



**UNIVERSIDADE DO ESTADO DA BAHIA
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS EXATAS E DA TERRA
CURSO DE BACHARELADO EM URBANISMO**

LUCAS DOS SANTOS FERREIRA

**ESTRESSE URBANO: CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS PARA A QUALIDADE DE
VIDA: UMA ANÁLISE DO BAIRRO DO CABULA, SALVADOR - BA**

SALVADOR

2017

LUCAS DOS SANTOS FERREIRA

**ESTRESSE URBANO: CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS PARA A QUALIDADE DE
VIDA: UMA ANÁLISE DO BAIRRO DO CABULA, SALVADOR - BA**

Monografia apresentada como requisito parcial para a
obtenção do grau de Bacharel em Urbanismo da
Universidade do Estado da Bahia.

Orientadora: Profª Dra. Liliane Ferreira Mariano da Silva.

Coorientador: Prof. Ms. Leonardo de Souza Polli

SALVADOR

2017

AGRADECIMENTOS

Primeiramente ao Universo, que, de alguma forma, exerceu influência na minha decisão de cursar Urbanismo na UNEB, onde pude evoluir espiritualmente, enquanto ser humano, ser pensante.

Aos meus familiares por todo o suporte, encorajamento e amor ao longo dessa caminhada, me fazendo seguir sempre em frente. Em especial a minha mãe, Luiza Rodrigues a qual devo tudo e à minha tia Cleide Lopes, pelos importantes conselhos e o imenso apoio que me deu.

Aos amigos que tive a oportunidade de conhecer nessa trajetória, à Bruna, Vanessa Pinto, Ramone, Vanessa Beckman, Tânia, Joana, Ludmilla, Apoena, que estavam sempre dispostos a ajudar nos momentos mais difíceis. À Lígia, que mesmo de longe, sempre me motivou com mensagens e energias positivas.

Aos professores, pelo conhecimento transpassado ao longo desses anos, em especial minha orientadora, professora Liliane Ferreira, que mesmo diante das dificuldades encontrou meios para me ajudar no desenvolvimento desse trabalho, ao meu coorientador Leonardo Polli pelas importantes dicas que ajudaram a dar fluidez à minha pesquisa e à professora Débora Nunes pela nova visão de mundo à qual tive o privilégio de ser apresentado.

Por fim, a todos que, direta ou indiretamente, participaram da minha formação, o meu Muito Obrigado!

“Nem tudo o que eu escrevo resulta numa realização, resulta mais numa tentativa. O que também é um prazer. Pois nem tudo eu quero pegar. Às vezes, quero apenas tocar. Depois, o que toco às vezes floresce e outros podem pegar com as duas mãos”.

Clarice Lispector

RESUMO

O processo de urbanização em Salvador promoveu uma série de transformações no espaço, que aos poucos foram moldando a forma como vivenciamos a cidade. Problemas estruturais decorrentes da divisão de classes e da segregação socioespacial, como a falta de acesso a áreas verdes e espaços de lazer, congestionamentos e da crescente violência, exercem um impacto significativo na saúde física e psicológica da população. O estresse urbano que se forma nesses ambientes compromete a qualidade de vida e a felicidade das pessoas na rua, que tende a sofrer com outros problemas gerados por esse estresse crônico, como transtornos de ansiedade e depressão. O objetivo principal dessa pesquisa é estudar de que forma os fenômenos da vida urbana podem contribuir para o aumento e agravamento do estresse, tendo como objeto de análise o bairro do Cabula, localizado em Salvador, Bahia, Brasil.

Palavras-chave: Estresse Urbano; Qualidade de Vida; Bem-Estar; Saúde Mental.

ABSTRACT

The process of urbanization in Salvador promoted a series of transformations in space, which gradually shaped the way we experienced the city. Structural problems arising from class division and sociospatial segregation, such as lack of access to green areas and recreation spaces, traffic jams and an increasing violence, that have a significant impact on the physical and psychological health of the population. The urban stress that forms in these places compromises the quality of life and the happiness of the people in the street, who tends to suffer from other problems generated by this chronic stress, such as anxiety disorders and depression. The main objective of this research is to study how the phenomena of urban life can contribute to the increase and aggravation of stress, having as object of analysis the district of Cabula, located in Salvador, BahiaBrasil.

Keywords: Urban Stress; Quality of life; Well-being; Mental health.

LISTA DE MAPAS

Mapa 1: Cabula - Localização.....	45
Mapa 2: Delimitação do bairro do Cabula.	46
Mapa 3 Percentual de domicílios em aglomerados subnormais da PB-VIII.....	47
Mapa 4: Densidade demográfica nos bairros que compõe a PB-VIII Cabula-Tancredo Neves, em 2010.	50
Mapa 5: Concentração de equipamentos e serviços na Rua Silveira Martins.	51
Mapa 6: Pontos de ônibus no principal eixo da Rua Silveira Martins.....	52

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: As nove dimensões do FIB.	12
Figura 2: O estresse relacionado à problemas do coração.	17
Figura 3: Alguns exemplos de efeitos da ansiedade no corpo humano.	18
Figura 4 Os agentes produtores do espaço urbano	23
Figura 5 Modelo explicativo da associação da densidade demográfica e estresse urbano.	27
Figura 6: Hammarby Sjöstad, primeiro bairro sustentável de Estocolmo,	29
Figura 7: Arborização no Corredor da Vitória.	30
Figura 8: Primeira fábrica da Volkswagen inaugurada no Brasil em 1959.	35
Figura 9: Escala de Estresse Urbano.....	43
Figura 10: Escala de Estresse do bairro do Cabula.	62

LISTA DE FOTOS

Foto 1: Precariedade das calçadas na Rua Silveira Martins.	53
Foto 2: Engarrafamentos em um dos horários de pico (12h-14h:30).....	55
Foto 3: Áreas verdes privadas na Silveira Martins.	57
Foto 4: Espaços de relaxamento públicos na UNEB.	58
Foto 5: Pessoas expostas ao sol na Rua Silveira Martins.	59

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	5
2. CONCEITOS ESTRUTURANTES	8
2.1. Qualidade de vida x qualidade ambiental urbana:	8
2.2 Estresse.....	15
3. ESTRESSE: FENÔMENOS DA VIDA URBANA QUE CONTRIBUEM PARA O AGRAVAMENTO DO PROBLEMA	21
3.1. A diferenciação de classes e segregação socioespacial	22
3.2. Alta concentração populacional:	25
3.3 Distanciamento da natureza e falta de lazer	28
3.4 Baixa mobilidade urbana	34
3.5 Violência e o medo na cidade	38
4. INDICADOR DE ESTRESSE URBANO	42
4.1 Uma análise do bairro do Cabula, Salvador-BA	44
4.2 Resultados	61
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	63
6. REFERÊNCIAS	66

1. INTRODUÇÃO

O crescimento das metrópoles brasileiras, impulsionado a partir da década de 1950, deu início a uma série de fenômenos urbanos, que, em consequência, principalmente do aumento da população urbana, passaram a moldar as cidades e o estilo de vida das pessoas, que com a rotina de deslocamentos para o estudo ou trabalho passou a ser cada vez mais acelerado.

Por representar um lugar de oportunidades, as cidades passaram a atrair um grande número de pessoas, gerando um intenso fluxo migratório. Na maioria das vezes, essas cidades não estão preparadas para abrigar novos contingentes de habitantes, não oferecendo infraestrutura adequada, e com um valor do solo caro, que geralmente ocasionam ocupações periféricas e sem infraestrutura, com carência de equipamentos e serviços. As consequências desse problema são espaços diferenciados na cidade e a segregação socioespacial, que expressam a má distribuição de renda e desencadeiam outros problemas, que levam a um estado de estresse urbano muito alto.

Salvador, capital do Estado da Bahia, conhecida mundialmente pela sua forte identidade cultural, festas, comidas, belezas naturais e arquitetônicas do seu patrimônio histórico, que revela um pouco da história do Brasil e atrai milhares de turistas todos os anos, esconde em seu processo alguns desses problemas de ordem socioespacial e econômico, derivados do modelo de urbanização ao qual a cidade está submetida.

Entre 1950 e 1960, o uso do solo na capital baiana era caracterizado por uma forte expansão periférica, mostrando a maneira como a população urbana foi se adequando às novas condições sociais e econômicas da cidade, que começava a impulsionar seu crescimento. A maneira como se deu as formas de ocupação, fez com que a crise da habitação e a deficiência dos serviços públicos do município aumentassem.

É importante considerar que Salvador teve seu processo de urbanização muito influenciado pelo processo de migração de pessoas do interior do estado da Bahia, que vieram de municípios muito menores e que não oferecem estrutura necessária,

da perspectiva da educação e do trabalho, para seus moradores. Estes, por sua vez, se veem “forçados” a buscar melhores condições de vida na capital.

Atualmente, a urbanização da cidade apresenta tendências que vão em direção a o aumento de capital privado, que pode ser observado através do crescente aumento de *shopping centers*, supermercados e centros empresariais, que exercem uma grande influência na cidade, e vão aos poucos alterando o sistema viário e a acessibilidade da população.

Além disso, a capital baiana enfrenta hoje grandes tensões sociais, que se revelam nas diversas expressões da exclusão socioespacial, através da explícita diferenciação de classes, da agressividade, impessoalidade e da violência extrema que aterroriza os cidadãos. A cidade onde já foi possível caminhar tranquilamente, de forma prazerosa, deu lugar a uma cidade sistematizada pela esfera pública para favorecer a esfera privada, marcada pela impessoalidade e um individualismo cruel que expõem a “neurose” vivenciada pelos soteropolitanos.

O processo de urbanização desenfreado também é o grande responsável por desmatar grande parte das áreas verdes urbanas, como é o caso da região do “Miolo” – chamado assim por estar, geograficamente, no centro da cidade de Salvador - onde está inserido o bairro do Cabula, objeto de análise desse estudo, no qual o avanço do ambiente construído sobre as áreas verdes modificou ao longo do tempo a paisagem do local, dando lugar a uma grande quantidade de residências e empreendimentos que atraem pessoas de todas as partes da cidade e geram um intenso fluxo de pessoas no lugar.

O bairro, símbolo da resistência religiosa de matriz africana, que preserva em seu tecido urbano antigos quilombos, sofre com uma sequência de engarrafamentos diariamente em consequência do grande fluxo de pedestres e veículos, que, aliados à falta de espaços de lazer, que proporcionem sombra e relaxamento, e a crescente violência, transformam o bairro em um lugar desconfortável, estressante e consequentemente com baixa qualidade de vida.

O objetivo desse trabalho é estudar os fatores da vida urbana que contribuem para o aumento do estresse e os impactos deste na qualidade de vida da população do Cabula. Sendo assim, esse trabalho objetivou identificar os principais indicadores de qualidade de vida urbana, os elementos e fenômenos das cidades que possam

contribuir para o aumento do estresse e analisara presença destes no bairro do Cabula. Para tal foi desenvolvido um modelo de indicador de Estresse Urbano, tendo como base os fenômenos estudados.

O estudo é de natureza empírica, utilizando o método de análise dedutiva, experimental e estatístico, através de leituras bibliográficas, analisando e relacionando os conceitos estudados, e propondo, por fim, uma forma mensuração dos resultados.

A estrutura do trabalho está estabelecida da seguinte forma: No capítulo 2 trago os conceitos de qualidade de vida, qualidade ambiental urbana e estresse, que fundamentam e estruturam todo o trabalho, relacionando as ideias dos autores a fim de se chegar a um diálogo mais claro a respeito da temática e do problema em questão.

No capítulo seguinte são abordados os fenômenos da vida urbana que influenciam no aumento dos índices de estresse e agravamento do problema e de que forma este impacta na saúde física e psicológica das pessoas, para que posteriormente, sejam utilizados como variáveis do Indicador de Estresse Urbano.

O quarto capítulo é onde será desenvolvido o Indicador de Estresse Urbano. Neste, contém o método de criação do indicador, a forma de mensuração e a aplicação no bairro do Cabula, que se deu a partir de análises de dados primários do IBGE, CONDER e da Secretaria de Segurança Pública da Bahia, por exemplo, e da análise de campo, por meio de fotografias, chegando-se a um resultado dos índices de estresse no bairro.

Por fim, faz-se importante o estudo dessa temática visto que a cidade de Salvador, e o bairro do Cabula sofrem com todos esses problemas urbanos que contribuem para a perda na qualidade de vida dos seus habitantes. E, enquanto futuro planejador do espaço e frequentador do bairro, por conhecer de perto e vivenciar o estresse a que estão submetidos os cidadãos, é uma maneira de contribuir com uma visão técnica, do ponto de vista urbano, para o entendimento de uma causa que afeta a vida de tantas pessoas.

2. CONCEITOS ESTRUTURANTES

Antes de evoluir para os temas centrais desse trabalho, faz-se necessário apresentar alguns conceitos estruturantes que baseiam essa pesquisa e servem como ideias norteadoras para o entendimento do problema estudado. Para isso, procura-se estabelecer um diálogo entre os autores e chegar a uma ideia mais definida diante da amplitude de significados e interpretações que esses conceitos englobam.

2.1. Qualidade de vida x qualidade ambiental urbana:

Os conceitos de qualidade de vida e qualidade ambiental urbana estão bastante associados. Isso porque a relação entre o indivíduo e o espaço urbano se dá de forma direta e sistemática, uma vez que o ambiente urbano compõe uma série de fatores que influenciam na saúde das pessoas e na maneira como estas se relacionam com o ambiente.

Dentre os muitos estudos sobre o tema, é difícil definir se o conceito de qualidade de vida está inserido no conceito de qualidade ambiental, ou o contrário. “Qualidade ambiental” aqui não se refere somente à natureza, mas ao espaço urbano como um todo. A definição do conceito de cada um, segundo os autores, irá depender dos indicadores a serem utilizados para a sua mensuração, e também dos objetivos que se pretende atingir.

Day & Jankey (1996, apud PEREIRA et. al. 2012) afirmam que a abordagem psicológica da qualidade de vida é limitada, pois considera apenas aspectos subjetivos do indivíduo e desconsidera o fator ambiental. Uma ideia um tanto quanto equivocada, pois esse fato tem mudado nos últimos anos, com a comprovação de que a vida urbana pode interferir na saúde psíquica, têm crescido o número de estudos que englobam estes dois aspectos.

Atualmente, pode-se encontrar estudos dessa problemática urbana ligados a diversas áreas do conhecimento, como saúde pública, psicologia, e planejamento

urbano, demonstrando uma certa relação entre os temas. Assim, com tamanha abrangência, tornam-se possíveis novas impressões sobre o tema a cada novo estudo.

Segundo a OMS qualidade de vida é a representação do bem-estar físico mental e social de um indivíduo, ou seja, significa viver bem. “É a somatória de fatores decorrentes da interação entre sociedade e ambiente, atingindo a vida no que concerne às suas necessidades biológicas, psíquicas e sociais inerentes e/ou adquiridas.” (COIMBRA, 1985 apud PELICIONI, 1998, p. 23).

Embora geralmente esteja associado à saúde, o conceito de qualidade de vida é bastante subjetivo, o que leva a maioria dos autores a interpretarem de acordo com seus interesses e objetivos. Wilhelm (1976, apud Guimarães, 2005) compreende a qualidade de vida como uma sensação de bem-estar que depende de fatores objetivos e externos e subjetivos e internos do indivíduo, mas que o ambiente em que se está inserido exerce uma grande influência.

Desta forma, há uma variedade de indicadores que transitam em diversas áreas, desde a econômica até as emocionais, tornando-o um conceito amplo e complexo. Por isso é importante a definição de um recorte específico quando tratado em uma pesquisa científica, como essa. Sendo assim, pretende-se neste estudo trabalhar com o conceito de qualidade de vida relacionado aos fatores urbanos que interferem na mesma.

Os padrões de qualidade ambiental variam, segundo Machado (1997, apud GOMES e SOARES, 2004) entre a cidade e o campo, entre cidades do mesmo país e de outros países, ou até mesmo em uma mesma cidade, e dependerá do tipo de políticas públicas adotadas nas esferas públicas e privadas. Assim, é preciso que as políticas públicas que visam a melhoria na qualidade de vida urbana levem em consideração o contexto em que se está inserida a cidade, e também a sociedade, levando em conta os aspectos físicos e sociais do lugar.

Nahas et. al. (2005) apontam que a discussão sobre a qualidade de vida urbana começou a surgir entre as décadas de 1970 e 1980, com o processo de crescimento das cidades em todo o mundo, e as suas consequências socioambientais. Nos países menos desenvolvidos, essa questão se tornou alarmante com o aumento da

violência, segregação, problemas com mobilidade, habitação, acesso a serviços e degradação ambiental, que acompanharam esse crescimento.

Atualmente, na maioria das grandes cidades do Brasil, inclusive Salvador, são estes problemas os maiores inimigos da qualidade de vida urbana, pois mais de quarenta anos depois da explosão de crescimento das cidades, as metrópoles ainda estão crescendo de forma muito rápida, e continuam reproduzindo esses tipos de fenômenos, cada vez mais evidentes.

Burton (1968, apud MAZETTO, 2000) afirma que a qualidade ambiental não deve estar restrita apenas à natureza. A preocupação deve ir além do ambiente natural, uma vez que a antropização tem reflexos diretos na vida do homem. Dessa forma, os planejadores do espaço consideram os edifícios e as ruas de uma cidade como parte do meio ambiente e que esses elementos podem exercer influência nas atividades sociais e nas condições físicas e mentais do indivíduo.

A rua, enquanto palco das atividades humanas, deveria acolher as pessoas, mas o que se observa hoje em dia é o oposto disso. A rua agora é mais como um agitado campo de luta. É muito comum se sentir reprimido, pois o cidadão está cada vez mais perdendo espaço para os carros e prédios privados, criando uma relação de distanciamento e não pertencimento com o espaço urbano. É importante salientar que a qualidade de vida urbana pode ser medida, também, pela relação de harmonia entre o indivíduo e o ambiente.

Segundo Brown (1994, apud RENWICK, 1994) qualidade de vida é uma construção social, mas quando é tratada a partir da vida das pessoas pode ser interpretado de diferentes maneiras. Isso porque o contexto de cada pessoa varia de acordo com suas percepções e experiências pessoais. Ainda que o foco desse trabalho seja a qualidade de vida coletiva, inserida no contexto urbano, e como as políticas urbanas podem piorar ou melhorar essa questão, é importante salientar as individualidades de cada pessoa que possam contribuir para a perda da qualidade de vida.

Ao mesmo tempo em que é subjetiva, a QV é também multidimensional, pois engloba fatores que vão além do considerado básico para se viver (alimentação, trabalho e moradia). Para se ter uma boa qualidade de vida urbana é preciso ter saúde física e mental, estar em equilíbrio com o ambiente urbano, ter tempo e espaço para lazer e estabelecer laços sociais.

A escala humana é primordial para a qualidade de vida. Apesar de nos considerarmos seres super modernos, depois de tanto avanço tecnológico que alcançamos, é preciso lembrar que ainda somos o bom e velho *Homo Sapiens*, que temos necessidades básicas inerentes a todos os seres humanos e que não podem ser deixadas em segundo plano.

Ao tratar a qualidade de vida urbana, pretende-se, enquanto planejadores do espaço, fazer com que a cidade proporcione o máximo de suporte para o melhor desenvolvimento dos seus habitantes. É importante que se trabalhe com novos indicadores de QVU, considerando que tanto o espaço urbano, quanto a sociedade são mutáveis, e passam por diversas transformações ao longo do tempo.

Além disso, o principal parâmetro de qualidade de vida da atualidade, o Índice de Desenvolvimento Humano (IDH), desenvolvido pela ONU, são fundamentados em indicadores tradicionais (grau de escolaridade, renda e expectativa de vida). Dessa forma, como afirma Guimarães (2005):

Embora seja utilizado amplamente como instrumento de mensuração e avaliação de parâmetros de qualidade de vida, o Índice de Desenvolvimento Humano (IDH), exclui muitos aspectos de extrema significância para a avaliação da qualidade de vida, tais como a percepção e interpretação dos níveis de satisfação e de preferências individuais e coletivas, aspectos culturais e regionais. (GUIMARÃES, 2005, p. 17).

Minayo et. al. (2000) abordam qualidade de vida, conforme Pereira (2012) como uma representação social criada a partir de parâmetros holísticos como bem-estar, felicidade, amor, prazer, realização pessoal, bem como aqueles ligados a satisfação das necessidades básicas e das necessidades criadas pelo grau de desenvolvimento econômico e social de determinada sociedade.

Esses pensamentos refletem uma nova forma de pensar a qualidade de vida envolvida no contexto urbano, que buscam novos indicadores que não estabeleçam apenas parâmetros econômicos para determinar o desenvolvimento da sociedade.

Dentro dessa perspectiva podemos citar o chamado “FIB”, que significa “Felicidade Interna Bruta”. Em contraposição ao PIB (Produto Interno Bruto), o índice surgiu no Butão na década de 1970, mas só foi declarado como indicador oficial do país em

2008. Ele leva em conta indicadores que englobam o campo da vida em sociedade, buscando medir a felicidade da população, e passou a ser introduzido como ferramenta principal das políticas públicas daquele país.

A proposta para a busca de uma melhor qualidade de vida nas cidades se dá através de indicadores em nove áreas de desenvolvimento, como pode ser visto na Figura 1 a seguir:

Figura 1: As nove dimensões do FIB.



Fonte: Elaborado por Lucas Ferreira (2017).

O que importa a essa altura são os chamados "fatores não materiais", tais como companheirismo, famílias harmoniosas, relacionamentos amorosos e uma sensação de viver uma vida com significado. Nós, seres humanos, temos fome não apenas de alimento para o corpo, mas também para a alma. (ANDREWS, 2009, s.l.).

1. Padrão de vida: Diz respeito às necessidades materiais básicas que devem ser atendidas para se ter um padrão de vida digno. Assim, caba por englobar a dimensão econômica da sociedade. O FIB considera que o desenvolvimento tem que ser econômico, mas ao mesmo tempo humano, respeitando os limites da natureza, cabendo às políticas públicas preencher estas lacunas.

O mundo do capital é feito de divisões e separações: desigualdades entre classes sociais, ganância e voracidade pelo lucro e pelo dinheiro, trabalho explorado e alienado, falta de acesso da maioria aos bens e recursos produtivos, excesso de consumo e de lixo, envelhecimento planejado dos bens de consumo, e quantas outras enfermidades sociais. Em suma, no sistema comandado pelo capital e pela busca desenfreada de lucro, a maioria não tem um padrão de vida que satisfaça seus direitos e garanta uma existência digna para si e suas famílias. Isto ocorre porque o econômico está divorciado do social. (ARRUDA, 2009, p. 2).

2.A Boa Governança: Tem a ver, na perspectiva dos poderes econômico e político, com a gestão democrática dos recursos, pessoas e lugares. Deve promover a participação ampliada, principalmente nas tomadas de decisões, empoderando os cidadãos, para que possam ser o personagem principal do seu desenvolvimento.

3.Educação: Esta deve ser abrangente, englobando todas as dimensões que representam a totalidade humana, o que significa se ter conhecimento sobre campos que permitem um desenvolvimento mais completo do Ser, desde a mente, o corpo, a fé e a espiritualidade.

O ensino deve ser de qualidade, o que significa que “além de capacitar os educandos para o trabalho produtivo e criativo, seja capaz de promover e apoiar o autoempoderamento dos educandos para a autonomia, a cooperação e a solidariedade.” (ARRUDA, 2009, p. 4).

4. Saúde: Aqui trata-se da saúde física, já que a saúde mental já será considerada em outra dimensão do FIB, o Bem-Estar Psicológico e Espiritual. Para o FIB é possível medir a felicidade do indivíduo a partir das condições de saúde que o mesmo apresenta.

Esta pode ser determinada pela renda, nível de educação e prática de atividades físicas que contribuem para se ter uma boa saúde. Segundo Arruda (2009) a questão se torna um problema quando visto da ótica do capital: a saúde é privatizada e a doença vira mercadoria. Nessa perspectiva, a proposta do FIB é a autogestão da saúde individual e comunitária.

5. Resiliência Ecológica: Trata-se da capacidade que um ecossistema tem de se recuperar depois de sofrer pelas ações antrópicas, ações estas que ameaçam

o futuro do planeta e de nós mesmos. O FIB aqui propõe uma abordagem com base na noção do que fazemos à natureza, e como buscar um equilíbrio mais justo entre o nosso padrão de vida atual e o quanto a natureza pode suportar.

6. Diversidade Cultural: É a contemplação do diverso, que é ameaçada pela tentativa do poder do capital de camuflar a diversidade com economias de escala, homogeneizando os produtos, gostos e aspirações e promovendo competições. A proposta do FIB é uma diversidade vivida a partir da solidariedade e cooperação, respeitando as diferentes cores, raças, etnias, religiões etc.

7. Vitalidade Comunitária: Partindo da premissa de que o ser humano é um ser social e estabelece relações interpessoais, essa é uma dimensão muito importante para se chegar à Felicidade.

A vida em comunidade envolve, dentre outros aspectos, a convivência, a sociabilidade, o desenvolvimento mental. Porém, conforme afirma Arruda (2009) “a condição de pobreza e exclusão social de grande parte da população do Brasil e do mundo impedem uma vida comunitária saudável”. A pobreza e a segregação socioespacial se traduzem em violência, fazendo com que o Ser Humano perca o afeto e o amor, e passe a “adoecer”, morrer ou matar.

8. Uso Equilibrado do Tempo: Em nosso modelo capitalista de sociedade, este se faz indispensável. Passamos em média 8 horas diárias no trabalho, depois mais algumas horas gastas no transporte diariamente, raramente temos tempo para o relaxamento, para praticar o desenvolvimento mental e espiritual, para o lazer, que sempre fica reservado para os finais de semana.

Nesta ótica, tempo é riqueza! Tempo liberado das tarefas ligadas à produção direta e à sobrevivência física é tempo disponível para o trabalho sutil de desenvolvermos nossas dimensões especificamente humanas, não somente animais! (ARRUDA, 2009, p. 7).

9. Bem-Estar Psicológico e Espiritual: Consiste no quão gratificante devem ser os encontros na comunidade, com o meio natural e com o sentimento de pertencimento ao lugar em que se vive. O ambiente urbano deve oferecer condições adequadas para o bem-estar psíquico e espiritual dos cidadãos e isso incluem a satisfação das necessidades básicas para se ter uma vida digna, bem como um

meio natural saudável, e uma sociedade mais cooperativa, solidária, segura e livre da violência.

Além do FIB, podemos citar uma série de outros indicadores de QV como os Indicadores de Qualidade de Vida da OMS (1992), o IDH - Índice de Desenvolvimento Humano (1990), Indicadores de Qualidade de Vida Calvert Henderson (2000), que apresentam como fatores determinantes a renda, as relações, nível de independência, segurança, emprego, meio ambiente, habitação, lazer, dentre outros.

Por fim, para se viver bem e com qualidade de vida, é preciso estar inserido em um ambiente social saudável, menos agressivo e impessoal e mais cooperativo, com relações de proximidade com a natureza, onde as pessoas tenham tempo e espaços para o lazer e estabelecer laços sociais. É importante lembrar que, acima de todas essas questões, somos seres movidos pelo amor, que é o segredo para uma sociedade mais humana e feliz.

2.2 Estresse

O estresse é considerado hoje o mal do século, devido ao fato de estar cada vez mais presente no dia a dia de quem mora nas grandes cidades, em decorrência do estilo de vida que se leva nesses locais. Estamos o tempo todo absorvendo uma grande quantidade de informações de todos os lados, que sobrecarregam o nosso cérebro, levando a um desgaste físico e mental.

Desde os primórdios de nossa vida neste planeta, a natureza nos munuiu de um dispositivo de percepção que coloca nosso corpo em estado de alerta contra possíveis ameaças e perigos, independentemente da vontade externa, de nossa própria vontade e muitas vezes até mesmo da razão. Esta, quando requisitada, participa apenas da construção da estratégia de controle e de melhor lida com o agente estressor. (BORJA, 2003, p. 228).

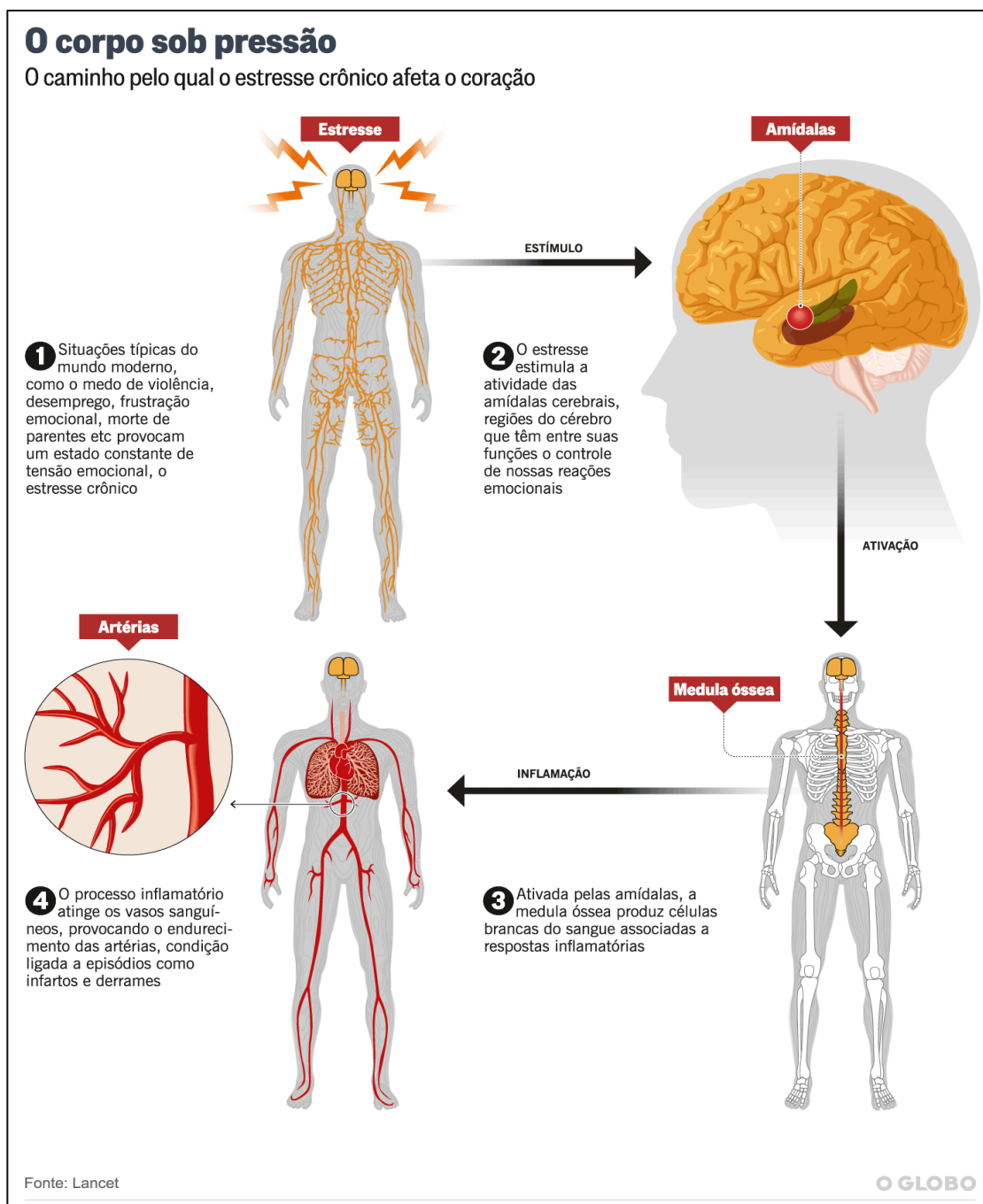
Biologicamente, o estresse está relacionado aos efeitos de hormônios produzidos por glândulas localizadas logo acima dos rins, as chamadas Glândulas Suprarrenais,

que estão ligadas ao sistema nervoso e liberam hormônios como o Cortisol e a Adrenalina, como uma resposta do organismo a situações de agitação ou perigo.

O estresse, em sua etimologia, deriva da palavra “*stress*”, do inglês, que por sua vez, deriva do francês arcaico “*destresse*”, que significa “estar em situação de aperto ou pressão. Do ponto de vista psicológico, este se dá quando o indivíduo entende a situação em que se está como uma ameaça, o que é biologicamente normal, é um mecanismo de defesa e sobrevivência inerente ao ser humano como qualquer outro animal. Nessa perspectiva, “o estresse se traduz na ansiedade. A ansiedade é, assim, uma atitude fisiológica (normal) responsável pela adaptação do organismo às situações de perigo” (FONTANA, 1991. apud BORJA, 2003).

Segundo Guimarães (2013) muitos dos problemas de saúde apresentados pelas pessoas que vivem hoje nos ambientes urbanos estão associados ao estresse, desde patologias mentais a problemas intestinais e cardiovasculares, por exemplo (Figura 2). Isso por conta dos desgastes emocionais decorrentes do estilo de vida e dos problemas vivenciados diariamente por estas pessoas, onde tudo é feito às pressas, tornando-a uma necessidade constante.

Figura 2: O estresse relacionado à problemas do coração.



Fonte: O Globo (2017) Disponível em: <https://oglobo.globo.com/sociedade/saude/cientistas-identificam-mecanismo-que-liga-estresse-doencas-do-coracao-20761658> Acesso em 18/11/2017

Essas situações acarretam em um estado de extrema desarmonia interna na pessoa, que se manifesta através de sensações de tensão, como falta de paz

interior, sentimento de solidão e o medo, e são capazes de levar o indivíduo a explosões emocionais ou até mesmo paralisá-lo por determinado momento.

A sociedade moderna em geral não permite que, fisicamente, lutemos ou fuçamos quando defrontamos os estressores, nem os remove para que possamos relaxar. Permanecemos em estado de alerta para uma ação que não podemos empreender, e o corpo, depois de algum tempo, começa a sentir os efeitos (FONTANA, 1991 *apud* BORJA, 2003).

A preocupação se torna, então, algo recorrente nos pensamentos das pessoas, porque ficamos obcecados com a ideia de prevenção a qualquer tipo de perigo que possa vir a acontecer. Ainda que não esteja acontecendo nada, o estado de alerta é sempre ligado assim que colocamos nossos pés na rua, aumentando os níveis de ansiedade.

Para Lourenço e Martins (2010) por se manifestar através da ansiedade, o estresse pode desencadear uma série de outros problemas psicológicos no indivíduo, como síndrome do pânico e depressão. Além destes, ele é capaz de produzir ainda cansaço mental, dificuldade de concentração, perda de memória imediata, apatia e indiferença emocional.

Figura 3: Alguns exemplos de efeitos da ansiedade no corpo humano.



Fonte: Instituto de Pesquisa e Orientação da Mente (2014) Disponível em: <http://www.ipom-org.com.br/artigo.php?lang=pt-br&id=422> Acesso em 18/11/2017

Quando o estresse ultrapassa os níveis ótimos, ele esgota nossa energia psicológica, prejudica nosso desempenho e, muitas vezes, nos faz sentir inúteis e desvalorizados, com finalidades reduzidas e objetivos inatingíveis (FONTANA, 1991, *apud* BORJA, 2003, p. 233).

Fontana (1991, *apud* BORJA, 2003) aponta que os efeitos prejudiciais do estresse podem ser resumidos em três categorias: os efeitos cognitivos, emocionais e comportamentais.

Dentre os efeitos cognitivos podemos destacar o déficit de atenção, perda de memória curta ou de longo prazo e aumento de ilusões e distúrbios de pensamento, confusões etc. Os efeitos emocionais destacam-se o aumento de tensões físicas e psicológicas, perda de capacidade de relaxamento, aumento da ansiedade, depressão, perda de energia e entusiasmo, perda de autoestima, sentimentos de incompetência e inutilidade. Quanto aos efeitos comportamentais, estes podem ser desde problemas de personalidade, uso de drogas até tentativas de suicídio.

Observa-se que o estresse pode gerar uma série de outros problemas que interferem no bem-estar das pessoas, estas alterações podem se desenvolver com o tempo e condicionar outras questões mais graves. Viver em um ambiente estressante, agressivo e impessoal pode interferir nos padrões de comportamento das pessoas na cidade. A agressividade do homem, que se expressa nas diversas formas de violência, por exemplo, pode ser considerada uma resposta a esse meio ambiente em que está inserido.

Para se alcançar um nível de saúde mental mais adequado é necessária uma mudança no estilo de vida atual. É preciso que se tenha mais tempo para relaxar o corpo e a mente, é preciso equilibrar o tempo entre as atividades diárias, respeitando as necessidades de cada uma, e principalmente, fazer uma coisa de cada vez. Cabe, é claro, para os gestores da cidade o dever de melhorar as condições urbanas, devolvendo à população o prazer de andar pelas ruas sem medos, preocupações, inseguranças.

Mais do que tudo, é preciso ter foco, foco ao caminhar na rua, ao comer na mesa, ao estar com a família e amigos. Esse é o verdadeiro caminho para a busca da Felicidade. Felicidade, esta, que não se refere ao estado de euforia e alegria exagerada, que pode ou não ser duradouro, mas sim um estado de plenitude da

consciência e do espírito. Como já dizia uma velha expressão conhecida de todos:
Mente sã, corpo são.

3. ESTRESSE: FENÔMENOS DA VIDA URBANA QUE CONTRIBUEM PARA O AGRAVAMENTO DO PROBLEMA

Quando se trata de qualidade de vida automaticamente associamos a certas questões que costumamos ouvir durante o nosso dia a dia em jornais e na televisão, como saneamento básico, boa qualidade da água e do ar, boas condições de moradia, poder de compra, etc. Porém para se entender de maneira mais profunda a qualidade de vida na cidade é preciso recorrer aos fenômenos que a urbanização reproduz, desde sua fase inicial até os consequentes problemas ocasionados pelo seu processo.

Estudos mais recentes relacionados a questões da qualidade de vida trazem uma preocupação com a amplitude de indicadores que foquem não somente na cura dos sintomas, diminuição da mortalidade ou aumento da expectativa de vida, mas que busquem um estado de bem-estar social e espacial, principalmente nos grandes centros urbanos, onde a tendência é perder cada vez mais qualidade de vida.

Conforme Forattini (1991) para medir a qualidade de vida de uma população, como um todo, ou seja, de forma coletiva, é preciso de indicadores concretos, no qual o autor aponta que o principal determinante seja a estrutura social, em seu sistema de classes, como resultante das condições do meio que se desenvolvem nessa sociedade. Para essa avaliação o autor agrupa os seguintes aspectos:

- 1- **Ambientais:** qualidade da água, do ar e do solo, domesticação e domiciliação, acidentalidade.
- 2- **Habitacionais:** disponibilidade espacial e condições de habitabilidade.
- 3- **Urbanos:** concentração populacional, comunicação, transporte, segurança, poluição.
- 4- **Sanitários:** assistência médica, morbidade, mortalidade.
- 5- **Sociais:** sistemas de classes, nível socioeconômico, consumo necessidades, condições de trabalho, lazer, sistema político-administrativo.

Sabe-se que de alguma forma todos esses aspectos exercem alguma influência nos índices da qualidade de vida urbana. Contudo, procuro estabelecer neste capítulo uma relação sistemática dos principais indicadores que estão associados ao aumento dos níveis de estresse na cidade.

Para isso, serão considerados aqui os aspectos sociais referentes ao sistema de classes e as condições de trabalho e lazer, dos aspectos urbanos, a concentração populacional, o transporte e a segurança, e dos aspectos ambientais, o bem-estar relacionado diretamente à qualidade das áreas verdes.

3.1. A diferenciação de classes e segregação socioespacial

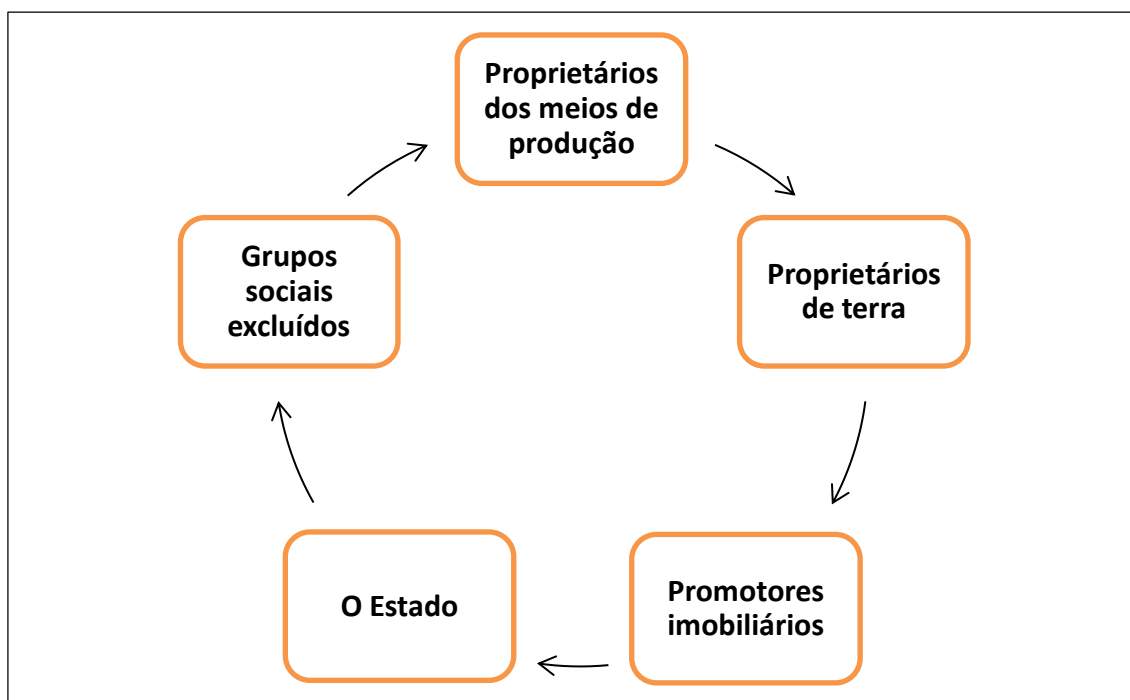
Para se compreender a relação sociedade-ambiente que presenciamos hoje em Salvador é preciso entender a dinâmica da produção do espaço urbano e, dentre suas múltiplas facetas, o processo de segregação socioespacial, que se deu como consequência da má distribuição de renda e da luta de classes na capital baiana.

Recorro, então, à Corrêa (1995) onde o autor assegura que o espaço urbano é fragmentado e articulado, reflexo e um condicionante social, um conjunto de símbolos e campo de lutas. Isso significa que o mesmo é a expressão da sua sociedade, que é materializada em dimensões espaciais.

É fragmentado, pois sua organização se expressa em maneiras diferenciadas do uso e ocupação do solo, ao mesmo tempo em que é articulado, pois cada uma de suas partes estabelece relações com as demais. Ele é reflexo dos processos sociais acumulados ao longo tempo, e um condicionante social, por ser dividido em áreas residenciais segregadas, gerando um status de riqueza ou de pobreza para os habitantes. É um conjunto de símbolos, pois abriga as mais variadas identidades étnicas, culturais e religiosas de uma sociedade ao mesmo tempo em que representa um campo de luta constante pela sobrevivência destes povos.

A segregação socioespacial é reflexo do modelo capitalista de cidade em que estamos inseridos, que molda o espaço urbano e define quem deve ocupar cada lugar na cidade. Segundo Corrêa (1995) quem modela a cidade são os agentes produtores do espaço urbano, observados na Figura 4 a seguir:

Figura 4 Os agentes produtores do espaço urbano



Fonte: Elaborado por Lucas Ferreira (2017).

Segundo Harvey (1978) desde o início as cidades emergiram da concentração social e geográfica do produto excedente, logo a urbanização sempre foi um fenômeno de classes, e o controle sobre a distribuição do espaço ficou na mão de poucos. Esse controle hegemônico do espaço se materializa hoje através dos diferentes padrões de usos do solo na cidade, cada vez mais segregados e diferenciados, com padrões construtivos tão contrastantes, que variam desde a pequena e precária casa na favela até prédios luxuosos, dotados da mais completa infraestrutura.

Assim, a urbanização exerceu um papel importante para estabilizar os altos e baixos que o capitalismo enfrentou ao longo do tempo, no qual o mercado imobiliário absorveu uma grande quantia de capital com a construção de centros urbanos residenciais de subúrbio, o que evidencia uma ligação direta do capital com a questão habitacional.

Dessa forma, as pessoas com menor renda foram ocupando as áreas mais periféricas da cidade, sem infraestrutura adequada de moradia, escassez de transporte e áreas de lazer, as quais muitos chamam de “amenidades”. As mesmas pessoas passam muito tempo esperando ônibus, e também dentro dele – os deslocamentos casa-trabalho costumam gastar horas do dia – o resultado é uma

rotina estressante e desgastante, que contribui para a perda da qualidade de vida dessas pessoas.

Isso não significa, no entanto, que as pessoas com maior poder aquisitivo não sofram com o estresse da cidade. Alguns problemas, como o congestionamento e violência, por exemplo, são de todos. A questão se dá quando alguns poucos podem usufruir determinados privilégios enquanto outros (muitos) não podem.

Estes privilégios se resumem em se enclausurar em condomínios fechados, dotados de uma infraestutura que deveria ser ofertada pela cidade: áreas de lazer, segurança e conforto; morar próximo ao trabalho e o deslocamento em carros particulares, por exemplo.

Com isso, a qualidade de vida se transformou em mercadoria, numa cidade na qual o consumismo, turismo e a cultura viraram os princípios da política urbana, deixando de lado as necessidades básicas de habitabilidade da população mais carente.

É muito comum ver as propagandas de imóveis se utilizarem da qualidade de vida para atrair compradores. “Venha morar em um lugar com 100 mil m² e mais de 50 opções de lazer para você, seus filhos e sua família, sem precisar sair de casa.” Este é um anúncio do Le Parc, um condomínio de alto padrão localizado em Salvador. A ideia segurança, áreas de lazer e proximidade com a natureza viraram o diferencial desses grandes condomínios privados, e como custa muito caro viver nesses locais, são destinados apenas a quem detém as maiores rendas da cidade.

Trata-se de uma ideia tão distorcida de qualidade de vida, a ponto de escolherem se auto segregar em uma das vias mais movimentadas da capital, onde os engarrafamentos e acidentes são constantes, e onde é preciso até mesmo sair de carro para comprar pão na padaria mais próxima.

Por fim, o fator socioespacial pode ser determinante para a qualidade de vida da população, principalmente para aquelas com pouco grau de informação e renda, que além de precisarem se deslocar da periferia até o centro todos os dias, em condições precárias de mobilidade, convivem diretamente com a violência e o medo, estando assim mais vulneráveis ao estresse.

3.2. Alta concentração populacional:

Após a revolução industrial, as cidades passaram por um intenso processo de urbanização marcado pela transição das pessoas do campo para a cidade. Como consequência desse fenômeno, atualmente, mais da metade da população mundial mora em cidades, e até 2050 esse número aumentará para mais de 70%, segundo a ONU¹.

No Brasil, esse índice já chega a mais de 80% e, segundo dados do IBGE, em 2017, pouco mais da metade da população brasileira (56,5% ou 117,2 milhões de habitantes) vive em apenas 5,6% dos municípios (310), que são aqueles com mais de 100 mil habitantes². Ainda segundo esses dados, dezessete municípios brasileiros, a maioria capitais, têm população superior a 1 milhão de pessoas, somando 45,5 milhões de habitantes ou 21,9% da população do país, como pode ser observado na tabela 1 a seguir:

¹ Estimativas Populacionais da ONU. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/onu-mais-de-70-da-populacao-mundial-vivera-em-cidades-ate-2050/> acesso em 17/09/2017.

² Estimativas Populacionais do IBGE Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/16131-ibge-divulga-as-estimativas-populacionais-dos-municipios-para-2017.html> Acesso em 17/09/2017.

Tabela 1: Municípios com mais de 1 milhão de habitantes (2017):

MUNICÍPIOS COM MAIS DE 1 MILHÃO DE HABITANTES			
ORDEM	UF	MUNICÍPIO	POPULAÇÃO 2017
1º	SP	São Paulo	12.106.920
2º	RJ	Rio de Janeiro	6.520.266
3º	DF	Brasília	3.039.444
4º	BA	Salvador	2.953.986
5º	CE	Fortaleza	2.627.482
6º	MG	Belo Horizonte	2.523.794
7º	AM	Manaus	2.130.264
8º	PR	Curitiba	1.908.359
9º	PE	Recife	1.633.697
10º	RS	Porto Alegre	1.484.941
11º	GO	Goiânia	1.466.105
12º	PA	Belém	1.452.275
13º	SP	Guarulhos	1.349.113
14º	SP	Campinas	1.182.429
15º	MA	São Luís	1.091.868
16º	RJ	São Gonçalo	1.049.826
17º	AL	Maceió	1.029.129
TOTAL			45.549.898
% em relação ao total BRASIL			21,9%
TOTAL BRASIL			207.660.929
Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas - DPE, Coordenação de População e Indicadores Sociais - COPIS.			

Fonte: IBGE (2017)

Salvador, com seus quase 3 milhões de habitantes, perdeu recentemente em 2017 a terceira posição no ranking das cidades mais populosas do país para Brasília, e ocupa atualmente a quarta posição. Ainda assim, possui uma das maiores densidades do país: 3,859,44 hab/km² segundo dados do IBGE (2017).

Segundo Nakamura (1996) o aumento da concentração de pessoas na cidade é agravado pelos fluxos migratórios constantes, que sem uma adequação nas condições de infraestrutura urbana, transforma o espaço em áreas socioeconômicas diferenciadas. Como consequência dessa diferenciação, marcada principalmente pela má distribuição de renda, surgem uma série de problemas ligados à moradia, desemprego e mobilidade, que interferem na qualidade de vida dos habitantes.

Isso porque com tantas pessoas vivendo nas cidades, vão surgindo novas demandas por segurança, mais transportes de qualidade, acessibilidade, moradia, trabalho etc. E quando a cidade não está preparada, não consegue suportar, ou até mesmo negligencia essas demandas, esses problemas aumentam, e com o tempo vão se consolidando, tornando-se uma característica do lugar.

O crescimento das cidades significa que elas serão responsáveis por prestar serviços a um número sem precedentes de pessoas. Isso inclui educação e habitação acessíveis, água potável e comida, ar limpo, um ambiente livre do crime e transporte eficiente.(ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS, 2012).

O aumento da densidade populacional desencadeia, então, problemas de ordem ambiental e social, como degradação do meio ambiente e a criminalidade, que geram profundas transformações no espaço, e também na vida em sociedade e na saúde psíquica das pessoas.

Essas profundas transformações que incluem a diferenciação social, segregação e segmentação do espaço marcado pelo processo de urbanização, segundo Ekblad (1995), caracterizam um contexto socioambiental que pode agravar as causas das patologias mentais, sociais e psíquicas (Figura 2) devido às condições desfavoráveis de estresse a que são submetidos os indivíduos no meio urbano. (NAKAMURA, 1996, p 52).

Figura 5 Modelo explicativo da associação da densidade demográfica e estresse urbano.



Fonte: Elaborado por Lucas Ferreira (2017).

No entanto, até certo ponto a densidade demográfica é positiva, pois representa uma maior diversidade de cores, raças e cultura na cidade. Ela se torna um problema quando ultrapassa os índices considerados ideais para se manter uma boa qualidade de vida. Como a demanda na cidade cresce muito, são mais pessoas circulando nas ruas, nos transportes, nos lugares.

A mudança cultural diz respeito ao processo de adaptação a um novo estilo de vida, principalmente das pessoas que migram das pequenas cidades acostumadas com uma rotina mais calma, se vêem diante do cotidiano agitado da capital. Sobre isso Santos (2006) assegura que:

Vir para a cidade grande é, certamente, deixar atrás uma cultura herdada para se encontrar com uma outra. Quando o homem se defronta com um espaço que não ajudou a criar, cuja história desconhece, cuja memória lhe é estranha, esse lugar é a sede de uma vigorosa alienação. (SANTOS, 2006, p. 222).

Esse processo de adaptação pode ser lento ou rápido, podendo variar de pessoa para pessoa, e também de lugar para lugar, mas certamente, estas pessoas são mais sensíveis ao estresse dos grandes centros urbanos por conta dos impactos diretos no estilo de vida.

O inchaço urbano já está levando muitas pessoas a deixarem os grandes centros urbanos e migrarem para as médias cidades, justamente por conta da qualidade de vida, representando um efeito contrário ao de décadas atrás, ainda que em menor escala.

3.3 Distanciamento da natureza e falta de lazer

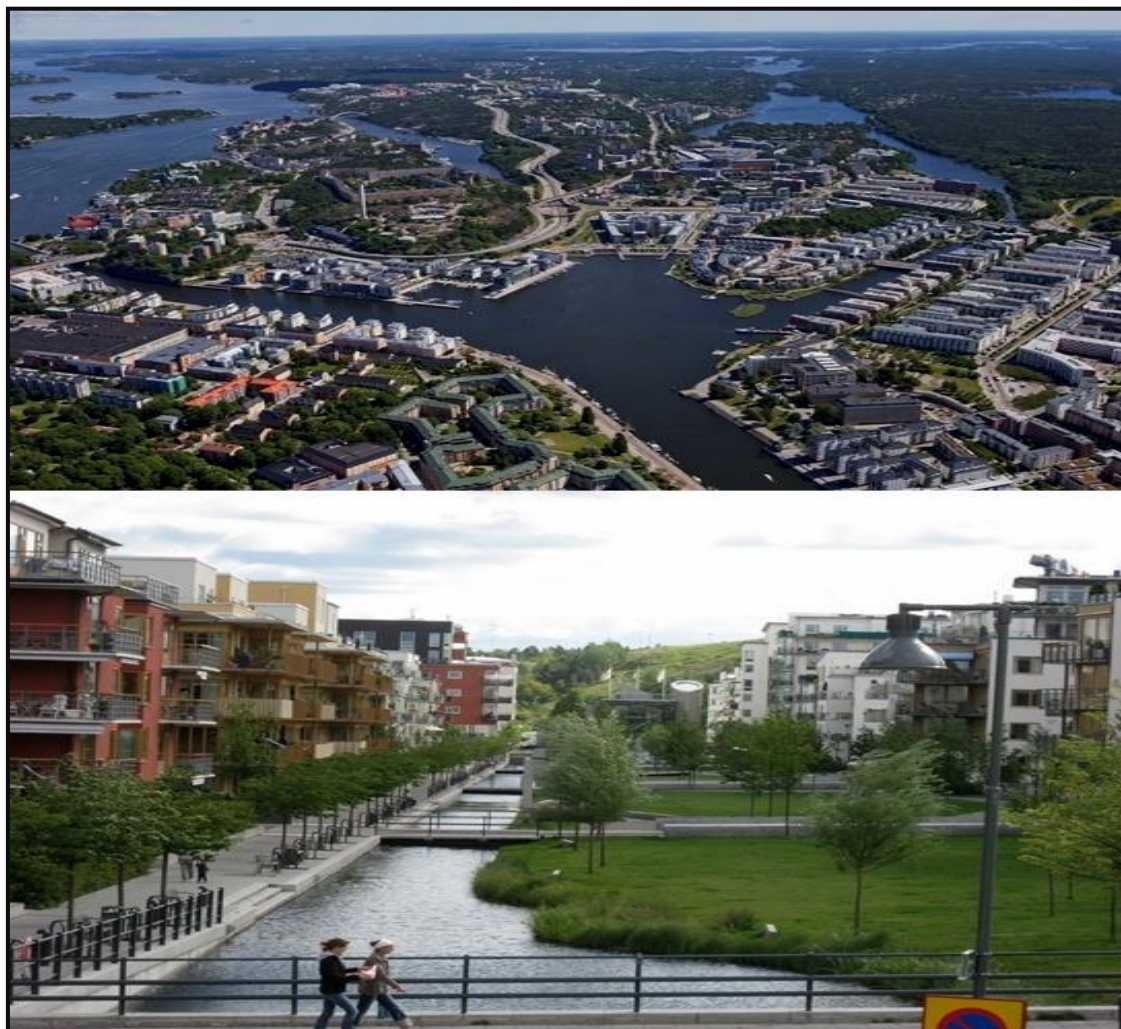
A relação de proximidade com a natureza há muito tempo esteve associada a qualidade de vida, influenciando na criação de conceitos urbanísticos como o de Cidades Jardim de Ebenezer Howard, ainda no início do século XX, e que posteriormente influenciou cidades no mundo todo, inclusive no Brasil.

O modelo buscava ligar o a praticidade dos centros urbanos com a vida saudável do campo, criando assim uma cidade verde cercada de jardins em forma de cinturões e um parque público no centro, com grandes espaços de recreação e fácil acesso de todas as partes da cidade.

Atualmente, cidades como Estocolmo (Figura 6) na Suécia e Copenhague na Dinamarca são referências em bem-estar, por conta do tipo de urbanização e de

políticas adotadas, que baseados em princípios da sustentabilidade, preservam as áreas verdes e valorizam além do conforto urbano, a relação homem-natureza.

Figura 6: Hammarby Sjöstad, primeiro bairro sustentável de Estocolmo, criado na década de 1990.



Fonte: ArchDaily (2016) Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/800186/estocolmo-ja-tem-seu-primeiro-bairro-sustentavel-desde-os-anos-90> Acesso em 18/11/2017

Em Salvador, segundo o IBGE (2017) apenas 39.5% dos domicílios urbanos em vias públicas possui arborização³. Isso significa que menos da metade da população desfrutam de condições básicas de áreas verdes para se ter uma boa qualidade de vida, o que representa esse distanciamento está diretamente ligado ao alto índice de degradação ambiental da cidade e à falta de acesso a áreas verdes públicas, que

³Dados consultados no IBGE Cidades Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/ba/salvador/panorama> Acesso em 29/10/2017

podem ser justificadas por uma falta de cultura de preservação ambiental mais forte na capital baiana.

Uma boa referência de área arborizada em Salvador é o Corredor da Vitória (Figura 7), localizado em um dos bairros mais nobres da capital, representa o ideal de sombreamento na rua, que graças à grande quantidade e tamanho das árvores chega a cobrir toda a via. Por isso ao transitar pelo corredor é agradável, ainda que os carros sejam prioridade.

Figura 7: Arborização no Corredor da Vitória.



Fonte: A Tarde (2013) Disponível em: <http://atarde.uol.com.br/bahia/salvador/noticias/1546056-arborizacao-de-salvador-segue-com-passos-lentos> Acesso em 20/11/2017

De acordo com Kran e Ferreira (2005) muitos pensadores têm tratado ambientes urbanos como espaços mortos, não naturais e inimigos da natureza, onde não há a presença de vida senão as determinadas pelos humanos. Isso porque estamos cada vez mais distantes da natureza: o que era ambiente natural deu lugar a grandes construções de concreto, que parecem sempre muito indiferentes à paisagem, construções essas, nas quais ficamos enclausurados.

Considera-se que para determinado espaço urbano possa apresentar qualidade ambiental satisfatória, torna-se condição necessária uma composição paisagística que privilegie, sobretudo, mas não somente, a vegetação; vista desde um simples gramado, às mais frondosas espécies arbóreas. Nessas condições, a vegetação constitui componente chave da qualidade ambiental, embora outros componentes também sejam necessários ao alcance de um padrão mínimo de qualidade do ambiente como os espaços livres públicos destinados ao lazer e a coerência entre os padrões de edificações desse ambiente. (GOMES e SOARES, 2004, p. 27).

A qualidade do meio ambiente natural é um importante indicador de qualidade de vida, uma vez que as áreas verdes urbanas têm uma influência direta no bem-estar da população que mora no entorno e para quem às frequenta, e dependendo do tamanho, podem influenciar até mesmo uma cidade inteira. Isso porque estas áreas verdes, além de deixar a cidade mais bonita, servem de lugar de recreação e fortalecimento de laços sociais, contribuem para a saúde física e psicológica das pessoas, minimizam a poluição sonora e do ar e equilibram as condições climáticas, tendo uma relação direta com a saúde da população.

O problema começa quando as cidades passam a permitir a interferência antrópica nestas áreas, através da construção de casas, prédios e vias no entorno, ou até mesmo dentro da área verde, o que leva gradativamente a perda quase que total destes lugares.

Esse tipo de remodelação acontece por toda a cidade, desde o padrão informal de construção até o formal. As consequências desse processo comprometem a estética da cidade, diminui a ventilação, gerando altos índices de calor por contido aumento da entrada de energia solar no meio urbano, compromete a qualidade do ar devido à poluição emitida pelos carros, indústria e afins.

O calor ocasionado pela falta de circulação do ar graças à pouca ventilação no ambiente eleva o índice de estresse, que se torna ainda pior quando combinados aos engarrafamentos, principalmente em horários de alta exposição solar.

Além de contribuir para o equilíbrio microclimático, os ambientes naturais como parques urbanos e praças arborizadas, sempre foram sinônimos de descanso, lazer e de fortalecimento das relações sociais, por representarem um refúgio contra o estresse da cidade.

Uma vez que o desenvolvimento urbano gera grandes impactos no ambiente, resulta-se daí uma série de modificações sobre a paisagem, a comunidade, o estado psicológico e fisiológico dos habitantes, além de dar origem a fatores políticos e econômicos que, isolada ou coletivamente, influenciam na qualidade de vida da população residente. Desta forma, constitui-se um ambiente urbano marcado pela ausência e afastamento com a natureza e alta densidade populacional em um espaço limitado. (FORATTINI, 1991).

Os parques de bairro exercem, então, aqui, uma importância muito grande, ainda que sejam pequenos em tamanho, estes devem, obrigatoriamente, ser de caráter público e acessível a toda a vizinhança, principalmente aquelas mais carentes de áreas de lazer.

Jacobs (1961) afirma que os parques de bairro ou espaços similares são considerados uma dádiva conferida à população carente das cidades. Ou ainda o contrário, imaginando-os como “locais carentes que precisem da dádiva da vida e da aprovação conferida a eles. ”

Por isso faz-se importante o uso desses espaços na cidade. Em Salvador, por exemplo, mais precisamente no bairro do Cabula, no qual será mais aprofundado posteriormente nesse trabalho, é comum encontrar espaços verdes de diferentes tamanhos por trás de grades e muros, sem o devido uso público.

Os parques impopulares preocupam não só pelo desperdício e pelas oportunidades perdidas que implicam, mas também pelos efeitos negativos constantes. Eles sofrem do mesmo problema das ruas sem olhos, e seus riscos espalham-se pela vizinhança, de modo que as ruas que os margeiam ganham fama de perigosas e são evitadas. (JACOBS, 1961, p. 80).

Dentre as diversas funcionalidades que as áreas verdes proporcionam, o lazer pode ser considerado uma das, senão a mais importante, por representar a relação direta do contato do homem com a natureza.

Uma pessoa vai a um parque por motivos diferentes e em horários diferentes: às vezes para descansar, às vezes para jogar ou assistir a um jogo, às vezes para ler ou trabalhar, às vezes para se mostrar, às vezes para se apaixonar, às vezes para atender a um compromisso, às vezes para apreciar a agitação da cidade num lugar sossegado, às vezes na esperança de encontrar conhecidos, às vezes para ter um pouquinho de contato com a natureza, às vezes para manter uma

criança ocupada, às vezes só para ver o que ele tem de bom e quase sempre para se entreter com a presença de outras pessoas.(JACOBS, 1961, p. 77).

O lazer, conforme Rolnik (2000) é um componente primordial da qualidade de vida, que muitas vezes, graças à escassez destes espaços, é usado pelo marketing imobiliário para determinar o grau de nobreza dos locais urbanos. O lazer passa, então, a ter um preço, se tornou uma mercadoria, na qual apenas os mais abastados podem ter acesso, ou morar próximo a estas áreas.

A falta de qualidade de vida, enquanto consequência desse problema é apontada como a responsável pelo estresse dos cidadãos e pela deterioração que assola as cidades nesse final de século. (ROLNIK, 2000).

Por fim, é importante considerar que viver em um ambiente desconfortável, sem áreas verdes livres e de lazer traz prejuízos não somente à saúde e à qualidade de vida das pessoas, mas também geram maiores gastos ao Estado, em decorrência do aumento do número de atendimentos e internações nos hospitais, que incluem ainda os gastos com medicamentos. Estes poderiam ser evitados com a melhoria da qualidade do ambiente dos centros urbanos.

A atual Política Urbana do Município e a Política Municipal do Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável, expressas na Lei 9.069 de 2016 (PDDU) já demonstram, em seus capítulos II, III, e I, respectivamente, uma preocupação com a questão da qualidade de vida e do conforto do ambiente urbano (Ver Anexo 1). Isso representa um avanço na questão da qualidade ambiental urbana, o que falta agora é que essas políticas sejam postas em prática em toda a cidade, e não somente em pontos localizados.

3.4 Baixa mobilidade urbana

Desde que os carros ganharam as ruas o medo e o estresse se tornaram cada vez mais presentes no cotidiano das pessoas. Em Salvador, por exemplo, graças ao grande número de congestionamentos que presenciamos todos os dias, o trânsito pode ser comparado a um campo de luta por espaço e até mesmo pela sobrevivência – a violência no trânsito é uma das conseqüências desse ambiente perturbado.

Ao tratar da escala humana, Gehl (2010) considera que nos países emergentes, esta é muito mais complexa, uma vez que as pessoas são forçadas a usarem intensamente o espaço urbano para diversas atividades cotidianas, mas com o aumento do tráfego de automóveis a competição pelo espaço se intensificou, maltratando o pedestre e transformando a vida urbana cada vez menos digna.

Esses conflitos se tornam mais evidente quando se observa as vias de circulação na cidade nas quais veículos motorizados de todo tipo (carros, ônibus, motocicletas), pedestres e ciclistas disputam o mesmo espaço. O estímulo ao transporte motorizado no Brasil, a partir da década de 1950, privilegiou a circulação de automóveis e passou a pautar o planejamento urbano. (AZEVEDO, et. al. 2015, p.422).

Com o Plano de Metas de Juscelino Kubistchek na década de 1950 houve um grande fomento à vinda de multinacionais para o Brasil, principalmente indústrias automobilísticas (Figura 8), que passou a construir estradas em todo o país como estratégia de desenvolvimento.

Figura 8: Primeira fábrica da Volkswagen inaugurada no Brasil em 1959.



Fonte: Terra (2014) Disponível em: <https://www.terra.com.br/economia/carros-motos/producao-do-primeiro-fusca-brasileiro-completa-55-anos,8ed5593480953410VgnVCM300009af154d0RCRD.html> Acesso em 18/11/2017

A indústria automobilística influenciou o planejamento urbano e distanciou as pessoas do seu local de trabalho para que os carros pudessem levar as pessoas de um local para o outro. O resultado desse processo pode ser observado nos dias de hoje em forma de congestionamentos de veículos por toda a cidade.

As cidades começaram a ser planejadas e construídas para os automóveis, buscando reduzir as grandes distâncias e dar vencimento aos fluxos urbanos e interurbanos. Logo, vias expressas foram também construídas dentro das cidades, criando barreiras e fazendo “com que pedestres e ciclistas, os mais frágeis na disputa pelo espaço de circulação e tradicionalmente prejudicados pelas políticas conservadoras do planejamento de transportes, tenham dificultado o usufruto adequado dos espaços da cidade.” (AZEVEDO, et. al. 2015, p.422).

A cidade foi deixando de ser uma cidade para pessoas, e passou a ser uma cidade para automóveis:

A medida que mais carros tomaram as ruas, cada vez mais planejadores do tráfego e políticos concentraram-se em criar espaços para eles e para estacionamentos. Como resultado, deterioraram-se

as condições para pedestres e ciclistas. Gradualmente calçadas estreitas ficaram pontilhadas de placas de sinalização, parquímetros, postes, luminárias de rua e outros obstáculos colocados de modo a “não ficar no caminho”. Entenda “no caminho do tráfego motorizado. Que é o que importa. (GEHL, 2010, p. 91).

Seja para própria subsistência ou para alcançar um maior poder de compra, as pessoas dedicam boa parte das suas vidas a atividades acadêmicas e profissionais, o que implica nos deslocamentos diários até o local de estudo ou trabalho.

Acontece que muitas vezes esses deslocamentos são muito longos, principalmente para quem mora longe do centro, e é obrigado a passar várias horas em um trânsito caótico, dentro de um transporte público deficiente, exposto ao intenso barulho de veículos e pessoas conversando que se formam nestes ambientes. Essas situações costumam elevar os níveis de estresse e ansiedade no corpo, e quando são vivenciadas repetitivamente as pessoas tendem a sofrer as conseqüências desses males, perdendo qualidade de vida.

É comum encontrar pessoas que permanecem 12 horas fora de casa, para cumprir uma jornada de trabalho de 8 horas. Isto significa que, para uma jornada de trabalho de 8 horas (e muitos necessitam fazer hora extra) 4 horas são consumidas no percurso casa - trabalho e nas horas de espera da condução reduzindo não só o seu convívio familiar, como o seu período de repouso. (BORJA, 2003, p. 289).

Segundo Silva e Fernandes (1995), o processo de crescimento dos centros urbanos nos países menos desenvolvidos possui uma dinâmica própria, marcada por desajustes estruturais que influenciam decisivamente na qualidade de vida da população.

Esses desajustes estruturais estão diretamente ligados à um planejamento urbano ineficiente, desigual e segregacionista, com problemas de mobilidade, pouca variedade de modais, transportes coletivos precários e dificuldade de acesso a serviços e equipamentos.

Cardoso (2008) aponta que a qualidade do atendimento do transporte coletivo urbano às diferentes populações depende do número, frequência e destino das linhas disponíveis e das necessidades de deslocamentos da população.

A perda da multifuncionalidade da cidade ocasionada pelo modelo modernista urbanismo criou espaços fragmentados, definindo para cada uma das funções um lugar específico, diminuindo as possibilidades da variedade de contatos e misturas de uso, características de uma cidade mais pública e multifuncional. (ROLNIK, 2000).

Em Salvador, os problemas da precariedade do transporte público, aliado ao incentivo à compra de automóveis individuais, contribuem para o grande número de carros nas ruas, que na disputa por espaço, geram intensos congestionamentos diariamente.

Numa espécie de neurose o motorista do carro quer chegar mais rápido em casa, enquanto o pedestre precisa atravessar a rua, que depende de um baixo fluxo de automóveis, logo, a via pública serve de palco para estes conflitos, porque os interesses dos envolvidos são diferentes, e o planejamento urbano não acompanha esses interesses.

Dessa forma, a maneira como as pessoas pensam a locomoção na cidade é sempre tida como negativa, perigosa, estressante. Se deslocar na cidade deveria ser considerado algo prazeroso e não uma espécie de batalha diária.

Catherine O'Brien (2007) observa que o sistema de transporte "diz respeito não apenas a 'mover pessoas e bens', mas também gerar encantamento, descoberta, alegria e felicidade." Ela mostra como o modo, as distâncias e o efeito do transporte do diário para o trabalho por longas distâncias afetam o tempo disponível, o grau de bem viver e felicidade. (ARRUDA, 2009, p. 7).

Rolnik (2000) afirma que, das quatro funções atribuídas à cidade pelo urbanismo moderno (lazer, moradia, trabalho e circulação), três ficaram restritas a espaços privados, extremamente limitados e padronizados, cabendo à dimensão pública a função da circulação.

Dessa forma começou-se a desaparecer o sentido público e político da cidade, criando-se um espaço urbano cada vez mais privatizado e que reprime a sociedade. Esse sistema de repressão na cidade é um fator que contribui para o aumento do

medo e do estresse, pois deixa nas pessoas um sentimento de vulnerabilidade e solidão perante o caos dos grandes centros.

3.5 Violência e o medo na cidade

O modo como vivemos a rua em Salvador está bastante associado aos níveis de violência que presenciamos diariamente. Estamos sempre com pressa, evitando ficar parado em lugares com muita movimentação, principalmente em áreas mais centrais, próximas aos *shoppings*, onde há um intenso fluxo de pessoas, e onde é comum a ocorrência de assaltos, por exemplo.

O cenário pode ser descrito com pessoas andando rapidamente de um lado para o outro, todas com suas bolsas à frente, evitando ao máximo o contato com as outras pessoas. Ninguém é confiável e o estado de alerta pode ser percebido pelas expressões apreensivas de muitos. Essas cenas se repetem em muitos lugares da capital baiana todos os dias.

Trata-se de uma situação um pouco contraditória, pois a idéia de mais pessoas circulando nos espaços sempre foi sinônimo de segurança. No entanto, para isso é fundamental a permanência nesses lugares, pessoas sentadas, paradas, observando a paisagem, dentre outras possibilidades que se mostram completamente o oposto da situação citada anteriormente.

Reforça-se o potencial de para uma cidade mais segura quando mais pessoas se movimentam pela cidade e permanecem nos espaços urbanos. Uma cidade que convida as pessoas a caminhar, por definição, deve ter uma estrutura razoavelmente coesa que permita curtas distancias a pé, espaços públicos atrativos e uma variedade de funções urbanas. (GEHL, 2010, p. 6).

Segundo Jacobs (1961) o principal atributo de uma cidade próspera é que as pessoas se sintam seguras e protegidas nas ruas em meio a tantos desconhecidos e não se sentirem ameaçados por eles. A cidade que falha nesse aspecto também fracassa em outros e passa a criar uma série de outros problemas.

A violência é tão forte que ao andar por alguns bairros da cidade de Salvador é possível observar casas e até mesmo pequenos comércios com grades nas portas, evidenciando o medo e a insegurança nas ruas.

Esse medo é extremamente estrutural, uma vez que a violência é produto do processo de segregação socioespacial e da divisão de classes, estes que moldam a cidade em espaços cada vez mais privatizados, que controlam e limitam o espaço urbano. O indivíduo se vê então, a mercê da violência, e a resposta do nosso organismo a esse problema é estar sempre alerta a esse perigo, desencadeando, assim, o estresse.

Como afirma Rolnik (2000), os fenômenos de privatização e segmentação do espaço combinados, instalou na sociedade, no que diz respeito à cidade e ao espaço público, uma espécie de agorafobia coletiva que, após todo o processo de não-uso da função política da cidade, resultou-se no medo e rejeição do espaço público, uma vez que este passou a não ser mais considerado acolhedor, mas cada vez mais como um local dominado pela violência.

A difusão do medo pela cidade gera uma procura por espaços cada vez mais seguros e isolados. Enquanto nas ruas acontece a guerra contra a criminalidade, cria-se um estado de tensão e alerta o tempo inteiro na sociedade, que se vê refém da própria vida urbana.

Para Souza (2008, apud COSTA 2011), esse sentimento de medo gera, além da exclusão e da criminalização do outro, uma política de segurança pública baseada na militarização do espaço urbano e no uso excessivo da repressão, gerando o que chamou de fobópole.

“Fobópole” é um termo derivado da combinação das palavras gregas “*phóbos*” que significa “medo”, e “*pólis*”, que significa “cidade”, o qual Marcelo Lopes de Souza acredita expressar o quanto o medo e a segurança pública está presente no cotidiano das pessoas, seja nas conversas, nos jornais ou na televisão, e que se generaliza pelo excessivo estado de alerta, relacionado aos fenômenos do tipo defensivo, preventivo, preventivo ou repressor, levados a efeito pelo Estado ou pela sociedade civil.

O medo de sofrer uma agressão física, de ser vítima de um crime violento, se fez desde sempre, e se faz presente, hoje, em qualquer

cidade. Passamos a viver esse medo diariamente, tomando conta de nossas mentes e corações, redefinindo nossos hábitos de deslocamento e lazer, influenciando formas de moradia e habitat. (SOUZA, 2008, p. 54).

É importante ressaltar que esse medo estrutural gerado pela criminalidade contribui para o aumento da exclusão socioespacial, que deixa em evidencia a diferenciação de classes e seu papel segregacionista, que faz com as pessoas se isolem e isolem outras pessoas em espaços da cidade.

Tem crescido cada vez mais o número de condomínios fechados de várias tipologias, desde pequenos *villages* até grandes empreendimentos que chegam a simular um centro urbano repleto de serviços, que evitam que as pessoas saiam da sua zona de conforto para exercer as atividades, criando um estado de autossuficiência, longe dos problemas da cidade. Ou seja, esse modelo de habitação aproveita-se da questão da segurança na cidade para vender a ideia ilusória de qualidade de vida.

Conforme Costa (2011) a qualidade de vida passou a ser estabelecida pelo poder de consumo, enquanto o lazer e a segurança pública são deixados de lado pelo Estado, cada vez mais omissos, que entrega a cada indivíduo a responsabilidade de prover o necessário ao seu desenvolvimento e à sua sobrevivência.

Já não conseguimos circular devidamente pela cidade, estamos sempre evitando o contato com as outras pessoas, sejam desconhecidos ou até mesmo nossos vizinhos, nem nos espaços públicos nem sequer nos espaços privativos existe contato. “Isso significa que quanto mais diferença e privilégio existem, mais se exacerba a exclusão, e quanto mais se exacerba a exclusão, mais violenta vai ser a cidade.” (ROLNIK, 2000).

Bauman (2009) afirma que quanto mais o espaço e a distância se reduzem, mais as pessoas dão importância ao mesmo, enquanto mais desqualificado for esse espaço, menos segura é a distância, fazendo com que as pessoas passem a traçar fronteiras na cidade, determinando quais lugares podem ou não frequentar.

Ainda que um indivíduo não tenha passado por algum tipo de trauma relacionado à violência, este é bombardeado diariamente por notícias vinculadas ao crime, nesse

ponto, a mídia cumpre um papel determinante na disseminação do medo e do discurso de uma criminalidade crônica.

Poderíamos dizer que a insegurança moderna, em suas várias manifestações, é caracterizada pelo medo dos crimes e dos criminosos. Suspeitamos dos outros e de suas intenções, nos recusamos a confiar na constância e na regularidade da solidariedade humana. Castel atribui a culpa por esse estado de coisas ao individualismo moderno. Segundo ele, a sociedade, pelo dever individual de cuidar de si próprio e de fazer por si mesmo, foi construída sobre a areia movediça da contingência: a insegurança e a ideia de que o perigo está em toda parte são inerentes a essa sociedade. (BAUMAN, 2009, s.l).

Dessa forma configura-se uma sociedade exposta a um intenso medo da cidade, que modifica a forma como vivenciamos o espaço urbano e prejudica a nossa saúde. A constante sensação de perigo deixa as pessoas estressadas, como citado anteriormente, fazendo com que evitem as ruas, se enclausurando em carros ou em casa.

4. INDICADOR DE ESTRESSE URBANO

Ao longo do tempo foram surgindo novas formas de mensurar a qualidade de vida, que, além de contribuir para a questão conceitual do tema, servem também, como um instrumento para ajudar na tomada de decisões das políticas públicas que visam melhorar as condições de vida da população.

Tendo como base os cinco fenômenos da vida urbana descritos nos capítulos anteriores, pretende-se neste capítulo desenvolver um indicador de Estresse Urbano (Tabela 2, a fim de estabelecer uma nova forma de mensurar a qualidade de vida, baseada no bem-estar psicológico da população, tendo o Estresse como fator determinante.

O objeto de análise será o bairro do Cabula, em Salvador, pois, além de possuir uma certa vivência enquanto frequentador do bairro, é de fundamental importância se medir a qualidade de vida urbana na escala que se encontra mais próxima à população, ou seja, o Bairro.

Tabela 2: Instrumento de Medição.

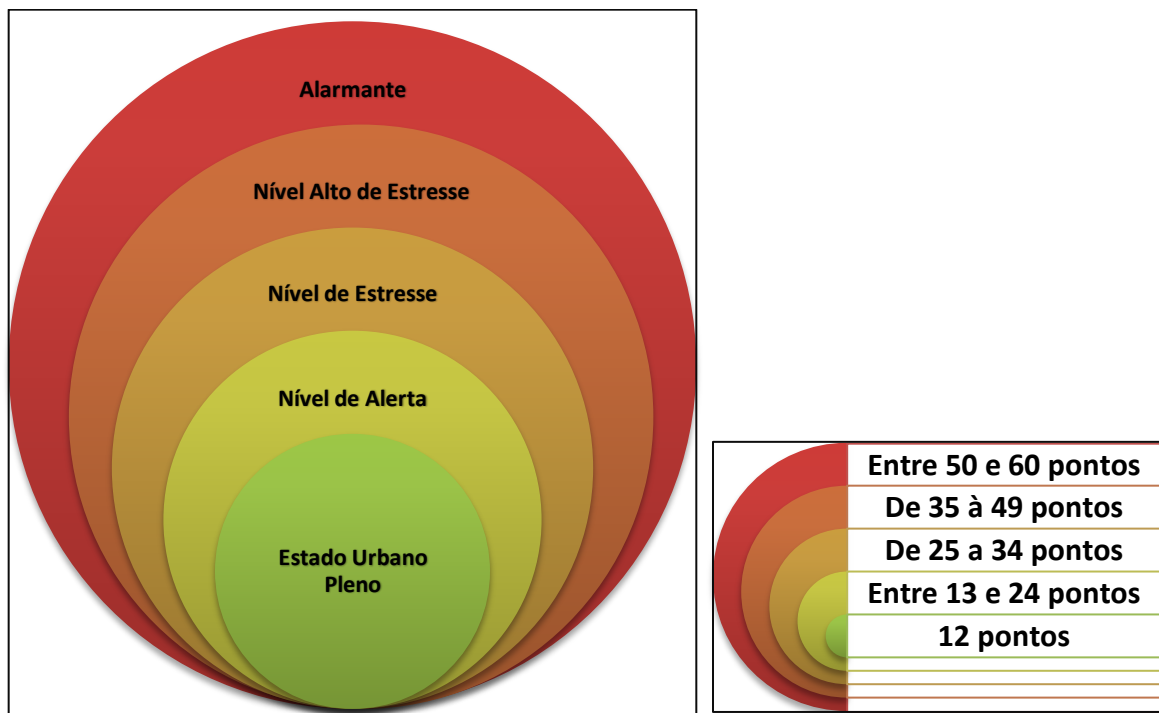
TEMA	INDICADORES	2 PONTOS	5 PONTOS	10 PONTOS
NÍVEL SOCIAL	CONDIÇÕES PRECÁRIAS DE HABITABILIDADE	BAIXO	MÉDIO	ALTO
ECONÔMICO	ÍNDICE DE BAIXA RENDA	BAIXO	MEDIO	ALTO
CONCENTRAÇÃO POPULACIONAL	GRANDE FLUXO DE PESSOAS	BAIXO	MEDIO	ALTO
DISTANCIAMENTO COM A NATUREZA	DIFICULDADE DE ACESSO A ÁREAS VERDES PÚBLICAS	BAIXO	MEDIO	ALTO
VIOLÊNCIA	NUMERO DE CRIMES	BAIXO	MEDIO	ALTO
MOBILIDADE	ENGARRAFAMENTOS	BAIXO	MEDIO	ALTO

Fonte: Elaborado por Lucas Ferreira (2017)

- 1) As **condições precárias de habitabilidade**
- 2) diz respeito à infraestrutura dos domicílios: abastecimento de água, rede de esgoto e coleta de lixo.
- 3) Quanto ao **índice de baixa renda** serão analisados dados da renda por responsável domiciliar.
- 4) O **grande fluxo de pessoas** diz respeito à quantidade de pessoas que circulam no bairro. Será mensurado, então, através da relação da densidade demográfica com a tipologia das vias.
- 5) A **dificuldade de acesso a áreas verdes**, diz respeito à acessibilidade destas áreas. Será analisado a partir da percepção através de fotos tiradas ao longo do bairro.
- 6) O **número de crimes** diz respeito ao índice de violência no bairro. Serão analisados dados da quantidade de roubos e furtos no local.
- 7) A **quantidade de engarrafamentos** será analisada considerando a tipologia das vias de circulação do bairro.

A soma dos pontos obtidos em cada variável irá determinar o nível de estresse a que o local está submetido, desde o nível pleno urbano, quando são considerados todos os níveis baixos, passando pelo nível de estresse quando atinge de 25 a 34 pontos, até o nível alarmante entre 50 e 60 pontos, quando são somados todos os níveis altos, como pode ser observado na Figura 9 a seguir:

Figura 9: Escala de Estresse Urbano



Fonte: Elaborado por Lucas Ferreira (2017)

4.1 Uma análise do bairro do Cabula, Salvador-BA

Para estabelecer uma análise do bairro faz-se necessário um entendimento do seu processo de formação e ocupação que, segundo Fernandes et. al.:

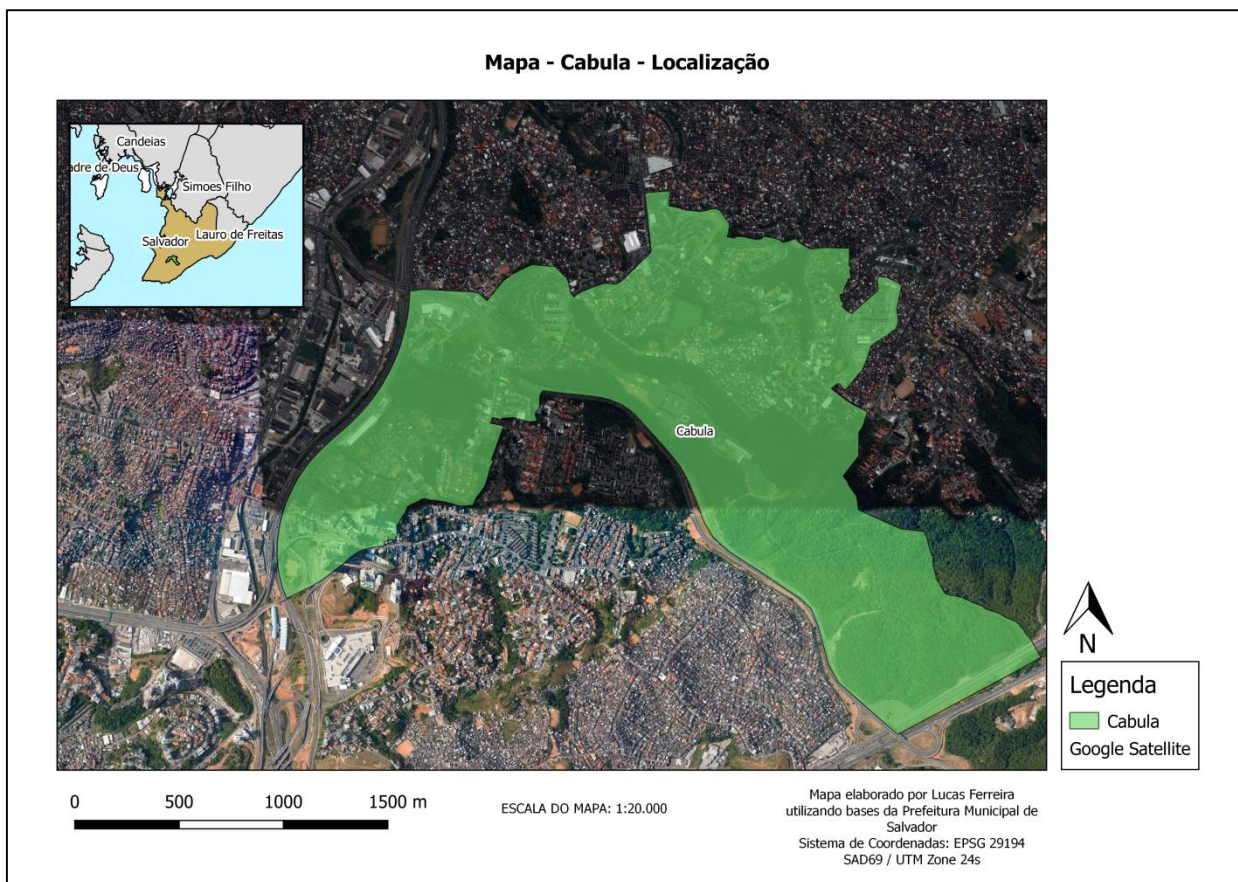
[...] remonta ao período colonial, quando os povos negros foragidos do poder dominante e opressor colonialista passaram a habitá-lo. Ele era distante do sítio original da cidade, de topografia acidentada, e denso em Mata Atlântica, características que favoreciam aos oprimidos, ao esconderijo, aos cultos religiosos e à resistência ao sistema vigente. (FERNANDES et. al. 2016).

Ao longo do tempo o quilombo do Cabula foi marcado por lutas e muitas tentativas de se apagar a história e a cultura africana de origem quilombola, porém, como um símbolo de resistência, o bairro ainda conserva alguns aspectos dessa herança africana, tanto em seus moradores, maioria negros, quanto os terreiros de candomblé, que resistem e ainda fazem parte do tecido urbano.

O bairro está inserido no chamado “Miolo” da cidade (Mapa 1), que, segundo Fernandes (2005) passou a ser chamado assim a partir da década de 1970, com o Plano de Desenvolvimento Urbano de Salvador (PLANDURB), devido ao fato de ser uma área geograficamente localizada no centro da cidade.

O Cabula passou por intensas transformações a partir da década de 1950, sendo que foi entre 1965 e 1966 que aconteceu a abertura da Rua Silveira Martins, principal eixo viário da localidade. Mas, foi só a partir da década de 1970 que o bairro passou a sofrer um enorme processo de urbanização, influenciado por toda a região do Miolo, passando a receber mais moradores com a construção dos conjuntos habitacionais. (FERNANDES et. al. 2016).

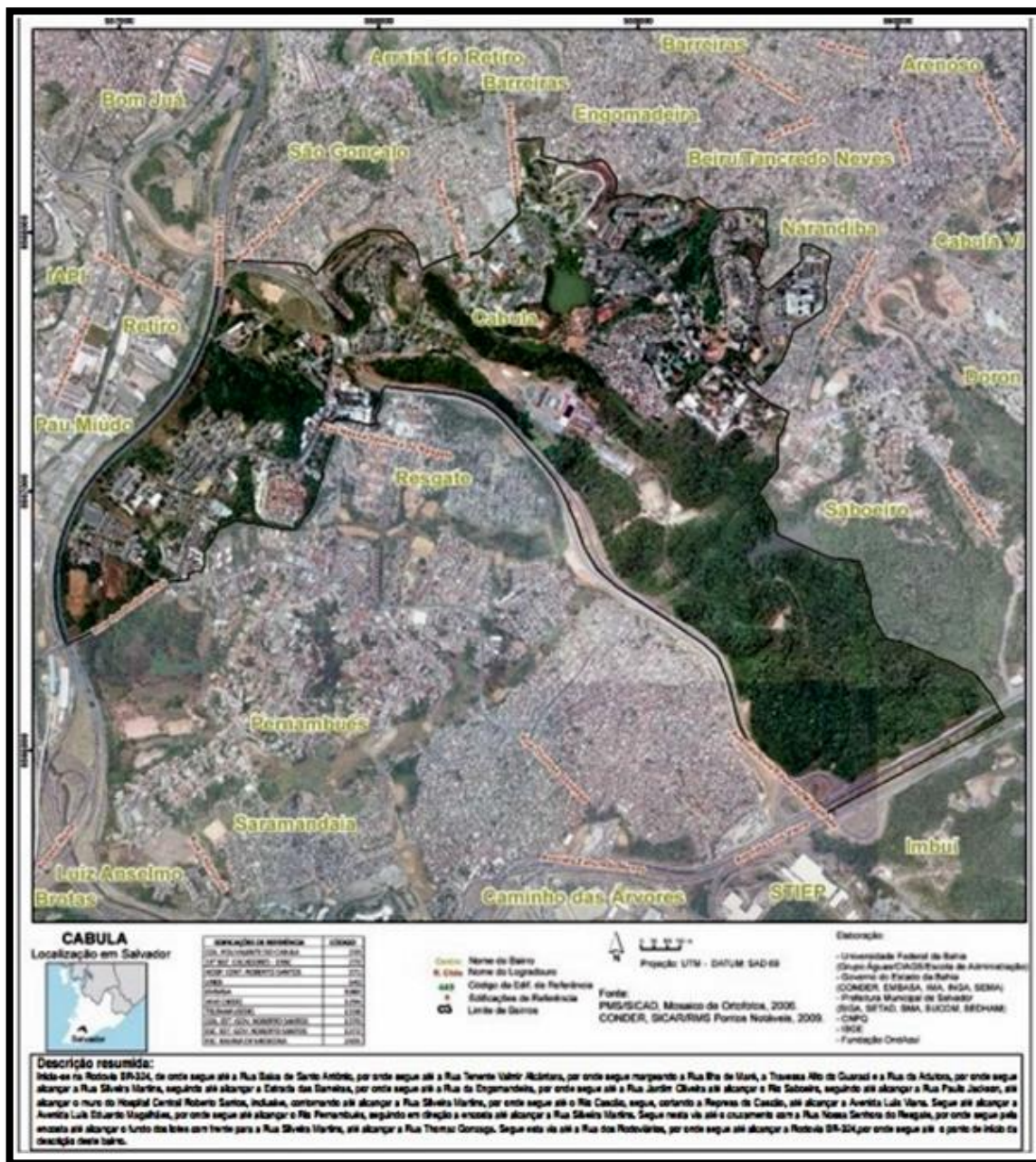
Mapa 1: Cabula - Localização



Fonte: Prefeitura Municipal de Salvador. Elaborado por Lucas Ferreira (2017).

Pela grande influência e importância na cidade, muito se confunde onde começa e termina o bairro, e muitas vezes, acaba-se englobando outras áreas do entorno. Porém, considera-se neste trabalho a delimitação definida pelo livro *O Caminho das Águas em Salvador* (Mapa 2) que considera, dentre outros aspectos, o sentimento de pertencimento da população.

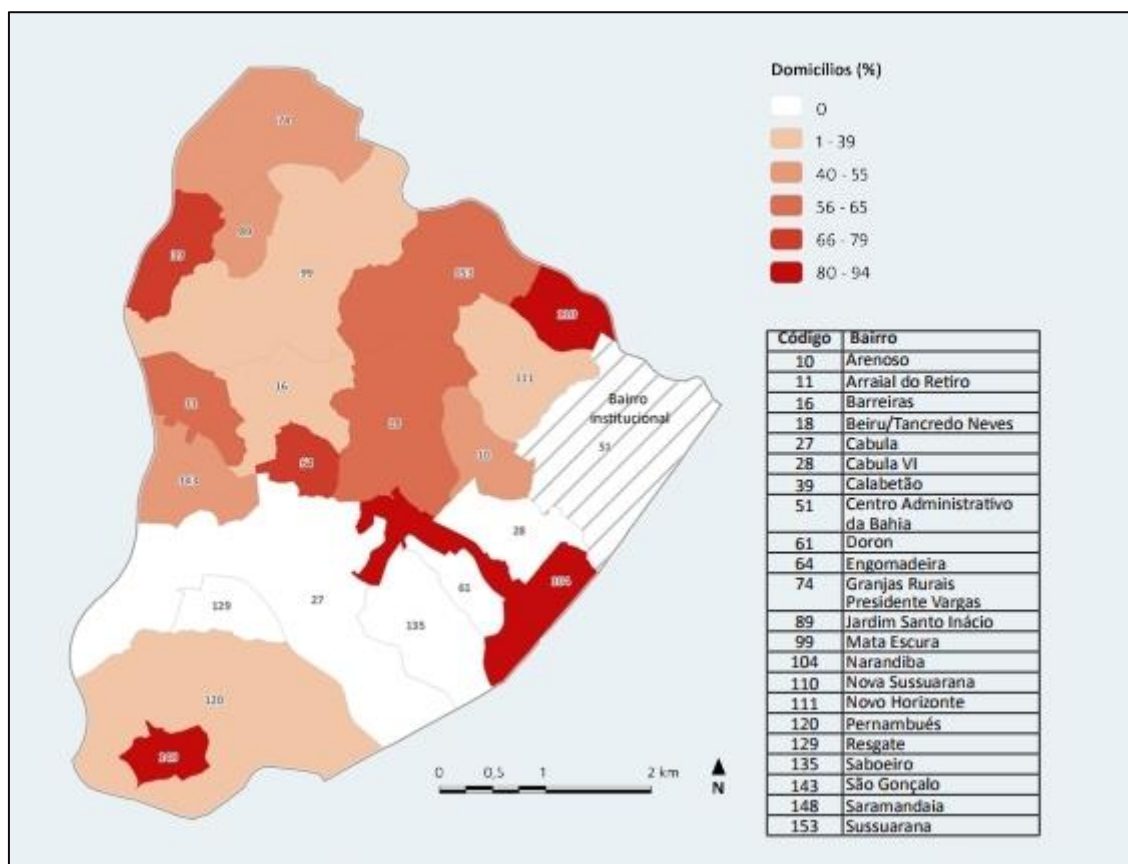
Mapa 2: Delimitação do bairro do Cabula.



Fonte: O Caminho das Águas em Salvador (2010).

O padrão de ocupação que se dá no bairro é em sua maior parte formal, caracterizada principalmente por condomínios fechados. Como pode ser observado no Mapa 3 a seguir, o bairro apresenta um dos menores índices de domicílios em aglomerados subnormais.

Mapa 3 Percentual de domicílios em aglomerados subnormais da PB-VIII.



Fonte: CONDER/Informs (2016) Disponível em: http://www.informs.conder.ba.gov.br/wp-content/uploads/2016/10/1_INFORMS_Painel_de_Informacoes_2016.pdf

Acesso em 10/10/2017

Além disso, quase 100% dos domicílios do bairro, conforme o censo do IBGE (2010) possui infraestrutura básica, como abastecimento de água, esgotamento sanitário e coleta de lixo (Tabela 3), que é um ponto positivo para o bairro. Esses dados configuram um bairro com condições precárias de habitabilidade relativamente **baixo**.

Tabela 3: Infraestrutura dos domicílios particulares no bairro do Cabula.

Bairro	Tipo de infraestrutura de domicílio particular permanente								
	Abastecimento de água			Esgotamento sanitário			Lixo coletado		
	Rede geral			Rede geral					
	1991	2000	2010	1991	2000	2010	1991	2000	2010
Salvador	94,23	96,55	98,88	23,84	74,65	90,79	78,36	93,41	96,64
Prefeitura-Bairro VIII – Cabula/Tancredo Neves	92,76	97,68	99,21	17,25	74,21	94,85	75,39	92,95	95,78
Arenoso	89,04	96,88	98,22	0,66	78,11	94,15	71,09	92,82	91,30
Arraial do Retiro	89,56	97,20	95,95	1,70	79,29	89,38	25,91	97,31	94,76
Barreiras	91,88	97,63	99,57	6,12	67,83	94,94	82,75	93,60	98,16
Beiru/Tancredo Neves	96,22	97,58	99,49	2,85	78,83	96,66	83,48	94,39	94,04
Cabula	98,43	99,57	99,82	44,45	75,97	97,32	94,70	99,29	98,13
Cabula VI	99,10	99,92	99,92	95,28	90,03	98,60	96,49	99,67	98,62
Calabetão	54,63	96,07	98,72	0,50	67,12	94,95	36,12	94,66	95,26
Centro Administrativo da Bahia ¹	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Doron	96,35	100,00	99,96	69,62	89,97	97,17	80,71	100,00	99,12
Engomadeira	97,62	98,04	99,46	3,98	70,21	96,89	81,35	89,86	97,21
Granjas Rurais Presidente Vargas	88,28	92,62	97,73	56,07	78,28	96,12	94,98	98,36	99,68
Jardim Santo Inácio	100,00	90,06	98,96	100,00	53,43	96,11	92,02	97,13	95,25
Mata Escura	85,86	97,77	98,81	34,43	52,45	93,53	74,47	88,72	95,58
Narandiba	57,50	98,32	99,37	0,00	50,56	78,11	17,77	82,37	98,19
Nova Susuarana	77,91	95,55	97,13	1,27	76,64	88,64	64,74	90,49	98,51
Novo Horizonte	85,79	97,39	99,50	1,73	46,47	94,91	16,30	88,29	94,74
Pernambúes	97,65	98,91	99,63	6,45	88,75	96,31	90,83	95,01	98,51
Resgate	99,61	99,90	99,74	56,96	86,88	99,17	100,00	100,00	100,00
Saboeiro	99,84	99,04	99,78	28,41	71,54	95,92	98,67	95,47	99,70
São Gonçalo	96,66	96,49	99,34	17,81	76,17	94,76	56,93	94,42	88,56
Saramandaia	87,05	96,31	98,29	0,33	86,28	94,55	57,13	98,39	91,27
Sussuarana	88,70	96,48	99,17	0,93	64,23	96,00	24,34	80,02	91,13

Fonte: IBGE. Censos Demográficos de 1991, 2000 e 2010.
Santos et al., Caminho das Águas em Salvador, 2010.
Elaboração: CONDER/INFORMS/SEDIG, 2014.

¹ O bairro Centro Administrativo da Bahia é considerado bairro institucionais, por isso, não possui qualquer informação.

Fonte: CONDER/Informs (2016). Disponível em: http://www.informs.conder.ba.gov.br/wp-content/uploads/2016/10/1_INFORMS_Painel_de_Informacoes_2016.pdf Acesso em 10/10/2017

Essas características têm relação, também, com a renda dos habitantes, que segundo o IBGE, o maior percentual de renda por responsável pelo domicílio estão entre 1 a 5 salários mínimos, conforme a tabela 4 a seguir:

Tabela 4: Rendimento nominal mensal por responsável pelo domicílio no Cabula.

Bairros	Rendimento médio dos responsáveis por domicílios particulares permanentes (R\$)			Rendimento do responsável pelo domicílio particular permanente (%)																							
				0 a 1 SM			1 a 3 SM			De 3 a 5 SM			De 5 a 10 SM			De 10 a 20 SM			Superior a 20 SM			Sem rendimento					
	1991	2000	2010	1991	2000	2010	1991	2000	2010	1991	2000	2010	1991	2000	2010	1991	2000	2010	1991	2000	2010	1991	2000	2010	1991	2000	2010
Salvador	1.965,9	784,3	1.452,0	24,6	19,1	34,2	34,1	30,2	31,3	11,4	12,4	8,3	11,7	12,9	7,8	6,8	7,4	3,5	3,7	4,6	1,4	6,6	13,5	13,4			
Prefeitura-Bairro VIII – Cabula/Tancredo Neves	575,3	1.447,1	1.394,5	27,6	20,8	38,1	37,5	34,4	34,6	11,4	12,3	7,7	10,8	11,5	5,0	3,7	4,2	1,0	0,7	0,9	0,1	8,0	15,9	13,5			
Arenoso	255,5	644,5	763,7	42,5	32,1	52,0	35,6	37,4	28,8	4,2	6,2	1,7	1,5	2,8	0,7	0,1	0,4	0,1	0,0	0,1	0,0	15,6	20,9	16,8			
Arraial do Retiro	691,8	1.311,7	1.080,3	33,3	20,3	40,6	31,7	34,6	36,6	7,0	13,3	5,6	7,1	12,4	2,9	2,8	3,7	0,4	0,5	0,5	0,0	17,0	15,2	13,9			
Barreiras	613,1	1.437,3	1.371,1	35,1	17,5	35,4	37,1	35,3	41,3	10,2	13,8	7,3	7,3	12,8	4,0	2,2	3,2	0,7	0,4	0,5	0,1	7,3	16,9	11,2			
Beiru/Tancredo Neves	417,2	964,3	1.039,4	31,9	25,1	43,5	43,9	38,4	33,9	9,8	12,0	5,5	6,3	7,5	2,1	1,2	1,5	0,3	0,2	0,3	0,1	6,4	15,1	14,6			
Cabula	1.279,9	2.877,6	2.772,7	4,6	9,4	14,2	22,1	18,8	33,3	18,5	15,6	20,8	31,4	30,6	19,4	12,8	14,1	3,7	2,1	2,5	0,5	8,3	9,1	8,2			
Cabula VI	931,1	2.230,8	1.906,0	6,8	7,3	18,1	35,0	25,1	44,7	22,0	22,0	17,5	22,7	30,4	8,3	5,7	8,3	1,1	0,9	1,2	0,1	6,8	5,8	10,2			
Calabetão	262,7	639,6	714,7	41,7	30,7	49,9	40,6	39,6	25,7	3,8	7,0	1,5	1,2	2,4	0,4	0,1	0,4	0,0	0,0	0,0	0,1	12,6	19,7	22,4			
Centro Administrativo da Bahia ¹	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Doron	795,3	2.245,0	1.760,0	5,3	5,7	21,5	46,3	28,1	42,8	18,9	26,1	13,2	17,3	28,7	9,4	4,2	5,7	1,7	0,3	1,3	0,2	6,6	4,4	11,3			
Engomadeira	434,3	1.011,3	940,9	29,7	22,7	46,1	46,2	36,9	33,5	10,1	12,4	4,3	5,4	8,3	1,7	1,0	2,1	0,2	0,1	0,4	0,0	6,4	17,3	14,1			
Granjas Rurais Presidente Vargas	573,0	917,8	1.210,8	26,1	26,2	52,2	28,6	38,9	32,5	10,4	7,8	2,3	11,6	2,9	0,8	2,9	0,0	0,3	0,8	0,4	0,2	17,0	23,8	11,8			
Jardim Santo Inácio	769,1	1.320,4	1.162,0	17,1	17,4	37,1	34,4	36,5	38,0	26,8	14,2	7,3	15,4	10,7	3,0	2,5	2,5	0,5	0,4	0,3	0,0	3,4	18,4	14,0			
Mata Escura	525,7	1.009,5	1.107,4	30,2	19,9	39,1	29,3	33,1	34,5	13,6	12,2	7,9	12,0	10,5	2,9	2,8	2,3	0,4	0,5	0,4	0,0	11,2	21,7	15,2			
Narandiba	276,1	1.248,3	1.300,4	47,0	24,0	45,5	42,3	36,8	35,6	3,4	8,1	3,8	1,5	7,3	2,8	0,0	4,7	1,0	0,0	2,2	0,1	5,4	16,9	11,1			
Nova Susuarana	267,8	561,8	863,1	60,0	28,0	53,6	34,8	33,0	28,0	2,2	6,1	1,6	0,8	2,2	0,6	0,1	0,4	0,1	0,0	0,1	0,1	1,6	30,3	16,1			
Novo Horizonte	362,7	1.058,8	1.196,4	48,2	20,0	40,2	37,1	37,7	34,4	7,6	10,2	6,3	3,7	7,8	2,8	0,5	2,9	0,4	0,0	0,7	0,1	2,8	20,7	15,8			
Pernambúés	765,1	1.539,6	1.411,3	22,4	19,6	37,0	41,4	37,0	37,0	11,8	13,6	7,5	11,5	11,1	5,4	4,6	5,2	1,2	1,2	1,3	0,2	6,9	12,2	11,8			
Resgate	1.092,8	3.011,4	3.309,9	3,4	2,8	8,1	15,7	11,4	30,1	20,0	18,5	24,4	35,5	36,4	24,8	17,6	18,4	5,2	2,3	3,6	0,5	5,2	8,9	6,9			
Saboeiro	566,0	3.503,7	2.672,5	7,6	8,7	16,5	32,5	21,1	34,5	18,1	12,1	18,2	21,0	25,4	18,2	10,3	18,0	4,3	3,0	7,1	0,8	7,0	7,6	7,5			
São Gonçalo	566,5	1.059,1	998,4	16,1	24,9	42,9	44,8	38,5	33,5	13,0	12,0	5,0	9,5	7,9	2,1	2,8	1,9	0,4	0,5	0,5	0,0	12,5	14,3	16,1			
Saramandaia	284,1	605,5	718,3	47,0	33,3	57,2	38,1	39,5	26,1	3,5	6,1	1,0	1,1	2,4	0,5	0,2	0,3	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	18,5	15,2			
Sussuarana	351,8	1.190,4	985,4	45,5	23,7	42,7	40,8	36,3	32,3	5,9	9,2	5,1	2,5	6,2	2,3	0,5	1,2	0,2	0,1	0,2	0,0	4,6	23,2	17,3			

Fonte: IBGE. Censos Demográficos de 1991, 2000 e 2010.
Santos et al., Caminho das Águas em Salvador, 2010.
Elaboração: CONDER/INFORMS/SEDIG, 2014.
¹ O bairro Centro Administrativo da Bahia é considerado bairro institucional, por isso, não possui qualquer informação.

Fonte: Informs Conder (2016) Disponível em: http://www.informs.conder.ba.gov.br/wp-content/uploads/2016/10/1_INFORMS_Painel_de_Informacoes_2016.pdf Acesso em 10/10/2017

Os dados configuram um bairro com uma população que varia de classe média baixa, maior percentual, passa pela média e chega, em um pequeno percentual da classe alta, o que representa um maior grau de instrução e informação dos habitantes. Isso significa que o índice de baixa renda no bairro pode ser classificado como **médio**.

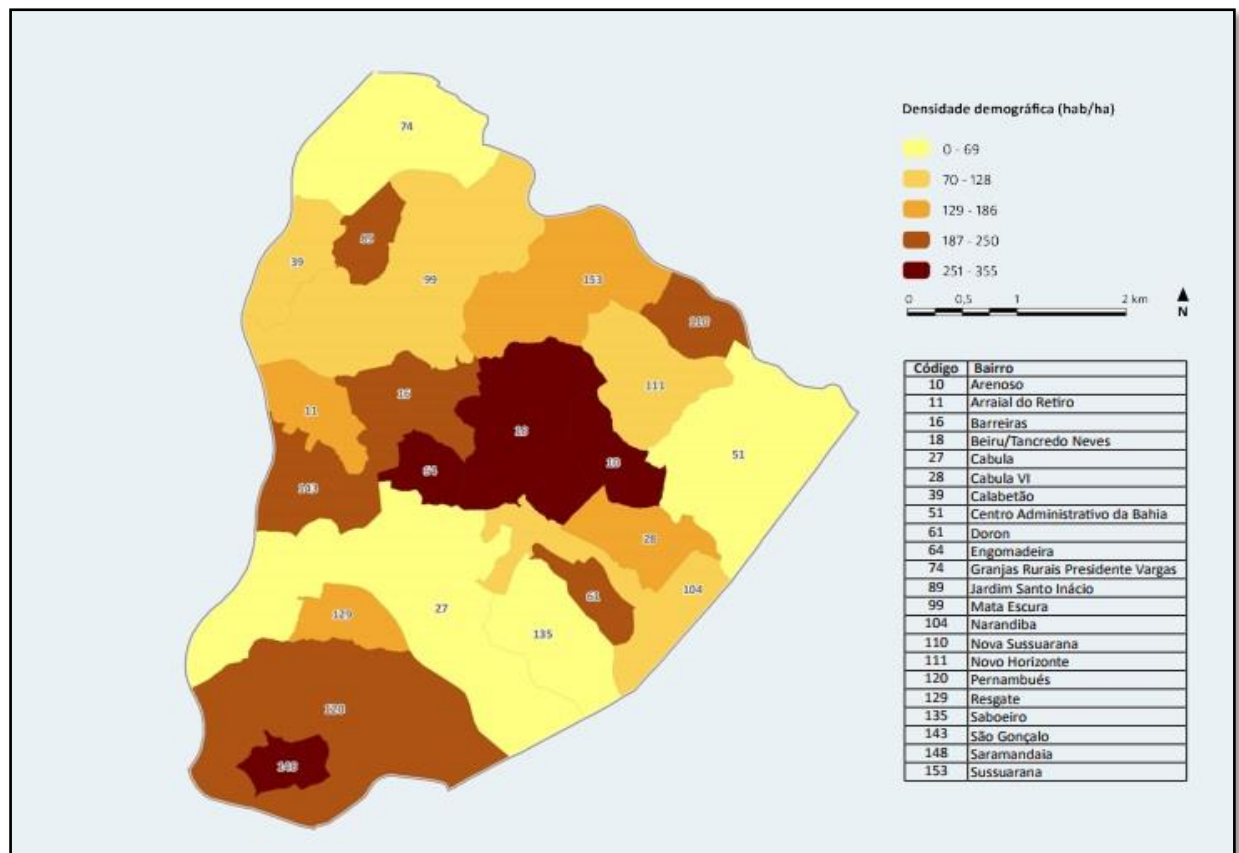
A ocupação do Cabula se deu no entorno de seu principal eixo, a Rua Silveira Martins, implantada durante os de anos de 1965 e 1966, que ao longo do tempo foi se consolidando e modificando a dinâmica do local, principalmente após a criação da Avenida Luís Viana Filho (Paralela) em 1970, como afirma Fernandes (2016):

Essas vias conferiram ao Cabula uma posição estratégica e direcionaram os fluxos de ocupação, gerando um espaço dinâmico, tanto do ponto de vista habitacional quanto da expansão do setor de serviços no seu entorno. A Avenida Silveira Martins merece

destaque, uma vez que percorre longitudinalmente toda a área e assumiu papel de principal vetor de sua expansão urbana, podendo-se afirmar que o Cabula cresceu a partir do seu entorno. (FERNANDES et. al. 2016, p. 8).

A rua é muito extensa, compreendendo outros bairros como o Saboeiro ao leste e o Resgate à oeste. Portanto, ao tratar do Cabula, será considerado aqui, básica e principalmente, a Silveira Martins dentro do perímetro do bairro. O bairro no atual modelo de região administrativa está inserido na Prefeitura Bairro VIII - Cabula/Tancredo Neves e possui uma população com mais de vinte mil habitantes, segundo dados da Companhia de Desenvolvimento Urbano da Bahia (CONDER), possuindo uma densidade demográfica de até 69 hab/ha, como pode ser observado no Mapa 4a seguir:

Mapa 4: Densidade demográfica nos bairros que compõe a PB-VIII Cabula-Tancredo Neves, em 2010.

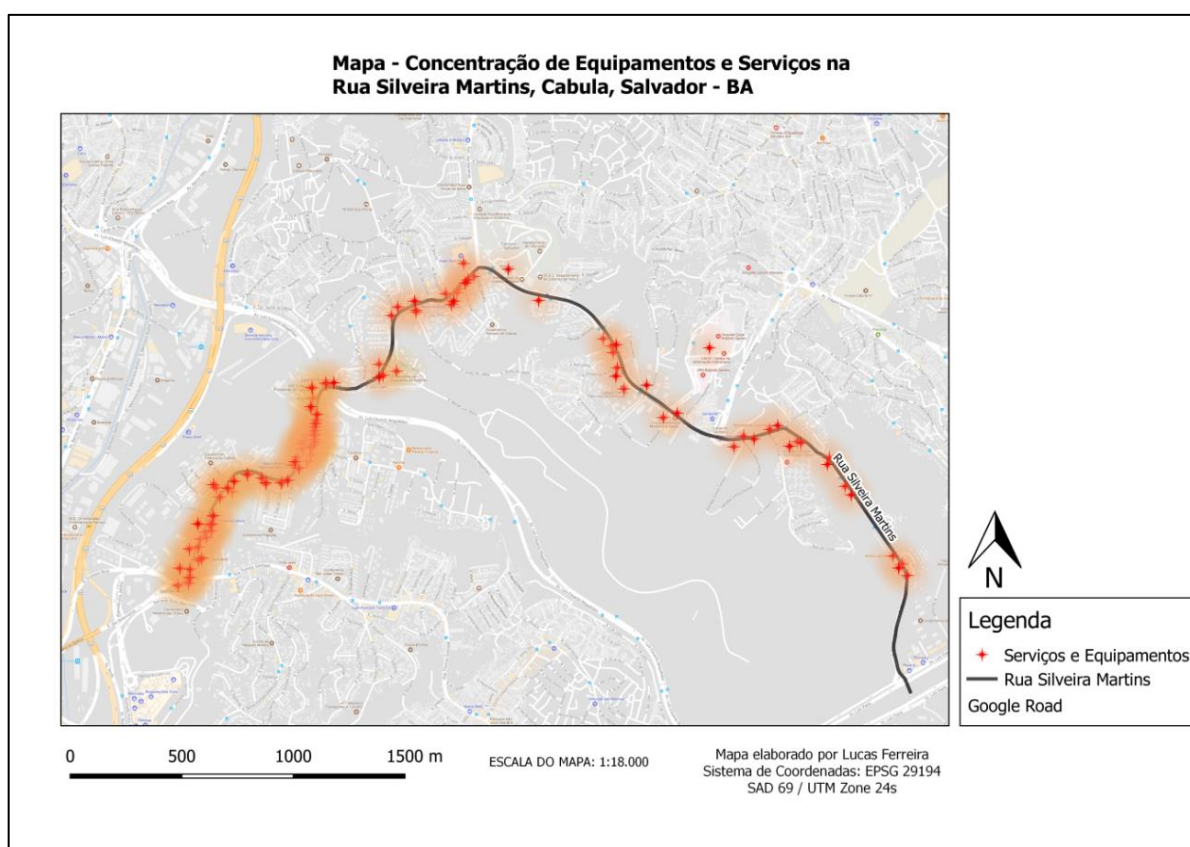


Fonte: CONDER (2016) Disponível em: http://www.informs.conder.ba.gov.br/wp-content/uploads/2016/10/1_INFORMS_Painel_de_Informacoes_2016.pdf Acesso em 10/10/2017

No mapa, o bairro (27) apresenta uma tonalidade mais clara, que representa os menores índices de densidade, quando comparada com outros bairros da prefeitura-bairro. No entanto, é importante considerar que o número de pessoas que circulam pelo bairro é muito maior, graças ao intenso fluxo de pessoas que se deslocam até o Cabula para estudar e/ou trabalhar diariamente, por exemplo.

Atualmente o bairro concentra uma série de serviços de todos os tipos, que se localizam ao longo da Rua Silveira Martins (Mapa 5), como colégios, universidade pública e uma faculdade particular, empresas, supermercado, hospital de grande porte, *shoppings*, e uma grande quantidade de pequenos comércios que funcionam como um fator de atração de pessoas todos os dias e em diferentes horários, tornando o bairro muito movimentado.

Mapa 5: Concentração de equipamentos e serviços na Rua Silveira Martins.

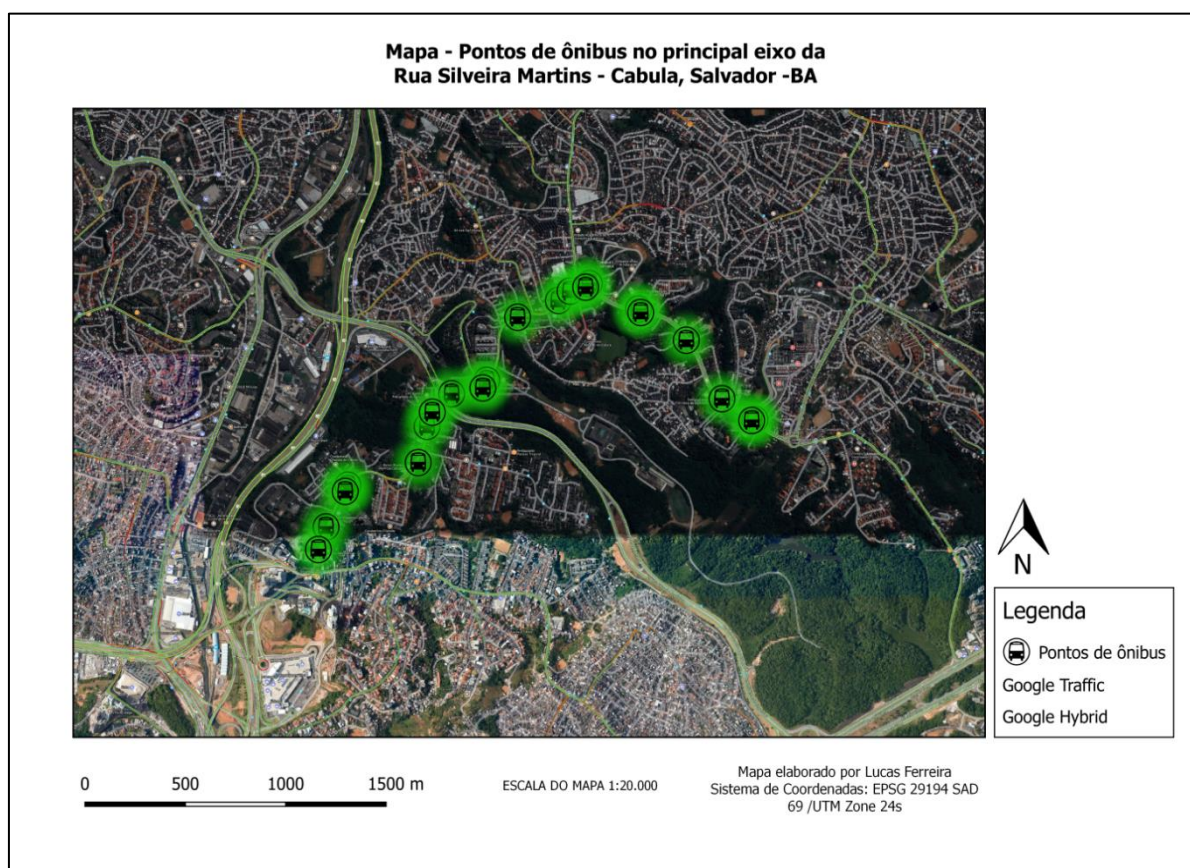


Fonte: Prefeitura Municipal de Salvador. Elaborado por Lucas Ferreira (2017).

Além disso, a principal via do bairro é classificada como uma via Secundária ou Coletora. Segundo o Código de Trânsito Brasileiro são aquelas destinadas a coletar e distribuir o trânsito, que tenham necessidade de entrar ou sair das vias de trânsito rápido ou arteriais, possibilitando o trânsito dentro das regiões da cidade. Significa, então, que haverá um maior fluxo de automóveis e ônibus na via.

No caso da Silveira Martins, há uma ligação com algumas das vias mais importantes e movimentadas da capital, que são a Avenida Luís Viana Filho (Paralela) e a Avenida Luiz Eduardo Magalhães. Portanto há um grande número de pontos de ônibus ao longo da via (Mapa 6) que ajudam a entender a grande dinâmica do fluxo de pessoas no bairro, que é significativamente **alto**.

Mapa 6: Pontos de ônibus no principal eixo da Rua Silveira Martins.



Fonte: Prefeitura Municipal de Salvador. Elaborado por Lucas Ferreira (2017).

É importante considerar que essa via prioriza os usuários de automóveis, apesar do grande fluxo de pessoas que se deslocam a pé, o que faz com que seja uma relação

conflituosa e desigual para os pedestres, que ficam, muitas vezes, literalmente espremidos entre paredes e carros (Foto 1).

Foto 1: Precariedade das calçadas na Rua Silveira Martins.



Fonte: Registros fotográficos de Lucas Ferreira (2017)

Nas fotos pode-se perceber a falta de cuidado com o pedestre na Rua, que disputa espaço até mesmo com postes, localizados no meio da calçada. Isso faz com que muitas pessoas atravessem na via, correndo risco de atropelamento. No nosso

cérebro, essas situações de tensão são encaradas como uma ameaça, e desencadeiam o estresse. Quando se vivencia isso todos os dias, pode aumentar os níveis de estresse no corpo e gerar outros problemas de saúde.

Todas essas características citadas acima explicam o intenso fluxo de pedestres e transportes coletivos na via, que também é marcada por grandes congestionamentos todos os dias, principalmente nos horários de pico, que são aqueles em que as pessoas costumam chegar ou sair do bairro, das 6:30 às 9:30, das 12:00 às 14:30 e das 16:30 às 19:30 (Foto 2).

Foto 2: Engarrafamentos em um dos horários de pico (12h-14h:30).



Fonte: Registros fotográficos de Lucas Ferreira (2017).

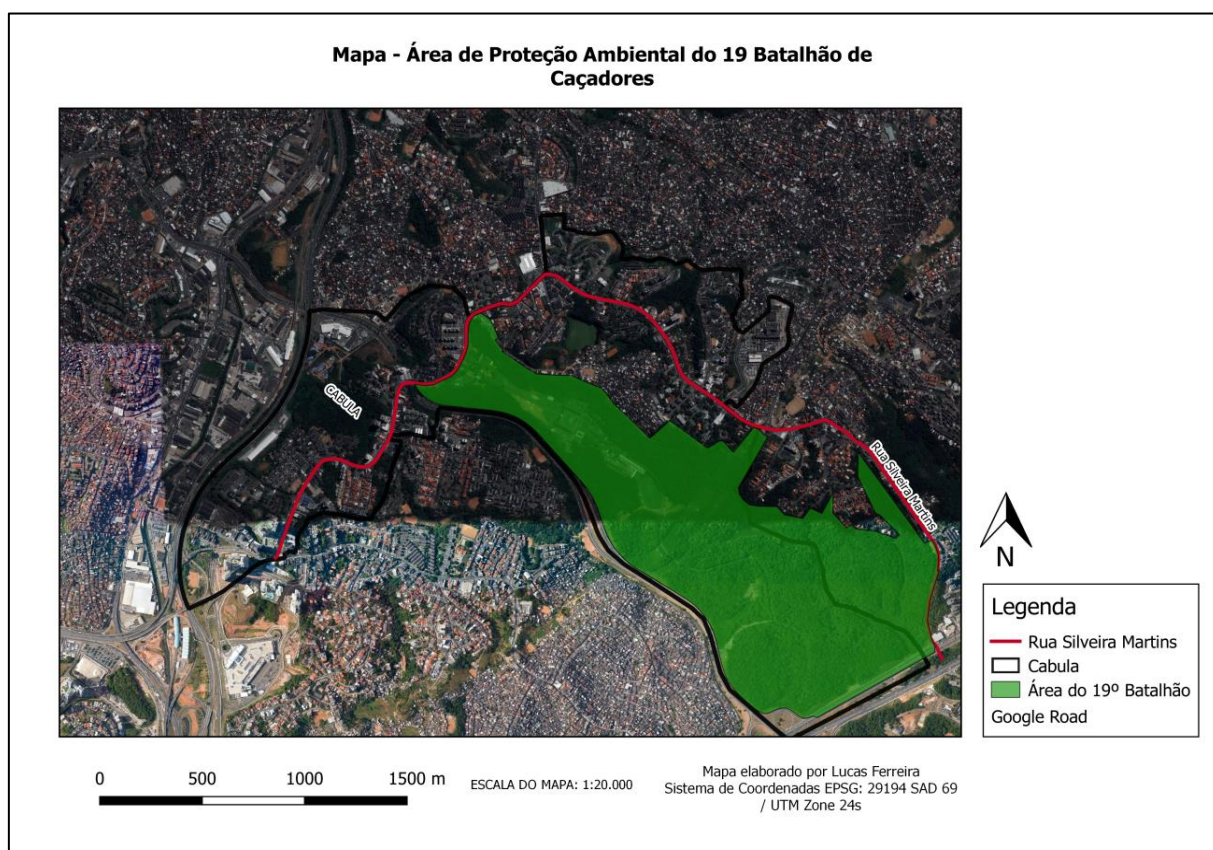
Na Silveira Martins, é comum a ocorrência de congestionamentos em todos esses horários, portanto, configura-se um bairro com um índice de engarrafamento consideravelmente **alto**.

Isso porque, de maneira geral, o horário e os dias de maiores deslocamentos são sempre os mesmos, o que implica em mais gente na rua, nos transportes coletivos e

mais carros circulando. Na via se forma, além disso, um alto índice de poluição sonora e também do ar, aumentando muito os níveis de estresse nas pessoas.

Na formação do bairro, a instalação do Quartel 19º Batalhão de Caçadores do Exército exerceu uma influência em seu processo de desenvolvimento, pois estimulou a ligação do Cabula com outros lugares. Na área do Quartel há a presença da maior área verde do bairro (Mapa 7). O Cabula possui um índice de áreas verdes de 100,55m²/hab, o que é muito superior ao de 15m²/hab de áreas verdes para recreação recomendado pela Sociedade Brasileira de Arborização Urbana (SBAU)⁴. Porém toda a área é de uso exclusivo do Batalhão. Ainda que seja de preservação ambiental, esse espaço poderia servir de área de lazer para a população.

Mapa 7: Área de proteção ambiental pertencente ao 19º Batalhão do Exército.



Fonte: Prefeitura Municipal de Salvador. Elaborado por Lucas Ferreira (2017)

⁴ Retirado do artigo “Áreas Verdes Urbanas: O estudo do bairro do Cabula.” Disponível em: <http://quapa.fau.usp.br/wordpress/wp-content/uploads/2016/08/%C3%81REAS-VERDES-URBANAS-O-ESTUDO-DO-BAIRRO-DO-CABULA.pdf> Acesso em 10/11/2017

Uma característica evidente da Silveira Martins é a falta de arborização ao longo da via para acesso direto e público da população do Cabula, ainda que haja a presença de algumas áreas verdes, estas estão em espaços privados, como é o caso da área militar, e em alguns condomínios, colégios e instituições. (Foto 3).

Foto 3: Áreas verdes privadas na Rua Silveira Martins.



Fonte: Registros fotográficos de Lucas Ferreira (2017).

Devido a essa situação as pessoas costumam utilizar o único espaço arborizado propriamente público, para descanso, relaxamento, caminhadas, etc. que é a Universidade do Estado da Bahia (Foto 4).

Foto 4: Espaços de relaxamento públicos na UNEB.



Fonte: Registros fotográficos de Lucas Ferreira (2017).

Além disso, por conta da falta de sombras é comum observar pessoas esperando ônibus expostas ao sol, ou tentando se proteger em sombras de postes ou de paredes (Foto 5).

Foto 5: Pessoas expostas ao sol na Rua Silveira Martins.



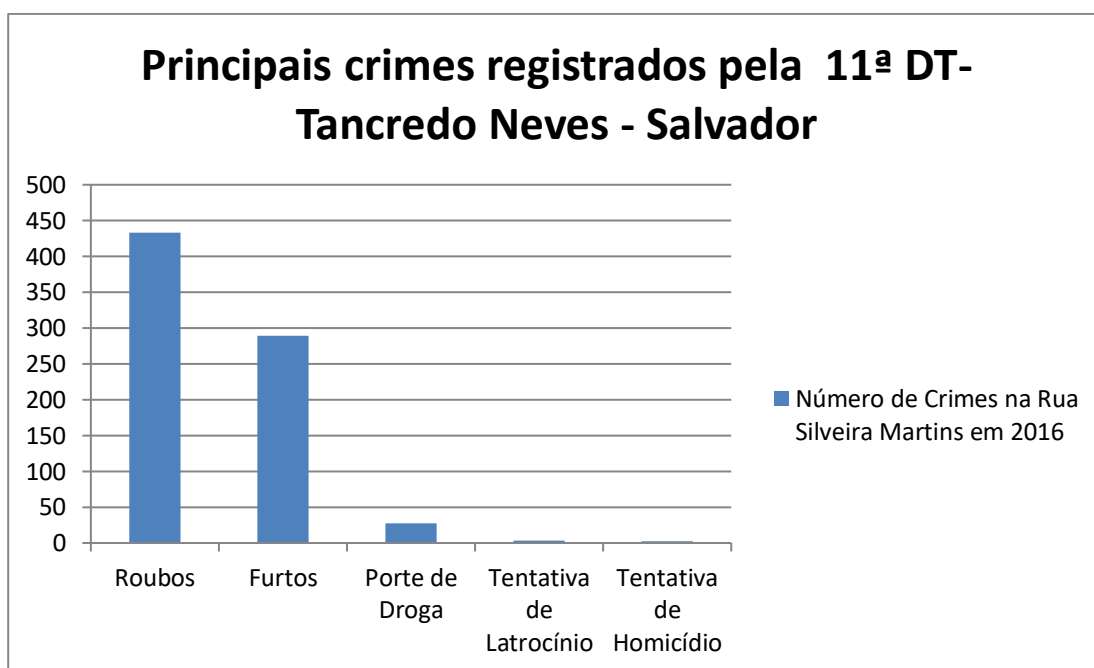
Fonte: Registros fotográficos de Lucas Ferreira (2017).

A falta de arborização urbana faz com que a Rua seja muito quente, devido a entrada direta de luz do sol que aquece o ar e o solo da via, tornando-a desconfortável e estressante.

Esse distanciamento com as áreas verdes e áreas de lazer implicam, necessariamente, em deslocamentos até os parques em outras partes da cidade, longe do bairro, configurando um bairro com **baixo** acesso a áreas verdes.

O bairro apresenta ainda um alto índice de violência. Segundo dados da Secretaria de Segurança Pública da Bahia (SSP-BA) somente em 2016 foram registrados na Rua Silveira Martins quase 500 casos de roubos (Gráfico 1), dentre as diversas modalidades que variam desde roubo a transeuntes (pessoas transitando), roubos a ônibus, roubos qualificados de veículos ou estabelecimentos e até tentativa de latrocínio (roubo seguido de morte).

Gráfico 1: Número dos principais crimes registrados na Rua Silveira Martins em 2016.



Fonte: Secretaria de Segurança Pública do estado da Bahia (2016).

Os números de furtos, dentre as diversas modalidades, também foram muito altos, chegando a quase 300 ocorrências. Como pode ser observado, crimes mais graves como tentativa de latrocínio e tentativa de homicídio foram bem menores se comparados aos furtos e roubos. No entanto, esses dados ajudam a justificar a insegurança no local, que faz com que as pessoas sintam medo ao andar na rua, aumentando o estresse. Configura-se então um bairro com **alto** índice de violência.

4.2 Resultados

Diante dessa análise, o Cabula configura-se como sendo um bairro apresentando as seguintes características:

Tabela 5: Resultados apresentados no bairro do Cabula

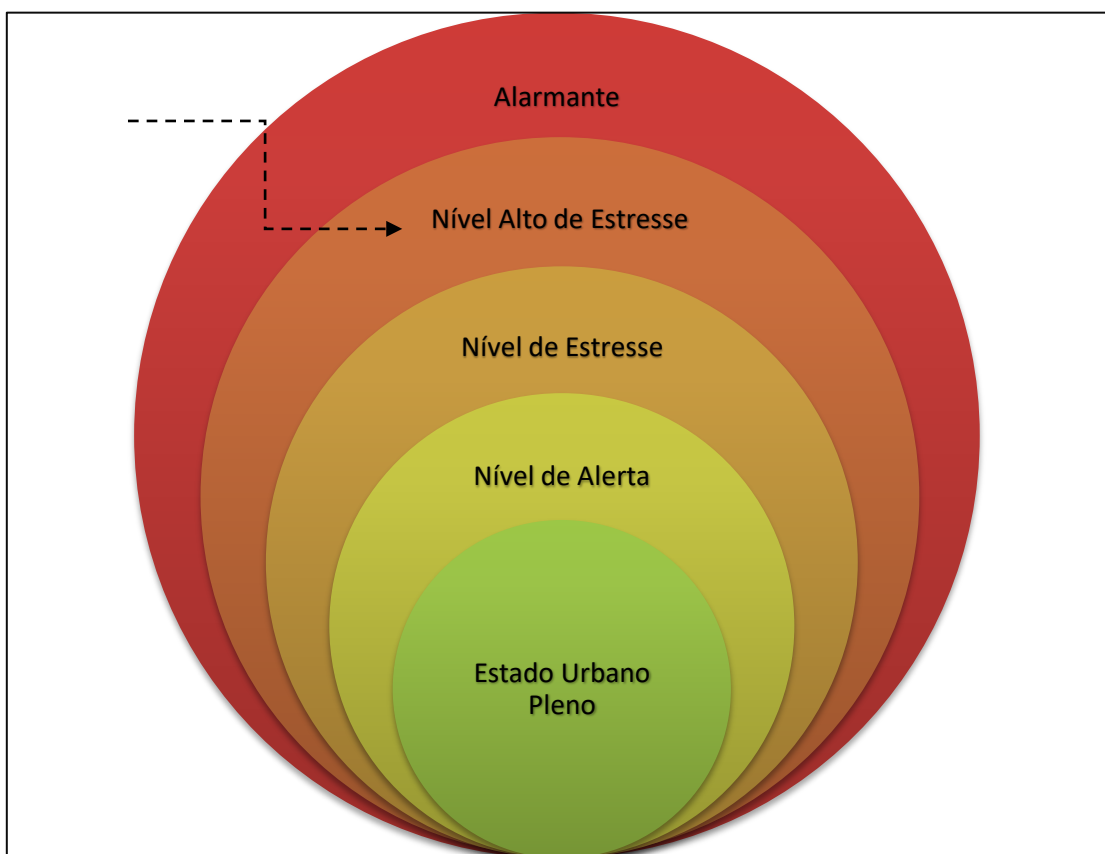
TEMA	INDICADORES	2PONTOS	5 PONTOS	10 PONTOS
NÍVEL SOCIAL	CONDIÇÕES PRECÁRIAS DE HABITABILIDADE	BAIXO X	MÉDIO	ALTO
ECONÔMICO	ÍNDICE DE BAIXA RENDA	BAIXO	MÉDIO X	ALTO
CONCENTRAÇÃO POPULACIONAL	GRANDE FLUXO DE PESSOAS	BAIXO	MÉDIO	ALTO X
DISTANCIAMENTO COM A NATUREZA	DIFICULDADE DE ACESSO A ÁREAS VERDES PÚBLICAS	BAIXO	MÉDIO	ALTO X
VIOLÊNCIA	NUMERO DE CRIMES	BAIXO	MÉDIO	ALTO X
MOBILIDADE	ENGARRAFAMENTOS	BAIXO	MÉDIO	ALTO X

Total: 47 pontos.

Fonte: Elaborado por Lucas Ferreira (2017)

O bairro se enquadra, então, na variável que configura o **Nível Alto de Estresse** (Figura 10) – de 35 a 49 pontos, ou seja, a penúltima da escala, o que significa que a população que frequenta o Cabula está extremamente vulnerável ao estresse e a outras patologias psicológicas, tendo sua qualidade de vida ameaçada.

Figura 10: Escala de Estresse do bairro do Cabula.



Fonte: Elaborado por Lucas Ferreira (2017).

Diante disso, é preciso que haja uma maior atenção em relação ao bairro, por parte dos gestores públicos, uma vez que esse problema, que afeta, além da saúde das pessoas, a economia, por representar mais gastos em saúde pública. Um ambiente urbano saudável é sinônimo de bom desenvolvimento humano, social e econômico.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do que foi exposto ao longo desse trabalho, pode-se concluir que, com o constante crescimento das metrópoles brasileiras e das desigualdades desencadeadas nesse processo a qualidade de vida da população vem decrescendo cada vez mais. Em decorrência desse fato, têm surgido cada vez mais formas de se estudar e mensurar a qualidade de vida urbana.

A concentração populacional, segregação socioespacial, a baixa mobilidade, a violência e o distanciamento com a natureza, produtos de uma urbanização capitalista, como a que se deu em Salvador, que prioriza o crescimento econômico, e deixa de lado o bem-estar da maioria dos habitantes enquanto privilegia alguns poucos, com o tempo moldaram o modo como vivenciamos a cidade e aos poucos vai afetando a nossa saúde física e principalmente mental, que tem sido esquecida pelas políticas públicas atuais.

O estresse urbano desencadeado por esses fenômenos traz uma série de efeitos colaterais que prejudicam o bem-estar psicológico das pessoas, podendo gerar, nos casos mais graves, transtornos de ansiedade e depressão, por exemplo.

O estudo desse tema para o Urbanista faz-se necessário pela urgente necessidade de se mudar esse padrão de vida urbana. Enquanto planejador do espaço é preciso buscar meios que possam ajudar a amenizar esses problemas na cidade, que são, sobretudo, estruturais e culturalmente impregnados na nossa sociedade, por isso demandam tempo para que sejam completamente revertidos.

O uso de indicadores nesse caso é fundamental por ser um instrumento de gestão que pode ser capaz de mensurar a realidade do bairro de acordo com o tema proposto, para que ajude a formular políticas públicas que mudem essa realidade para melhor.

Por isso, é importante que a mudança ocorra da menor para a maior escala, começando pela rua, bairro, regiões administrativas e por fim a cidade. Como pôde se observar no decorrer da pesquisa, o bairro do Cabula engloba alguns fatores determinantes para o aumento do estresse, dando ao bairro o status de altamente estressante.

Pode-se concluir que a Rua Silveira Martins, uma via com intenso fluxo de pedestres (estudantes, trabalhadores, pacientes, etc.), é reflexo de uma estruturação e de uma gestão urbana que prioriza o automóvel em detrimento das pessoas, como prova disso é possível presenciar pessoas andando por calçadas bem estreitas, sem arborização e em péssimas condições, disputando espaço até mesmo com postes.

A sensação ao andar pela Rua é de se estar espremido entre carros e muros, como se não pertencesse ao lugar. Além disso, os dados da violência indicam que a rua não é totalmente segura, graças ao grande número de roubos registrados.

Frequentar o Cabula, então, é bem estressante. A sensação de pressa e agitação que o lugar desperta, estimula o estresse e faz com que organismo responda com intensas mudanças fisiológicas, que, como explicitado anteriormente, podem ser bem prejudiciais à saúde.

No entanto ainda que o medo seja frequente, é importante ressaltar que as pessoas, como uma forma de resistência e sobrevivência, continuam ocupando a rua, que está quase sempre movimentada. Principalmente por conta da Universidade do Estado da Bahia, e dos colégios ali presente, há sempre um grande fluxo de estudantes pela via. O grande número de barraquinhas de *hot dog* e acarajé, por exemplo, contribui para a segurança e para vitalidade do bairro, pois demonstram que as pessoas, ainda que negligenciadas, são o principal personagem e a alma do lugar.

Os objetivos desse estudo foram alcançados, comprovando a hipótese inicial de que os fenômenos da vida urbana contribuem para o aumento do estresse e, conseqüentemente, perda na qualidade de vida através do Indicador de Estresse Urbano, que, vale ressaltar, não é definitivo, podendo ganhar novas interpretações e novas variáveis, futuramente, e também um novo significado, a depender dos objetivos, do bairro e, quem sabe, da cidade a ser estudada.

Assim, espero que este trabalho sirva para contribuir e ampliar o debate sobre o tema, que, apesar de urgente, ainda é pouco debatido e considerado na hora de tomar as decisões de políticas públicas.

Por fim, resta uma pergunta: para onde vai a qualidade de vida da população de Salvador? A resposta irá depender das futuras políticas públicas a serem adotadas na cidade. É preciso que as novas políticas urbanas priorizem o bem-estar

psicológico dos habitantes, assim como fez o Butão com o FIB, utilizando a felicidade como um indicador de desenvolvimento. Atualmente a cidade está caminhando para um desenvolvimento sustentável, então é mais que importante que a saúde mental, a relação homem-natureza e a felicidade sejam amplamente consideradas para se ter um desenvolvimento mais **humano**.

6. REFERÊNCIAS

- ARRUDA, M. **As nove dimensões do FIB**. PIB ou FIB? Felicidade Interna Bruta, Instituto Visão Futuro Parque Ecológico, Porangaba, SP, 28-29/3/2009. Disponível em: <http://30anos.pacs.org.br/wp-content/uploads/2016/10/PUB_MA_2009_003.pdf> Acesso em 10/10/2017.
- BORJA, A. M. B. **A violência simbólica e o estresse em saúde pública: reflexão ergonômica/abordagens com propostas de “mudança” das políticas de saúde pública no universo feminino.** Florianópolis, 2003. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/86594/202750.pdf?sequence=1&isAllowed=y>> Acesso em 21/09/2017.
- BAHIA. **COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO URBANO DA BAHIA.** Painel de informações: dados socioeconômicos do município de Salvador por bairros e prefeituras-bairro. Salvador, agosto/2016. Disponível em: <http://www.informs.conder.ba.gov.br/wp-content/uploads/2016/10/1_INFORMS_Painel_de_Informacoes_2016.pdf> Acesso em 02/10/2017.
- CARDOSO, P. E. C. **Análise do transporte coletivo urbano sob a ótica dos riscos e carências sociais.** São Paulo. 2008. Disponível em: <<https://sapientia.pucsp.br/handle/handle/17901>> Acesso em 20/09/2017
- CORRÊA, L. R. **O Espaço Urbano.** Editora Ática, Série Princípios, 3a. edição, n. 174, 1995. p.1-16. Disponível em: <<http://reverbe.net/cidades/wp-content/uploads/2011/08/Oespaco-urbano.pdf>> Acesso em 28/10/2017.
- DENNIS, R. RENWICK, R. BROWN, I. ROOTMAN, I. *Quality of life indicators and health: current status and emerging conceptions.* **Social Indicators Research**, p.65-88, 1996. Disponível em: <<https://link.springer.com/article/10.1007/BF00300833>> Acesso em 04/07/2017
- DANTAS, S. A. R. SAWADA, O. N. MALERBO, B. M. Pesquisas sobre qualidade de vida: revisão da produção científica das universidades públicas do estado de São Paulo. **Revista Latino-americana de Enfermagem.** 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v11n4/v11n4a17.pdf>> Acesso em 04/07/2017.
- FERNANDES, B. R. REGINA, E. M. A segregação residencial em Salvador no contexto do Miolo da cidade. **Cadernos do Logepa.** Vol. 4, n. 1, p. 39-46, 2005. João Pessoa, PB. DGECC/CCEN/UFPB. Disponível em: <<http://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/logepa/article/view/10996/6176>> Acesso em 02/10/2017.
- FERNANDES, B. R. PENA, S. J. OLIVEIRA, S. G. L. SOARES, B. V. **Desenvolvimento urbano no Cabula:** Categorias de análise na interpretação das transformações do espaço urbano, com ênfase na questão habitacional. IV ETBCES, 2016.
- FILHO, A. N. SANTANA, S. V. Espaço social urbano e doença mental: um estudo de área ecológica. **Cadernos de Saúde Pública.** R. J. 334-348, jul/set, 1986. Disponível em: <<http://www.scielo.org/pdf/csp/v2n3/v2n3a06.pdf>> Acesso em: 27/09/2017.

FORATTINI, O.P. Qualidade de vida e meio urbano. A cidade de São Paulo, Brasil. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, 25 (2): 75-86, 1991. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/rsp/article/view/23798/25834>> Acesso em 18/10/2017.

GEHL, J. **Cidades Para Pessoas**. 2. Ed. São Paulo. Editora: Perspectiva, 2010.

GOMES, S. A. M. SOARES, R. B. A vegetação nos centros urbanos: considerações sobre os espaços verdes em cidades médias brasileiras. **Estudos Geográficos**, Rio Claro. 1(1). 19-29. Junho, 2003. Disponível em: <<http://www.redbcm.com.br/arquivos/bibliografia/a%20vegeta%C3%A7%C3%A3o%20nos%20centros%20urbanos.pdf>> Acesso em 29/09/2017.

GUIMARÃES, S. T. L. Nas trilhas da qualidade: algumas ideias, visões e conceitos sobre qualidade ambiental e de vida. **Revista Geosul**, v. 20, n. 40. 2005. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/geosul/article/view/13233/12251>> Acesso em 18/09/2017.

GUIMARÃES, O. C. L. A. **O estresse ocupacional do gestor escolar**: um estudo nas escolas municipais do Cabula/Salvador-Bahia. 2013. UNEB, Salvador. Disponível em: <<http://www.uneb.br/gestec/files/2013/06/Disserta%C3%A7%C3%A3o-Ana-L%C3%BAcia.pdf>> Acesso em 26/09/2017.

HARVEY, D. O direito à cidade. **Lutas Sociais**. São Paulo, n.29, p.73-89, jul./dez. 2012. Disponível em: <https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/272071/mod_resource/content/1/david-harvey%20direito%20a%20cidade%20.pdf> Acesso em 29/10/2017.

JACOBS, J. **Morte e Vida de Grandes Cidades**. 1961. 3 ed. – São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2011. Disponível em: <<https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/3843818/course/section/923498/JACOBS-Jane-1961-Morte-e-Vida-de-Grandes-Cidades%20%281%29.pdf>> Acesso em 29/10/2017.

KRAN, F. FERREIRA, P. F. Qualidade de vida na cidade de Palmas – TO: uma análise através de indicadores habitacionais e ambientais urbanos. **Ambiente & Sociedade** – Vol IX, n. 2 jul/dez. 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/asoc/v9n2/v9n2a07.pdf>> Acesso em 20/08/2017.

LOURENÇO, M. L. MARTINS, A. L. **Avaliação de stress em motoboys**. Juiz de Fora, 2010. Disponível em: <<http://www.ufjf.br/virtu/files/2010/05/artigo-3a2.pdf>> Acesso em 22/09/2017.

NAKAMURA, E. Algumas considerações antropológicas sobre o processo de urbanização e suas consequências sobre a saúde mental das crianças. **Infanto – Revista Neuropsiquiátrica da Infância e Adolescência**. 4(1): 52-56, 1996. Disponível em: <http://www.psiquiatriainfantil.com.br/revista/edicoes/Ed_04_1/in_09_09.pdf> Acesso em: 18/10/2017.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. **Fatos sobre as cidades**. Rio+20: o futuro que queremos. Rio de Janeiro, Junho/2012. Disponível em: <<http://www.onu.org.br/rio20/cidades.pdf>> Acesso em 17/09/2017.

PEDRÃO, F. A urbanização voraz em Salvador. **Revista VeraCidade**. Salvador – Ano IV - Nº 5 – out. 2009. Disponível em: <<http://veracidade.salvador.ba.gov.br/v5/pdf%5Cartigo1.pdf>> Acesso em 13/10/2017

PELICIONI, F. C. M. Educação ambiental, qualidade de vida e sustentabilidade. **Saúde e Sociedade**, p. 19-31. 1998. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v7n2/03>> Acesso em 05/07/2017.

PEREIRA, F. E. SANTOS, A. TEIXEIRA, S. C. ROCHA, S. L. LEGNANI, S. F. R. MERINO, D. A. E. Qualidade de vida: conceito e variáveis relacionadas. **Conexões: revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 7, n. 3, p. 14-28. 2009. Disponível em: <<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637765/5456>> Acesso em 20/08/2017.

REGINA, R. E. M. FERNANDES, B. R. O acelerado crescimento dos bairros populares na cidade de Salvador-Bahia e alguns de seus principais impactos ambientais: o caso do Cabula, geograficamente estratégico para a cidade. **Revista Geosul**, Florianópolis, v. 20, n. 39, p 119-131, jan./jun. 2005.

ROLNIK, R. **O lazer humaniza o espaço urbano**. Lazer numa sociedade globalizada. São Paulo. 2000. Disponível em: <<https://raquelrolnik.files.wordpress.com/2009/08/lazerhumanizaespacourbano.pdf>> Acesso em 22/08/2017.

SANTOS, L. A. **Agentes e processos na complexa localidade do Cabula**: comércio e serviços. Turismo e Base Comunitária e Cooperativismo. p. 69-80, 2012.

SANTOS, E. PINHO, G. A. J. MORAES S. R. L. FISCHER, T. **O Caminho das Águas em Salvador**: Bacias, Hidrografias, Bairros e Fontes. Salvador, CIAGS/UFBA; SEMA, 2010. 486 p.

SANTOS, M. **A Natureza do Espaço**: Técnica e Tempo, Razão e Emoção. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2006. Disponível em: <http://files.leadt-ufal.webnode.com.br/200000026-4d5134e4ca/Milton_Santos_A_Natureza_do_Espaco.pdf> Acesso em 31/10/2017.

SANTOS, R. A. BRANCO, L. N. ANDRADE, Q. C. T. BORJA, C. P. **Áreas verdes urbanas: O estudo do bairro do Cabula**. XI Colóquio QuapaSel – Quadro do Paisagismo no Brasil Salvador – Bahia – UFBA. 2014. Disponível em: <<http://quapa.fau.usp.br/wordpress/wp-content/uploads/2016/08/%C3%81REAS-VERDES-URBANAS-O-ESTUDO-DO-BAIRRO-DO-CABULA.pdf>> Acesso em 10/11/2017.

SOUZA, L. M. **Fobópole**: o medo generalizado e a militarização da questão urbana. Marcelo Lopes de Souza. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2008. 288p.

SILVA, G. R. P. FERNANDES, A. S. A. Meio ambiente urbano e qualidade de vida em Salvador. **Organizações & Sociedade**. Salvador, EAUFBFA, v. 3, n. 5, p. 7-19. Dez. 1995. Disponível em: <<https://portalseer.ufba.br/index.php/revistaoes/article/view/10276/7328>> Acesso em 20/09/2017.

ANEXO 1. Trechos da Lei 9.069 de 2016 (PDDU).

Capítulo II. Dos Objetivos.

Art. 11. São objetivos da Política Urbana do Município:

I - elevar a qualidade de vida da população soteropolitana, especialmente no que se refere ao acesso à saúde, à educação, à cultura, às oportunidades de trabalho e de renda, à moradia digna, ao saneamento básico, à mobilidade urbana, à infraestrutura e aos serviços públicos, de forma a promover a inclusão social, a redução das desigualdades socioespaciais e a superação dos fatores de vulnerabilidade social e territorial que afetam particularmente a maioria negra de Salvador, distribuída nas diferentes regiões da Cidade;

III - elevar a qualidade do ambiente urbano, por meio da preservação e recuperação dos recursos naturais, do uso de energias e tecnologias limpas, da promoção e manutenção do conforto ambiental e da proteção do patrimônio histórico, artístico, cultural, urbanístico, arqueológico e paisagístico;

IV - garantir, em todos os bairros, o acesso da população aos equipamentos sociais, à infraestrutura e aos serviços urbanos;

IX - equacionar as demandas do crescimento urbano com a capacidade da infraestrutura instalada e planejada, evitando a saturação precoce das redes e a impossibilidade de atendimento à população;

XI - promover a universalização progressiva do acesso aos serviços de saneamento básico;

XVIII - resgatar e fortalecer o sentimento de pertencimento e as relações sociais e comunitárias;

Capítulo III. Das diretrizes:

VIII - recuperação, complementação urbanística e funcional e melhoria paisagística de espaços e logradouros públicos, considerados ambientes de convívio e socialização, meios de inserção social, de fortalecimento da identidade coletiva e de desenvolvimento econômico;

XI - indução da distribuição de usos e da intensidade da ocupação do solo, visando à correção dos desequilíbrios intraurbanos, à otimização do sistema de transportes, à manutenção da integridade e qualidade dos recursos naturais, de forma compatibilizada com a capacidade da infraestrutura instalada e planejada, direcionando os investimentos públicos e privados;

XIII - conservação dos recursos naturais, em especial dos mananciais hídricos superficiais e subterrâneos de abastecimento de água, e dos remanescentes dos ecossistemas originais do território municipal, com a viabilização de sua coexistência

no espaço da cidade como elementos de conforto ambiental, desenvolvimento econômico e qualificação urbanística;

CAPÍTULO I

Da política municipal de meio ambiente e desenvolvimento sustentável:

Art. 17. A Política Municipal de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável fundamenta-se no direito universal ao ambiente sadio e equilibrado, o que pressupõe o respeito à fragilidade e à vulnerabilidade de todos os seres vivos, o reconhecimento de sua interdependência, além do respeito à capacidade de suporte dos sistemas de apoio à vida como condição indispensável ao estabelecimento de um ambiente humano saudável.

Seção III Do Conforto Ambiental Urbano:

Art. 23. O conforto ambiental urbano relaciona-se, entre outros fatores, com as condições climáticas, a iluminação e ventilação naturais, devendo ser, prioritariamente, considerado nas condições ambientais dos espaços urbanos sujeitos à radiação térmica e à ventilação.

Art. 25. Para o conforto dos espaços urbanos abertos, deve-se buscar a redução da radiação solar nas superfícies e a maximização da ventilação, fazendo uso de recursos naturais ou construtivos destes espaços por meio da:

III - implantação conjugada de espécies arbóreas e de estruturas edificadas para maximizar o sombreamento e as condições de ventilação;

IV - configuração de ambientes construídos e seus espaços abertos que busquem a maximização das condições de conforto urbano, pelas relações e disposições dos elementos morfológicos edificados e plantados.

II - para o sombreamento aos pedestres, por meio de marquises, pilotis e projeção de pavimentos superiores;

Art. 28. Para o conforto ambiental em projetos urbanísticos e em áreas de operação urbana consorciada poderão ser definidas regras específicas de desenho urbano, incluindo as diversas relações e configurações entre os edifícios e os espaços abertos, privados e públicos, tais como: calçadas, passeios e vias, buscando o controle da radiação solar e a maximização da ventilação.