Carvalho Pereira. O transtorno de ansiedade e as diferentes formas de tratamento: Uma revisão Narrativa. **Research, Society and Development**, v. 13, n. 7, e10913746406, 2024. Disponível em: <46406-Article-481002-1-10-20240722 (1).pdf>. Acesso em 12 out. 2024.

SCOPEL, Vanessa G.; GALINATTI, Anna C M.; SILVA, Marli de F. **Estudo da Cidade**. Porto Alegre: SAGAH, 2020. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786581492977/>. Acesso em: 12 out. 2024.

SILVA, Selma Gomes da; PAIVA, Antonio Cristian Saraiva. Os impactos da vida na cidade e do campo na saúde mental: relatos de docentes que atuam em comunidades ribeirinhas no estado do Amapá. Ministério da Educação – Brasil Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM. **Revista Vozes dos Vales: Publicações Acadêmicas**, nº 06 – Ano III – 10/2014. Disponível em: < <http://repositorio.ufc.br/handle/riufc/21412>>. Acesso em 13 out. 2024.

SINGER, Paul. **Urbanização e desenvolvimento**. São Paulo: Autêntica Editora, 2017. E-book. Disponível em:

<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788551300343/>. Acesso em: 12 out. 2024.

SOARES, I. V. A.; *et al.* Transtorno de Ansiedade Generalizada: Do Diagnóstico ao Tratamento. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 6, n. 5, p. 1397–1406, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024v6n5p1397-1406. Disponível em: <https://bjhs.emnuvens.com.br/bjhs/article/view/2134>. Acesso em: 13 out. 2024.

SUZIGAN, M. S.; SANTOS, L. da R.; ROSA, S. A.; CALDAS, E. R.; DE ARAÚJO, B. M.; CAIXETA, F. de C.; DA SILVA, A. A.; FERREIRA, M. V. Neurobiologia dos transtornos de ansiedade. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 7, n. 1, p. 6109–6130, 2024. DOI: 10.34119/bjhrv7n1-492. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/67366>. Acesso em: 13 out. 2024.

TEOBALDO, Letícia Kathelyn Maria. Cidade e Saúde Mental: Espaço de Descompressão na Dimensão Psicossocial. **Universidade São Francisco de Assis**. Curso de Arquitetura e Urbanismo. Trabalho Final de Graduação. Orientadora I Profa. Priscila Machado Meireles. Campus Campinas, 2021. Disponível em: <https://www.usf.edu.br/galeria/getImage/768/3506580626670472.pdf>. Acesso em 13 out. 2024.

YOUNG, Paul A.; YOUNG, Paul H.; TOLBERT, Daniel L. **Neurociência clínica básica 3a ed.**. 3rd ed. Barueri: Manole, 2018. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788520462966/>. Acesso em: 13 out. 2024.

WHITAKER, R. **Anatomia de uma epidemia: pílulas mágicas, drogas psiquiátricas e o aumento assombroso da doença mental**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2017.

COMO CITAR:

MACERI, Vanessa Cinelli; BONIN, Joel Cezar. A urbanização como fator de risco para o desenvolvimento de transtornos de ansiedade. In: 21º SEMINÁRIO INTERNACIONAL DE GOVERNANÇA E SUSTENTABILIDADE, 21., 2025, Itajaí/Alicante. **Anais do 21º Seminário Internacional de Governança e Sustentabilidade**. Itajaí/Alicante: Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciência Jurídica da Univali, 2025. p. 134-156.