



UNIVERSIDADE
LUSÓFONA

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA

ESCOLA DE COMUNICAÇÃO, ARQUITETURA, ARTES E TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO

MESTRADO EM DESIGN

Diretrizes para Estimular o Desenvolvimento (de Comunidades) do Interior

**Dissertação de Mestrado apresentada a provas públicas para a obtenção do grau de
Mestre em Design, orientada pelo Professor Doutor António José de Macedo
Coutinho da Cruz Rodrigues**

Liandra Araújo Vianna, 22004028

2025

www.ulusofona.pt



UNIVERSIDADE
LUSÓFONA

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA

ESCOLA DE COMUNICAÇÃO, ARQUITETURA, ARTES E TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO

MESTRADO EM DESIGN

Diretrizes para Estimular o Desenvolvimento (de Comunidades) do Interior

Dissertação defendida em provas públicas na Universidade Lusófona – Centro Universitário de Lisboa, no dia 22/04/2025, para a obtenção do Grau de Mestre em Design perante o júri nomeado pelo Despacho de Nomeação nº 240/2025, de março 2025, com a seguinte composição:

Presidente: Prof. Doutor Luís Miguel Rodrigues Liberal Alegre da Silva – UL-CUL;

Arguente: Prof. Doutor Ricardo Paulo da Silva Cameira dos Santos – FBAUL;

Orientador: António José de Macedo Coutinho da Cruz Rodrigues – UL-CUL

Liandra Araújo Vianna, 22004028

2025

www.ulusofona.pt

DEDICATÓRIA

À Alciria, Alfredo e Jairo.

AGRADECIMENTOS

Aos que já se foram e não puderam estar aqui para acompanhar a realização deste sonho, mas ao mesmo tempo foram a inspiração para a temática deste estudo: Alcília, Alfredo e Jairo. Obrigada por me ensinarem tantas lições valiosas em vida e abrir meus olhos para tantas outras, uma vez que se foram. Agradeço também, ao professor João Cunha, pela orientação na realização deste trabalho, pelas conversas inspiradoras e por ser um ombro amigo para seus alunos nos momentos mais desafiadores.

RESUMO

O presente estudo parte da problemática do crescente decréscimo da qualidade de vida nas grandes cidades ao redor do mundo, em alguns aspectos (social, econômico e psicológico) e do evento paralelo de desertificação demográfica (gradual evasão de moradores de cidades do interior). Para tal, investigou-se as principais causas de ambos os fenômenos a fim de compreender suas origens e orientar possíveis soluções.

Esta investigação fundamentou-se em autores de disciplinas diversas como biologia, antropologia, psicologia, políticas públicas, entre outras, a fim de buscar inspiração para a solução de ambos os problemas:

- A superpopulação das grandes cidades e sua relação com o aumento da solidão e de doenças mentais e físicas.
- O esvaziamento compulsório de pequenas cidades do interior.

Além disso, foi feita uma revisão bibliográfica sobre o tema em questão, investigou-se iniciativas existentes em diversas vertentes e países, bem como entrevistou-se moradores de uma cidade do interior da Itália, em campo. Com base nas descobertas feitas nesta fase, entendeu-se que como qualquer problema de cunho social e complexo, existem muitos fatores que influenciam a decisão de permanecer ou se mudar para algum lugar, e que uma solução engessada não provocaria os resultados desejados com a intensidade necessária.

Como foi observado que muitas das iniciativas que já estão a ser testadas, só atendiam a poucas das necessidades globais de um ser humano, entendeu-se o porquê de seus efeitos serem em pequena escala e muito pontuais. O que levou a conclusão de que a solução proposta deveria, assim como o problema, ter uma abordagem mais holística do que as já existentes.

Da união destas fontes de conhecimento, extrairam-se diretrizes para a ocupação do interior, que podem, e devem, ser adaptadas a diferentes realidades locais, que objetivam atrair novos moradores e fazer com que os existentes possam ter a escolha de permanecer ou não em suas cidades. Tais diretrizes tem como base as necessidades do ser humano de acordo com o modelo de Maslow e casos de sucesso já testados e comprovados ao redor do mundo.

Como se trata de um modelo teórico, para que sua eficácia seja comprovada, se faz necessário a implementação do mesmo empiricamente, para que seus resultados possam ser testados, mensurados e as diretrizes possam ser ajustadas de acordo.

Palavras-chave: desertificação demográfica, êxodo rural, êxodo urbano, slow life, ocupação do interior, comunidade, mutualismo.

ABSTRACT

This study addresses the growing decline in quality of life in major cities around the world across social, economic, and psychological dimensions, alongside the parallel phenomenon of demographic desertification – the gradual exodus of residents from smaller towns and rural areas. The primary aim is to investigate the root causes of both phenomena to better understand their origins and guide potential solutions.

The research draws on a diverse array of disciplines, including biology, anthropology, psychology, and public policy, to inspire strategies that address two pressing issues:

- Overpopulation in major urban centres and its correlation with increasing loneliness and mental and physical health disorders.
- The gradual depopulation of small towns and rural areas.

A comprehensive literature review was conducted, alongside an exploration of existing initiatives from various sectors and countries. Additionally, fieldwork involved interviews with residents of a small town in Italy. Findings from this phase revealed that, as with any complex social issue, numerous factors influence the decision to stay or relocate, and rigid solutions are unlikely to yield results with the necessary impact.

It was observed that many existing initiatives addressed only a limited number of human needs, which explains their minimal and localised effects. This led to the conclusion that any proposed solution must adopt a more holistic approach than those currently in place.

Drawing from these interdisciplinary sources, a set of guidelines was developed to encourage repopulation and sustainable growth in rural areas. These guidelines are designed to be adaptable to local contexts and aim to attract new residents while empowering existing populations with the choice to remain. The framework is grounded in human needs as outlined by Maslow's hierarchy and is informed by successful case studies from around the world.

As this model is theoretical, empirical implementation will be necessary to validate its effectiveness, allowing for measurable results and subsequent adjustments to refine the proposed guidelines.

Keywords: Demographic desertification, rural exodus, urban exodus, slow living, rural revitalisation, community, mutualism.

ÍNDICE GERAL

INTRODUÇÃO	19
Objetivos	19
Estrutura.....	20
1. TEMA	23
1.1. Condenados à imobilidade	24
1.2. Vieram a se revelar especialmente rígidos e resistentes à mudança.....	26
1.3. Crescimento, proteção e o ambiente	29
1.4. Territórios não cartografados nem conhecidos.....	33
1.5. Síntese	35
2. PROBLEMA	39
2.1. Se eu não me defender, quem defenderá?	40
2.2. A cidade fomenta um mecanismo de defesa	42
2.3. Isso provocou um êxodo da cidade	45
2.4. Muitos e grandes desastres brotaram dessa fé excessiva na razão pura	48
2.5. Os bairros transformaram-se em desertos atomizados, impróprios para habitação humana	51
2.6. Estudo de caso: Macomer, Sardenha.....	54
História:	54
Problemas:	55
Potencialidades:	58
2.7. Síntese	60
3. SOLUÇÃO	63
3.1. As plantas distribuem recursos entre elas	64
O Mutualismo	65
O Mutualismo e a Cidade.....	66
3.2. O seu território de base expandiu-se.....	67
3.3. Elos sociais fortes e duradouros	69
3.4. A comunidade do bairro foi envolvida no planejamento	72
3.5. Propriedades inerentes e emergentes	76
3.6. Síntese	78
4. CONCEITO DE PROJETO	81
4.1. Conceito de Projeto	82
4.2. Definição da Área de Atuação – A Cidade	85
Evolução da Cidade	85

4.3. A cidade que queremos habitar	92
4.4. O custo (particular e coletivo) do individualismo e da «Cidade Dispersa»	93
4.5. Os efeitos colaterais do mau urbanismo.....	96
4.6. Como chegamos até aqui	100
4.7. Escolhas contra produtivas.....	103
4.8. Mudar o discurso	105
4.9. Atributos de cidades felizes	107
Expandir o espaço habitável e de convivência	107
Desenvolver o sentimento de pertencimento com o local.....	108
Garantir a mobilidade universal e de curta duração	110
Encurtar o deslocamento entre casa, trabalho, produtos e serviços (zoneamento misto)	
.....	111
Oferecer condições dignas de moradia e ocupação imobiliária.....	113
Diminuir a distância entre vizinhos.....	114
Economia do compartilhamento.....	115
Promover o contato frequente com a natureza.....	115
Conclusão	116
4.10. Proposição	118
5. Projeto.....	119
5.1. Briefing.....	120
5.2. Metodologia	122
Contexto, Objetivos e Atuações.....	122
Visão Conceptual – O Modelo	123
Atributos – Identificação de áreas de ação/clusters.....	125
5.3. Identificação de Áreas de Ação/Clusters (revisão bibliográfica).....	126
Contexto - Clusters	127
5.4. Identificação de Áreas de Ação/Clusters (iniciativas existentes).....	130
Casos de Estudo – Iniciativas Existentes	130
Construção do Discurso das Iniciativas Existentes.....	138
Contexto - Clusters	140
5.5. Construção do Discurso.....	143
Etapa 1 – Cruzamento de informações.....	143
Etapa 2 – Desdobramento de informações.....	145
Etapa 3 – Categorização.....	148
5.6. Modelo de diretrizes para estimular o desenvolvimento de (comunidades) do Interior	149
Modelo «Pessoa»	149
Modelo «Cidade»	153

«Informações» e a hierarquia de necessidades	157
5.7. Aplicação do Modelo de diretrizes para estimular o desenvolvimento (de comunidades) do Interior	161
Modelo «Pessoa»	162
Modelo «Cidade»	166
Definição de objetivos	172
Considerações Finais.....	175
CONCLUSÃO	177
Passos Futuros	185
BIBLIOGRAFIA	187
Sites	190
ICONOGRAFIA.....	191

ÍNDICE DE QUADROS, GRÁFICOS, FIGURAS E FOTOGRAFIAS

Figura 1 - Barra da Tijuca - Bairro disperso no Rio de Janeiro.....	93
Figura 2 - Brasília, Brasil.....	100
Figura 3 - Times Square antes e depois da intervenção	109
Figura 4 – Estratégias para redução das necessidades de deslocamento dos habitantes	112
Figura 5 – Representação Ilustrativa de Sujeito e Atributo.....	Error! Bookmark not defined.
Figura 6 – Modelo atômico de Bohr.....	Error! Bookmark not defined.
Figura 7 – Visão «Englobante» de «Atributos» por um determinado «Sujeito»	Error! Bookmark not defined.
Figura 8 – Clusters identificados da Revisão Bibliográfica	Error! Bookmark not defined.
Figura 9 - Espaço de convivência dos moradores - Treballú..	Error! Bookmark not defined.
Figura 10 - Países onde já existem cidades que fazem parte do programa Slow Città..	Error! Bookmark not defined.
Figura 11 – Aldeia Rural do Piodão (Portugal)	Error! Bookmark not defined.
Figura 12 - Aldeia Rural no Centro da Sardenha.....	Error! Bookmark not defined.
Figura 13 - Exemplo de casa à venda por €1	Error! Bookmark not defined.
Figura 14 – Esquema de Cidade de 15 minutos, segundo proposta de campanha de Anne Hidalgo para as eleições à Prefeitura de Paris de 2020	Error! Bookmark not defined.
Figura 15 – Esquema Cidade de 15 minutos, segundo interpretação do Governo da cidade de Victoria, Austrália	Error! Bookmark not defined.
Figura 16 - Vista aérea de parte da Allogria Village	Error! Bookmark not defined.
Figura 17 - Exemplos de atividades promovidas em algumas das aldeias do movimento Ecolife Experience.....	Error! Bookmark not defined.
Figura 18 - Clusters identificados no Casos de Estudo relativas às Iniciativas Existentes	Error! Bookmark not defined.
Figura 19 – Esquema de cruzamento de informações recolhidas nas fases anteriores, com respetiva categorização	Error! Bookmark not defined.
Figura 20 – Esquema de Desdobramento de informações	Error! Bookmark not defined.
Figura 21 - Esquema de Desdobramento de informações	Error! Bookmark not defined.
Figura 22 – Modelo de diretrizes para estimular o desenvolvimento de	Error! Bookmark not defined.
Figura 23 - Modelo de diretrizes para estimular o desenvolvimento de	Error! Bookmark not defined.
Figura 24 – Pirâmide de Maslow	Error! Bookmark not defined.

Figura 25 – Modelo «pessoa» - Associação das <i>Informações</i> às necessidades de Maslow	Error! Bookmark not defined.
Figura 26 – Modelo «pessoa» - Associação das <i>Informações</i> às necessidades de Maslow	Error! Bookmark not defined.
Figura 27 – Exemplo de Identificação de <i>Informações</i> referente à «Pessoa 1».....	Error! Bookmark not defined.
Figura 28 - Exemplo de Agrupamento das <i>Informações</i> referente à «Pessoa 1»	Error! Bookmark not defined.
Figura 29 - Exemplo de Agrupamento das <i>Informações</i> referente à «Pessoa 2»	Error! Bookmark not defined.
Figura 30 – Comparação entre Esferas relativas entre «Pessoa 1» e «Pessoa 2»	Error! Bookmark not defined.
Figura 31 - Exemplo de Identificação de <i>Informações</i> referente à «Cidade1»	Error! Bookmark not defined.
Figura 32 - Exemplo de Agrupamento das <i>Informações</i> referente à «Cidade 1»	Error! Bookmark not defined.
Figura 33 - Exemplo de Agrupamento das <i>Informações</i> referente à «Cidade 2»	Error! Bookmark not defined.
Figura 34 – Comparação entre Esferas relativas entre «Cidade 1» e «Cidade 2»	Error! Bookmark not defined.
Figura 35 – Ecossistema composto por 4 Cidades, e respetiva distribuição de equipamentos	Error! Bookmark not defined.
Figura 36 – Comparação da utilização por parte de 3 pessoas diferentes, dos Equipamentos fornecidos pelas Cidades de um Ecossistemas...	Error! Bookmark not defined.
Figura 37 – Esquema de interação entre Atuações e Objetivos.....	174

INTRODUÇÃO

Nos últimos séculos, o Homem tem convergido para as grandes cidades, tornando-as o seu «nicho ecológico» (Mancuso, 2022). Este afluxo de humanos a zonas muito limitadas espacialmente tem tido consequências enormes no ecossistema terra (Mancuso, 2022), mas tem impactado igualmente a vida dos próprios humanos. As grandes cidades tendem a promover a falta de cordialidade e o anonimato, propagando a hostilidade e o descuido (Hertz, 2021). Fechados em «bolhas pessoais», devido ao excesso de estímulos, vivendo num ritmo frenético, afastados das famílias e sem vínculos sociais relevantes, o Homem sente cada vez mais sua saúde mental e física a deteriorar-se (Hertz, 2021), em muito porque somos altamente influenciáveis pelo espaço no qual vivemos (Lipton, 2007).

Este movimento é igualmente responsável pela desertificação e descaraterização do interior, aumentando a assimetria territorial, e contribuindo para um maior desenraizamento das populações.

A necessidade de inverter esta situação, torna premente a reflexão sobre o problema, em especial através do fomento de uma atitude mutualista entre os habitantes e a cidade(s), com destaque para as de interior e periferia, desenvolvendo-se de forma mais sustentável. Estas relações mutualistas exprimem-se entre outros, através do senso de comunidade, pelas relações de proximidade, e pelo sentimento de pertencimento e de identificação (Hertz, 2021).

Objetivos

Esta investigação, desenvolvida no âmbito do Mestrado em Design da Universidade Lusófona – Campo Universitário de Lisboa, procura refletir sobre este problema, agindo através do Design enquanto elemento de gestão e influência sobre os sistemas.

Para tal procura-se, dentro de uma atitude mutualista e empática com o cidadão e o ecossistema, o desenvolvimento de ferramentas de reflexão e gestão que permitam aos decisores a definição de políticas no sentido de inversão deste problema. Estas devem procurar a concepção e ativação de espaços promotores de utilização e permanência, visando a interação entre quem passa e quem habita, e tornando-se extensões do lar e da comunidade. Devem visar estimular o contato, já que o mesmo nem sempre ocorre de maneira orgânica e espontânea, principalmente quando o ambiente não o favorece, em especial, se a sua escala for pouco familiar.

Estas ferramentas não se devem centrar apenas no cidadão, mas igualmente agir sobre a cidade, considerando que não se pode agir numa sem pensar na outra.

Estrutura

Esta investigação recorre a uma estrutura metodológica que consiste em abordar a problemática em 6 fases: Tema, Problema, Solução, Contexto de Projeto e Projeto. Cada fase corresponde a um capítulo específico. Estes estão divididos em introdução, reflexão sobre os conteúdos e problemáticas em análise, e síntese onde se destacam as relações e ideias a destacar.

No capítulo «Tema» é definido o contexto em que decorre a presente investigação. É abordada a tendência atual para a imobilidade que pauta a conduta de grande parte da civilização humana, em oposição ao comportamento dos nossos antepassados, os quais, sendo mais ágeis e necessitando de menos equipamentos, tinham maior mobilidade e adaptabilidade às circunstâncias (Kolbert, 2019). Neste contexto, tornamo-nos rígidos e resistentes à mudança, entrando em proteção perante ambientes hostis (Lipton, 2007), os quais passam a estar cartografados num mundo em que o acesso à informação que temos nos permite um grau de previsibilidade muito grande (Carlin, 2022).

No capítulo «Problema» aborda-se o impacto que a deslocação dos Humanos para os grandes centros urbanos tem trazido à sociedade, com destaque para a flexibilização e/ou destruição dos vínculos familiares, a propagação da falta de empatia, da falta de cordialidade, do anonimato e dos descuido, que influenciam a saúde física e mental dos habitantes (Hertz, 2021). A estes junta-se a falta de segurança e o medo da imprevisibilidade, associado à vulnerabilidade que se sente quando consideramos que não podemos contar com o outro. Este comportamento deve-se igualmente pela valorização excessiva do racionalismo, que trouxe consequências desastrosas quando aplicado às interações humanas (Brooks, 2012).

No capítulo «Solução» reflete-se sobre estratégias de inversão do problema identificado. Neste abordam-se as vantagens dos comportamentos mutualistas, e a forma como estes contribuem de forma expressiva para o desenvolvimento intelectual e social das espécies, mesmo em contextos desfavoráveis. Abordam-se igualmente como os espaços podem fomentar estes comportamentos e como podem ser extensões do lar, criando comunidades, e quais as ameaças e condicionantes que estas podem trazer à receção a estranhos. A mobilização da comunidade para a construção desta realidade pode ser estimulada através de uma análise holística do problema, buscando muitas vezes soluções

não convencionais para problemas coletivos, promovendo a emergência de características que não existem quando os elementos dessa comunidade agem sozinhos.

No capítulo seguinte, “Conceitos de Projeto”, define-se a relação entre o «Problema» e a «Solução» no contexto do «Tema», através do processo de triangulação das ideias, criando uma «constelação» de ideias que se relacionam e que trazem maior clarividência ao processo.

A este capítulo segue-se a “Definição da Área de Atuação», definida como a «Cidade». Para tal são abordados aspetos relacionados com a evolução da cidade, afluindo os pontos considerados decisivos, bem como os desafios que as atuais cidades modernas encerram. Esta reflexão termina com a identificação de um conjunto de recomendações para a criação de «cidades felizes», na óptica do urbanista e escritor canadiano, Charles Montgomery.

O capítulo final, «Projecto», desenvolvem-se estratégias e propostas para a concepção e ativação de espaços promotores de utilização e permanência, visando a interação entre quem passa e quem habita, e tornando-se extensões do lar e da comunidade, no contexto de Comunidades do interior. Neste sentido seleccionadas e compiladas diretrizes que estimulem o desenvolvimento de comunidades no interior, apresentada sobre a forma de modelo que permita aos decisores a seleção de iniciativas a desenvolver, permitindo de forma holística e visual criar estratégias de ação. Estas centram-se não só nas necessidades dos cidadãos, como as necessidades coletivas ao nível das infraestruturas, materializadas em 2 modelos - «Pessoa» e «Cidade», em que o primeiro se foca nas necessidades e aspirações dos habitantes, enquanto o segundo se foca nas necessidades coletivas ao nível de infraestruturas.

1. TEMA

No presente capítulo será abordado o «Tema», que se define com a caracterização do contexto sobre o qual se constrói a presente reflexão. Esta não se resume apenas ao campo do design, expandindo-se para outras áreas de conhecimento, de forma mais abrangente e integrada. O «Tema» gira em torno da nossa tendência para a imobilidade, rigidez à mudança, e rejeição de ambientes potencialmente hostis, num contexto em que a previsibilidade é muito elevada, e o nosso «mundo» se encontra totalmente cartografado.

Este capítulo está organizado através da sucessão de assuntos que se encadeiam para a criação da ideia global pretendida, e que desta forma traduz a observação do autor. No final do capítulo será possível observar uma Síntese com as ideias principais.

Os tópicos a serem abordados neste capítulo são:

- **Condenados à imobilidade**
- **Rigidez e resistência à mudança**
- **Crescimento, proteção e ambiente**
- **Territórios não cartografados nem conhecidos**

1.1. Condenados à imobilidade

"Tal como aconteceu com as temperaturas, também o nível dos mares variou drasticamente no passado. No final da Wisconsin, ao mesmo tempo que os grandes mantos de gelo se separaram, houve períodos em que os mares subiram a um ritmo surpreendente de 30 centímetros por década. (Foi proposto que um destes «meltwater pulses», ou seja, períodos em que o nível do mar aumentou rapidamente, terá inspirado o relato do dilúvio que encontramos no Gênesis). Como é óbvio, os nossos antepassados lidaram com esta perturbação, ou não estaríamos aqui. Ao contrário de nós, porém, não carregavam muita tralha. Como - e para onde - iríamos deslocalizar uma cidade como Boston, Bombaim ou Shenzhen? **Propriedade privada, fronteiras nacionais, linhas de metrô, cabos de transmissão, canos de esgoto: são desenvolvimentos relativamente recentes na sociedade humana, e todos militam contra a ideia de levantar arraiais e rumar a novas paragens.** Neste sentido, praticamente todas as cidades costeiras estão, como Nova Orleans, condenadas à imobilidade e às intervenções dispendiosas e cada vez mais elaboradas que manter essa êxtase irá exigir. (Kolbert, 2021, p. 223)

Com o avanço do capitalismo e posteriormente, do neoliberalismo, as sociedades ao redor do mundo passaram a valorizar cada vez mais a posse de bens móveis e imóveis como um sinal de prosperidade, estabilidade financeira e segurança (Hertz, 2021). **Ter posses e um emprego estável se tornaram os objetivos máximos a serem alcançados ao longo da vida, pelos quais deveríamos trabalhar incessantemente até alcançar** (Hertz, 2021). **Neste contexto, mudanças de qualquer tipo passaram a ser ainda mais indesejadas, pois demonstravam insegurança, abdicação e a possibilidade de enfrentamento do desconhecido** (Kolbert, 2021). Dessa forma, nos tornamos física e psicologicamente atrelados às coisas que possuímos e que nos dão um senso de segurança, sejam elas objetos, empregos, relacionamentos, etc. O que acaba por limitar nosso olhar para novas possibilidades e nos torna avessos ao desconhecido - a parte de alguns poucos corajosos.

Os avanços referentes às cidades e ao território, mencionados por Kolbert (2021) no texto inicial, nos permitiram ter uma qualidade de vida significativamente melhor e eliminaram a necessidade de nos movimentarmos de acordo com o clima, como acontecia quando vivíamos em sociedades nômades. Entretanto, o aumento considerável da complexidade de tais estruturas sociais nos tornaram cada vez mais dependentes delas.

De acordo com Kolbert (2021), a história da civilização humana está intimamente ligada com as alterações climáticas, que quando amenizadas, permitiram o desenvolvimento da cultura (escrita, religião e avanços científicos). Ao passo que enquanto o clima da Terra ainda era instável, apresentando mudanças bruscas em intervalos relativamente curtos de tempo, o homem se viu obrigado a mudar-se constantemente de um lado a outro, em busca

de condições melhores de sobrevivência. Atrasando assim, o avanço de algumas sociedades ao passo que incentivava outras, onde o clima era mais estável.

“Além disso, esta era glacial foi tão climaticamente instável que, de cada vez que se encerraram os primeiros passos no sentido de uma cultura, as populações tinham de mudar-se. A seguir veio o atual período interglacial: 10 mil anos de clima muito estável. As condições perfeitas para o despontar da agricultura. Se virmos bem, é espetacular. Na Pérsia, na China e na Índia há civilizações a começar ao mesmo tempo, porventura há 6000 anos. Todas desenvolveram a escrita, a religião e todas construíram cidades, e tudo ao mesmo tempo, porque o clima se manteve estável. Penso que, se o clima tivesse “esta mesma estabilidade há só mil anos, a civilização teria nascido nessa altura. Mas nessa altura o ser humano não tinha hipótese.»” (Kolbert, 2021, p.221)

Podemos afirmar que, ao mesmo tempo que um clima favorável beneficiou o surgimento da civilização e o inevitável progresso cultural e científico, também nos deixou extremamente enraizados e reduziu nossa propensão a mudanças, que historicamente, foram impulsionadas apenas pela necessidade (devido à guerras, ao clima ou à falta de recursos) ou pela ganância (oportunidade de ganhos em terras recém descobertas) (Kolbert, 2021).

É verdade que o desenvolvimento tecnológico que alcançamos hoje nos permite uma flexibilidade muito maior, por meio do acesso a tecnologias que facilitam nossa vida cotidiana e que viabilizam a disseminação do conhecimento de uma forma muito mais expressiva do que a que nossos antepassados estavam acostumados (Innerarity, A Sociedade Invisível, 2009). Alicerçado nesse mesmo desenvolvimento das tecnologias, dos transportes à comunicação, assiste-se atualmente a uma virtualização do território, produtora de “(...) uma relatividade da distância, do próximo e do longínquo, que rejeita as localizações fixas e estáveis. Para muitas operações, a distância tornou-se uma grandeza irrelevante” (Innerarity, A Sociedade Invisível, 2009, p. 111), como se pôde observar durante a pandemia do COVID-19.

Assim, a relação com o lugar “(...) pode ser mais ou menos consciente, pode haver maior ou menor conhecimento de outros lugares e dos seus habitantes; a tal ponto que, em certas ocasiões, não é necessária a proximidade física para haver uma verdadeira interação” (Innerarity, A Sociedade Invisível, 2009, pp. 112-1113). Apesar disto, ainda que hoje seja possível estarmos em vários lugares ao mesmo tempo, continua a ser necessário estar fisicamente num lugar (Innerarity, A Sociedade Invisível, 2009).

1.2. Vieram a se revelar especialmente rígidos e resistentes à mudança

“As manifestações que reconhecemos em A. eram diferentes, e tinham de envolver vários tipos de circuitos. Circuitos que, ao longo do crescimento, guardam representações que foram sendo criadas pela exposição aos estímulos e que guardam também o repertório das respostas do corpo a esses estímulos, o registro dessa «conversa». São arquivos de experiências vividas e a sua ativação é a memória desse contato com o mundo.

Se esses circuitos, uma vez estabilizados, não podem ser modificados pelas novas experiências, se a partir de certa altura não há remapeamento possível e se, portanto, tudo tiver de ser sempre lido da mesma maneira e respondido da mesma forma, então temos de concluir que o que chamamos autismo tem de ser esse disfuncionamento de alguns (ou de muitos) circuitos que, após as ativações iniciais, se vieram a revelar especialmente rígidos e resistentes à mudança, não permitindo que as circunstâncias e as experiências os redesenhem como seria normal e como o corpo necessita.” (Cabral, 2021, p.178)

O texto acima, do neurologista pediátrico Pedro Cabral, discorre sobre algumas características típicas manifestadas por pessoas que se encontram dentro do espectro autista no que tange à sua memória, seus hábitos e mudanças que os são impostas. Segundo Cabral (2021), para elas, as primeiras interações em qualquer tipo de situação são determinantes para estabelecer o tipo de comportamento a ser adotado quando se depararem com algo semelhante no futuro. Ou seja, todas as experiências negativas, que tiverem em suas vidas, serão entendidas como um padrão que se repetirá em qualquer circunstância, mesmo que em contextos diversos e com a presença de elementos diferentes (Cabral, 2021).

Tal comportamento desconsidera o fato de que cada interação no mundo real é única, pois depende de um conjunto de fatores que raramente serão exatamente os mesmos e não se repetem da mesma forma todas as vezes (Cabral, 2021). Porém, devido à sua incapacidade de reconhecer tais nuances e ajustar sua reação de forma adequada, o cérebro da pessoa dentro do espectro autista entende que, ao se deparar com qualquer elemento semelhante a sua primeira experiência, deve assumir que o mesmo cenário se repetirá e fazer de tudo para evitar suas consequências negativas (Cabral, 2021).

O mesmo acontece quando vivenciam algo positivo ou prazeroso: ao perceberem que aquele caminho é seguro, que determinada pessoa é de confiança, que uma comida é gostosa ou que uma brincadeira é divertida, vão querer repeti-las constantemente, pois entendem que certa coisa, pessoa ou ação os proporcionará boas experiências (até que se prove o contrário) (Cabral, 2021). A repetição, de certa forma, os garante a segurança de que não terão vivências dolorosas ou negativas e por isso, devem ser reproduzidas sempre que possível, já que o novo e o desconhecido podem causar desconforto (Cabral, 2021).

“Sendo assim, a exposição a ambientes desconhecidos, que mudam, e que exigem ao corpo a reorganização imediata da sua história, para poder ler o novo ambiente e interagir com ele, passa a ser não só uma tarefa extremamente difícil mas uma exposição de risco, percebida como uma ameaça. **E a repetição (na compreensão do ambiente, na leitura dos outros, nos gestos, nos comportamentos) torna-se um refúgio seguro e confortável no meio de um mar nunca navegado.** A dificuldade não é apenas perceber coisas novas, mas também integrar na narrativa do mundo coisas conhecidas que de repente surgem diferentes, e conseguir agir de maneira diferente da forma como sempre se agiu.” (Cabral, 2021, p.182)

Tais idiossincrasias relacionadas à incapacidade de adaptação, à aversão ao novo e à repetição de hábitos apresentada a nível mais extremo pelas pessoas dentro do espectro, também podem ser identificadas em boa parte da população neurotípica de forma mais branda, mas também limitadora (Cabral, 2021). O fato de que o ser humano é um ser de hábitos já foi estudado e constatado por inúmeras pesquisas e uma de suas causas é simplesmente a maneira como nosso cérebro funciona: sempre em busca das soluções mais fáceis para nossos problemas, mesmo que às vezes, estas não os solucionem por completo e acabem por criar padrões para facilitar nosso entendimento do mundo (Cabral, 2021).

Hábitos também nos ajudam a navegar diferentes situações na sociedade, de maneira mais fácil, sem a necessidade de estarmos sempre alertas ou gastando energia para realizar atividades simples do dia-a-dia, como dirigir e cozinhar (Duhigg, 2012). A criação de rotinas saudáveis também melhora a nossa saúde mental e consequentemente, nossa qualidade de vida, por nos proporcionar um sentimento de segurança e pertencimento (Duhigg, 2012). Ou seja, nossa facilidade para entender padrões e criar hábitos têm ambos aspectos positivos e negativos.

Entretanto, com certa frequência, nos apegamos a rotinas e desenvolvemos hábitos tão arraigados no nosso subconsciente, que nos recusamos a buscar o novo, a modificar comportamentos, ou a sair de situações desagradáveis, por já estarmos familiarizados e acostumados com o status quo, apesar de já não nos fazer bem (Duhigg, 2012). Nos apegamos a relacionamentos, a postos de trabalho, ao lugar onde vivemos, as coisas que temos, e até criamos vícios que nos prejudicam, pois se tornam a saída mais fácil que podemos encontrar no menor espaço de tempo possível, para problemas complexos que demandam soluções elaboradas (Duhigg, 2012).

Mudar hábitos exige esforço mental e físico, e só é possível fazê-lo de forma deliberada e intencional, o que vai contra o modo como nosso cérebro funciona: utilizando sua capacidade mínima e economizando energia para momentos de emergência (Duhigg, 2012).

A aversão ao risco e o medo do desconhecido são traços em comum entre pessoas dentro e fora do espectro autista, que limitam suas vidas e decisões, baseadas naquilo que

já conhecem e que às parece seguro (Cabral, 2021). Podemos assim, afirmar que, pelos mesmos motivos, podemos perder oportunidades de melhorar nossas condições de vida, devido à nossa aversão ao risco, que o inexplorado oferece e que, nos parece mais intimidador do que a situação onde nos encontramos atualmente.

Neste contexto, podemos afirmar que mudar de cidade ou país, adotar novos estilos de vida, procurar um novo trabalho, nos dispor a interagir com pessoas diferentes de nós, mudar a alimentação ou sair da inércia e nos exercitar mais, são exemplos de quebras de rotina que podem nos beneficiar imensamente, caso tenhamos coragem, motivação e disciplina para fazer tais cambiamenti. Isso só é possível a partir do momento que reconhecemos e tomamos consciência de que nosso cérebro nos sabotava constantemente e de que precisamos fazer um esforço contínuo para driblar sua “mentalidade” preguiçosa (Duhigg, 2012).

1.3. Crescimento, proteção e o ambiente

“Quando estava clonando células endoteliais humanas, observei que elas se afastavam das toxinas que eu introduzia em seu ambiente, assim como as pessoas fogem dos leões e dos assaltantes. Notei também que se moviam ou gravitavam em direção aos nutrientes assim como nós buscamos café da manhã, almoço, jantar e amor. **Esses dois movimentos opostos definem as duas reações celulares aos estímulos ambientais: a primeira é ir em direção a um sinal que promove a continuidade da vida - como os nutrientes - e que caracteriza uma resposta de crescimento, e a segunda é mover-se em direção oposta a um sinal ameaçador - como toxinas - que caracteriza uma reação de proteção.**” (Lipton, 2007, p. 149)

Em seu livro “A Biologia da Crença”, Bruce Lipton apresenta o resultado de décadas de pesquisas no campo da biologia sobre o comportamento das células - como são influenciadas, como podem influenciar nosso corpo, nossa saúde e conseqüentemente, nossas vidas. Vale ressaltar que devido ao fato de sermos compostos por bilhões de células, suas descobertas em relação ao comportamento delas, podem ser extrapoladas para a totalidade do nosso corpo e mente (Lipton, 2007). Logo, o que afeta a elas, nos afeta diretamente, seja positiva ou negativamente (Lipton, 2007). De igual modo, Lipton (2007) afirma que estes dois comportamentos são ativados e estimulados pelo ambiente.

Como referido, as nossas células apresentam somente dois tipos de comportamento - o de crescimento e o de proteção - que estão associados ao nosso instinto de sobrevivência (Lipton, 2007). Tais condutas foram aperfeiçoadas durante milhões de anos de evolução, desde os primeiros seres unicelulares, até os pluricelulares, como nós seres humanos, os animais e os vegetais: Para garantir sua sobrevivência, todos os seres vivos devem, minimamente, obter nutrientes que os forneçam energia para se desenvolver e manter o saudável funcionamento de seus sistemas vitais (crescimento), e também se proteger de possíveis ameaças (proteção) (Lipton, 2007). Essas reações partem de nossas células e se refletem no nosso corpo e mente (Lipton, 2007).

“Em uma reação similar à das células, os seres humanos também restringem seu comportamento de crescimento quando adotam o comportamento de proteção. Se você está fugindo de um leão, não há motivo para despendar energia em crescimento. Para sobreviver (escapar do leão), você terá de reunir toda a sua energia para ativar mecanismos de luta ou de fuga. A redistribuição das reservas de energia para a reação de proteção invariavelmente resulta na redução do crescimento. Além de desviar energia para a manutenção de tecidos e órgãos necessários para a reação de proteção, há mais um motivo para que o processo de crescimento seja inibido. Esse processo requer uma troca entre o organismo e o ambiente. Por exemplo: os alimentos são ingeridos e o que não é utilizado pelo corpo é expelido. Portanto, a reação de proteção fecha o sistema para proteger o organismo de qualquer ameaça externa. **Inibir o**

crescimento também debilita o sistema, pois trata-se não apenas de um processo que consome, mas também que gera energia. Como consequência, situações que envolvam reações prolongadas de proteção inibem a produção da energia que mantém a vida. Quanto mais um organismo permanece nesse estado, mais comprometido se torna seu nível de energia.” (Lipton, 2007, p. 150)

“Ambos tipos de comportamento demandam energia, porém por serem opostos e modificarem a anatomia das células de maneiras distintas, não podem ser exercidas ao mesmo tempo” (Lipton, 2007, p. 150) Ou seja, não podemos nos defender e nos alimentar ao mesmo tempo, não podemos fugir de uma situação de perigo e ter concentração para aprender algo novo paralelamente (Lipton, 2007).

Por ser uma reação involuntária do corpo humano, quando estamos em proteção não podemos controlá-la e ainda sermos capazes de ser produtivos, criativos ou solucionar problemas ao mesmo tempo (Lipton, 2007). Portanto, se estamos constantemente em estado de alerta por nos sentirmos ameaçados, seja pela falta de emprego, pelo medo de sofrer violência, pelas dificuldades financeiras, por relacionamentos opressores, etc., nosso corpo não consegue direcionar, nem gerar energia para nosso crescimento, seja ele físico ou mental.

De igual modo, quando nos encontramos por longos períodos de tempo em um estado vigilante, nosso corpo fica incapacitado de produzir energia, o que pode acarretar em seu colapso, causando doenças e nos enfraquecendo não só física, mas também mentalmente (Lipton, 2007).

Para fazer com que as células que compõem nosso corpo consigam prosperar, apenas “eliminar os fatores de estresse somente nos coloca em um ponto neutro do processo: Para estar bem de verdade, precisamos não apenas eliminar os fatores estressantes como também vivenciar momentos intensos de alegria, amor e satisfação que estimulem nosso processo de crescimento” (Lipton, 2007, p. 151). Sendo assim, conclui-se que o crescimento não acontece somente quando nos vemos livres de ameaças ou preocupações; é preciso que este seja estimulado. Caso contrário, nos encontraremos em um estado estanco e não próspero.

“Toda vez que estabelecia um ambiente saudável para a cultura de células elas se tornavam mais resistentes. Mas se algo no ambiente não era favorável, elas logo se enfraqueciam. Bastava fazer alguns ajustes para tornar o ambiente mais propício e elas voltavam a se revitalizar.” (Lipton, 2007, p.25)

No que diz respeito a como o ambiente em que vivemos interfere no funcionamento das células, Lipton (2007) afirma que estas reagem aos sinais que

captam do ambiente e direcionam energia para o comportamento mais adequado àquela situação (o de crescimento ou de proteção). Este mecanismo assegura a nossa sobrevivência caso seja preciso se afastar ou defender-se de alguma situação de perigo, mas também garantindo o bom funcionamento de nossos órgãos, além de fazer com que tenhamos foco, disposição e criatividade para absorver novos conhecimentos e melhorar nossa qualidade de vida.

Em outras palavras, **se nos deparamos frequentemente com situações que ativam nosso modo de proteção, nosso corpo perece, pois “as situações estressantes a que estamos expostos em nosso dia-a-dia ativam constantemente o eixo HPA, preparando nosso corpo para a ação. Mas como não estamos em uma competição esportiva, o estresse de toda a pressão, medo e preocupação não é liberado.”** (Lipton, 2007, p. 155) **Tal conjuntura pode adoecer nossas células**, que ao serem forçadas a gastar toda a sua energia no modo de proteção, não conseguem se manter saudáveis: O que segundo Lipton (2007) é a origem da maioria das doenças: o estresse crônico.

O eixo HPA é o primeiro de dois sistemas de proteção do corpo humano que funciona da seguinte forma: “quando não existe ameaça, ele permanece inativo e o crescimento é constante. Mas quando o hipotálamo capta ameaças no ambiente, aciona imediatamente o eixo (...) para manter a segurança do sistema e lidar com as ameaças que surgem” (Lipton, 2007, p. 151). Este eixo é basicamente uma reação em cadeia entre hormônios e órgãos que nos proporcionam condições psicológicas para enfrentar situações ameaçadoras e redirecionam o fluxo sanguíneo para os músculos dos braços e pernas, já que o corpo entende que devemos fugir do perigo. Este sangue é proveniente de tecidos e órgãos viscerais, que neste momento, não são tão necessários e podem diminuir suas funções vitais sem prejudicar o funcionamento do corpo como um todo. “Portanto, o estresse compromete a sobrevivência do corpo ao interferir em suas reservas de energia.” (Lipton, 2007, p. 152)

Para que a mente e consequentemente o corpo possam triunfar, se faz necessário um ambiente que nos permita redirecionar a energia que temos para a função de crescimento (Lipton, 2007). Onde, além dos inevitáveis momentos de estresse, também tenhamos espaço e tempo para praticar atividades que nos proporcionem conforto e prazer, e ativem nosso modo de crescimento.

Porém, ao analisar a sociedade neoliberalista em que vivemos atualmente, que incentiva a competição e não a colaboração, o individualismo e não a solidariedade (Hertz, 2021), **bem como o caos nas grandes cidades - onde uma parcela cada vez maior da população habita** (Mancuso, 2022) **e vai habitar nas próximas décadas, e onde as condições de moradia, saúde, segurança e educação estão cada vez mais precárias - percebe-se que vivemos em um ambiente hostil e ameaçador.** Este cenário parece

explicar o porquê de nossa sociedade estar tão adoecida, mental e fisicamente nas últimas décadas.

Dessa forma, pode-se chegar à seguinte conclusão: quando inserido em um ambiente hostil, o mecanismo involuntário de proteção do corpo é ativado e a energia presente nas células é direcionada para garantir a proteção do mesmo, fazendo com que este ser humano foque apenas em sua sobrevivência (Lipton, 2007). Este redirecionamento de energia, quando mantido por prolongados períodos de tempo, não permite que o corpo se desenvolva ou mantenha suas funções vitais de maneira saudável, fazendo com que eventualmente enfraqueça e adoeca (Lipton, 2007). **O que nos leva a inferir que a causa de boa parte das doenças modernas está no ambiente adverso em que vivemos.**

Entretanto, o contrário também é verdadeiro. **Ou seja, quando vivemos em um ambiente favorável e seguro, tanto o corpo, quanto a mente prosperam e se mantêm saudáveis, pois podem direcionar sua energia para práticas que estimulem o seu desenvolvimento** (Lipton, 2007). Para tal, é preciso que o lugar que habitamos nos proporcione uma elevada qualidade de vida e as relações que desenvolvemos, sejam elas profissionais ou pessoais, nos transmitam conforto, apoio e segurança.

1.4. Territórios não cartografados nem conhecidos

“Ocasionalmente, nós, modernos, descobrimos uma pequena comunidade, até então desconhecida, a viver em completo isolamento num qualquer local remoto. Na história antiga e medieval, não saber como era o mundo para lá de um certo ponto no mapa e dar com um Estado, cultura ou povo completamente desconhecido não era apenas possível, mas, à medida que os impérios se expandiam, inevitável.

Vivemos numa era em que todo o mundo foi mapeado e em que as imagens de satélite tornaram toda a superfície do planeta acessível ao conhecimento. Os nossos mapas já não têm monstros marinhos representando os vastos territórios na fronteira do mundo que não estão cartografados nem são conhecidos. Os modernos estratégias da defesa não saberiam por onde começar se tivessem de gerir, ou planificar, áreas do globo que não estavam tão escondidas deles como se fossem o lado oculto da Lua. O que poderia estar à espreita num hemisfério desconhecido?” (Carlin, 2022, pp. 122,123)

O trecho acima retrata uma das razões pelas quais alguns povos da antiguidade não foram conquistados por outros: simplesmente ainda eram desconhecidos. Algo impensável nos dias de hoje, onde quase todos os territórios do mundo já foram mapeados, fotografados (Carlin, 2022), formaram governos próprios ou pertencem a algum outro país que os anexou. Tudo, ou quase tudo é conhecido. Não há quase nada novo, à parte de pequenas aldeias ou comunidades escondidas em locais de difícil acesso.

Em especial devido aos meios de comunicação digital, **temos acesso a informações suficientemente detalhadas sobre quase todos os locais do globo para conhecê-los relativamente bem, sem nunca antes ter estado lá. Pode-se planejar o que vestir, onde comer, o que fazer ou até como se comportar em um local, antes mesmo de visitá-lo pela primeira vez ou conhecer qualquer pessoa que ali habita.** As incertezas, as dificuldades de deslocamento e de comunicação que as gerações anteriores tinham em relação a locais antes desconhecidos já não existe, pois tudo, ou quase tudo, já foi mapeado e colocado à disposição de todos através da internet.

As migrações que muitos de nossos antepassados vivenciaram sem saber como seria o percurso ou o que encontrariam quando chegassem ao seu destino, já não é mais uma realidade há algumas décadas. Desta forma, podemos considerar que, mudar-se para outra cidade, estado ou país, já não apresenta os desafios que outrora a humanidade teve que enfrentar, quando decidiam por fazê-lo, seja por vontade própria ou quando era necessário deslocar-se devido a conflitos ou crises econômicas. **Vivemos em uma era marcada por uma crescente previsibilidade, graças ao amplo acesso à informação que temos. Informações estas, que podem ser utilizadas a nosso favor para tomar decisões menos arriscadas e mais certas** (Carlin, 2022).

“Nenhuma geração de seres humanos alguma vez teve à disposição os recursos que a nossa tem, ou dependeu deles ao nível que a nossa depende. E as nossas mentes estão programadas para pensar em termos de um progresso e modernização contínuos, um pressuposto assumido de que esses recursos progredirão sempre e que o ritmo a que as descobertas e inovações tecnológicas ocorrerão acelerará ainda mais.

Poderá ser uma forma de pensar unidimensional, mas reflete em traços gerais como as coisas têm sido desde há muitos séculos. É compreensível que, com o tempo, esquecêssemos que as coisas poderiam progredir no sentido oposto. Afinal de contas, quando foi a última vez que isso aconteceu? “ (Carlin, 2022, p.115)

Como mencionado por Carlin (2022), os recursos que temos a disposição hoje em dia, que visam facilitar nossa vida, economizar nosso tempo com tarefas antes manuais, nos poupar de ter que exercitar nosso cérebro para memorizar números ou fazer contas, nos rendem, a cada dia mais, reféns da tecnologia, ao ponto de, não raramente, nos perguntarmos: «como vivíamos sem isso antes?». **Contudo, uma das consequências negativas de todo este conforto é a perda de conhecimentos milenares que, em sua maioria, estão relacionados com a nossa relação com a natureza e a vida em sociedade, numa lógica mutualista.**

Estas tradições, fruto de um pensamento «unidimensional» tendem a ser hoje desprezadas, consideradas arcaicas e que não cabem mais no nosso cotidiano individualista e neoliberal (Carlin, 2022). Onde cada ser humano almeja ter os recursos que precisa para viver somente para si e onde o compartilhamento e a colaboração não se encaixam mais (Challenger, 2021) (Kolbert, 2019). De certa forma, é possível considerar que temos a tendência de acreditar que tudo que se refere ao passado é retrógrado e ultrapassado, e que seria contraprodutivo aplicar qualquer princípio progresso à nossa vida moderna.

Carlin (2022) relembra que a última vez que fomos, de certa forma, obrigados a retornar a costumes antigos foi após a queda do império romano, quando cidades que antes faziam parte do mesmo, foram “abandonadas” por seus governantes e após um certo tempo, perderam alguns dos costumes introduzidos pelos romanos e adquiriram ou retomaram outros. Faz parte do senso comum considerar que isto gerou um retrocesso cultural, político e econômico, mas Carlin (2022) defende que se trata apenas de uma maneira diferente de desenvolver tais aspetos, que não aquela ensinada pelos romanos, mas não menos valiosa.

1.5. Síntese

Sob influência do capitalismo e do neoliberalismo, as sociedades ao redor do mundo passaram a valorizar cada vez mais a posse de bens móveis e imóveis como um sinal de prosperidade, estabilidade financeira e segurança (Hertz, 2021). **Ter posses e um emprego estável se tornaram os objetivos máximos a serem alcançados ao longo da vida, pelos quais deveríamos trabalhar incessantemente até alcançar** (Hertz, 2021).

Neste contexto, mudanças de qualquer tipo passaram a ser ainda mais indesejadas, pois demonstravam insegurança e a possibilidade de enfrentamento do desconhecido (Kolbert, 2021), até porque, “propriedade privada, fronteiras nacionais, linhas de metrô, cabos de transmissão, canos de esgoto: são desenvolvimentos relativamente recentes na sociedade humana, e todos militam contra a ideia de levantar arraiais e rumar a novas paragens” (Kolbert, 2021, p. 223).

Podemos assim afirmar que, ao mesmo tempo que um clima favorável beneficiou o surgimento da civilização e o inevitável progresso cultural e científico, também nos deixou extremamente enraizados e reduziu nossa propensão a mudanças, que historicamente, foram impulsionadas apenas pela necessidade (devido à guerras, ao clima ou à falta de recursos) ou pela ganância (oportunidade de ganhos em terras recém descobertas) (Kolbert, 2021).

Este fenómeno pode ser igualmente observado em pessoas autistas, cujos circuitos cerebrais “(...) não podem ser modificados pelas novas experiências, (...) [pelo que não há] remapeamento possível (...) [e onde tudo tem] de ser sempre lido da mesma maneira e respondido da mesma forma (...)” (Cabral, 2021, p. 178). **No autismo, os circuitos cerebrais, após as ativações iniciais, revelam-se especialmente rígidos e resistentes à mudança, não permitindo que as circunstâncias e as experiências os redesenhem como seria normal e como o corpo necessita.**” (Cabral, 2021, p.178)

Tais idiossincrasias relacionadas à incapacidade de adaptação, à aversão ao novo e à repetição de hábitos apresentada de forma mais extrema pelas pessoas dentro do espectro, também podem ser identificadas em boa parte da população neurotípica de forma mais branda, mas também limitadora (Cabral, 2021). Os hábitos, as heurísticas e outros processos e mecanismos cerebrais estão relacionados com o funcionamento do cérebro, sempre em busca das soluções mais fáceis para nossos problemas, mesmo que às vezes estas não os solucionem por completo, e acabem por criar padrões para facilitar nosso entendimento do mundo (Cabral, 2021).

Frequentemente nos **apegamos a rotinas e desenvolvemos hábitos tão arraigados no nosso subconsciente, que nos recusamos a buscar o novo, a modificar comportamentos, ou a sair de situações desagradáveis, por já estarmos familiarizados com o antigo e acostumados com o status quo**, apesar de já não nos fazerem bem (Duhigg, 2012).

Mudar hábitos exige esforço mental e físico, e só é possível fazê-lo de forma deliberada e intencional, o que vai contra o modo como nosso cérebro funciona: utilizando sua capacidade mínima e economizando energia para momentos de emergência (Duhigg, 2012).

Lipton (2007) afirma que as nossas células apresentam somente **dois tipos de comportamento**, aperfeiçoados durante milhões de anos de evolução: **(1) Crescimento, entendido como a procura de nutrientes que forneçam energia para desenvolver e manter o saudável funcionamento de seus sistemas vitais; (2) Proteção, entendido como a fuga de toxinas e outras ameaças** (Lipton, 2007). Essas reações partem de nossas células, mas refletem no nosso corpo e mente (Lipton, 2007).

Quando em proteção, os seres humanos restringem o seu comportamento de crescimento, dado que toda a energia deve ser canalizada para o mecanismo de «luta ou fuga» (Lipton, 2007). “A redistribuição das reservas de energia para a reação de proteção invariavelmente resulta na redução do crescimento” (Lipton, 2007, p. 150), e debilitação do sistema. **“[Situações] que envolvam reações prolongadas de proteção inibem a produção da energia que mantém a vida.** Quanto mais um organismo permanece nesse estado, mais comprometido se torna seu nível de energia.” (Lipton, 2007, p. 150)

Para fazer com que as células que compõem nosso corpo consigam prosperar, “eliminar os fatores de estresse somente nos coloca em um ponto neutro do processo: Para estar bem de verdade, precisamos não apenas eliminar os fatores estressantes como também vivenciar momentos intensos de alegria, amor e satisfação que estimulem nosso processo de crescimento” (Lipton, 2007, p. 151). Sendo assim, conclui-se que o crescimento não acontece somente quando nos vemos livres de ameaças ou preocupações; é preciso que este seja estimulado. Caso contrário, nos encontraremos em um estado estaque e não próspero.

Num mundo onde todos os espaços já foram descobertos e conhecidos, as incertezas tendem a ser bem menores, e a adquirir contornos diversos. Vivemos em uma era marcada por uma crescente previsibilidade, graças ao amplo acesso à informação que pode ser utilizada a nosso favor para tomar decisões menos arriscadas e mais certas (Carlin, 2022). Os recursos que temos à disposição hoje em dia visam facilitar nossa vida, economizar nosso

tempo com tarefas antes manuais, nos poupar de ter que exercitar nosso cérebro para memorizar números ou fazer contas (Carlin, 2022).

Contudo, uma das consequências negativas de todo este conforto é a perda de conhecimentos milenares que, em sua maioria, estão relacionados com a nossa relação com a natureza e a vida em sociedade, numa lógica de mutualista. Temos presentemente a tendência de acreditar que tudo que se refere ao passado é retrógrado e ultrapassado, e que seria contraprodutivo aplicar qualquer princípio pregresso à nossa vida moderna.

Tal deve-se ao fato de, em grande maioria dos casos, termos aversão ao «novo», ao imprevisto e a **mudanças, as quais criam insegurança, e estão associadas à possibilidade de enfrentamento do desconhecido** (Kolbert, 2021), de onde podem surgir ameaças que nos colocam em «proteção.

2. PROBLEMA

No presente capítulo será analisado o «Problema», ou seja, a problemática central sobre a qual se procura refletir no presente documento. A exemplo do capítulo anterior, também este não se centra apenas na área do design expandindo-se para a sociedade e para o comportamento humano perante do ecossistema em que se insere.

Este capítulo aborda as consequências do movimentos dos humanos para as grandes cidades e excesso de racionalismo, patente na flexibilização e/ou destruição dos vínculos familiares, a propagação da falta de empatia, da falta de cordialidade, do anonimato e dos descuido, que influenciam a saúde física e mental dos habitantes.

Este capítulo está organizado através da sucessão de assuntos que se encadeiam para a criação da ideia global pretendida, e que desta forma traduz a observação do autor. No final do capítulo será possível observar uma Síntese com as ideias principais.

Os tópicos a serem abordados neste capítulo são:

- **As consequências para a saúde do neoliberalismo**
- **A cidade fomenta o mecanismo de defesa**
- **O efeito para a cidade da deslocalização dos postos de trabalho**
- **Os efeitos da crença excessiva na razão-pura**

2.1. Se eu não me defender, quem defenderá?

“O neoliberalismo fez que nos encarássemos a nós mesmos como competidores e não colaboradores, consumidores e não cidadãos, açambarcadores e não partilhadores, tomadores e não doadores, vigaristas e não auxiliares; pessoas que, além de estarem demasiado ocupadas para que o vizinho possa contar com elas, nem sequer sabem o nome desse vizinho. E, coletivamente, nós deixamos que isto acontecesse. De muitas formas, esta foi uma reação racional. **É que, no capitalismo neoliberal, se eu não «me» defender, quem me defenderá? O mercado? O Estado? O nosso empregador? O nosso vizinho? Pouco provável. O problema é que uma sociedade egoísta em que tudo gira em torno do «eu», em que as pessoas sentem que têm de se cuidar de si mesmas porque mais ninguém o fará é, inevitavelmente, uma sociedade solitária.**” (Hertz, 2021, p.25)

Do texto anterior podemos extrair que a estrutura de sociedade na qual vivemos atualmente se tornou de forma gradual e quase imperceptível, um jogo de sobrevivência, onde todos são considerados inimigos e concorrentes. O outro pode a qualquer momento representar uma ameaça ao nosso estilo de vida e à nossa segurança física e financeira. Todos lutam pelos mesmos objetivos, mas de forma solitária e individualista.

Ao invés de trabalharmos juntos para atingir um objetivo comum como faziam as civilizações mais antigas, que aprenderam a agir de forma conjunta e coordenada para garantir a sobrevivência de todos, trabalhamos sozinhos para atingir metas, muitas vezes inalcançáveis. Somos levados a acreditar que o único modo de garantir o sustento de forma digna é acumular o maior número possível de riquezas e posses, e que a maneira de consegui-lo é trabalhar de forma exaustiva, reduzir ao máximo o tempo gasto com lazer e tudo que nos faça perder o foco nas atividades que produzem benefícios financeiros.

A percepção dos impactos deste fenómeno, em especial a temática dos ambientes tóxicos de trabalho, começou finalmente a ser estudada e discutida em profundidade, levando à substituição do culto ao trabalho exaustivo, pelo culto à saúde mental e a desaceleração de ritmo (Hertz, 2021). Porém, tais mudanças de pensamento ainda estão reduzidas a uma parcela pequena da sociedade, pelo que a maior parte continua num contexto em que se sente desamparada e solitária (Hertz, 2021).

Desde o início da Revolução Industrial, o desenvolvimento tecnológico tem criado soluções que reduzem e otimizam o trabalho, reduzindo a necessidade de mão-de-obra humana (Hertz, 2021). Este fato, associado ao competitivo espírito neoliberal, leva a um aumento da distância entre colegas de trabalho, do sentimento de solidão e de que devemos resolver tudo de forma independente. Pedir ajuda ou unir esforços, passou a ser sinónimo de fraqueza ou incompetência (Hertz, 2021). A este fenómeno junta-se a deslocação das

pessoas para as grandes cidades, que levam à quebra dos vínculos familiares e sociais, ao ponto de vizinhos sequer se conhecerem (Hertz, 2021).

Nestes ambientes em que tendemos a nos sentir solitários e individualistas, nossa saúde, tanto psicológica, quanto física, é afetada negativamente de forma significativa (Hertz, 2021). Isto acontece porque ao contrariarmos nosso instinto natural de viver em comunidade e desenvolver conexões com seus demais integrantes, nosso corpo desencadeia “uma reação biológica à solidão que intensifica o nosso estado de alerta, e é fisiológica e psicologicamente tão desagradável que somos motivados a pôr-lhe cobro o mais depressa possível.” (Hertz, 2021, p.35). Ou seja, entramos em «proteção».

“Até muito recentemente na história da nossa espécie, um ser humano solitário corria o risco real de morrer - estava vulnerável num mundo em que o grupo garantia a sobrevivência. **Estar ligado a outros é o nosso estado natural e, com efeito, desejável quer tenhamos ou não consciência desse desejo.**” Hertz, 2021, p.35

Podemos assim concluir que, quanto mais isolados e mais solitários nos sentimos, mais adoecidos nos tornamos. Sendo o contrário também verdadeiro: quanto mais estreitos forem os laços entre nós e os demais membros da comunidade, na qual estamos inseridos, menos solitários e desamparados nos sentimos, o que melhora substancialmente nossa saúde mental e física. Este reflexo fisiológico à solidão é um mecanismo de defesa do corpo humano que ao longo de milhares de anos de evolução, “aprendeu” que para sobrevivermos, precisamos de outras pessoas (Hertz, 2021) (Kropotkine, 2021).

2.2. A cidade fomenta um mecanismo de defesa

“Estudos demonstraram que, não só o nível de civilidade é mais baixo nas cidades, como também quanto mais densamente povoada for uma cidade, menos cordial se torna”.

Isto é, em parte, um problema de escala; anonimato propaga a hostilidade e o descuido, e a cidade, cheia de desconhecidos, é anônima por excelência. Com que frequência sente que há pessoas à sua volta, mas que não estão consigo?», pergunta a Escala de Solidão da UCLA de que falámos antes. Na cidade, há sempre pessoas à nossa volta, mas raramente sentimos que estão «conosco». **A dimensão da cidade não só fomenta a brusquidão, como também impõe em muitos de nós uma espécie de mecanismo de defesa.** Da mesma forma que, quando nos confrontamos com vinte variedades de compota num supermercado, estamos programados para não comprarmos nenhuma, também quando nos confrontamos com toda aquela gente a nossa resposta e muitas vezes retiramo-nos'.” (Hertz, 2021, p. 79)

Cidades de grande porte, onde muitas pessoas habitam, mas poucas se conhecem, são, de acordo com Hertz (2021), o ambiente perfeito para fomentar a rispidez entre seus moradores. **Quando não existe uma relação, mesmo que remota, entre nós e as pessoas com quem devemos lidar no cotidiano, não somos tão cuidadosos no modo como nos comportamos, pois o anonimato garante uma certa imunidade e reduz de certa forma as consequências de nossos atos** (Hertz, 2021). Em cidades menores tal comportamento não é visto com tanta frequência, pois mesmo que nem todos se conheçam pessoalmente, alguma ligação, quase todos têm. Isto faz com que as pessoas sejam mais corteses e responsáveis no trato com os demais, pois a repercussão de seus maus atos será amplamente conhecida e poderá afetar sua reputação dentro da comunidade.

Esta contradição em que, apesar de estarmos rodeados por muitas pessoas, não as conhecemos ou desenvolvemos elos de amizade com nenhuma delas, é sentida e vivida com maior frequência pelos habitantes de grandes cidades (Hertz, 2021). Este fenómeno deve-se, entre outros, não só ao grande número de desconhecidos com que nos cruzamos na rua, também à dimensão dos deslocamentos necessários para ir de um lugar ao outro, e ao ritmo acelerado de vida, onde todos parecem sempre atrasados e sem tempo para interações. Quando se vive em constante movimento, com pouca ou nenhuma disponibilidade para pausas, torna-se quase impossível conhecer ou criar laços com qualquer pessoa, mesmo que esta more ao lado (Hertz, 2021). Uma experiência realizada no Princeton Theological Seminar - a experiência do «Bom Samaritano» - concluiu que a falta de tempo num contexto de abundância de estímulos são dos principais responsáveis pela falta de empatia presentemente sentido (Goleman, 2011).

Levando em consideração que **“em 2050, quase 70% da população mundial estará a viver em cidades com mais de uma em cada dez pessoas a viver em cidades com**

mais de 10 milhões de habitantes” (Hertz, 2021, p. 78), pode-se prever as implicações deste fenómeno ao nível psicológico e social destes habitantes, caso algo não seja feito para mudar esta realidade. Por outro lado, cidades do interior com pequeno porte estão esvaziando de forma significativa e seus habitantes, se veem forçados a migrar para locais onde possam encontrar mais oportunidades de trabalho e de desenvolvimento profissional.

Como resultado da superpopulação, e a expansão constante da demanda por moradia, “para muitos residentes nas cidades, o aumento das rendas e os preços inacessíveis das casas fizeram que lançar raízes numa comunidade e aí fazer um investimento emocional se tornasse uma opção cada vez menos viável.” (Hertz, 2021, p. 85) Ademais, com a agravante de que o aumento dos salários raramente acompanha o crescente preço dos aluguéis, os custos com moradia correspondem a uma parcela cada vez maior da renda familiar, o que obriga muitas pessoas a terem de se mudar com frequência para bairros mais distantes e com preços mais acessíveis (Hertz, 2021).

Assim, os bairros mais próximos ao centro, aos locais de entretenimento, e aos serviços que as cidades oferecem se tornam exclusividade daqueles que podem pagar por eles, sendo estes, os poucos a conseguirem criar alguma relação com seu entorno e com os demais privilegiados daquela zona (Hertz, 2021). Essas relações homogêneas, reduzidas a pessoas que tenham vivências similares e que pensam da mesma forma, são demasiado limitadoras e fazem com que os níveis de confiança entre os membros de uma mesma cidade sejam menores. Já o contato pessoal entre diferentes grupos étnicos permite que as pessoas descubram o quanto são semelhantes àquelas que pensavam não ter nada em comum, e que talvez tenham representado uma ameaça anteriormente. Como efeito, seus níveis de confiança na sociedade como um todo aumenta, tornando-as mais abertas a influências externas e menos preconceituosas:

“... quanto maior o número de contatos entre os diferentes grupos étnicos, mais forte se torna a coesão social. Com efeito, em «bairros etnicamente diversos», concluíram os investigadores, «aqueles que referem manter um contato frequente com pessoas do seu bairro confiam bastante mais nas pessoas em geral, incluindo desconhecidos, e não apenas no seu espaço imediato», do que aquelas com pouco ou nenhum contato interpessoal, independentemente do grupo étnico a que pertencam.

Em suma, as interações frente a frente quotidianas com pessoas diferentes de nós tornam mais fácil ver o que temos em comum, e não tanto o que nos separa.” (Hertz, 2021, p.104)

Retornando à questão da extensão de algumas cidades, vale ressaltar que quanto maior a distância entre a casa e os locais de lazer e divertimento, ou seja, locais que vamos

porque queremos e não porque precisamos, e onde podemos interagir com pessoas fora do nosso convívio imediato, menor a probabilidade de que façamos uso destes locais, uma vez que se depende do transporte público para tal. As longas distâncias fazem com que as pessoas, já cansadas dos longos deslocamentos durante a semana, estejam menos propensas a despendar o esforço necessário para voltarem ao centro aos finais de semana, quando finalmente possuem tempo livre para se dedicarem a tais atividades.

Diante do exposto, pode-se perceber a importância da existência de espaços de convívio público acessíveis a reduzidas distâncias de bairros residenciais, para que um maior número de pessoas possam ter interações inesperadas e onde diversos grupos sociais e étnicos possam se encontrar e conviver. Pois, “não nos podemos unir se não interagimos uns com os outros. Não podemos encontrar um terreno comum se não houver terreno algum que possamos partilhar.” (Hertz, 2021, p. 105)

À luz dos argumentos apresentados anteriormente, pode-se inferir que cidades de menor porte, nas quais a escala é mais propícia à utilização do pedestre, e em que as distâncias são reduzidas, os habitantes se conhecem e tendem a manter relações mais próximas uns com os outros. Nestas, a comunidade tende a ser mais unida e as pessoas se sentem menos sozinhas, pelo que os ambientes se tornam muito mais saudáveis para se viver em todos os sentidos.

2.3. Isso provocou um êxodo da cidade

“Na última metade do século XIX, ergueu-se nas margens dos Grandes Lagos da América do Norte uma das cidades industriais de crescimento mais rápido em todo o mundo ocidental: Detroit, no Michigan. A cidade, a que chamara a “Paris do Oeste” por causa da sua arquitetura espetacular e das avenidas largas, pontuadas por candeeiros ligados à rede elétrica, ficava no coração de uma extensa rede comercial que ligava Chicago a Nova Iorque e ao resto da Costa Leste. No início do século XX, Henry Ford fundou ali a sua imensamente bem sucedida Ford Motor Company, que depressa atraiu uma corrente de homens de negócios e transformou a cidade na capital mundial da indústria automóvel. Detroit atingiu o auge na década de 1950, quando a população chegou a 1,85 milhões, o que a tornou a quinta maior cidade dos EUA. Os trabalhadores do setor automóvel tinham salários mais elevados do que os colegas de outras indústrias e os fabricantes de carros empregavam um grande contingente de gestores e engenheiros, cujo rendimento superior lhes permitia construir casas de luxo nos subúrbios, jantar em restaurantes requintados e assistir a peças de teatro nas sumptuosas salas de espetáculo erguidas em Detroit.

Nos anos 1960, porém, a sorte da cidade começou a mudar. A concorrência na indústria automóvel intensificou-se e alguns fabricantes transferiram partes da atividade para o México, para o Canadá e para estados do sul, para pouparem nos custos laborais. Isto provocou um êxodo da cidade: houve bairros inteiros que se tornaram cidades-fantasma. Em 1967, com a economia de Detroit em queda livre, eclodiu um motim que durou cinco dias e custou a vida a 43 pessoas. A cidade estava mergulhada em corrupção, crime e desemprego, uma imagem que ficou gravada na cultura popular em filmes como RoboCop. Em 2013, o município declarou falência, depois de acumular a maior dívida de sempre de qualquer cidade norte-americana. Hoje, a população de Detroit tem menos de um terço da dimensão que tinha na década de 1950 e muitas ruas são uma sucessão de edifícios abandonados e degradados num contraste triste com o passado glorioso.” (Galor, 2022, pp. 134,135)

O texto acima exemplifica com clareza **um dos principais motivos que provocam a retirada em massa de habitantes de algumas cidades: a ausência de postos de trabalho causada pela migração de grandes empresas**, que anteriormente empregavam um número considerável de pessoas. Um dos principais motivos para esta mudança é a oferta de amenidades e incentivos para estabelecerem suas linhas de produção. A partir do momento em que estes postos de trabalho passam a não existir mais, a população economicamente ativa não encontra mais meios de permanecer na cidade, pois sua mão-de-obra não é absorvida. Consequentemente, estas pessoas se veem obrigadas a acompanhar seus empregadores para onde eles se mudarem, fazendo com que o lugar onde moravam se esvazie rapidamente.

Naturalmente, este cenário tende a afetar de forma mais abrupta cidades que concentram sua economia em indústrias, e onde os trabalhadores destas são uma parcela

considerável da população responsável por movimentar a economia local. Logo, quando estes precisam se mudar compulsoriamente, os comerciantes e prestadores de serviços locais também são impactados, por perderem uma parte considerável de seus clientes (Galor, 2022).

“O declínio das cidades e regiões industriais tem sido profundamente perturbante para as comunidades nelas estabelecidas: alguns trabalhadores mais antigos perderam, por tempo indefinido, a capacidade de se sustentarem e houve um número significativo de residentes mais jovens obrigados a desenraizar-se a migrarem, à procura de emprego noutros lados.” (Galor, 2022, p. 139)

Tal conjuntura demonstra a elevada vulnerabilidade que os trabalhadores de uma cidade vivenciam, quando uma grande quantidade de pessoas tem como principal fonte de renda um reduzido número de empregadores, ou até apenas um.

Podemos considerar que o impacto sentido quando uma empresa de grande porte decide se deslocalizar poderá ser significativamente maior em uma cidade pequena do que em uma cidade grande, já que a porcentagem de pessoas desempregadas em relação ao número total de habitantes será maior do que se o mesmo acontecesse em uma cidade com milhares ou milhões de habitantes. Nestas, esse tipo de mão-de-obra tenderá ser mais facilmente realocada para outros postos de trabalho, devido a maior demanda de serviços.

A lição que pode-se tirar da perspectiva apresentada anteriormente é a de que quanto mais concentrada e focada em apenas um tipo de atividade a economia local é, mais vulnerável e suscetível a crises ela se torna. Desta forma, quanto mais descentralizada e diversificada essa economia se apresentar, mais forte, estável e resiliente ela tenderá a ser, pois quando um setor falha, existem diversos outros que podem amortecer suas sequelas. Ou seja, quando boa parte do ecossistema de uma cidade ou país depende grandemente de uma única fonte de renda, e essa fonte entra em crise ou deixa de existir, por qualquer motivo que seja, os efeitos negativos sentidos pela população em geral podem ser catastróficos.

Mancuso (2022) menciona a crescente concentração da espécie humana nas cidades, as quais se tornam cada vez mais o «nicho ecológico» humano, ou seja, o local cujas características essenciais permitem a sua multiplicação e propagação. No entanto, este movimento humano tem levado a que o Ser Humano se esteja a tornar numa espécie «especialista», ou seja, apenas capaz de povoar locais específicos (Mancuso, 2022). Este fato torna o Homem num ser mais frágil perante alterações do ecossistema que ponham em risco de forma significativa o seu «nicho ecológico», dado que limitam a sua adaptação (Mancuso, 2022).

Além dos efeitos negativos para a economia, pode-se também ressaltar os efeitos sociais e psicológicos do movimento de êxodo em massa das cidades em busca de melhores condições de trabalho. **As relações sociais e os laços familiares construídos ao longo de décadas são rompidos subitamente e a comunidade é afetada como um todo, pois as pessoas que antes formavam uma rede de apoio mútuo, já não estão mais lá. O sentimento de segurança e pertencimento diminui entre os que puderam permanecer (Hertz, 2021). As ruas já não são movimentadas como antes, o que certamente desencadeia um sentimento coletivo de nostalgia e desamparo entre a população (Hertz, 2021).**

Esta redução de habitantes tende igualmente por poder levar a uma redução na arrecadação de impostos, o que diminui os recursos financeiros disponíveis para que a administração pública consiga fazer investimentos em melhorias ou até na manutenção de serviços públicos. Comprometendo assim, a qualidade de vida dos moradores que se mantêm (Hertz, 2021).

2.4. Muitos e grandes desastres brotaram dessa fé excessiva na razão pura

“Muitos e grandes desastres brotaram, ao longo dos últimos séculos, dessa fé excessiva na razão pura. Em finais do século XVII, os revolucionários franceses brutalizaram a sociedade em nome da construção de um novo mundo ausente em bases racionais. Os darwinistas sociais acreditavam ter descoberto as leis imutáveis da evolução, que poderiam ser usadas para garantir a sobrevivência dos mais aptos. Sob inspiração de Frederick Taylor, grupos empresariais tentaram fazer dos trabalhadores fabris hiper eficientes dentes de engrenagem. No século XX, os comunistas ensaiaram reengenharias sociais em nações inteiras, tentando, por exemplo, criar o novo homem soviético. **No Ocidente, Le Corbusier e toda uma geração de programadores urbanistas tentaram transformar as cidades em máquinas racionais - fábricas de trânsito - arrasando bairros para os substituir por autoestradas de várias faixas e projetos habitacionais simétricos, apartados da cidade antiga.** Tecnocratas de países ricos tentaram plantar projetos de desenvolvimento de larga escala em países em desenvolvimento, sem grande contemplação pelo contexto local. Analistas financeiros em grandes bancos e em bancos centrais julgaram ter dominado os ciclos econômicos e criaram a «grande moderação».” (Brooks, 2011, p.292)

O texto acima exemplifica o conceito de que uma solução padronizada que propõe benefícios do ponto de vista teórico, quando implementada em contexto prático, pode produzir efeitos inversos ao desejado, afetando negativamente as pessoas envolvidas. **As nuances locais como o contexto, as dinâmicas sociais, a cultura, a língua, as condições climáticas, etc, são fatores primordiais na construção de qualquer solução para problemas sociais complexos, que visam a melhoria da qualidade de vida de uma população. Quando tais fatores são ignorados, e uma solução genérica é implantada, pode desencadear o surgimento de problemas que não existiam anteriormente.** (Brooks, 2012)

Como mencionado por Brooks (2021), os efeitos nocivos do racionalismo podem ser percebidos em diversas áreas da vida quotidiana: no planeamento urbano, na organização do trabalho, nos sistemas políticos, na economia, etc. Apesar de muitas descobertas e avanços científicos terem sido impulsionadas pelo racionalismo, quando aplicado no estudo das interações humanas acabou, muitas vezes, por trazer consequências desastrosas. (Brooks, D., 2021).

“[Após o Renascimento] (...) grandes investigadores começaram a dissecar e a compreender o mundo em que viviam. A metáfora no mundo é uma máquina» começou a tomar o lugar da metáfora no mundo é um organismo vivo». A sociedade era

frequentemente vista como um relógio composto de milhões de peças móveis (...).” Brooks, 2011, p.289)

O que esta visão racionalista falha em levar em consideração é o fato de que os indivíduos são fortemente influenciados por fatores como: a raça, as tradições, o tempo, as instituições e a educação (Le Bon, 1985), e como podemos observar, tais elementos podem ser completamente diferentes dentro de uma mesma sociedade, quanto mais em um contexto global. Estes fatores, que Le Bon (1985) caracteriza como fatores remotos que influenciam as crenças e opiniões de uma multidão (grupo de pessoas que tendo problemas ou motivações em comum, se unem em prol de uma causa conjunta) são hoje em dia acrescidos pela influência que uma cultura exerce sobre a outra devido à globalização do conhecimento. Tal interferência resulta no aumento exponencial da pluralidade de pensamentos e visão de mundo a um nível micro, fazendo com que pessoas de um mesmo núcleo familiar tenham opiniões completamente opostas em relação ao mesmo tema, podendo inclusive estar em vários sítios digitais enquanto estão apenas num sítio físico (Innerarity, 2009)

Frente ao exposto acima, pode-se chegar a conclusão de que a concepção utópica de que vivemos em um universo puramente cartesiano, onde tudo pode ser mensurado e planificado com a ajuda de números e fórmulas, ao ser extrapolada para ajudar a resolver problemas sociais altamente subjetivos e voláteis da presente «modernidade líquida» como Bauman (1999) definiu, raramente tenderá a culminar em resultados desejados. Esta inconstância foi recentemente resumida pelo conceito VUCA, que se trata do acrônimo em inglês para volatilidade (volatility), incerteza (uncertainty), complexidade (complexity) e ambiguidade (ambiguity) (Wikipedia, 2023)

Neste contexto, Brooks (2011) afirma que “a tradição racionalista mostrou-se sedutora. Prometia certeza, prometia libertar as pessoas da ansiedade causada pela indefinição e a dúvida” (p. 289). Por seu lado, os seres humanos estão biologicamente programados para evitar a complexidade e o desconhecido, o que os faz buscar sempre a solução mais simples para os problemas com que se deparam. (Duhigg, 2012)

“O racionalismo ganhou enorme prestígio ao longo dos séculos XIX e XX. Todavia, contém diversas limitações e enviesamentos. **Este modo de pensar é reducionista, decompõe os problemas em pequenas partes e é cego aos sistemas emergentes.** O que este modo de pensar faz, como observa Guy Claxton no seu livro *The Wegund Mind*, é valorizar a explicação em detrimento da observação. **Gasta-se mais tempo a solucionar o problema do que a analisar a cena.** É um método intencional, em vez de recreativo. **Valoriza o tipo de conhecimento que pode ser traduzido por palavras e números em detrimento do que não pode. Procura regras e princípios aplicáveis a contextos diversos e subvaloriza a**

importância dos contextos específicos. Acresce que o método racionalista assentou numa série de pressuposições. Pressupõe que os cientistas sociais podem olhar a sociedade objetivamente e colocando-se à margem, purgados de todas as paixões e enviesamentos inconscientes. Pressupõe que a razão é mais forte e é separável de emoção e desejo.” (Brooks, 2012, p. 291)

Presentemente, podemos observar que problemas sociais complexos podem ter inúmeras camadas de profundidade, ser interdependentes, e ser influenciados por diversos fatores não facilmente detectados ou modificados, pelo que as suas causas não podem ser analisadas separadamente e isoladas umas das outras. Ou seja, qualquer mudança pode impactar não somente seu entorno imediato, mas também gerar um efeito dominó nas demais vertentes do problema.

A título de exemplo, quando construímos conjuntos de arranha-céus com dezenas de andares com o intuito de fazer com que mais pessoas possam habitar um determinado bairro (com óbvios ganhos financeiros associados à sua venda), tendemos muitas vezes a esquecer de antecipar as consequências negativas deste tipo de construção: como o aumento do tráfego de carros e a da poluição do ar que advém de seu uso; a perda da escala do pedestre, que passa a ter de se deslocar por mais tempo para acessar serviços que não encontra próximo a sua casa; a necessidade de alargamento da infra-estrutura local, que antes desenhada para atender uma quantidade X de pessoas, passa a ser insuficiente; a perda do senso de comunidade, pois em prédios como estes, os moradores geralmente não conhecem seus vizinhos, por efeito da grande quantidade de moradores, dentre outras.

Diante do exposto acima, pode-se concluir que, para desenvolver qualquer tipo de plano de ação, que visa a resolução de um problema social, deverá ser necessário, numa primeira fase, fazer uma análise holística (que considera o todo não somente como uma junção de suas partes; que busca entender os fenômenos por completo) do problema, levando em consideração as ligações entre as partes ou causas, e não apenas a ponta do problema. Também é importante ressaltar que a solução a ser desenvolvida para uma população, muitas vezes, não será adequada a outras, sendo indispensável considerar as nuances locais. Além disso, qualquer alteração proposta, frequentemente terá efeitos negativos que, quando antecipados, podem ser mitigados ou evitados.

Este fato não deve, no entanto, impedir a implementação de modelos, entendidos como “(...) uma representação abstrata ou uma simulação de um «sistema» que fornece uma descrição completa do sistema de uma determinada perspectiva.” (Universidade Federal de Pernambuco, sd), em especial quando este é abrangente e procura uma visão holística inicial.

2.5. Os bairros transformaram-se em desertos atomizados, impróprios para habitação humana

“Harold acreditava que, ao longo da sua vida, essa mentalidade já tinha conduzido a uma série de políticas desastrosas e que essas políticas tiveram resultados por um motivo comum: **reorganizavam as condições materiais de maneira positiva, mas comprometiam as relações sociais de modo involuntário e prejudicial.**

Alguns dos erros vinham da esquerda. Nas décadas de 1950 e 1960, reformadores bem-intencionados, vendo tantos bairros degradados e tantos andares de renda a desmoronar-se, decidiram substituí-los por novos e refulgentes projetos de habitação social. **Mas, se é verdade que esses bairros estavam decrépitos, eles continham redes de apoio mútuo e laços comunitários. Quando foram demolidos e substituídos pelos novos projetos habitacionais, a vida dos locatários melhorou materialmente, mas piorou espiritualmente. Os bairros transformaram-se em desertos atomizados, impróprios para habitação humana.**

(...)

Outros falhanços políticos vieram da direita. **Na era da desregulação, gigantes como a Walmart dizimaram o comércio tradicional local e as redes de amizade e interesses comunitários que esse comércio ajudava a criar. Os mercados financeiros globais engoliram os pequenos bancos, e o saber local do banqueiro ou do empregado bancário foi substituído por hordas de corretores a muitos milhares de quilômetros.**” (Brooks, 2012, p. 405)

Como exemplificado por Brooks (2012), quando políticas públicas consideram apenas aspectos formais e funcionais de um problema, a fim de solucioná-lo rápida e eficientemente, desconsiderando os fatores emocionais e psicológicos que permeiam a questão, os resultados tendem a ter consequências desastrosas imprevistas. Somos seres complexos e altamente influenciáveis pelo espaço no qual vivemos, pelo que nossas emoções e ações são reféns do contexto, no qual estamos inseridos de maneira inconsciente, ou seja, sem que percebamos, ou possamos controlar (Kahneman, Sibony, & Sunstein, 2021) (Montgomery, 2013).

Se o bairro ou a cidade que habitamos promovem interações sociais por meio da oferta de espaços públicos de qualidade e é amigável a escala do pedestre, incentivando deslocamentos a pé, seus habitantes e usuários refletirão os comportamentos adequados a este local. Por outro lado, se habitamos em um lugar hostil, que estimula a reclusão, segregação ou o individualismo, naturalmente nos comportaremos desta forma. Brooks (2012) argumenta que este cenário acarreta em consequências negativas à saúde de quem ali mora ou frequenta.

Ainda segundo Brooks (2012), a qualidade das relações que temos com nossos familiares, amigos, vizinhos ou a comunidade ao redor, determinam nossos níveis de saúde mental e física. “A revolução cognitiva já demonstrara que os seres humanos emergem de relações, que a saúde de uma sociedade é determinada pela saúde dessas relações, e não pela medida em que essa sociedade maximiza a opção individual” (p. 409). Ou seja, quando tais interações são tóxicas ou inexistentes, nossa mente e corpo são afetados diretamente. Curiosamente, relações interpessoais saudáveis têm um poder maior de influenciar nossa saúde, do que possuir benefícios individuais (Hertz, 2021)

O senso de comunidade, as relações de proximidade entre os habitantes, o sentimento de pertencimento e de identificação com o local onde vivemos, são aspectos cruciais para determinar os níveis de qualidade de vida de uma população (Hertz, 2021). Quando mudanças físicas grandiosas são implementadas em um determinado local, alterando sua escala de maneira significativa e como efeito, crescendo distância entre as pessoas, que antes estavam próximas, as relações interpessoais são afetadas de maneira negativa (Hertz, 2021).

Um outro aspecto importante a ser considerado referente à mudança na escala física de um local, que pode afetar as frágeis relações interpessoais que permeiam as comunidades envolvidas, é a inserção de grandes conglomerados comerciais. Devido à sua capacidade de concentração de uma grande variedade de produtos e serviços em um só local e as facilidades que tais centros oferecem, como poder fazer diferentes atividades com pouco ou nenhum deslocamento, tais locais acabam por ofuscar o pequeno comerciante local, que não tendo como competir, acaba fechando as portas (Brooks, 2012). Quando um comércio local fecha, as relações de amizade e confiança que ali se desenvolveram ao longo dos anos são perdidas, pois o ponto de encontro onde as pessoas antes se reuniam para conviver, já não existe mais (Hertz, 2021) (Brooks, 2012). Como resultado, resta aos consumidores recorrerem a grandes empresas onde o tratamento personalizado que possuíam antes e a relação de confiança, não existem, e onde são tratados como números em uma planilha, não como conhecidos de uma vida.

Tais cenários são encontrados constantemente em grandes cidades, onde as escalas são demasiado grandes para permitir que seus habitantes desenvolvam um sentimento de pertencimento e se identifiquem com o local. As relações de amizade e de convivência não se desenvolvem com tanta facilidade ou frequência, pois a quantidade de pessoas vivendo e convivendo em um mesmo espaço é muito grande para que estas consigam se conhecer com profundidade. A oferta de produtos e serviços é tão farta que já não conhecemos aqueles que os vendem ou nos servem. Os deslocamentos são tão longos e estressantes que não nos permitem tempo suficiente de sobra para aproveitar com aquilo que realmente nos interessa e com o que gostamos de fazer. O custo de vida é tão elevado

que não nos permite ter os recursos financeiros para gastar com atividades ou coisas, que nos trazem felicidade.

Brooks (2012) sugere que “numa sociedade profundamente interligada, é possível identificar a rede gradual de instituições que vinculam a família ao bairro, o bairro à cidade, a cidade à associação de autarquias, a associação de autarquias a associações nacionais e associações nacionais ao governo” (p. 408). Neste contexto, podemos considerar que a proximidade entre todas as camadas da sociedade, desde o cidadão comum até o governo seria não só percebida, mas também sentida, no dia a dia pelas pessoas, pois estas poderiam assimilar com maior clareza o quanto suas necessidades estariam refletidas nas decisões governamentais. Esta segurança e o consequente sentimento de pertencimento, fariam com que a qualidade de vida dos habitantes aumentasse significativamente, reduzindo assim, os problemas associados. **No entanto, o que vivenciamos hoje na esmagadora maioria dos casos, é o completo oposto da visão ideal apontada por Brooks (2012), onde a desconexão entre as instituições é palpável no dia a dia do povo e frequentemente apenas os interesses dos mais abastados são levados em consideração para a tomada de decisões estratégicas do governo.**

“A razão por que a vida e a política são tão difíceis é por as relações serem a coisa mais importante mas também a mais difícil de compreender.” (Brooks, 2012, p. 401)

2.6. Estudo de caso: Macomer, Sardenha

As descobertas a seguir refletem um apanhado de entrevistas feitas com moradores de Macomer, cidade no interior da Sardenha, Itália, com cerca de 9 mil habitantes. As entrevistas foram feitas pela autora deste estudo com moradores nascidos na região, e que continuam a lá habitar até ao presente. Tiveram lugar entre Abril e Junho de 2022 com pessoas entre 22 e 59 anos.

A cidade em questão foi escolhida pela sua história, que reflete o fenómeno de desertificação demográfica, ou seja, o esvaziamento da cidade pela população economicamente ativa em busca de melhores oportunidades de trabalho, desde o início do declínio da região, que antes caracterizava um polo industrial.

Para entender melhor o fenómeno, perguntou-se aos moradores sobre a história da cidade, as razões que levaram ao seu esvaziamento, os problemas enfrentados atualmente e as potencialidades da região. As opiniões coletadas refletem a visão individual de cada morador entrevistado e suas perspectivas pessoais, não sendo fruto de pesquisas científicas ou fatos históricos concretos. O objetivo com estas entrevistas foi entender como a população percebe as diferenças entre o passado e o presente da cidade a partir de seu ponto de vista.

História:

Durante as décadas de 70, 80 e 90, Macomer vivenciou um período de muita prosperidade devido à sua crescente zona industrial. Por ter uma localização estratégica no território da Sardenha e aos incentivos do governo, diversas fábricas de médio e grande porte se instalaram na cidade. Moradores de outras cidades e estados se mudaram para Macomer para ocupar os postos de trabalho disponíveis e a cidade por quase 3 décadas prosperou.

Dentre elas, destacavam-se uma fábrica de jeans e uma de lã que empregavam entre 500 e 1000 pessoas cada. A produção de lã, devido ao cultivo de ovelhas na região, era significativa e as fábricas exportavam seus produtos internacionalmente. Outro fator que impulsionou o desenvolvimento local foi a construção da ferrovia, que fez com que Macomer fosse uma parada obrigatória na única rota que ligava o norte ao sul da ilha. Ideal para o escoamento da produção das indústrias locais.

Problemas:

Economia:

A grande maioria dos entrevistados menciona o resultado das políticas comunitárias, bem como a adoção do Euro como moeda única, como o início do período de declínio da região. Um dos exemplos dados foi o fato de que antes do acordo internacional, a região da Sardenha era autônoma na produção de grãos e exportava o excesso para outros países, gerando empregos e riqueza para o local. Após a UE entrar em vigor, cada país ficou restrito a poucas atividades econômicas e foram vetados de continuar a produzir e vender mercadorias que foram designadas a outros, a fim de evitar a concorrência entre os países membros. Hoje, os sardos tem que importar muitos dos produtos e alimentos que produziam antigamente e que afirmam que eram de qualidade superior, além de serem mais baratos, o que cria um sentimento geral de insatisfação entre a população.

Atualmente a região depende fortemente do turismo, o que faz com que durante os meses de verão os postos de trabalho desapareçam nas cidades do interior e se concentrem apenas no litoral. Este fenómeno gera uma migração em massa da população economicamente ativa em busca de oportunidades sazonais de emprego, que nesta época do ano se multiplicam nas cidades costeiras.

As dificuldades encontradas para a abertura e manutenção de negócios giram em torno da falta de incentivo e apoio por parte do conselho municipal para encorajar o empreendedorismo, e do baixo número de consumidores, dado que com o declínio da população, há cada vez menos pessoas para consumir o que se vende nas lojas. Devido às taxas consideradas como abusivas que os donos de negócios têm que pagar ao Estado, muitos não conseguem manter suas lojas abertas. As poucas opções de abertura de estabelecimentos comerciais se limitam a bares e restaurantes, que garantem clientela o suficiente para a manutenção dos mesmos. Outros tipos de negócios costumam não durar muito tempo, o que desencoraja os moradores a investir na cidade e fazê-la prosperar.

Os jovens queixam-se de se sentirem obrigados a abandonar a cidade e mudar-se para o continente, para cidades maiores ou outros países em busca de emprego (algo escasso na cidade). Afirmam no entanto que prefeririam não se deslocar, e apenas o fazem porque precisam, e não porque querem. Os que ainda permanecem na cidade, o fazem devido às conexões e às relações interpessoais com a família, amigos e parceiros, apesar de frequentemente encontrarem dificuldades para se sustentar financeiramente. Ademais, os salários são demasiado baixos para o custo de vida, o que faz com que os moradores não possam usufruir da reduzida oferta de produtos, serviços, entretenimento e lazer na cidade.

Saúde:

O sistema de saúde é considerado deficiente pelos moradores, dado que a maioria dos profissionais que ali trabalham, já tem uma idade avançada e não buscam se atualizar ou se qualificar em outras técnicas ou tratamentos mais modernos. O envelhecimento dos profissionais de saúde também gera um problema de substituição de mão-de-obra, já que quando estes se aposentam, não são substituídos com a urgência necessária, reduzindo assim a capacidade dos hospitais e clínicas da cidade.

Para tratar doenças mais sérias ou complicadas, não é possível encontrar tratamento na cidade, cujas atividades se centram apenas em tratamentos ou exames mais simples. Porém existem hospitais e centros de tratamento disponíveis na região a curtas distâncias. Os médicos de família realizam um bom trabalho com os moradores, apesar de não serem em quantidade o suficiente para atender a quantidade de habitantes.

Política:

Relativamente ao conselho municipal - comune -, os entrevistados consideram que é preciso conhecer as pessoas certas e ter influência para abrir um negócio e conseguir prosperar, pois existe uma política de nepotismo expressiva, onde os governantes geralmente beneficiam familiares ou amigos próximos quando assumem o poder. Segundo os entrevistados, o atual governo apenas conseguiu ser eleito por ter concedido postos de trabalho a alguns poucos habitantes da cidade que ajudaram em sua campanha eleitoral.

Muitos afirmam que o comune não promove ativamente iniciativas de melhoria da infraestrutura da cidade, não incentiva o empreendedorismo entre os jovens, possui uma visão antiquada sobre o que o povo precisa/gostaria e não transmite confiança para a população. Não existe um interesse explícito na melhoria da qualidade de vida da população. Nos últimos anos, foram fechadas inclusive, algumas repartições públicas, fazendo com que os moradores precisem se deslocar para outras cidades maiores para emitir documentos importantes.

As críticas aos altos impostos estatais são constantes e prejudicam principalmente a vida das pessoas que ganham ordenados modestos e dificultam possíveis investimentos em negócios que poderiam ajudar a movimentar a economia local.

Habitação:

Os aluguéis são elevados relativamente aos salários obtidos pelos habitantes da cidade, reduzindo o acesso dos mesmos a habitação de qualidade. Na ausência de regulamentação governamental, as casas e lojas ficam desocupadas por longos períodos de

tempo, o que acontece em paralelo a uma demanda significativa de casas entre os jovens, os quais são forçados a permanecer na casa dos pais por mais tempo do que gostariam.

Transporte:

O sistema de transporte que atende às cidades maiores foi considerado satisfatório em relação à demanda, apesar de os horários não serem sincronizados entre os diferentes modais. Contudo, quando se trata do deslocamento entre cidades menores, o sistema não atende a demanda, o que faz com que mais pessoas se tornem dependentes de automóveis.

Entretenimento:

A principal fonte de divertimento dos habitantes se resume a frequentar bares, restaurantes ou se deslocar para outras cidades maiores, não existindo muitas outras opções locais. Quando questionados sobre o fato de que as ruas parecem estar sempre vazias, inclusive em zonas centrais, os mais jovens afirmam que não há motivo para frequentar as ruas da cidade, uma vez que não existem negócios o suficiente para visitar e a cidade parece ser sempre a mesma.

Em relação a população mais velha, foi mencionado que estes são os que mais sofrem com a solidão e com a falta de investimentos em infra-estrutura e entretenimento dedicados a esta faixa etária. Tanto o único cinema, quanto a única discoteca da cidade fecharam a alguns anos e as pessoas relatam a falta que ter outras opções de distração faz em suas vidas.

Cultura:

Quando questionados sobre como se sentiriam caso novos habitantes de outros países se mudassem para a cidade, uma discrepância considerável pode ser percebida nas reações entre pessoas mais velhas e mais jovens. Os mais velhos demonstraram-se mais preconceituosos com pessoas de fora, principalmente as de origem cigana e provenientes de países mais pobres do leste Europeu e da África. Já os mais jovens acreditam que tal migração poderia beneficiar substancialmente a cidade e suas vidas como um todo: mais pessoas, novas amizades, mais vida, mais diversidade, mais movimento. Estes, também afirmaram ter um bom relacionamento com os imigrantes de sua faixa etária que vivem atualmente na cidade e compartilharam relatos de seu processo de integração com os demais habitantes.

Potencialidades:

Cultura:

Apesar de todos os problemas mencionados anteriormente, pode-se perceber no decorrer das entrevistas, que todos os habitantes têm, apesar de tudo, muito do que se orgulhar em relação ao lugar onde vivem. Dentre os motivos mais comuns, estão a beleza da região, traduzida pela diversidade de paisagens e a riqueza da natureza, as festas tradicionais, bem como a cultura do povo em geral: hospitalidade, generosidade, cordialidade e simpatia. De acordo com os habitantes, é um lugar tranquilo de se viver, onde a taxa de violência é quase inexistente e todos se conhecem e se ajudam. Segundo os mais antigos, não existe ninguém que faça parte da comunidade que passe necessidade financeira, pois todos se ajudam e apoiam quando preciso.

Os jovens adultos se mostraram abertos e mais entusiasmados com a possibilidade de haverem novos moradores provenientes de diferentes partes do mundo. Segundo eles, é exatamente isto que falta na cidade e o que irá trazer vida para a região: conhecer novas pessoas, culturas e fazer amizades. A cortesia e o respeito são valores importantes para quase todos os entrevistados, que repetem quase como um mantra, que todos são bem vindos, desde que também saibam respeitar e se “adaptar” aos costumes locais.

Também foi apontado que uma quantidade significativa de pessoas que se mudam para cidades maiores ou outros países acabam eventualmente retornando a sua cidade de origem pois encontram dificuldades em se adaptar à vida na cidade grande. O desejo de melhoria de vida acaba, por vezes, por ser menos forte que as tradições e estilo de vida que tinham no interior, levando a que seja difícil adaptarem-se à nova realidade.

Entretenimento/Lazer:

Apesar de terem que se deslocar para outras cidades para ter acesso a alguns produtos, serviços ou opções de lazer, estas são relativamente próximas umas das outras, sendo o tempo de viagem médio de uma hora. Dessa forma, existe sempre algo para se fazer, pois as opções encontram-se a apenas alguns quilômetros de distância. O período das festas tradicionais na região é quando as relações entre as cidades se estreitam. O complexo esportivo da cidade é muito bem desenvolvido e a estrutura oferece diferentes opções de esporte para a população. No entanto, a manutenção da zona não é feita com frequência e é desorganizada.

Há alguns anos, os jovens da região se juntaram para promoverem atividades culturais em diferentes cidades, promovendo trocas entre os municípios, visando estimular os jovens a permanecerem no local.

Economia:

Em uma das entrevistas foi mencionado que, caso existisse um certo equilíbrio entre os salários e as despesas pessoais, as pessoas não iriam embora da cidade. Também foi narrado que os jovens da região tem vontade e disposição de mudar a situação e fazer com que o local prospere, porém não encontram uma maneira de fazê-lo, pois existe uma barreira enorme entre os jovens e a política.

Existe uma propensão coletiva para consumir produtos locais e valorizar o pequeno comerciante. Os donos de negócios, inclusive, fazem trocas de produtos entre si. O que um possui e o outro não é frequentemente trocado entre eles, em uma espécie de economia de escambo.

Transporte:

Os habitantes prezam o fato de morarem próximo ao local de trabalho, porém usam demasiado carro para locomoção, mesmo entre curtas distâncias, seja por conveniência ou por falta de opções de transporte.

2.7. Síntese

“O neoliberalismo fez que nos encarássemos a nós mesmos como competidores e não colaboradores, consumidores e não cidadãos, açambarcadores e não partilhadores, tomadores e não doadores, vigaristas e não auxiliadores; pessoas que, além de estarem demasiado ocupadas para que o vizinho possa contar com elas, nem sequer sabem o nome desse vizinho” (Hertz, 2021, p. 25) Neste contexto, somos levados a acreditar que o único modo de garantir o sustento é acumular riquezas e posses, pelo que temos de trabalhar de forma exaustiva e reduzir ao máximo o tempo gasto com lazer e tudo o que não produza benefícios financeiros.

Esta realidade leva a um **aumento da distância entre as pessoas e à ideia de que se tem de resolver tudo sozinho, dado que ninguém se interessa ou não pode demonstrar fraqueza** (Hertz, 2021). A este fenómeno junta-se a deslocação das pessoas para as grandes cidades, que levam à quebra dos vínculos familiares e sociais, ao ponto de vizinhos não se conhecerem, contribuindo para um sentimento de solidão, afetando negativamente a nossa saúde psicológica e física (Hertz, 2021).

Este fato é assim potenciado pela **dimensão das cidades, que quanto maiores são, mais tendem a promover a falta de cordialidade e o anonimato, que propagam a hostilidade e o descuido** (Hertz, 2021). Esta contradição em que, apesar de estarmos rodeados por muitas pessoas, não as conhecemos ou desenvolvemos elos de amizade com nenhuma delas deve-se, entre outros, não só ao grande número de desconhecidos com que nos cruzamos na rua, mas também à dimensão dos deslocamentos e ao ritmo acelerado de vida, onde todos parecem sempre atrasados e sem tempo para interações. **Quando se vive em constante movimento, com pouca ou nenhuma disponibilidade para pausas, torna-se quase impossível conhecer ou criar laços com qualquer pessoa, mesmo que esta more ao lado** (Hertz, 2021). A falta de tempo num contexto de abundância de estímulos é dos principais responsáveis pela falta de empatia presentemente sentido (Goleman, 2011).

Este espírito competitivo está, como referido anteriormente, associado à disponibilidade de ofertas de trabalho que permitam as condições de vida procuradas. **Algumas cidades cresceram exponencialmente fruto da oferta de trabalho que permitiu que para ela convergissem trabalhadores à procura de melhores condições de vida** (Galor, 2022). **No entanto, a deslocalização destas grandes empresas, e sua migração para zonas com mão-de-obra mais barata ou melhores condições criou um fenómeno oposto, levando as pessoas a ter de acompanharem as empresas, ou a ficarem num**

ecossistema com menores condições. Naturalmente, este cenário tende a afetar de forma mais abrupta cidades que concentram sua atividade económica num tipo de atividade básico, e onde os trabalhadores destas são uma parcela considerável da população responsável por movimentar a economia local (Galor, 2022), pois **quanto mais vulnerável essa economia é, mais suscetível a crises ela se torna, e mais pressão de sobrevivência dos habitantes estão sujeitos.**

Parte destes problemas nasce da crença humana na razão pura (Brooks, 2012). **Apesar de muitas descobertas e avanços científicos terem sido impulsionadas pelo racionalismo, este, quando aplicado no estudo das interações humanas, acabou, muitas vezes, por trazer consequências desastrosas.** (Brooks, D., 2021). A implementação de uma solução padronizada que propõe benefícios do ponto de vista teórico, quando implementada em contexto prático, ou extrapolada para ajudar a resolver problemas sociais altamente subjetivos e voláteis da presente «modernidade líquida» como Bauman (1999) definiu, raramente tenderá a culminar em resultados desejados, podendo inclusive produzir efeitos inversos, afetando negativamente as pessoas envolvidas.

Se “a tradição racionalista (...) [prometia] certeza, prometia libertar as pessoas da ansiedade causada pela indefinição e a dúvida” (Brooks, 2012, p. 289), por seu lado, os seres humanos estão biologicamente programados para evitar a complexidade e o desconhecido, o que os faz buscar sempre a solução mais simples para os problemas com que se deparam. (Duhigg, 2012)

“O racionalismo (...) contém diversas limitações e enviesamentos. Este modo de pensar é reducionista, decompõe os problemas em pequenas partes e é cego aos sistemas emergentes. O que este modo de pensar faz, como observa Guy Claxton no seu livro *The Wegund Mind*, é valorizar a explicação em detrimento da observação. **Gasta-se mais tempo a solucionar o problema do que a analisar a cena.** É um método intencional, em vez de recreativo. Valoriza o tipo de conhecimento que pode ser traduzido por palavras e números em detrimento do que não pode. Procura regras e princípios aplicáveis a contextos diversos e subvaloriza a importância dos contextos específicos. Acresce que o método racionalista assentou numa série de pressuposições. **Pressupõe que os cientistas sociais podem olhar a sociedade objetivamente e colocando-se à margem, purgados de todas as paixões e enviesamentos inconscientes. Pressupõe que a razão é mais forte e é separável de emoção e desejo.**” (Brooks, 2012, p. 291)

Neste sentido, quando políticas públicas consideram apenas aspectos formais e funcionais de um problema, a fim de solucioná-lo rápida e eficientemente, desconsiderando os fatores emocionais e psicológicos que permeiam a questão, tendem a ter consequências

desastrosas imprevistas (Brooks, 2012). **Somos seres complexos e altamente influenciáveis pelo espaço no qual vivemos, pelo que nossas emoções e ações são reféns do contexto no qual estamos inseridos de maneira inconsciente, ou seja, sem que percebamos, ou possamos controlar.** (Castellanos, 2022)

Se o bairro ou a cidade que habitamos promovem interações sociais por meio da oferta de espaços públicos de qualidade e é amigável a escala do pedestre, incentivando deslocamentos a pé, seus habitantes e usuários refletirão os comportamentos adequados a este local. Por outro lado, se habitamos em um lugar hostil, que estimula a reclusão, segregação ou o individualismo, naturalmente nos comportaremos desta forma. Brooks (2012) argumenta que este cenário acarreta em consequências negativas à saúde de quem ali mora ou frequenta, uma vez que a qualidade das relações que temos com nossos familiares, amigos, vizinhos ou a comunidade ao redor, determinam nossos níveis de saúde mental e física.

O senso de comunidade, as relações de proximidade entre os habitantes, o sentimento de pertencimento e de identificação com o local onde vivemos, são aspectos cruciais para determinar os níveis de qualidade de vida de uma população (Hertz, 2021).

3. SOLUÇÃO

No presente capítulo será abordada a «Solução», sendo apresentadas estratégias e perspectivas de ação que permitirão resolver o «Problema». A exemplo dos capítulos anteriores, estes conteúdos não se centram apenas na área do design, expandindo-se para outras áreas de conhecimento, trazendo reflexões mais abrangentes. A «Solução» assenta na criação e potenciação de comportamentos mutualistas, em espaços que podem ser extensões do lar, criando comunidades interligadas. Estas, através da análise holística dos desafios que enfrentam, podem encontrar soluções não convencionais, promovendo a emergência de características que não existem quando os elementos dessa comunidade agem sozinho.

Este capítulo está organizado através da sucessão de assuntos que se encadeiam para a criação da ideia global pretendida, e que desta forma traduz a observação do autor.

Os tópicos a serem abordados neste capítulo são:

- **A forma como as plantas distribuem recursos entre si**
- **A forma como a limitação do tráfego urbano multiplicou as relações pessoais, e os benefícios daí alcançados**
- **O papel da comunidade, e a aceitação de elementos externos**
- **O potencial de do envolvimento das comunidades de bairro no planejamento**
- **Propriedades emergentes e inerentes**

3.1. As plantas distribuem recursos entre elas

“O termo «micorriza» é composto pelas palavras gregas para «fungo» e «raiz». É em si mesmo uma colaboração ou entrelaçamento de dois termos e, como tal, um lembrete de como a língua possui o seu próprio sistema de raízes e hifas, por meio do qual o significado é partilhado e trocado.

A relação entre os fungos micorrízicos e as plantas que eles ligam é antiga - tem cerca de 450 milhões de anos - e, em larga medida, de ajuda mútua. **No caso do mutualismo entre árvores e fungos, estes aproveitam o carbono que foi produzido sob a forma de glucose pelas árvores durante a fotossíntese, por meio da clorofila que os fungos não possuem.**

Em troca, as árvores obtêm nutrientes como fósforo e nitrogênio que os fungos extraem do solo no qual crescem, por meio de enzimas de que as árvores carecem.

As possibilidades da rede global florestal, no entanto, excedem em muito esta troca básica de bens entre plantas e fungos, pois a rede fúngica também permite que as plantas distribuam recursos entre elas.” (Macfarlane, 2021, p. 105)

Em sua jornada de estudos sobre os diferentes mundos subterrâneos, Macfarlane (2021) deparou-se com um especialista em fungos que afirma que “o derradeiro mutualismo, (...) é aquele que existe entre as plantas e os fungos micorrízicos” (Macfarlane, 2021).

Segundo o Dicionário Priberam da Língua Portuguesa (2008-2024), por «mutualismo» compreende-se “(...) Sistema de associação assente nos princípios de ajuda recíproca entre os seus membros e de contribuição colectiva para benefício de cada um dos membros”. No campo da biologia, e segundo a mesma fonte, o «mutualismo» refere-se à “associação de dois seres, animais ou vegetais, em que ambos tiram proveito da ligação.”

Assim, destas relações harmónicas entre as espécies se procura a obtenção de benefícios, sendo que esta ligação pode ser (1) pontual, em que as espécies colaboram mas não ficam dependentes entre si, podendo viver de forma independente, ou (2) permanente, em que as espécies que se associam tendem a deixar de ter capacidade de sobrevivência de forma isolada (BiologiaNet, s.d.).

“As micorrizas são uma relação mutualista do tipo simbiótico entre um fungo e uma planta. As plantas, em troca de hidratos de carbono absorvidos pelo fungo, ganham um melhor acesso à água e nutrientes do solo.

A inoculação das plantas com micorrizas pode aumentar a produtividade das culturas, promovendo o crescimento, aliviando o stress ambiental (seca, salinidade, deficiência em nutrientes, presença de metais pesados, pH do solo prejudicial), controlo de patogénicos (ativos e passivos) e uma melhoria geral da qualidade da planta hospedeira. O fungo aumenta a diversidade e a estabilidade dos microrganismos do solo, e também melhora a estrutura do solo.” (Borek & Księżniak, s/d)

Ou seja, este vínculo se configura por ser uma rede altamente responsiva a diferentes tipos de estímulos, ou seja, quando em uma região os nutrientes se tornam escassos a rede é acionada para que estes sejam transferidos de onde encontram-se em abundância para àquela deficitária (Macfarlane, 2021). Além disso, quando uma planta sofre um ataque de insetos, esta emite um sinal para as demais plantas da rede, para que estas possam se preparar. Logo, pode-se dizer que o nível de comunicação entre as plantas e os fungos é profundo e interligado.

O Mutualismo

Piotr Kropotkine, geógrafo, biólogo, filósofo e historiador russo (1842 – 1921) estudou as relações mutualistas, desde os animais às sociedades humanas (pré-feudais, medievais e aos tempos modernos). Opondo-se ao darwinismo social, afirma que a luta pela sobrevivência e pela existência é o principal critério evolutivo das espécies, e que é a luta do organismo contra o ambiente que leva ao mutualismo e à cooperação entre as espécies. (Kropotkine, 2021)

Assim, Kropotkine (2021) refere que as espécies onde se podem identificar comportamentos mutualistas tendem a ser mais numerosas, dado que conseguem resistir melhor às adversidades, bem como a predadores mais fortes. São igualmente mais desenvolvidas tanto intelectual como socialmente. Pelo contrário, as espécies menos mutualistas, onde o comportamento individualista é observado, apresentam dificuldades de sobrevivência acrescida, tendendo para o declínio (Kropotkine, 2021).

“A inteligência é uma faculdade eminentemente social. A linguagem, a imitação e a experiência acumulada são, cada uma delas, elementos propícios à inteligência, dos quais os animais insociáveis se encontram privados (...). [É] evidente que a vida em sociedade seria absolutamente impossível sem o desenvolvimento correspondente de sentimentos sociais, sobretudo, de um certo sentido coletivo de justiça, que cresce até se tornar um hábito. Se cada indivíduo abusasse permanentemente das suas vantagens pessoais sem que os restantes intervissem em defesa dos lesados, nenhuma vida em sociedade seria possível.” (Kropotkine, P., 2021, pp.80-81)

Um destes exemplos são as «cidades-republicas livres da Idade Média», onde as associações de artesãos baseadas em princípios de mutualismo e entre-ajuda formaram a base evolutiva dessas sociedades humanas, tornando-as oásis capazes de suplantar dificuldades do meio e da organização senhorial adjacente (Kropotkine, 2021).

“Na corporação – e nos tempos medievais – todo homem pertencia a alguma corporação ou fraternidade – dois “irmãos” tinham o dever de cuidar por turnos de um outro que tivesse

caído doente (...). Na sociedade bárbara, o indivíduo que assistisse a uma luta entre dois homens, surgida de uma discussão, e não interferisse para evitar que ela tivesse um fim fatal, também era considerado assassino (...).” (Kropotkine, 2021, p. 182)

Este espírito acabou inclusivamente por modelar as cidades sobre a ação de fraternidades e corporações («guildas medievais»):

“A aldeia fortificada se sublevou contra o castelo do senhor, desafiando-o primeiramente, atacando-o em seguida e por fim destruindo-o. O movimento espalhou-se por toda parte, envolvendo toda cidade da superfície da Europa e, em menos de cem anos, apareceram cidades livres (...) . Por toda parte deu-se a revolta, com as mesmas características e fases, levando aos mesmos resultados. Onde quer que os homens encontrassem ou esperassem encontrar alguma proteção atrás dos muros de sua cidade, instituíram suas “conjurações”, suas “fraternidades”, suas “amizades”, unidos por uma ideia comum e marchando corajosamente em direção a uma nova vida de apoio mútuo e de liberdade. E foram tão bem-sucedidos que, em trezentos ou quatrocentos anos, mudaram a própria face da Europa. Cobriram o país com edifícios elegantes e suntuosos, desde então nunca iguais em beleza e expressividade, revelando o espírito de uniões livres de homens livres; e legaram às gerações seguintes todas as artes e indústrias das quais nossa civilização atual, com todas as suas realizações e promessas para o futuro, é só um desdobramento.” (Kropotkine, 2021, pp. 132-133)

O Mutualismo e a Cidade

Inspirado por Kropotkine, o biólogo e filósofo escocês Patrick Geddes considera que a cidade deve ser vista como “(...) um ser vivo, fruto da sua história, da interação com o meio ambiente, dos edifícios e das redes sociais, económicas e ecológicas que a compõem. (...) [e em que cada função] pode ser equiparada às funções vitais internas de um organismo vivo.” (Mancuso, 2022, p. 48). Nesta sua analogia, Geddes considerava que os tecidos urbanos e configurações complexas da cidade eram o resultado da agregação partes ou organismos simples, à semelhança dos organismos vivos.

“Segundo Geddes, é o *apoio mútuo* (...) que modela as relações entre seres vivos, exercendo nestas uma força muito maior que a competição. As espécies, sobretudo as vegetais, conseguem encontrar uma *conveniência recíproca* através do lento e permanente reajustamento das suas relações, guiado, geração após geração, pela evolução. É graças a um processo de coevolução semelhante, no qual homens, meio ambiente, edifícios, redes de comunicação, plantas e animais se transformam, que as cidades conseguem desenvolver-se e prosperar.” (Mancuso, 2022, pp. 49-50)

Devido às ideias de Geddes, existe hoje a noção de que a cidade tem o seu metabolismo, e uma fisionomia própria (Mancuso, 2022).

3.2. O seu território de base expandiu-se

“Os investigadores concluíram, em termos mais gerais, que quem reside nas ruas com menores volumes de tráfego rodoviário tem o triplo das ligações sociais, amigos e conhecimentos do que as pessoas que vivem em ruas mais movimentadas. Além disso, o seu «território de base», o troço de estrada com o qual sentem uma relação de propriedade, investimento e pertença - expandiu-se. Não é difícil imaginar porque. Os residentes de zonas com pouco movimento automóvel sentem que as suas ruas e, por extensão, os seus bairros são mais seguros; o ar é menos poluído; é menos provável que as crianças sejam atropeladas quando brincam na rua; é mais agradável passar o tempo na zona. Como tal, é menos provável recolherem-se dentro de edifícios, longe do espaço público, é mais provável interagirem entre si.” (Hertz, 2021, p. 109)

Hertz (2021), no texto anterior, apresenta uma característica relacionada com a apropriação do espaço pelos habitantes das vilas, que se relaciona com o ambiente. Como referido anteriormente, os seres humanos, como as células, tendem a ter comportamentos condicionados pela sua reação ao ambiente: em «proteção», perante toxinas e ambientes agressivos, e em «crescimento», perante nutrientes ou ambientes vistos como positivos (Lipton, 2007).

Desta forma, quando os habitantes vivem junto de ruas com tráfego intenso, caracterizadas pelo barulho, pela poluição, pelo receio de serem atingidos por um carro, ou seja, vistas como ambientes ameaçadores, tais ruas são geralmente um local de passagem e não de permanência, precisamente por serem tão desconfortáveis. Nestas condições, a dificuldade de manter relações sociais, seja com os habitantes ou com os trabalhadores destes locais, aumenta consideravelmente (Hertz, 2021). Esta é uma característica cada vez mais frequente nas modernas cidades.

Por outro lado, ruas onde o tráfego é mais lento ou mais escasso, ou seja, vistas como ambientes positivos, se tornam mais convidativas à utilização de seu espaço e à permanência, promovendo a interação entre os transeuntes e habitantes da mesma, e fazendo com que a rua se torne uma extensão das casas. (Hertz, 2021)

Este comportamento evidencia a importância da existência de espaços públicos seguros e convidativos à população. Estes viabilizam e incentivam o estreitamento de laços entre os membros da comunidade, melhoram sua qualidade de vida e reduzem o isolamento. Ou seja, é preciso estimular o contato, já que o mesmo nem sempre ocorre de maneira orgânica e espontânea, principalmente quando o ambiente não favorece. “Não nos podemos unir se não interagimos uns com os outros. Não podemos encontrar um terreno comum se não houver terreno algum que possamos partilhar.” (Hertz, 2021, p. 105)

Um outro tipo de lugar que tem um papel fundamental na promoção de encontros e estreitamento de laços são os pequenos comércios locais, que além de gerarem muitos postos de trabalho, se tornam um ponto de encontro onde os habitantes e trabalhadores locais se reúnem (Hertz, 2021). Porém, este tipo de negócio está cada vez mais ameaçado pelos centros comerciais de grande porte. Estes, concentram diversos tipos de lojas em apenas um local e geralmente, estão localizados em bairros afastados do centro, fazendo com que as pessoas se desloquem de carro até eles e percam sua conexão com as lojas do bairro onde habitam (Hertz, 2021).

“Revelam que existem formas de superarmos a atomização da cidade e que o ambiente físico pode ter um impacto maciço tanto no modo como interagimos como com quem interagimos. Os governos podem também intervir de outra forma reconhecendo o papel crucial que as lojas e os cafés locais têm a desempenhar como focos de confluência da comunidade e centros de gravidade dos nossos bairros. Dado que não nos podemos entregar ao mercado como único guardião da sociedade - sobretudo porque a inclusividade, como já vimos, não é coisa que o preocupa - é importante reconhecer o papel vital dos negócios locais na mitigação da nossa solidão coletiva.” (Hertz, 2021, p. 105)

Tal cenário poderia ser mitigado ou combatido através de políticas públicas que regulamentem e limitem a construção de excessivos shoppings em uma cidade, mas também, através de programas que auxiliem os pequenos negócios e incentivem o empreendedorismo. Desta forma, estes não ficariam limitados às grandes franquias para encontrar postos de trabalho ou para adquirir os produtos que precisam.

A luz do exposto, pode-se constatar o papel crucial que o Estado e os governos locais têm no fomento da construção de relações entre os membros de uma cidade. Seja construindo e mantendo espaços de convívio como bibliotecas, praças, parques, centros desportivos e etc, seja reduzindo o tráfego por meio da promoção de um transporte público diverso e de qualidade, para que as ruas passem a ser mais movimentadas por pessoas e não carros, ou ainda incentivando e protegendo o pequeno negócio local em face às grandes marcas.

3.3. Elos sociais fortes e duradouros

“Outros exemplos de comunidades coesas que protegem a saúde dos seus membros são as pessoas que vivem a vida inteira na Sardenha ou na ilha de Okinawa, no Japão, bem como os adventistas do sétimo dia de Loma Linda, na Califórnia. **As suas geografias são conhecidas como «Zonas Azuis»: lugares onde a esperança de vida especialmente longa não se explica apenas pela alimentação, mas também pelo fato de os elos sociais serem fortes e duradouros.** Sítios como Bnei Brak ou Roseto nos anos 1950 onde, como disse Dan Buettner, o investigador da National Geographic que cunhou esta expressão, «Não é possível sair à rua sem esbarrar numa pessoa conhecida». **É importante não romantizarmos demasiado o conceito de comunidade. Por definição, as comunidades são fechadas e, como tal, podem ser excessivamente insulares e antagônicas diante de quem vem de fora. Com frequência, não permitem a diferença nem a não conformidade, quer se trate de uma diferença de interesses, estruturas familiares não tradicionais ou crenças ou estilos de vida alternativos.**” (Hertz, 2021, p. 34)

Hertz (2012) refere que a sociedade moderna se tornou solitária e que isso afeta a nossa saúde mental e física, além das relações e dinâmicas sociais.

Nas grandes cidades, o elemento da «escala» assume um fator preponderante no aumento deste índice de solidão, dado que, devido à quantidade exorbitante de habitantes nestes centros urbanos, a dificuldade em manter relações sociais próximas, se torna expressivamente maior do que em médias e pequenas cidades (Hertz, 2021). É frequente uma pessoa se cruzar com muitas outras sem conhecer nenhuma. As distâncias que devemos percorrer também são demasiado longas e fazem com que tenhamos que dispor de mais tempo nos movimentando, do que interagindo com os demais habitantes. A dimensão dos prédios e monumentos com os quais nos deparamos também fazem aumentar as distâncias e diminuir o contato social (Hertz, 2021).

Tal cenário, tende a ser menos frequente em cidades de médio e pequeno porte. Nestas, muitos deslocamentos podem ser feitos a pé, as pessoas dispõem de mais tempo para interagir e precisam de menos tempo se para se locomover de um ponto ao outro, não existem tantos prédios com muitos andares, bairros residenciais frequentemente dispõem de pequenos comércio onde as pessoas se encontram e desenvolvem relações e etc. **Quando a escala é mais próxima do ser humano, as relações de proximidade e identificação com o ambiente são construídas com maior facilidade, pois este se torna familiar.**

Hertz (2021) refere que em locais onde os membros das comunidades são fortemente ligados, a saúde da mesma é diretamente beneficiada, não só por saberem que “há sempre alguém para nos ajudar, mas também a algo mais fundamental que deriva do nosso passado evolutivo profundo: o fato de estarmos programados para não ficarmos

sozinhos” (p. 34). Desta forma, **elos sociais fortes e duradouros podem aumentar a expectativa de vida de uma população**. Como mencionado anteriormente, os seres humanos aprenderam através de milhares de anos de evolução que, para garantir a sua segurança e aumentar as chances de sobrevivência, precisam não só permanecer, mas confiar e colaborar uns com os outros em grupos. Ou seja, quando percebemos que estamos de certa forma protegidos pela comunidade em torno de nós, não precisamos mais ficar em estado de alerta e proteção, o que nos permite direcionar energia para o nosso crescimento, ou seja, nossa saúde mental e física (Lipton, 2007).

Entretanto, há que considerar que as **comunidades podem ser fechadas a elementos externos, inflexíveis, e resistentes a mudanças e influências externas, mesmo quando estas são positivas** (Hertz, 2021).

No entanto, e apesar de ser salutar estarmos amparados por uma rede de apoio e não à mercê da nossa própria sorte, Hertz (2021) afirma que além de uma comunidade unida, se faz necessário também a presença de um Estado que não só apoie, mas também estimule o desenvolvimento e bem estar da população:

“Isto acontece porque, para um bom funcionamento da democracia - e com isto quero dizer uma conciliação justa dos interesses de diferentes grupos, garantindo ao mesmo tempo que se escutam as necessidades e agravos de todos os cidadãos --, **há dois tipos de laços que têm de estar bem apertados: os que ligam o Estado ao cidadão e os que ligam os cidadãos entre si. Quando estes elos de ligação se rompem**; quando as pessoas sentem que não podem confiar nem contar umas com as outras e se sentem desligadas, emocional, econômica, social ou culturalmente; quando as pessoas não acreditam que o Estado cuida delas e se sentem marginalizadas ou abandonadas, **não só a sociedade fratura e se polariza, como também as pessoas perdem a fé na própria política. É neste ponto que nos encontramos hoje. Os laços que nos ligam uns aos outros e ao Estado têm-se vindo a desgastar neste Século da Solidão, porque cada vez mais pessoas se sentem isoladas e alienadas, desligadas dos seus concidadãos e dos políticos dominantes que, sentem elas, não os têm escutado nem zelado pelos seus interesses**. Embora se verifique esta tendência há já algum tempo, existe o perigo de que a pandemia venha a exacerbar este estado de coisas.” (Hertz, 2021, p.49)

Este cenário de sentimento de abandono/negligência por parte do Estado pode ser percebido em cidades de todas as dimensões. Nas cidades maiores os efeitos são sentidos por um número maior de pessoas, porém nas médias e pequenas a percepção de tal conduta é mais rápida e intensa devido à sua dimensão reduzida, ou seja, qualquer pequena alteração é identificada imediatamente. No entanto, tal percepção é válida tanto para aspectos negativos, quanto para os positivos. O que significa que pequenos incrementos na qualidade de vida dos habitantes de cidades menores serão facilmente percebidos. Nelas, as dinâmicas são menos complexas, o território no qual se devem implementar intervenções é menor, a

população pela qual se deve zelar é mais reduzida, o que as torna significativamente mais fáceis de administrar.

Todavia, quando tais comunidades encontram-se isoladas e demasiado fechadas para o mundo exterior, identificando-se apenas com o que lhes é conhecido e familiar, muitas vezes, estas se tornam hostis a visitantes desconhecidos ou a influências externas (Le Bon, 1985). Isto ocorre porque tais pessoas ou ideias, podem apresentar ameaças ao seu estilo de vida, às suas tradições, e à harmonia na qual se encontram.

Para que qualquer mudança seja implementada ou para que novos habitantes sejam aceitos, é preciso fazer com que a população local os perceba como adições positivas e não ameaçadoras. Para tal, se faz necessário que estes não sejam somente bem informados sobre as transformações que estão por vir, mas melhor ainda, que sejam envolvidos no processo de tomada de decisão, para que estejam familiarizados com as mesmas e sintam que suas demandas foram ouvidas e serão supridas.

3.4. A comunidade do bairro foi envolvida no planejamento

“A alguns anos atrás, um grupo de designers se uniu sob a liderança de Jan Boelen em uma cidade na Bélgica para discutir um terreno abandonado, na verdade um terreno contaminado com metais pesados como chumbo e zinco. A prefeitura tinha erguido uma cerca ao redor do local para impedir que as pessoas se aproximassem e prevenir qualquer perigo à saúde do público. O terreno selvagem e a cerca incomodavam a comunidade que ali vivia.

Os designers contataram um grupo de cientistas e decidiram juntos criar uma estratégia para fazer com que a área pudesse ser devolvida à comunidade. Emergiu então a ideia de que plantas poderiam ser usadas para descontaminar o solo. Neste caso o solo não precisaria ser escavado e removido, e por isso o custo de descontaminação seria reduzido. Embora o processo de descontaminação duraria sete anos, a cerca ao redor do terreno poderia ser removida assim que as plantas fossem plantadas porque elas se agarrariam ao solo contaminado.

A comunidade do bairro foi envolvida no planejamento através de um processo de design social. Os designers apresentaram as opções para a descontaminação do solo utilizando as plantas, adicionando que se os residentes quisessem ter o espaço verde de volta, eles deveriam passar os próximos sete anos podando e colhendo juntos.

(...) a prefeitura só abraçou o projeto quando os designers conseguiram demonstrar que eles tinham uma estratégia sólida que fosse apoiada pelo bairro. Nesse momento, o governo assumiu um papel facilitador, organizando reuniões com os moradores, dentre outras coisas.” (Schaminée, 2018, p. 84)

O estudo de caso anterior apresenta um processo colaborativos que, partindo de um grupo de designers que identificaram um problema associado à insatisfação das populações com um espaço urbano. Para tal, utilizaram um processo não ortodoxo de resolução do problema:

1. Identificação de um problema comum a uma comunidade;
2. Busca de uma solução não convencional através de uma parceria entre designers e cientistas especializados no problema em questão;
3. Proposta da solução desenvolvida por esta parceria à comunidade envolvida que, por sua vez, deveria ser responsável pela implementação da mesma;
4. Apresentação da solução com o apoio da comunidade para o governo local, que só então passou a se envolver no processo desempenhando o papel de facilitador;
5. Implementação da solução durante um período de 7 anos, durante os quais a própria população foi responsável.

Ao longo dos 7 anos os cidadãos cuidaram do terreno e com o apoio e organização da prefeitura por meio de reuniões e do fornecimento de informações relevantes aos moradores. Neste processo constata-se que a mobilização da sociedade civil na resolução

de um problema comum à sociedade, quando estimulado por uma pequena equipa apoiada por informação fidedigna especializada, mesmo que de forma não convencional, pode motivar o apoio do governo local, e garantir o empenho dos cidadãos. Ou seja, ao envolver os habitantes nas atividades de planeamento e execução de uma solução para um problema comum entre todos, eles se sentem motivados e à implementá-la e garantir bons resultados.

Este exemplo demonstra o impacto que designers (ou outros agentes) podem ter ao buscar soluções não convencionais a um problema coletivo, pressionando assim, a iniciativa pública a resolvê-lo com a ajuda da população. Para tal, foi preciso identificar algo que incomodasse os residentes, pesquisar possíveis soluções alternativas, promover parcerias com agentes externos, envolver os moradores e por fim, introduzir a proposta para que o governo pudesse tomar as devidas providências necessárias.

Em seu livro «Designing with-in public organisations», Schaminée (2018) aborda como design pode ajudar a resolver os «wicked problems» por meio de sua metodologia holística de resolução de problemas:

“Problemas que se enquadram no 4º quadrante de Korsten são os chamados problemas complexos. Estes são problemas sociais que ninguém entende completamente e não podem ser resolvidos efetivamente por uma pessoa apenas. Problemas complexos têm, pelo menos, quatro traços em comum. São eles:

- Dinâmicos: eles mudam conforme trabalhamos neles.
- Abertos: são acessíveis a muitas pessoas.
- Conectados: eles raramente podem ser resolvidos por apenas uma empresa ou um pilar individual.
- Complexos: soluções simples não são eficazes ou permitidas”. (Schaminée, 2018, p. 29)

Fazendo um paralelo entre a visão de Schaminée sobre os «wicked problems» e aqueles que encontramos nas grandes metrópoles (superpopulação, dificuldades nas interações sociais, planeamento urbano incapaz de acompanhar as rápidas mudanças, infraestrutura insuficiente para atender as necessidades da população e etc.) pode-se identificar muitas semelhanças:

- Não há informação o suficiente para encontrar uma solução simples e rápida;
- A solução não pode ser determinada por apenas uma pessoa;
- Não há um consenso comum sobre o que podem ser as causas diretas de tais situações.
- Diversos agentes estão envolvidos no problema.

Desta forma, poderá não ser possível solucioná-los com métodos tradicionais de resolução de problemas e gerenciamento de projetos, onde dados e estatísticas são analisados e uma solução racional e cartesiana é encontrada. Sendo assim, Schaminée (2018) afirma que a abordagem atípica do Design Thinking contém ferramentas adequadas para lidar com tais questões. Através delas, seria possível investigar as diversas origens do problema, descobrir a motivação por trás dos agentes envolvidos, entender o contexto no qual o problema está inserido, examinar a questão por diferentes perspectivas, reestruturá-la, e por fim, encontrar uma solução abrangente. Tal solução tenderá a englobar a maior parte das origens do mesmo. Ademais, “a ambição compartilhada e a maneira conectada e acolhedora de abordar um problema, são marcos importantes de um minucioso processo de design. Em termos de design, eu quero dizer uma visão partilhada do problema em questão, uma estrutura” (Schaminée, 2018, p. 81).

Em relação ao papel dos designer na resolução de tais problemas complexos, Schaminée (2018) reitera que estes devem buscar enquadrar as demandas não supridas da população sobre a ótica do que os inspira, para motivá-los a ser parte da solução, bem como promover alianças entre estes e o governo local, a fim de que suas reivindicações possam ser atendidas. A administração local, por sua vez, pode assumir o papel de facilitadora, o que “pode ser feito de diversas maneiras: dando atenção ao problema, alocando tempo, recursos ou dinheiro para solucioná-lo, através de políticas ou ferramentas políticas, ou demonstrando comprometimento (...)” (Schaminée, 2018, p. 86).

Retornando as lições demonstradas com o estudo de caso mencionado anteriormente, constata-se que um elemento externo, quando introduzido em um local degradado e menosprezado, pode revitalizá-lo e promover a recuperação necessária àquela área, para que a mesma possa ser utilizada novamente.

Pode-se portanto, fazer uma analogia com o problema da desertificação demográfica associado às pequenas cidades do interior, que correm o risco de serem completamente esvaziadas, podemos considerar que a introdução de elementos externos que revitalizem a promovam a requalificação daquela área poderá promover sua recuperação econômica e social. Neste caso, ao invés de plantas, a solução implementada por alguma regiões tem passado pela tentativa de mobilização de novos habitantes, que auxiliem no aquecimento da economia local, não apenas consumindo os produtos disponíveis, mas também empreendendo e iniciando novos pontos de comércio, que gerem empregos e riqueza para a cidade, atraindo assim, ainda mais moradores de fora.

Entretanto, é preciso que haja motivos o suficiente para impulsionar os novos moradores a se estabelecerem nesses locais, como uma boa infra-estrutura de saúde, educação, segurança, transporte, telecomunicação, urbanismo e entretenimento, além de

incentivos à moradia fixa e ao empreendedorismo. Para tal, e por analogia com o caso de estudo, é preciso que o governo local assuma seu papel de agente facilitador de tais melhorias e incentivos, distribuindo recursos humanos e financeiros para implementá-las.

3.5. Propriedades inerentes e emergentes

“A natureza volátil da biologia não se manifesta apenas no fato de que várias melodias podem ser tocadas partindo do mesmo genoma. Tem um nível de mais volatilidade do que qualquer instrumento musical é capaz de alcançar. Com um instrumento, é possível executar uma quantidade incontável de partituras. O resultado não será perfeitamente idêntico, dependendo do músico e da acústica da sala; mas em todas as partes do mundo, no mar ou nas montanhas, um Dó, um Ré, um Fá ou um Sol são sempre o mesmo som. **Isso, porém, não é o caso das notas biológicas, proteínas, que podem mudar completamente a sonoridade em relação ao lugar em que são emitidos.**

Podemos perguntar como isso é possível. **Esta propriedade prodigiosa é chamada de emergência, que é a capacidade de um objeto possuir características diferentes dependendo do contexto em que se encontra. Geralmente, tendemos a considerar os atributos de um objeto como inerentes a ele: ou seja, as propriedades que mantém em toda parte. Mas os objetos também têm - e às vezes sobretudo - características emergentes que se manifestam como resposta ao ambiente. (...)**” Piazza, 2021, pp.50, 51)

Propriedades inerentes são aquelas que são “[características] ou próprio de alguém ou de alguma coisa; concernente, referente” (Dicio - Dicionário Online de Português, sd).

Propriedades emergentes são aquelas que se referem “àquelas propriedades que surgem do funcionamento colaborativo de um sistema, mas não pertencem a qualquer parte desse sistema. (...) [São] propriedades de um grupo que não são possíveis quando qualquer um dos elementos individuais desse grupo age sozinho.” (Science, sd)

De acordo com estas definições, podemos considerar que no caso de estudo do capítulo anterior, as propriedades associadas às plantas que foram introduzidas nos terrenos para descontaminar o solo são inerentes a estas. No entanto, da sua ação sobre o solo contaminado, emergiu um efeito de associação da comunidade e do poder local que não eram inerentes a nenhum dos vários elementos pertencentes a este sistema. O mesmo pode ser considerado do processo holístico utilizado pelos designers, cujas propriedades inerentes levaram à emergência de características específicas cujo alcance é muito superior ao somatório das propriedades inerentes dos elementos constituintes.

Como abordado anteriormente por Lipton (2007), todas as coisas orgânicas possuem um mecanismo de sobrevivência que as confere a capacidade de responder aos estímulos do ambiente. Sendo assim, todos os seres compostos por células portadoras de proteínas são suscetíveis a influência do ambiente, sejam elas plantas, animais ou seres humanos. Consequentemente, a relação entre estes seres também está sujeita a alterações de acordo com as condições e o local em que se encontram. Essa capacidade é inerente a esses seres vivos. Dessa ação perante o meio poderão, dependendo dos casos, emergir novas

propriedades, as quais serão específicas de acordo com as realidades percebidas nesse meio.

Com base no exposto, podemos considerar que a replicação de soluções desenvolvidas para uma determinada realidade ou cidade, poderá não ser adequada a outra realidade ou cidade, correndo-se o risco de até criar efeitos adversos, dado que poderão emergir propriedades diferentes. Por isso, antes de simplesmente copiar um modelo que funciona em determinada parte do mundo para outras, é preciso ambicionar alcançar objetivos similares, mas com soluções adequadas à realidade local. Por exemplo, não faz sentido criar uma faixa exclusiva para ônibus, como feito em cidades grandes como Bogotá e Rio de Janeiro, em uma cidade de pequeno porte, mas faz sentido criar opções de locomoção alternativas para que a população não dependa somente de carros para se deslocar de um ponto a outro da cidade - considerando a deficiência de oferta de ônibus em cidades de pequeno porte.

Anteriormente foram abordadas algumas metas que devemos almejar para garantir uma melhor qualidade de vida para os habitantes. São elas: proporcionar contato com a natureza, criar espaços nos quais as pessoas possam interagir e conhecer umas às outras, a fim de que estas possam confiar nas pessoas com as quais convivem, garantir a segurança, viabilizar a mobilidade de todos, provocar um pouco de caos (de forma controlada) e um pouco de organização, oferecer moradia de qualidade para todos e etc. Apesar de já sabermos maneiras de atingir cada um desses objetivos, é preciso levar em consideração a cultura, as necessidades, prioridades e potencialidades locais, para não cometer os mesmos erros dos arquitetos e urbanistas do modernismo e sua paixão cega pelo funcionalismo.

Ideal seria, se conseguíssemos tirar vantagem do movimento em cadeia da «autopoiesis»¹ a nosso favor. Não através da reprodução de soluções já prontas, mas de objetivos. Dessa maneira, criar-se-iam as mais diversas alternativas para problemas similares.

¹ Os sistemas «autopoieticos» são sistema fechado que estão-se continuamente a criar a si mesmo, e, desta forma, reparando-se, e cuidando da própria manutenção e transformação. Esta teoria foi desenvolvida pelo cientista e biólogo chileno Humberto Maturana. (Pais, 2019)

3.6. Síntese

Por «mutualismo» compreende-se o “(...) sistema de associação assente nos princípios de ajuda recíproca entre os seus membros e de contribuição colectiva para benefício de cada um dos membros” (Dicionário Priberam da Língua Portuguesa, 2008-2024). Kropotkine (2021) refere que **as espécies onde se podem identificar comportamentos mutualistas tendem a ser mais numerosas, dado que conseguem resistir melhor às adversidades, bem como a predadores mais fortes. São igualmente mais desenvolvidas tanto intelectual como socialmente.** Pelo contrário, as espécies menos mutualistas, onde o comportamento individualista é observado, apresentam dificuldades de sobrevivência acrescida, tendendo para o declínio (Kropotkine, 2021).

Estas relações mutualistas estão na base daquilo a que definimos como qualidade de vida. Estas relações exprimem-se, entre outros, através do senso de comunidade, pelas relações de proximidade entre habitantes, e pelo sentimento de pertencimento e de identificação com o local onde vivemos (Hertz, 2021).

Neste sentido, **espaços que favoreçam a utilização e a permanência tendem a promover a interação entre os transeuntes e habitantes, fazendo com que estes se possam tornar uma extensão das casas** (Hertz, 2021). Estes viabilizam e incentivam o estreitamento de laços entre os membros da comunidade, melhoram sua qualidade de vida e reduzem o isolamento. Ou seja, **visam estimular o contato, já que o mesmo nem sempre ocorre de maneira orgânica e espontânea, principalmente quando o ambiente não favorece.** “Não nos podemos unir se não interagimos uns com os outros. Não podemos encontrar um terreno comum se não houver terreno algum que possamos partilhar.” (Hertz, 2021, p. 105). Assim, **quando a escala é mais próxima do ser humano, as relações de proximidade e identificação com o ambiente são construídas com maior facilidade, pois este se torna familiar.**

Dado que não estamos programados evolutivamente para ficarmos sozinhos (Hertz, 2021), **elos sociais fortes e duradouros podem aumentar a expectativa de vida da população.** Quando percebemos que estamos de certa forma protegidos pela comunidade em torno de nós, não precisamos mais ficar em estado de alerta e proteção, o que nos permite direccionar energia para o nosso crescimento (Lipton, 2007), ou seja, nossa saúde mental e física. No entanto, há que considerar que as **comunidades podem ser fechadas a elementos externos, inflexíveis, e resistentes a mudanças e influências externas, mesmo quando estas são positivas** (Hertz, 2021), uma vez que tendem a se identificar

apenas com o que lhes é conhecido e familiar (Le Bon, 1985). Isto ocorre porque tais pessoas ou ideias, podem apresentar ameaças ao seu estilo de vida, às suas tradições, e à harmonia na qual se encontram (Le Bon, 1985)

No entanto, e apesar de ser salutar estarmos amparados por uma rede de apoio e não à mercê da nossa própria sorte, Hertz (2021) afirma que além de uma comunidade unida, se faz necessário também a presença de um Estado que não só apoie, mas também estimule o desenvolvimento e bem estar da população.

A mobilização da comunidade para a resolução de problema pode ser estimulada através uma análise holística do problema, em que se buscam enquadrar as demandas não supridas da população sobre a ótica do que os inspira, não só para motivá-los a ser parte da solução, mas para promover alianças entre estes e o governo local. A administração local, por sua vez, pode assumir o papel de facilitadora, o que “pode ser feito de diversas maneiras: dando atenção ao problema, alocando tempo, recursos ou dinheiro para solucioná-lo, através de políticas ou ferramentas políticas, ou demonstrando comprometimento (...)” (Schaminée, 2018, p. 86).

Designers (ou outros agentes) podem ter ao buscar soluções não convencionais a um problema coletivo, pressionando assim, a iniciativa pública a resolvê-lo com a ajuda da população. Para tal, será preciso identificar algo que incomode os residentes, pesquisar possíveis soluções alternativas, promover parcerias com agentes externos, envolver os moradores e por fim, introduzir a proposta para que o governo pudesse tomar as devidas providências necessárias.

Em alguns casos, por exemplo, **a introdução de um elemento externo num local degradado e menosprezado, pode revitalizá-lo e promover a recuperação necessária àquela área, para que a mesma possa ser utilizada novamente. Para tal torna-se necessário criar as condições mutualistas que permitam que esse elemento externo consiga sobreviver na nova realidade, bem como explicar o seu papel perante a comunidade já existente.**

Entretanto, é preciso que hajam motivos o suficiente para impulsionar os novos moradores a se estabelecerem nesses locais, como uma boa infra-estrutura de saúde, educação, segurança, transporte, telecomunicação, urbanismo e entretenimento, além de incentivos à moradia fixa e ao empreendedorismo.

Procura-se, com este processo, a emergência de “(...) propriedades que surgem do funcionamento colaborativo de um sistema, mas não pertencem a qualquer parte desse sistema (...) [ou seja] propriedades de um grupo que não são possíveis quando qualquer um dos elementos individuais desse grupo age sozinho.” (Science, sd)

4. CONCEITO DE PROJETO

No presente capítulo procede-se à criação do «Conceito de Projeto», que nasce da relação entre «Problema», «Solução» no contexto do «Tema». Para tal serão relacionadas as reflexões mais relevantes destacadas nas fases anteriores, através de triangulação, e que leva, no final, levam à definição da «Proposição» desta dissertação. Estes princípios serão aplicado na área de atuação – a Cidade -, a sua evolução, desafios e respetivas soluções na ótica de especialistas.

Os tópicos a serem abordados neste capítulo são:

- **Conceito de Projeto**
- **Proposição**
- **Definição de Área de Atuação – a Cidade**

4.1. Conceito de Projeto

Na sociedade contemporânea, tendemos a considerar as mudanças como indesejadas, dado que nos trazem insegurança e podem implicar a necessidade de enfrentar o desconhecido (Kolbert, 2021). Segundo Cabral (2021), tal comportamento assemelha-se ao dos portadores do Transtorno do Espectro Autista, que se caracteriza pela incapacidade de adaptação, aversão ao novo, e repetição de hábitos (Cabral, 2021). Apegamo-nos a rotinas e hábitos, dado que o nosso cérebro procura funcionar na capacidade mínima, economizando energia para momentos de emergência (Duhigg, 2012).

Desta forma, a nossa era é marcada por uma crescente busca por previsibilidade, tanto devido à nossa predisposição para evitar a mudança e aversão ao «novo» (Kolbert, 2019), como graças ao acesso à informação que pode ser utilizada para tomar decisões mais certeiras (Carlin, 2022). Contudo, uma das consequências negativas deste comportamento é a perda de conhecimentos milenares que, em sua maioria, estão relacionados com a nossa relação mutualista com a natureza e a vida em sociedade. Tendemos a acreditar que tudo que se refere ao passado é retrógrado e ultrapassado, e que seria contraproduutivo aplicar qualquer princípio pregresso à nossa vida moderna.

O Homem, que até há pouco tempo habitava o planeta de maneira dispersa, está a concentrar-se cada vez mais nas cidades, à procura de melhores condições de vida e de emprego. Torna-se assim uma «espécie de especialista», ou seja, que necessita de ambientes e condições específicas para sobreviver (Mancuso, 2022). As cidades tornam-se cada vez mais o seu «nicho ecológico», o local cujas características essenciais permitem a sua multiplicação e propagação (Mancuso, 2022). No entanto, este movimento é “(...) totalmente contracorrente em relação ao resto das nossas atividades (...) [que] tendem (...) a assumir um carácter universal e difuso” (Mancuso, 2022, p. 40)

Mas as grandes cidades tendem a promover a falta de cordialidade e o anonimato, propagando a hostilidade e o descuido (Hertz, 2021). Quando se vive em constante movimento, com pouca ou nenhuma disponibilidade para pausas, torna-se quase impossível conhecer ou criar laços com qualquer pessoa, mesmo que esta more ao lado (Hertz, 2021). A falta de tempo num contexto de abundância de estímulos é um dos principais responsáveis pela falta de empatia presentemente sentido (Goleman, 2011).

Este fenómeno é potencializado pelo espírito neoliberal, no qual nos encaramos “(...) como competidores e não colaboradores, consumidores e não cidadãos, açambarcadores e não partilhadores (...)” (Hertz, 2021, p. 25), aumentando a distância entre as pessoas, e levando à ideia de que se tem de resolver tudo sozinho, dado que ninguém se interessa

(Hertz, 2021). Este contexto, associado à deslocação das pessoas para as grandes cidades, e à consequente quebra dos vínculos familiares e sociais, contribui para um sentimento de solidão, afetando negativamente a nossa saúde mental e física (Hertz, 2021).

Para tal, contribui igualmente a incerteza associada às alterações climáticas, fruto da especialização do nosso «nicho ecológico» (Mancuso, 2022), bem como a incerteza associada ao trabalho, num contexto em que deslocalização das grandes empresas empregadoras (para zonas com mão-de-obra mais barata ou melhores condições) (Galor, 2022)

Parte destes problemas nasce da crença humana na razão pura: Apesar de muitas descobertas e avanços científicos terem sido impulsionadas pelo racionalismo, este, quando aplicado no estudo das interações humanas, acabou, muitas vezes, por trazer consequências desastrosas (Brooks, 2012). Os “(...) cientistas sociais podem olhar a sociedade objetivamente e colocando-se à margem, purgados de todas as paixões e enviesamentos inconscientes. Pressupõe que a razão é mais forte e é separável de emoção e desejo.” (Brooks, 2012, p. 291). Somos seres complexos e altamente influenciáveis pelo espaço no qual vivemos, pelo que nossas emoções e ações são reféns do contexto, no qual estamos inseridos de maneira inconsciente, ou seja, sem que percebamos, ou possamos controlar (Castellanos, 2022)

Neste contexto torna-se premente promover uma atitude mutualista dos vários agentes (cidadão/cidadão, cidadão/cidade, cidade/cidade), de forma a que estes (agentes) consigam resistir de melhor forma às adversidades, desenvolvendo-se de forma sustentável. Estas relações mutualistas permitem assim criar «qualidade de vida», e exprimem-se entre outros, através do senso de comunidade, pelas relações de proximidade, e pelo sentimento de pertencimento e de identificação (Hertz, 2021).

Para tal, os espaços devem favorecer a utilização e a permanência, de forma a promover a interação entre quem passa e quem habita, tornando-se extensões do lar e da comunidade. Devem visar estimular o contato, já que o mesmo nem sempre ocorre de maneira orgânica e espontânea, principalmente quando o ambiente não o favorece, em especial se a sua escala for pouco familiar.

Sempre que a revitalização e recuperação de uma zona degradada ou menosprezada passe pela necessidade de introdução de elemento(s) externo(s), deve(m)-se criar as condições mutualistas que permitam que esse(s) elemento(s) externo(s) consiga(m) sobreviver na nova realidade. Caso esse(s) elemento(s) seja(m) novos moradores, é preciso que hajam motivos o suficiente para impulsionar o estabelecerem-se nesses locais, como uma boa infraestrutura de saúde, educação, segurança, transporte, telecomunicação, urbanismo e entretenimento, além de incentivos à moradia fixa e ao empreendedorismo.

É igualmente necessário explicar o seu papel perante a comunidade já existente, uma vez que estas podem ser fechadas a elementos externos, inflexíveis, e resistentes a mudanças e influências externas, mesmo quando estas são positivas (Hertz, 2021), tendendo a se identificar apenas com o que lhes é conhecido e familiar (Le Bon, 1985). Para tal, a solução deve passar pela mobilização e envolvimento dessa comunidade, estimulada por uma análise holística do problema, em que se buscam enquadrar as demandas não supridas da população sobre a ótica do que os inspira, não só para motivá-los a ser parte da solução, mas para promover alianças entre estes, elementos externos, e o governo local. A administração local, por sua vez, pode assumir o papel de facilitadora, o que “pode ser feito de diversas maneiras: dando atenção ao problema, alocando tempo, recursos ou dinheiro para solucioná-lo, através de políticas ou ferramentas políticas, ou demonstrando comprometimento (...)” (Schaminée, 2018, p. 86).

Procura-se, com este processo, a emergência de “(...) propriedades que surgem do funcionamento colaborativo de um sistema, mas não pertencem a qualquer parte desse sistema (...) [ou seja] propriedades de um grupo que não são possíveis quando qualquer um dos elementos individuais desse grupo age sozinho.” (Science, sd)

4.2. Definição da Área de Atuação – A Cidade

Segundo o Dicionário do Desenvolvimento, uma Cidade é:

“(...) uma área urbanizada, que se diferencia de vilas e outros espaços urbanos através de vários critérios: população, infraestrutura, organização, serviços, entre outros. Uma cidade caracteriza-se por um estilo de vida particular dos seus habitantes, pela urbanização e pela concentração de atividades económicas. Cada país define os seus próprios critérios para a definição de cidade.

Para a ONU, uma cidade é uma área urbanizada com mais de 20 mil habitantes.”
(Dicionário do Desenvolvimento, 2019)

Historicamente, era relativamente fácil distinguir uma povoação urbana de uma rural, dado que as cidades eram cercadas por muros. No entanto, a perda de relevância das muralhas, o rápido crescimento das cidades após a revolução industrial, associadas às alterações na exploração agrícola, alteraram a distinção das diferenças físicas entre estas áreas (Ms.Newell, sd).

Apesar da definição legal de cidade variar em todo o mundo, é significativa uma vez que as que são legalmente constituídas têm determinados poderes, como a capacidade de cobrança de impostos, prestação de serviços específicos, e centro político eleito.

Evolução da Cidade

Com a invenção da agricultura, há cerca de 12.000 anos, as populações cresceram e as pessoas migraram para fora dos primeiros centros agrícolas, tornando-se mais sedentárias. Pode-se considerar que as primeiras cidades surgiram quando um membro de uma aldeia agrícola se dedicou totalmente a uma atividade de produção não primária (Ms.Newell, sd).

No entanto, na Antiguidade, as cidades tendem a estar sobretudo associadas à formação do Estado: aglomerados onde se podia observar um poder administrativo primitivo baseado numa hierarquia política centralizada com alguns níveis administrativos (Ms.Newell, sd).

Entre 7.000 a.C. e 5.000 a.C. desenvolvem-se urbanizações ao longo dos rios Tigre e Eufrates (Mesopotâmia), com várias cidades, incluindo Ur. A sociedade igualitária agrícola tinha-se transformado numa sociedade estratificada com sacerdotes, comerciantes, administração, soldados, agricultores, artesãos e escravos (Kropotkine, 2021).

O processo de urbanização sucedeu igualmente no Vale do Indo, no Vale do Nilo, e nos grandes vales da China. O processo de desenvolvimento urbano também se desenvolveu na América Central e do Sul. Essas primeiras cidades eram teocráticas, onde os governantes tinham autoridade divina. No final deste período, as cidades da Mesopotâmia e do vale do Nilo podem ter tido entre 10.000 e 15.000 habitantes após quase 2.000 anos de crescimento e desenvolvimento. (Ms.Newell, sd).

Estas cidades caracterizam-se por uma “grande concentração espacial e população numerosa; cidade murada e/ou protegida por fosso; limites com alcance máximo para percurso a pé; edificações monumentais; regularidade no traçado viário (ortogonal); ruas estreitas nas zonas residenciais; amplas avenidas nas zonas nobres.” (Filho, 2008)

A cidade antiga expande-se então desde o sudoeste da Ásia até à Europa. Na Grécia surgem mais de 500 cidades e vilas, tanto no continente como nas ilhas. Estas caracterizam-se pela acrópole (acro = ponto alto; polis = cidade), tanto com valor simbólico (elevar e enobrecer os valores humanos) como estratégico (permitir a defesa e controle do território), e na qual se situavam os edifícios mais relevantes, em particular os religiosos. Na cidade grega percebe-se a presença dos espaços públicos, designados de ágoras (que significa mercado), onde se procediam aos debates, às palestras, aos julgamentos, e à socialização (Ms.Newell, sd).

Com o Império Romano desenvolvem-se sistemas urbanos mais expressivos baseados numa rede de transportes com ramificações a todo o Império (Ms.Newell, sd). A cidade romana segue um ritual sagrado, cuja relevância é superior ao conceito político desta, “carregado de preceito e simbolismo, assumindo-se, nesta perspectiva, como um ato orientador da ordem a seguir e respeitar, garantindo a harmonia com o cosmos” (Silva, 2020, p. 26).

“A criação de uma cidade Romana é um processo extremamente planeado executado por topógrafos e arquitetos profissionais, que necessitam de ter em conta diversos fatores, que não se prestam tanto a critérios de defesa, mas sim de localização e salubridade, relação com o clima, proximidade a vias de comunicação e riqueza agrícola” (Silva, 2020, p. 28).

A inspiração grega é aparente nas cidades romanas: as cidades seguiam numa malha retangular, “(...) a noção de um mercado aberto encontrava expressão no Fórum da cidade romana, o centro da vida pública. Os romanos aproveitaram o teatro grego para construir o primeiro grande estádio do mundo, o Coliseu de Roma” (Ms.Newell, sd).

Durante o período pré renascimento feudal, a cidade europeia não era muito maior que uma vila, com casa modestas e ruas não pavimentadas (Ms.Newell, sd).

A «cidade medieval» desenvolve-se no contexto do aquecimento fruto do fenómeno climático designado como «optimum medieval» e que foi responsável por um tempo mais quente, que expandiu as terras destinadas à agricultura e às pastagens, tornou navegáveis mares antes gelados, e para o desenvolvimento do comércio (Fagan, 2007). Para se defender, a muralha e fossos iniciais deram lugar às fortificações extensas que, uma vez construídas, não podiam ser facilmente deslocadas, implicando o desenvolvimento vertical da cidade (Ms.Newell, sd). O «renascimento medieval» levou à ascensão da cidade, através da consolidação do poder político e a expansão dos Estados, refletindo-se no crescimento das cidades. Estas caracterizam-se pelas suas imponentes estruturas religiosas (ex. catedrais), e por serem governadas no seu centro (Ms.Newell, sd)

“Nas cidades muçulmanas, com as suas imponentes mesquitas centrais, a habitação circundante era menos variável do que na Europa, e o comércio e o artesanato concentravam-se num bazar, muito maior do que qualquer outro na Europa. Em África, nenhuma estrutura religiosa ou governamental dominava a paisagem urbana como nas cidades europeias ou muçulmanas pré-industriais. Além disso, as cidades "pré-industriais" possuíam, de fato, indústrias - só não eram as cidades urbano-industriais de produção em massa (fordistas)” (Ms.Newell, sd)

Na cidade renascentista observa-se uma diminuição da rígida divisão de classes, uma vez que passa a existir a possibilidade de ascensão social e econômica associada ao comércio e à ascensão da burguesia (Filho, 2008). Caracteriza-se por:

“traçado regular; sítios planos; muralhas dão lugar a ruas e avenidas; cidades com função comercial, financeira e artística; construção de grandes praças e jardins públicos; construções de caráter monumental - palácios, igrejas, praças; grandes avenidas são abertas com perspectiva em ponto focal de destaque (palácio, fonte, jardim, etc.); igrejas são construídas isoladas - para dar destaque; parques e jardins decorados com fontes, estátuas, obeliscos, arcos e colunas; uso extremado da geometria, da simetria e da hierarquia de vias; poucas cidades foram construídas neste período - a maioria foi adaptada ao novo pensamento (Roma, Paris, Londres, Budapeste).” (Filho, 2008)

Em contrapartida, o arrefecimento associado à Pequena Idade do Gelo, com o consequente arrefecimento e clima mais seco que trouxe (Fagan, 2007), dificultou tanto a vida de camponeses como de habitantes das cidades:

“As terras agrícolas diminuíram, os pastos encolheram, as colheitas falharam e os camponeses desesperados fugiram do campo árido para as cidades. As cidades tornaram-se mais degradadas, insalubres e deprimentes. Predominavam as epidemias, os incêndios, o crime e a desorganização social. As casas de comerciantes de quatro andares ainda

permaneciam nas cidades, mas a maioria dos moradores só conseguia viver em apartamentos apertados” (Ms.Newell, sd).

Os descobrimentos europeus levaram à criação de «cidades coloniais», ou sejam, cidades costeiras estabelecidas para atuarem como centros administrativos ou comerciais das potências coloniais ou imperiais, e que serviam de ligação comercial e administrativa (Ms.Newell, sd)

“O colonialismo não implicou apenas a construção de uma estrutura social e espacial urbana nos territórios coloniais. Existiu também um movimento reverso. A experiência imperial trouxe uma configuração imagética diferenciada para as cidades imperiais, tanto com a importação de maneirismos exóticos para a arquitetura das cidades imperiais, como com a edificação de uma monumentalidade enaltecendo a dignidade da capital imperial. Mas, mais importante do que isso, a própria existência da capital imperial resulta dos novos arranjos espaciais e materiais produzidos pelo Império. O uso de territórios periféricos para a produção primária e para a extração de recursos necessitou do crescimento de centros urbanos industriais e comerciais, nos quais se assistiu à emergência de novas classes industriais urbanas.” (Domingos & Peralta, 2013, pp. 22-23)

Um novo tipo de cidade – a «cidade industrial» - começou a surgir em resultado da Revolução Industrial (1750-1890) nos países desenvolvidos da Europa e da América do Norte (Ms.Newell, sd).

Para tal contribuíram dois fatores: (1) o desenvolvimento das indústrias transformadoras e mineiras, fruto de avanços técnicos e tecnológicos como o motor a vapor. As novas fábricas exigiam mão-de-obra, que migrou para as cidades a partir das zonas rurais e, por vezes, de outros países. Contribui igualmente (2) a expansão das rotas comerciais e o acesso a matérias-primas baratas adquiridas através da colonização europeia de outras terras. Estas matérias-primas não só eram usadas para a produção industrial, como permitiram o desenvolvimento de “(...) comerciantes ricos, lojistas e banqueiros que ganharam dinheiro com o comércio de mercadorias. A combinação de riqueza, uma grande população e uma diversidade de bens criou um mercado de bens de consumo, que evoluiu lentamente para os padrões de consumo urbano atual” (Ms.Newell, sd).

Estas cidades eram assim mais povoadas e menos familiares, mais automatizadas e mais caóticas, mais eficientes mas também mais poluídas e desperdiçadoras. Na sua dinâmica, proporcionavam o contato com inúmeras pessoas e diversas oportunidades de trabalho mas também causavam solidão, desemprego e pobreza (Ms.Newell, sd).

“Como ilustram os romances de Charles Dickens, a nova população urbana não vivia nas melhores condições, mas os atrativos da vida urbana e a perspectiva de emprego «puxavam» as pessoas para a cidade em maior número do que nunca” (Ms.Newell, sd)

“No final do século XIX, muitas cidades europeias e norte-americanas registaram taxas de crescimento muito elevadas, duplicando frequentemente a sua dimensão em 20 anos. Atualmente, no final do século XX, muitas cidades dos países desenvolvidos pararam de crescer, mas 75% da população desses países já vive em centros urbanos”. (Ms.Newell, sd)

A «cidade contemporânea», evoluindo da «cidade industrial», apresenta um centro citadino que se caracteriza pela verticalização das construções, pela concentração das atividades de comércio, serviços e de gestão pública e privada, por um desenvolvimento das ofertas de meios de transportes (metro, autocarros, comboio, etc.), e por segregação dos espaços de acordo com os postulados da Carta de Atenas (1933), determinando espaços para trabalhar, circular e deslocar, residir, se divertir, etc. (Filho, 2008). Nestas cidades observa-se “(...) uma cidade multifacetada; núcleos secundários de comércio e serviços criados espontaneamente ou planejados (Ex.: shopping centers, hipermercados), contrapondo-se ao núcleo central deteriorado e frequentado pela população de baixa renda.” (Filho, 2008)

A atual fase de crescimento urbano distingue-se das anteriores pelo seu caráter mundial, não estando limitada a uma região específica (Ms.Newell, sd) (Mancuso, 2022). Apesar de parecer que apenas as «cidades contemporâneas» dos países em desenvolvimento estão a crescer, é necessário considerar que a maioria da população dos países desenvolvidos já vive em cidades (Ms.Newell, sd).

“(...) as taxas de crescimento mais elevadas registam-se atualmente no chamado mundo em desenvolvimento, onde apenas 37% da população está urbanizada. No entanto, esta situação está destinada a mudar num futuro próximo. Algumas cidades do mundo em desenvolvimento triplicaram de tamanho nos últimos 45 anos. No ano de 2015, estima-se que das dez maiores cidades do mundo apenas uma - Tóquio - se situará no que hoje se designa por mundo desenvolvido.

A maioria das grandes cidades da Ásia, América Latina e África são centros urbanos importantes há muito tempo. Algumas só se tornaram importantes durante o colonialismo, quando serviram de centros administrativos ou comerciais para as potências europeias. Em qualquer dos casos, o ritmo acelerado da urbanização só arrancou depois da Segunda Guerra Mundial, quando a economia mundial se tornou mais global e as terras colonizadas ganharam a sua independência.

Infelizmente, os países em desenvolvimento dispõem de recursos limitados para ajudar os novos migrantes a deslocarem-se para as cidades. Com a exceção de alguns países da Ásia Oriental, as suas economias e indústrias não estão fortemente desenvolvidas, pelo que

o desemprego é elevado e muitos migrantes vivem em condições precárias em bairros de lata e favelas.

Os problemas urbanos não se limitam ao mundo em desenvolvimento. As cidades de todo o mundo têm problemas de falta de alojamento, droga, violência e desemprego. (...)” (Ms.Newell, sd)

A atratividade das cidades, e os fluxos de migração internos para estas provocam um aumento da procura, com o consequente aumento dos seus espaços, “graças à maior oferta de empregos, tanto na produção fabril em si quanto no espaço da cidade, que demandará mais trabalho no setor comercial e também na prestação de serviços”. (Pena, sd)

“O grande gargalo desse modelo é o crescimento acelerado das cidades, que contribui para fomentar a macrocefalia urbana, quando há o inchaço urbano, com problemas ambientais e sociais, além da ausência de infraestruturas, crescimento da periferização e do trabalho informal, excesso de poluição, entre outros problemas. Estima-se, por exemplo, que até 2020 quase 900 milhões de pessoas estarão vivendo em favelas, em condições precárias de moradia e habitação”.

Estes movimentos fazem com que as cidades atuais, como referido anteriormente, estejam a transformar o «nicho ecológico» dos seres humanos, ou seja, o sítio cujas características essenciais permitem a sua multiplicação e propagação (Mancuso, 2022). Atualmente, aproximadamente 50% da população mundial reside em áreas urbanas (Dicionário do Desenvolvimento, 2019), e estima-se que esse valor aumente para cerca de 70% em 2050, ou seja, aproximadamente dez mil milhões de pessoas, especialmente na Ásia e em África (Mancuso, 2022).

“É um fenómeno de cuja espantosa velocidade não damos conta: em 1950, mais de dois terços (70%) das pessoas de todo o mundo viviam ainda em povoações rurais. Em 2007, pela primeira vez na história, a população urbana global ultrapassava a população rural global, e, desde então, a velocidade do fenómeno acelerou ainda mais. Em 2030, segundo as previsões, 60% da população mundial viverá em áreas urbanas e, em 2050, essa percentagem aumentará para os 70%, invertendo num único século (1950-2050) a distribuição global da população rural-urbana.” (Mancuso, 2022, p. 39)

Este fenómeno apresenta grandes desafios de gestão da vida das cidades, “(...) associados à capacidade de resposta às necessidades de um elevado número de pessoas – em áreas como a educação, habitação, alimentação, saneamento e mobilidade – e gestão dos impactos ambientais, sociais e económicos do estilo de vida nestes centros urbanos” (Dicionário do Desenvolvimento, 2019). Até porque as cidades, para sobreviverem, “(...)

necessitam de enormes e contínuos fluxos de energia e de materiais, ou seja, de recursos que devem ser produzidos em qualquer outro lado.” (Mancuso, 2022, p. 45)

“Atualmente, as cidades são responsáveis por cerca de 70% do consumo global de energia, e mais de 75% do consumo mundial de recursos naturais, sendo que as mesmas produzem 75% das emissões de dióxido de carbono e 70% dos detritos. Até 2050, viverão nas cidades mais de 2,5 mil milhões de pessoas, que serão responsáveis por um consumo de recursos que se torna difícil neste momento de calcular.” (Mancuso, 2022, p. 44)

Neste sentido é urgente repensar as políticas e estratégias de gestão dos recursos, sejam sociais, naturais e económicos, no sentido de fomentar o equilíbrio sustentável da cidade, em particular no que se refere ao pilar ambiental (proteção do meio ambiente), social (combate à pobreza e promoção da qualidade de vida), e económico (promoção de uma economia verde, “melhorando a eficiência no uso da energia, da água e nos sistemas de resíduos, como resposta aos desafios do seu grande crescimento” (Dicionário do Desenvolvimento, 2019)).

“Gerir áreas urbanas é um dos desafios mais importantes do século XXI. O sucesso ou fracasso na construção sustentável das cidades vai ser o principal fator de sucesso do desenvolvimento mundial.” (Dicionário do Desenvolvimento, 2019)

4.3. A cidade que queremos habitar

“Charles Montgomery is an award-winning author, urbanist and leader of interventions to improve wellbeing in cities around the world.

Charles’ acclaimed book, *Happy City: Transforming Our Lives Through Urban Design*, examines the intersection between urban design and the emerging science of happiness. Collaborating with the Guggenheim Museum, Futurewise, the World Health Organization, the American Society of Landscape Architects, and the Congress of New Urbanism, among others, Charles has created experiments and design methods that help participants alter their relationships with their cities, and with each other. Among his numerous awards is a Citation of Merit from the Canadian Meteorological and Oceanographic Society for outstanding contribution towards the public’s understanding of climate change science. Charles is a member of the United Nations Sustainable Solutions Networks sub-council for Happy Cities.” (Happy Cities, 2023) ²

Em seu livro «Happy City», Charles Montgomery (2013) compartilha suas descobertas e pesquisas em torno dos grandes assentamentos urbanos do mundo e como estes se tornaram os piores lugares para se habitar. Constata, no entanto, como alguns estão implementando mudanças pontuais em diferentes âmbitos para torná-los mais agradáveis para seus habitantes. Por meio de suas viagens e conversas com governantes e moradores, que estão tomando iniciativa própria para implementar melhorias nos bairros e cidades onde vivem e/ou governam, Montgomery (2013) expõe e contextualiza algumas dessas iniciativas, para que outras cidades ao redor do mundo também possam aprender com elas.

Apesar de seu foco permanecer em torno de grandes metrópoles, muitas de suas descobertas e recomendações sobre o que faz com que uma cidade se torne mais “feliz” e agradável de se viver, podem ser aplicadas igualmente às cidades mais pequenas e do interior, que observam períodos de migração e desertificação, e que já apresentam muitas das características necessárias a uma excelente qualidade de vida de seus moradores.

² “Charles Montgomery é um autor premiado, urbanista e líder de iniciativas que visam melhorar o bem-estar em cidades de todo o mundo.

O seu aclamado livro, «Happy City: Transforming Our Lives Through Urban Design», examina a intersecção entre o design urbano e a ciência emergente da felicidade. Em colaboração com o Museu Guggenheim, Futurewise, a Organização Mundial de Saúde, a Sociedade Americana de Arquitectos Paisagistas e o Congresso do Novo Urbanismo, entre outros, Charles criou experiências e métodos de design que ajudam os participantes a alterar as suas relações com as suas cidades e entre si. Entre os seus numerosos prémios conta-se uma Menção de Mérito da Sociedade Meteorológica e Oceanográfica Canadiana pela sua extraordinária contribuição para a compreensão pública da ciência das alterações climáticas. Charles é membro do sub-conselho das Redes de Soluções Sustentáveis das Nações Unidas para as Cidades Felizes” (Happy Cities, 2023)

4.4. O custo (particular e coletivo) do individualismo e da «Cidade Dispersa»



Figura 1 - Barra da Tijuca - Bairro disperso no Rio de Janeiro

Por «Cidade Compacta» entende-se aquela cuja “(...) a infraestrutura e os equipamentos urbanos são potencializados evitando-se o uso ineficiente do espaço e evitando-se longos deslocamentos” (Junior, 2016). A infraestrutura (transportes, serviços, comércio, e habitação) encontra-se otimizada, permitindo ao habitante uma utilização e vivência do espaço mais eficiente e sustentável, devido à diminuição das deslocamentos, ou a racionalização da infraestrutura de apoio (eletricidade, água, esgotos, comunicação, etc.) (Junior, 2016).

Por outro lado, a «Cidade Dispersa» caracteriza-se por um desenvolvimento urbano que deu prioridade a um “enfoque territorialista extensivo, ou seja, a cidade se espalha em grandes territórios sem qualidade no tecido urbano, apresentando grandes vazios urbanos e uma série de serviços espalhados pelo seu território, com baixa conectividade” (Junior, 2016). Impulsionado pelo movimento modernista, pela popularização dos automóveis, e pela crescente valorização do individualismo, esta forma de ocupar o território foi adotada por cidades em todo o globo, devido a facilidade de replicação de um modelo de urbanismo que prezava pela simplicidade e racionalismo (Montgomery, 2013).

A «cidade dispersa» caracteriza-se pela construção de casas unifamiliares, destacadas dos limites do terreno, ou por torres de prédios, formando bairros estritamente

residenciais, onde devido a sua configuração rarefeita, fazem com que seus moradores dependam quase que exclusivamente de automóveis para se deslocarem de suas casas até os serviços mais próximos (Montgomery, 2013).

“(…) Ocupam mais espaço por pessoa e são mais caros para construir e operar do que qualquer forma urbana já construída. Eles exigem mais estradas para cada morador, e mais canos de água, mais esgotos - mais cabos de energia, fiação elétrica, calçadas, sinalizações e paisagismo. A manutenção é mais cara para os municípios. Custam mais para proteger com serviços de emergência. Poluem mais e despejam mais carbono na atmosfera. **Em resumo, a cidade dispersa é o modo de vida mais caro, mais intensivo em recursos e mais poluente já construído.**” (Montgomery, 2013, p. 47)

Os bairros que compõem esta cidade foram construídos com o intuito de suprirem a necessidade de moradia de grandes centros urbanos, que já não comportavam a sua crescente população, mas foram moldados em prol do benefício individual de poucos em detrimento do coletivo, garantindo a “privacidade” de alguns privilegiados e favorecendo o deslocamento por meio de carros privados, ao invés do transporte público (Montgomery, 2013).

Nestes bairros, as diferenças sociais e a discrepância entre níveis de qualidade de vida são acentuadas. O transporte público, por exemplo, em subúrbios pouco densos tem um custo elevado de manutenção, o que limita a sua oferta, obrigando os habitantes a escolher os carros como principal meio de transporte, gerando assim, mais engarrafamentos (Montgomery, 2013)

Montgomery (2013) defende que o princípio da «cidade dispersa» apresenta mais inconvenientes que benefícios, uma vez que esta consome uma quantidade exorbitante de recursos naturais e financeiros, seja pelo aumento exponencial de infraestruturas (estradas, redes de esgoto e de abastecimento de água e serviços públicos), seja pelo menor valor cobrado de impostos por metro quadrado, como também gasta-se mais dinheiro público para construir e manter os serviços necessários àquela população. Sendo assim, o déficit entre o que é arrecadado e o que se gasta faz com que a administração pública tenha cada vez menos recursos para implementar melhorias ou readequar qualquer sistema às crescentes demandas (Montgomery, 2013).

“[Além disso] (...) quanto mais distante uma casa estivesse de um centro vibrante da cidade, maior era a probabilidade de sofrer a execução da hipoteca durante crises econômicas, e quanto mais profundo fosse o colapso do valor dessas casas, menor era a probabilidade de que o mesmo voltasse a subir após a crise” (Montgomery, 2013, p. 49).

As consequências desta tipologia de cidade são igualmente sentidas ao nível dos custos de saúde, devido ao sedentarismo associado ao transporte maioritariamente por automóvel, à falta de tempo e energia para a realização de atividades físicas ao fim de um dia, ou aos efeitos da poluição associados ao proliferar dos respetivos meios de transporte (Montgomery, 2013).

Esse impato encontra-se igualmente a nível ambiental, seja porque a proliferação do transporte por meio do automóvel gera mais poluição, seja porque a necessidade de imensas zonas asfaltadas (associados às vias de transporte) ou do cimento (associado à construção) contribuem grandemente para que estes aglomerados “ [experienciem] quase o dobro das ondas de calor extremas que os centros compactos” (Montgomery, 2013, p. 102)

“Todo esse ar quente causa mais smog, o que intensifica problemas como a asma. (...) Sabemos que algumas cidades terão que absorver milhões de refugiados climáticos. Os serviços se tornarão cada vez mais caros. Nossos sistemas de transporte público e privado dependem quase inteiramente de combustíveis fósseis. As cidades não terão condições de financiar ônibus para bairros de densidade ultra-baixa.” (Montgomery, 2013, p.102)

Em alternativa, refere Montgomery (2013), quando a configuração das cidades e respectivos bairros é pensada para viabilizar e encorajar a locomoção a pé ou de bicicleta, através do uso misto das edificações entre pontos comerciais e residenciais, da ampliação de espaços seguros para pedestres, da construção de ciclovias, as despesas mencionadas acima diminuem significativamente. Os habitantes se tornam menos sedentários e como efeito, sua saúde é beneficiada, a poluição do ar e sonora diminui, os níveis de estresse caem e obviamente, seus custos com saúde diminuem. Ademais, áreas destinadas a pedestres são expressivamente mais baratas de construir e manter, em comparação a estradas e viadutos. Uma vez que incentiva-se o uso misto das edificações de um bairro, aumenta-se a arrecadação de impostos por metro quadrado, diminui-se a necessidade de expansão de infra estrutura e do uso de automóveis, promove-se uma melhor qualidade de vida e a redução dos gastos com transporte (Montgomery, 2013)

4.5. Os efeitos colaterais do mau urbanismo

Anteriormente à crise econômica de 2008, iniciada nos EUA e que rapidamente se espalhou pelo mundo, um grupo de cientistas italianos se propôs a estudar as causas da inexplicável discrepância entre o aumento do poder aquisitivo de boa parte da população do país e a decrescente felicidade da mesma população. Foi descoberto que a principal causa de tal fenômeno era o declínio das relações sociais, ou seja, o aumento da solidão. Aparentemente, o acúmulo de riquezas não afeta tanto os níveis de felicidade, quanto às relações sociais, que tanto subestimamos (Montgomery, 2013).

A diminuição dos círculos de amizade, do contato entre familiares e a consequente solidão gerada por este fenômeno, impactam diretamente a saúde mental e consequentemente física, dos cidadãos de todo o mundo (Hertz, 2021) (Montgomery, 2013).

"É o lugar de um bairro em uma cidade, e a distância que seus moradores percorrem todos os dias, que fazem a maior diferença para as paisagens sociais. **Quanto mais tempo as pessoas de um determinado bairro passarem no trajeto, menor a probabilidade de praticarem esportes coletivos, sair com os amigos, assistir a um desfile ou se envolverem em grupos sociais**" (Montgomery, 2013, p.57)

Estudos recentes sobre o fenômeno da desertificação social, corroboram que a solidão pode ser um dos efeitos nocivos mais agudos da vida nas cidades, pois acarreta em um aumento do número de distúrbios psicóticos como a esquizofrenia, bem como de outras doenças de variados níveis de seriedade, desde uma simples gripe até infartos, derrames, alguns tipos de câncer e obviamente depressão (Montgomery, 2013).

Por outro lado, locais onde os laços sociais e familiares são mais estreitos, não só a incidência de tais doenças é menor, como também o nível de estresse é reduzido consideravelmente, mesmo diante de crises econômicas severas. Isso se dá, pois o senso de isolamento e desamparo é muito menor, pelo simples fato de termos pessoas com quem compartilhar e nos apoiar em tais situações. Além disso, os habitantes destas zonas reportam níveis significativamente maiores na qualidade do sono, uma maior longevidade, capacidade de lidar com adversidades e felicidade. (Hertz, 2021) (Montgomery, 2013)

Cidades ou bairros inteiros que encontram-se dispersos ou destacados de polos comerciais ou empresariais, geram uma série de consequências catastróficas nas relações que desenvolvemos ou não, com nossos vizinhos e familiares. Essas relações foram negligenciadas por décadas, porque estávamos concentrados demais em manter nossa privacidade e nossa falsa percepção de prosperidade, que acreditamos ser proveniente da

aquisição de coisas, móveis e imóveis, e da acumulação de capital. No entanto, tais dinâmicas sociais são o pilar que sustenta nosso entendimento de qualidade de vida (Montgomery, 2013).

Se ter uma rede de apoio e pessoas com quem contar em momentos bons e ruins é uma parte importante e crucial de nossas vidas, torna-se no entanto difícil de a criar a partir do momento que não temos tempo, energia ou espaços destinados a estes encontros e interações, pois estamos todos fechados em nossas casas ou apartamentos ou nos deslocando para e do trabalho (Montgomery, 2013).

Outro efeito colateral negativo das grandes cidades dispersas está relacionado com o aumento do nível de infelicidade entre crianças e adolescentes e seu consequente envolvimento crescente em atividades ilegais e organizações criminosas. Um dos grandes vilões desta situação é a ausência das figuras paternas e maternas na criação de seus filhos, pois ao serem obrigados a deslocar-se por horas para ir e voltar de seu local de trabalho, os pais passam mais tempo longe de casa do que ao lado de seus filhos. Esta alienação parental forçada pela cidade dispersa, faz com que os adolescentes estejam mais vulneráveis a más influências, do que se ao menos pudessem desfrutar da companhia e orientação de seus pais por algumas horas ao dia. (Montgomery, 2013).

“Os jovens infelizes nestes estudos parecem todos ter uma coisa em comum: faltava-lhes a paz de espírito que vem com forte apego aos pais. As crianças que realmente jantam com pelo menos um dos pais, obtêm melhores notas e têm menos problemas emocionais” (Montgomery, 2013, p. 60). Tal conjuntura estrutural que afeta o relacionamento entre pais e filhos tem suas raízes espalhadas pela “arquitetura, espaços públicos, orçamentos para infraestrutura, leis e redes de mobilidade” (Montgomery, 2013, p. 62) que juntos formam as condições perfeitas para que este cenário se torne cada vez mais recorrentes em grandes cidades ao redor do mundo.

Para os habitantes dessas «cidades dispersas», o tempo se torna um artigo de luxo, pois é algo escasso em suas vidas: tempo para passar com seus familiares, para educar seus filhos, para conhecer e se relacionar com seus vizinhos ou para se envolver com questões políticas, que os afetam direta e indiretamente. Montgomery (2013) aponta que, os habitantes de bairros estritamente residenciais que dependem de automóveis para se deslocarem, “não assinam petições, não participam de comícios, não se filiam a partidos políticos, ou grupos de advocacia social. Cidadãos que habitam nesses subúrbios estão menos propensos a saber o nome dos políticos que os representam do que pessoas que vivem em lugares conectados.” (Montgomery, 2013, pp. 55-56). Tal comportamento caminha em direção

contrária ao que nos faz feliz: estar envolvidos com as decisões que nos afetam (Montgomery, 2013).

Cidades desenhadas com o intuito de priorizar o transporte por carros possuem um tecido urbano composto por enormes estacionamentos, ruas, estradas e viadutos largos o suficiente para comportar intensos fluxos de automóveis todos os dias, que viajam o mais rápido possível. Tal configuração faz com que seja cada vez mais insalubre, estressante e perigoso para os pedestres ocuparem o espaço público, devido à expressiva poluição sonora e do ar, bem como a possibilidade de se envolver em acidentes ao ter que cruzar ou apenas caminhar próximo a vias como estas (Montgomery, 2013). A intensidade do tráfego de uma via pode influenciar tanto o psicológico dos habitantes, quanto suas relações interpessoais (Hertz, 2021):

“Em uma rua com apenas tráfego leve (dois mil carros por dia), as crianças brincavam nas calçadas e na rua, as pessoas socializavam em seus degraus da frente e todos relatavam ter uma forte rede de contatos com os vizinhos de ambos os lados da rua.

Em uma rua quase idêntica, com oito mil carros passando por dia, houve uma queda dramática na atividade social e nas amizades. Outra rua semelhante, com dezasseis mil carros passando, não viu quase nada acontecendo no domínio público, e os laços sociais eram poucos e distantes.” (Montgomery, 2013, p. 168)

Dentre as consequências da poluição sonora apenas, estão o aumento da irritabilidade, da agitação, da propensão a iniciar uma briga e da anti-sociabilidade. Paralelamente, ficamos menos dispostos a ajudar estranhos, menos pacientes, menos generosos e menos sociáveis. Quando estamos em um ambiente ruidoso, tendemos a não permanecer nele, pois o som de uma buzina apenas, já é o suficiente para descarregar hormônios de estresse em nosso sistema circulatório (Montgomery, 2013). Ou seja, mesmo que haja espaços públicos a serem desfrutados, não nos sentimos confortáveis o suficiente para fazê-lo.

Os próprios estacionamentos são agentes influenciadores do comportamento. O especialista em planejamento de transporte Lawrence Frank, citado por Montgomery (2013), descobriu que em localidades onde as lojas possuem estacionamento em frente às suas portas, as pessoas que as frequentam têm menor probabilidade de interagirem umas com as outras. Isso acontece porque os transeuntes destas lojas são normalmente pessoas que estão de passagem e não moradores, o que faz com que elas não se vejam com frequência ou tenham motivos o suficiente para iniciar uma conversa. Quando esta ampla oferta de vagas de estacionamento se encontra espalhada por toda a cidade, a probabilidade das pessoas fazerem compras longe de suas casas aumenta e a de desenvolverem redes de apoio

diminui. O mesmo acontece quando todas as residências possuem garagem dentro de seus terrenos ou logo embaixo de seus prédios: reduzimos as chances de esbarrar com um vizinho e estabelecer laços com estes, limitando assim, nossas interações sociais com os membros de nossas famílias (Montgomery, 2013)

À luz do exposto anteriormente, pode-se concluir que a forma com que construímos nossas cidades molda diretamente o comportamento daqueles que nela habitam, de maneira positiva ou negativa. Muitas das escolhas de urbanismo que fizemos até então favoreceram a dispersão indefinida do tecido urbano, os deslocamentos por automóveis, o aumento dos gastos públicos e privados, da poluição, das mudanças climáticas, do individualismo e a solidão decorrente deste, e o triunfo de uma parcela pequena da população em detrimento das massas desfavorecidas. Isso gerou graves consequências para a saúde mental, física e financeira de seus moradores, influenciou a forma como lidamos com as pessoas ao nosso redor e nossa qualidade de vida em geral. Isto é, **para mudar como as pessoas vivem, é preciso mudar o ambiente no qual elas estão inseridas.**

4.6. Como chegamos até aqui

"As cidades cresceram além de suas proporções, como se as estivéssemos projetando para gigantes. «O que estávamos fazendo, é claro, era projetar para a escala dos carros», disse ela. «Agora estamos devolvendo as cidades a uma escala humana. Estamos devolvendo o equilíbrio da vida aos bairros»". (Montgomery, 2013, p. 275)



Figura 2 - Brasília, Brasil

Na figura acima vemos uma das avenidas principais da cidade de Brasília que foi construída com o intuito de materializar as diretrizes do movimento modernista do início do século XX: ruas e estradas amplas para facilitar a locomoção por meio de automóveis, setorização da cidade de acordo com a função de cada bairro (trabalho, moradia, lazer e comércio), maximização da utilidade, simplificação das linhas arquitetônicas e urbanísticas. Esse tipo de urbanismo visa descomplexificar a cidade e facilitar sua replicabilidade, mas negligencia que cidades são organismos multifacetados, conectados entre si e influenciados por inúmeros fatores que não se comportam de forma racional e simples (Montgomery, 2013).

Brasília caracteriza-se por avenidas largas, complexos residenciais de prédios enormes, grandes espaços vazios e longas distâncias, ou seja, uma cidade feita para gigantes e não para pedestres. Tal configuração repercute diretamente na percepção dos

moradores em relação ao espaço onde habitam: desorientação e distanciamento, pois a paisagem é praticamente a mesma em todos os bairros do plano piloto (projeto urbanístico original idealizado por Lúcio Costa), não permitindo a personalização, espontaneidade e complexidade e não promove encontros entre os habitantes; propriedades estas, tão comuns em quaisquer outras cidades (Montgomery, 2013).

Sobre a questão da mobilidade, um dos aspectos cruciais da vida nas cidades, Montgomery (2013) reitera que **“não apenas a cidade molda a forma como nos movemos, mas nossos movimentos moldam a cidade em troca”** (p. 176), **o que significa que, quanto mais estradas construirmos, mais carros vão ocupá-las, e quanto mais ciclovias criarmos, mais bicicletas circularão por elas. Sendo a recíproca também verdadeira: quanto mais bicicletas circularem pelas ruas, maior será a necessidade de expandir as vias destinadas a elas. Assim, não só os governantes têm o poder de decidir como nos locomovemos, como nós também podemos criar demandas não identificadas por eles e impulsionar mudanças no tecido urbano** (Montgomery, 2013).

Essa utopia de que cidades e pessoas devem se comportar como máquinas e não como organismos vivos interconectados e interdependentes dos elementos à sua volta, já foi superada. Montgomery (2013) afirma que a vida na cidade é uma “complexa trama de energia, mobilidade, economia e sistemas geométricos” (p. 252), que não pode, nem deve ser setorizada ou isolada com o intuito apenas de facilitar o trabalho de urbanistas e planejadores urbanos. Hoje considera-se que existe um metabolismo da cidade, bem como uma fisionomia própria: “Somente (...) se pode corretamente compreender que, como qualquer ser vivo, para crescer, a cidade tem uma necessidade permanente de energia e de recursos e que, inevitavelmente, produz resíduos e desperdícios” (Mancuso, p. 50). Cada cidade possui topografia, tecido, história, povo, cultura, potencialidades e problemas únicos que precisam de soluções adequadas às suas necessidades, e que ao contrário das diretrizes do modernismo, não podem ser implementadas em qualquer lugar do globo de forma bem sucedida, sem serem levados em consideração (Montgomery, 2013).

A ideia de que cidades dispersas e setorizadas eram a solução mais adequada também foi sustentada pela crença de que cidades superlotadas prejudicavam a saúde mental de seus habitantes (Montgomery, 2013): Tal crença se fundamenta na identificação da relação entre doenças psicossomáticas causadas pelo estresse, e a superpopulação de algumas cidades - insônia, depressão, irritabilidade e ansiedade -, estresse causado pelo contato constante com uma grande quantidade de desconhecidos no dia a dia, que aumentava a sensação de insegurança e falta de controle. Isso acontece devido a sobrecarga

de estímulos - barulho, pessoas, carros e etc. - que nos obrigada a ter de nos fechar dentro de nossas casas para conseguir lidar com esse mal estar. Dessa forma, nos tornamos menos sociáveis e generosos, além de dificultar com que nos conectemos as pessoas e ao ambiente em que vivemos (Montgomery, 2013), ou seja, fechamo-nos daquilo que Hertz (2021) definiu como as nossas “bolhas pessoais”.

Já em cidades menores, onde o contato com pessoas conhecidas faz parte do cotidiano, o comportamento contrário foi detectado: as pessoas eram mais generosas, menos desconfiadas, possuíam fortes redes de apoio com as quais podiam contar em tempos difíceis, eram mais propensas a pedir ajuda e se identificavam com o local e a sociedade na qual estavam inseridos (Montgomery, 2013).

“Em *Cities and the Wealth of Nations* [Jane Jacobs] alertou especificamente sobre a tendência dos projetistas e planejadores de escalar em excesso: **quanto maior um organismo ou economia, mais instável ele se tornaria em tempos de mudança, e menor a probabilidade de que o sistema fosse capaz de se autocorrigir.**” (Montgomery, 2013, p. 259)

Assim, somos vítimas da instabilidade causada por nossa tendência ao exagero e à megalomania. Queremos expandir nosso território, nossos negócios, nossa economia, nossa influência ao máximo que conseguirmos, o que dificulta a manutenção dos mesmos (Jacobs, como em Montgomery, 2013). **Assim, quanto maior for uma cidade, mais difícil será manter o controle sobre seus diversos aspectos, suprir suas necessidades e mais pesada ficará a máquina pública necessária para gerenciá-la. Sua dependência de recursos externos também será maior, o que como visto em capítulos anteriores, a tornará mais suscetível aos efeitos de possíveis crises (econômicas, energéticas, climáticas e etc.).**

Tal constatação nos leva a concluir que, muito possivelmente, expandir ainda mais as mega cidades já existentes, não seja nem a única nem a melhor alternativa para suprir a necessidades destas, em especial no que se refere à moradia. Uma possibilidade viável, seria a realocação de pessoas e empresas para outros territórios onde já existe uma infra estrutura subutilizada e imóveis o suficiente para ambas, a fim de ocupar espaços vazios, movimentar a economia local, criar ecossistemas mais dispersos, menos vulneráveis, mais flexíveis e frear o crescimento desses gigantes pólos de poluição, de consumo de recursos nacionais, difíceis de governar e que só fazem aumentar as diferenças sociais. Porém, para que isso ocorra, as condições necessárias para o seu desenvolvimento sustentável (em todos os sentidos da palavra) e para a criação de condições de qualidade de vida para esses habitantes, se fazem necessárias.

4.7. Escolhas contra produtivas

“A economia neoclássica, que dominou a segunda metade do século XX, se baseia na premissa de que todos nós estamos perfeitamente equipados para fazer escolhas que maximizem a utilidade. **O "homem econômico", de acordo com esta linha de pensamento, tem acesso a todas as informações relevantes, não esquece nada, avalia suas escolhas sobriamente e toma a melhor decisão possível com base em suas opções.**” (Montgomery, 2013, p. 82)

No entanto, como referido por Ariely (2008), os seres humanos são o completo oposto do que a economia neoclássica afirma: somos facilmente influenciados por uma série de fatores que nos fazem ignorar a lógica e tomar decisões irracionais, que muitas vezes nos prejudicam. Porém, por muito tempo acreditamos genuinamente - e ainda acreditamos - que tínhamos essa capacidade de raciocinar de forma fria e imparcial ao tomar decisões: Foi essa irracionalidade que fez, por exemplo, com que arquitetos, engenheiros de trânsito, urbanistas e governantes decidissem por priorizar apenas a função e a utilidade dos espaços, de modo a aumentar sua eficiência, através do uso da geometria e da simplificação de problemas complexos. O que, como pudemos ver até então, não tem funcionado como planejado (Montgomery, 2013). **“A maneira como organizamos a maioria das cidades realmente encoraja os indivíduos a fazer escolhas que tornam a vida de todos mais difícil. (...) O sistema falha porque promete recompensas por comportamento irracional”** (Montgomery, 2013, pp. 188-189).

Um desses exemplos refere-se à extensa rede de ruas, estradas e excessivos parques de estacionamento que encorajam as pessoas a se deslocarem maioritariamente com seus carros privados, causando longos engarrafamentos e estendendo o tempo que todos passam parados dentro de seus automóveis. Montgomery (2013) afirma que apesar de apreciarmos a adrenalina que inunda nosso corpo ao guiarmos em alta velocidade, quando somos obrigados a permanecer parados por longos períodos de tempo fechados em um ambiente reduzido em uma situação estressante, essa descarga de adrenalina constante se torna tóxica e pode comprometer o funcionamento de nosso cérebro. Ademais, quando nos mantemos parados por muito tempo, nosso corpo enfraquece, nossos vasos sanguíneos entopem, nossos músculos atrofiam, enfim, nossa saúde em geral fica comprometida (Montgomery, 2013). Este cenário de estagnação devido ao trânsito nas grandes metrópoles está a aumentar consideravelmente devido à sua superpopulação e ao número de automóveis que estes habitantes acreditam precisar. Tal situação é agravada ainda pela falta

de transporte público de qualidade que muitas vezes é irregular ou insuficiente para a quantidade de população.

Como se pode constatar, esta é uma das escolhas contra-produtivas que fazemos em relação à mobilidade: acreditamos que possuir um carro e utilizá-lo para maximizar nosso conforto nos trará felicidade; porém quando todos pensamos da mesma forma, acabamos por ter menos conforto e mobilidade do que gostaríamos. Ou seja, muitas vezes uma escolha individualista feita por muitos pode desencadear um efeito prejudicial para todos. Caso fosse possível escolher nos locomover predominantemente por transporte público, por meios alternativos como bicicletas e trotinetes, ou até a pé, seria possível locomovermo-nos muito mais fácil e rapidamente de carro quando necessário.

Em uma pesquisa realizada pelo *Scandinavian Journal of Economics*, apresentada por Montgomery (2013), quanto maior o tempo gasto dentro do transporte de e para o trabalho, menor era o nível de felicidade relatados pelos entrevistados, em relação a todos os outros aspectos de suas vidas. Pode-se assim concluir que quanto mais longe do nosso local de trabalho moramos, mais infelizes seremos, independente de quão bem sucedidos os outros aspectos da nossa vida sejam. No mesmo estudo, também foi constatado que uma pessoa que gasta 1 hora no trajeto para o trabalho precisa ganhar 40% a mais do que uma pessoa que consegue caminhar até o seu escritório, para relatar os mesmos níveis de felicidade. Além disso, “trocar uma longa viagem de ida e volta por uma curta caminhada até o trabalho, tem o mesmo efeito sobre a felicidade do que encontrar um novo amor” (Montgomery, 2013, p. 83).

Independente de quais fatores nos levam a habitar distantes dos locais onde exercemos nossas atividades cotidianas (trabalho, estudo, lazer, esporte, etc.) uma vez que nos vemos forçados a perder uma boa parte de nosso dia nos locomovendo de um lugar para outro, perdemos um de nossos bens mais preciosos: o tempo. O que, como demonstrado previamente, acaba afetando nosso orçamento familiar, nossa saúde mental e física, e nossos relacionamentos com amigos, familiares e parceiros. Relacionamentos estes, que de acordo com Hertz (2021) e reforçado por Montgomery (2013), são o que formam a base da nossa percepção de felicidade, senso de segurança e de pertencimento.

“Quando uma atividade é sua própria recompensa, ela pode melhorar a cada ato de consumo. Isto é especialmente verdade no âmbito social. Quanto mais você vê seus amigos, mais íntimos e ricos esses laços de amizade podem se tornar. O problema é que tomamos consistentemente decisões que sugerem que não somos tão bons em distinguir entre prazeres efêmeros e duradouros. Continuamos a escolher errado.” (...)

(...) podemos dizer uns aos outros que as experiências são mais importantes do que as coisas, mas constantemente fazemos escolhas como se não acreditássemos nisso. (Montgomery, 2013, pp. 84-86)

4.8. Mudar o discurso

“Nem mesmo toda a culpa do mundo consegue nos mover. «As pessoas não respondem a campanhas baseadas em culpa e medo. Elas têm dificuldade em vincular suas ações aos custos no futuro. E se ressentem dos governos que multam ou punem seu comportamento, mesmo quando sabem que é insustentável», (...) **A solução está em apelar para o puro interesse próprio. A cidade sustentável tem que prometer mais felicidade do que o status quo. Ela tem que ser mais saudável, mais elevada em status, mais divertida e mais resiliente do que a cidade dispersa. Ela tem que nos atrair para mais perto, em vez de nos afastar. Tem que recompensar as pessoas por fazerem escolhas eficientes quando elas se movem. Tem que ser uma cidade de satisfação hedônica, de alegrias destiladas que não custam nada ao mundo. A cidade molda nossas decisões.** Sempre moldou. Assim como a cidade dispersa limita nossas escolhas e nos impulsiona a estender nossas vidas, a cidade que salva o mundo deve incorporar lições de economia comportamental para garantir que a boa escolha e a escolha feliz possam ser a mesma.” (Montgomery, 2013, p. 104)

Como referido anteriormente, o mito do «homem econômico», que toma suas decisões de forma imparcial e bem informada, já foi superado. Somos constantemente influenciados por inúmeros fatores todos os dias e temos muita dificuldade em vislumbrar como nossas ações de hoje podem afetar nosso futuro, seja positiva ou negativamente. Logo, para iniciar qualquer movimento de mudança de hábitos em parcelas consideráveis da população, é preciso impulsioná-las a fazer escolhas melhores hoje, de acordo com aquilo que é importante para elas agora (Montgomery, 2013).

A maneira com que entidades públicas e privadas promovem ações e tentam estimular a substituição de comportamentos em prol do meio ambiente e do consumo consciente para a redução das mudanças climáticas, baseia-se em objetivos macro, com os quais a população em geral não se identifica. Esses objetivos não ressoam com os desafios que elas enfrentam no cotidiano e os benefícios que prometem trazer para a vida delas encontram-se em um espaço-tempo muito distante de sua realidade (Montgomery, 2013). **Para incitar mudanças estruturais de forma assertiva faz-se necessário utilizar uma linguagem, fomentar condutas e implementar mudanças que propiciem melhorias imediatas aos problemas do cotidiano. Somente desta forma a população terá o incentivo necessário para modificar suas atitudes. Alguns exemplos de problemas iminentes são: “desenvolvimento econômico, habitabilidade, mobilidade, acessibilidade de moradia, impostos, tudo o que se refere à felicidade.”** (Montgomery, 2013, p. 254)

Ao garantir que a vida das pessoas se torne mais fácil, fluida, com menos empecilhos, mais opções, mais liberdade e consequentemente mais feliz, por meio de ações que ao

mesmo tempo, buscam reduzir o impacto ambiental da vida nas cidades, será possível conseguir provocar mudanças de forma muito mais eficiente (Montgomery, 2013).

Montgomery (2013) apresenta vários casos-de-estudo e exemplos de ações governamentais que visavam melhorar a qualidade de vida dos cidadãos, e que acabaram por também reduzir as emissões de carbono e tornar a cidade mais sustentável. Sendo assim, pode-se concluir que **“Qualidade de vida e ação climática são metas complementares. É mais fácil entusiasmar as pessoas com planos que melhorem suas vidas.”** (Montgomery, 2013, p. 257)

Essa relação de benefício mútuo reflete inclusive na maneira como as pessoas se comportam umas com as outras e com os espaços públicos. Um dos governantes entrevistados por Montgomery (2013) afirmou que a partir do momento que os residentes passaram a ter uma melhor qualidade de vida e a perceber que tinham direito a ocupar e desfrutar da cidade, tanto quanto a classe privilegiada, seu comportamento foi gradualmente melhorando, o que impactou até os índices de violência. **“Somente uma cidade que respeita os seres humanos pode esperar que os cidadãos respeitem a cidade em troca”** (Montgomery, 2013, p. 233).

Dentre as sugestões, destacam-se o priorizar espaços públicos de qualidade, melhorar a qualidade e a oferta de transporte público, investir e ampliar a estrutura de educação e entretenimento para os mais pobres, com o objetivo de criar uma cultura de felicidade compartilhada e de respeito a todos os tipos de cidadãos (Montgomery, 2013). Tais intervenções geram melhorias para muitos e geram algumas inconveniências para poucos. Talvez seja esse um dos motivos pelos quais seja tão difícil colocá-las em prática, pois os privilegiados são geralmente os que chegam ao poder e acabam governando para os seus (Montgomery, 2013).

“Estes dissuasores mostram que os pedestres são tão importantes quanto as pessoas com carros. **Estamos criando igualdade; estamos criando respeito pela dignidade humana**”. **Estamos dizendo às pessoas: ‘Você é importante - não porque é rico, mas porque é humano’. Se as pessoas são tratadas como especiais, como sagradas, elas se comportam dessa maneira. Isto cria um tipo diferente de sociedade.”** (Montgomery, 2013, p. 236)

4.9. Atributos de cidades felizes

Segundo Montgomery (2013), existem alguns atributos e características necessárias à criação de espaços mais inclusivos, sustentáveis, funcionais e agradáveis de se viver. Cidades que atraíam pessoas por oferecerem uma excelente qualidade de vida para todos os seus moradores e não apenas para uma pequena parcela privilegiada da população.

As qualidades listadas a seguir são assim, fruto de experiências pessoais de Montgomery, associadas a entrevistas com ativistas e pessoas comuns, estudos científicos, e políticas implementadas em diversas partes do mundo, que transformaram para melhor a vida de seus habitantes e podem servir como inspiração para tantos outros lugares fazerem o mesmo.

Expandir o espaço habitável e de convivência

Como evidenciado anteriormente, a exposição ao perigo nos afasta, nos torna mais hostis, reclusos e anti-sociais (Montgomery, 2013). No ambiente urbano, algo que nos ameaça frequentemente é a possibilidade de ser atingido por um carro, o seu barulho, bem como os efeitos da poluição produzida por eles. Em ruas onde o tráfego é mais rápido, essa sensação piora, o que faz com que as pessoas não parem, não conversem, e não desfrutem do espaço que a elas é destinado. Ou seja, existe uma relação direta entre a velocidade e a quantidade de carros, que utilizam a rua por breves períodos de tempo, e a convivialidade entre os indivíduos (Montgomery, 2013). Em alternativa, estes poderiam usufruir do espaço por longos períodos, e utilizá-los para desenvolver relações interpessoais e com o local onde transitam (Montgomery, 2013).

Ou seja, garantir que as ruas possam ser utilizadas como espaços de convivência para mais do que apenas locais de passagem, faz parte da criação de uma cidade onde as pessoas se sentem convidadas a usufruir dos diversos tipos de espaços públicos e fortalecer seus laços de amizade e convívio.

“Não se pode separar a vida social dos espaços urbanos da velocidade das atividades que ali acontecem. **A vida pública começa quando desaceleramos.** É por isso que a redução da velocidade tornou-se política municipal em cidades de todo o Reino Unido e em Copenhague, onde os limites de velocidade foram reduzidos para 14 quilômetros por hora em algumas ruas.” (Montgomery, 2013, p. 170)

Desenvolver o sentimento de pertencimento com o local

“Precisamos do calor de outras pessoas, mas também precisamos do toque curativo da natureza. Precisamos nos conectar, mas também precisamos de nossa privacidade. Nós nos beneficiamos das conveniências da proximidade, mas essas conveniências podem vir com o preço do excesso de estímulo e de aglomeração. Não resolveremos o enigma da vida urbana sustentável a menos que compreendamos essas forças contraditórias e resolvamos a tensão entre elas. De quanto espaço, privacidade e distância de outras pessoas precisamos? De quanta natureza precisamos? Existem projetos que combinam os benefícios da dispersão com os dividendos da proximidade?” (Montgomery, 2013, p. 106)

No contexto em que tanto a cidade dispersa e rarefeita quanto as superlotadas tem efeitos nocivos a saúde mental e física de seus moradores, bem como consequências negativas para o meio ambiente, faz-se necessário encontrar um caminho do meio entre as duas opções, já que nossas demandas parecem ser tão discrepantes.

Precisamos assim de cidades cujas características promovam encontros e interações entre os habitantes, mas que também nos permita ter momentos de reclusão quando necessário. Precisamos habitar espaços construídos pelo homem e consumir serviços e produtos em estabelecimentos comerciais, mas também ter contato com a natureza para que possamos colher os benefícios de ambos os mundos. O que reitera a complexidade do ser humano e suas relações uns com os outros e com o ambiente à sua volta. Complexidade esta, que soluções simplistas e pontuais não conseguem suprir (Montgomery, 2013).

O local onde habitamos tem o poder de modificar não só as escolhas que fazemos, mas também a relação que temos com familiares, amigos e vizinhos. Somente o fato de conhecermos nossos vizinhos e sabermos que podemos contar com eles, nos confere um senso de pertencimento ao local em que moramos, e pessoas que desenvolvem esse tipo de relacionamento, relatam níveis de felicidade muito maiores (Montgomery, 2013). Nossos bairros e cidades podem estimular o convívio entre as pessoas, através da densidade ou da criação de espaços públicos como praças e parques, ou a reclusão dentro de casa, como ocorre nas cidades rarefeitas ou muito populosas. Estas podem fazer com que fiquemos mais depressivos, quando transitamos por locais insalubres e grafitados; podem liberar hormônios do estresse em nosso corpo, quando nos deparamos com edificações com linhas pontiagudas, que nos deixam em estado de alerta (Montgomery, 2013).



Figura 3 - Times Square antes e depois da intervenção

Um excelente exemplo de mudança de paradigma sobre a difícil convivência entre carros e pessoas citado por Montgomery (2013), é o da Times Square, em Nova Iorque.

Na imagem anterior (Figura 3), podemos constatar a diferença de prioridades na ocupação do espaço: do lado esquerdo, os carros dominam a rua e as pessoas são limitadas a ocuparem calçadas lotadas. O espaço destinado ao pedestre é simplesmente de passagem e não de permanência. Após as mudanças realizadas por Sadik-Khan, onde as ruas foram fechadas para o trânsito de carros e destinadas apenas aos pedestres, pode-se perceber como as pessoas rapidamente tomaram conta do espaço e passaram a usufruir dele por mais tempo. Também foi constatado que “as ruas se tornaram simultaneamente mais eficientes, mais justas, mais saudáveis e ainda mais divertidas” (Montgomery, 2013, p. 224). Além dos pedestres, os próprios motoristas também puderam se beneficiar da mudança: o tráfego que antes fluía demasiado devagar, passou a fluir mais rapidamente nas ruas adjacentes e o número de acidentes diminuiu consideravelmente (Montgomery, 2013).

"Uma cidade que vive sob a hostilidade e a insegurança do trânsito automóvel só pode mudar se seus cidadãos retomarem a posse de seus espaços públicos".
(Montgomery, 2013, pp. 256-257)

Em suma, quanto mais áreas da cidade forem destinadas a pedestres, não só de passagem, mas principalmente aos que desejam permanecer e desfrutar delas, melhor será a convivência entre seus habitantes, mais confiança eles depositarão uns nos outros e mais confortáveis as pessoas se sentirão em ocupá-los, o que trará mais vitalidade ao local (Montgomery, 2013).

Basicamente, o design da cidade pode influenciar imensamente na qualidade de vida percebida pelo povo, tanto quanto de seu nível social (Montgomery, 2013). Isso acontece porque a partir do momento que damos condições e oportunidades similares de aproveitamento do espaço e diminuímos a importância que um ordenado tem na qualidade de vida das pessoas, elas se sentem mais dignas e mais felizes. Tais sentimentos fazem com que as pessoas desenvolvam um apreço pelo local e comecem a cuidar dele como se fosse seus, reduzindo assim, a incidência de vandalismo e criminalidade na região (Montgomery, 2013).

Garantir a mobilidade universal e de curta duração

“É claro que essas inovações tendem a ocorrer em cidades onde os formuladores de políticas realmente viajam de trânsito público. **Quando o trânsito é visto como uma esmola para os pobres, os políticos tendem a não investir além dos níveis mais básicos de serviço.**” (Montgomery, 2013, p. 203)

A vida nas cidades não se resume em apenas habitá-las, mas em poder mover-se dentro dela, seja a pé, de ônibus, bicicleta ou de carro (Montgomery, 2013). O grande problema que a maioria dos habitantes delas enfrenta hoje é o fato de que, por muitas décadas, planejadores urbanos, terem privilegiado os meios de locomoção que o seu estilo de vida utilizava. E muitos destes decisores tiveram um passado repleto de privilégios, onde seus familiares, amigos e colegas de trabalho tinham condições o suficiente para comprar, manter e segurar seus próprios automóveis.

Tal situação, entre outras, levou à construção e ampliação de vias cada vez mais rápidas e de parques de estacionamento em cada esquina. Isto, aliado ao fato de que possuir um automóvel se tornou um símbolo de status social e de liberdade, impulsionou ainda mais a compra e troca desses veículos. Com mais carros nas ruas, mais estradas e estacionamentos são necessários, gerando assim, um looping infinito que favorece a poucos e causa o infortúnio de muitos (Montgomery, 2013).

Em locais onde os próprios governantes utilizam o transporte público ou alternativo como forma de incentivar a população a fazer o mesmo, é possível observar uma alteração

brusca de comportamentos. Assim, enquanto o transporte público for sinônimo de baixo poder aquisitivo e limitação, será muito difícil implementar políticas e incentivar a mudança de hábito das pessoas (Montgomery, 2013). Assim que circular com veículos privados se torne mais inconveniente do que andar de bicicleta, de metrô ou de ônibus, os hábitos de locomoção das pessoas mudará concomitantemente. **Mas para isso, se faz necessário que os próprios administradores públicos iniciem este processo de transição investindo em diversificar os meios de transporte possível em suas cidades, pois a partir do momento em que temos mais opções, podemos optar por aquela que nos convém de acordo com nossa preferência, limitação física, condição financeira e etc. não ficando preso a um único meio que nos limita a passar horas de nossos dias parados no trânsito** (Montgomery, 2013).

Em cidades onde o sistema de transporte público e alternativo foi ampliado e reestruturado, seus habitantes reportaram um aumento significativo nos níveis de felicidade, já que passavam menos tempo com deslocamentos e mais com atividades que os davam prazer, se sentiam mais importantes, menos excluídos, menos depressivos, menos irritados e menos tristes (Montgomery, 2013). Dentre estes, os que relataram os maiores índices de felicidade eram aqueles que conseguiam se movimentar por meios próprios (caminhando, correndo ou pedalando). O que parece ser contra intuitivo, mas é facilmente explicado pelo fato de que a fisiologia do ser humano é programada para se movimentar e não para ser carregado de um destino a outro (Montgomery, 2013).

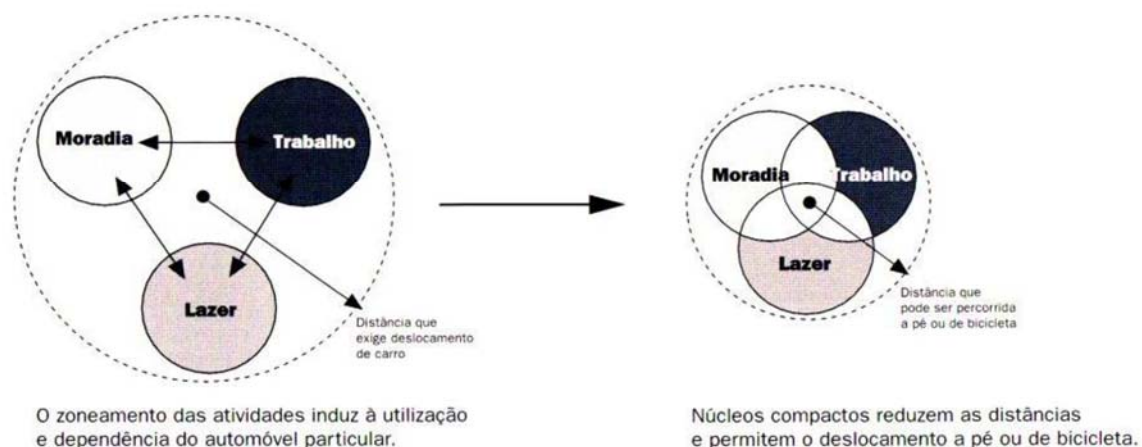
Encurtar o deslocamento entre casa, trabalho, produtos e serviços (zoneamento misto)

“A cidade mudou suas políticas de zoneamento, permitindo usos flexíveis para edifícios do centro da cidade. Investiu em ruas mais animadas e eventos públicos. Parou de forçar as construtoras a construir garagens de estacionamento, o que fez baixar o custo tanto de moradia quanto de negócios. Construiu suas próprias garagens pagas pelos usuários, de modo que o custo do estacionamento era pago somente pelas pessoas que o usavam e não por todo mundo. Tudo isso ajudou a fazer com que valesse a pena para os incorporadores arriscarem seus investimentos na restauração de edifícios antigos, produzindo novos empregos e densidade tributária para a cidade.” (Montgomery, 2013, p. 264)

As políticas de zoneamento difundidas pelo modernismo no início do século XX fizeram com que por muitas décadas, cidades ao redor do mundo destinassem áreas

segmentadas da cidade para moradia, comércio, lazer, esporte, etc. Este princípio levou a um tecido urbano desconexo e excludente, pois os que não tinham condições de se mover com facilidade, não conseguiam aproveitar os espaços públicos como os mais privilegiados, seja por falta de tempo ou de condições financeiras (Montgomery, 2013).

Os núcleos compactos e de uso misto reduzem as necessidades de deslocamentos e criam bairros sustentáveis e cheios de vitalidade



Pode-se criar núcleos compactos e unidos por transportes de massa em resposta às demandas locais

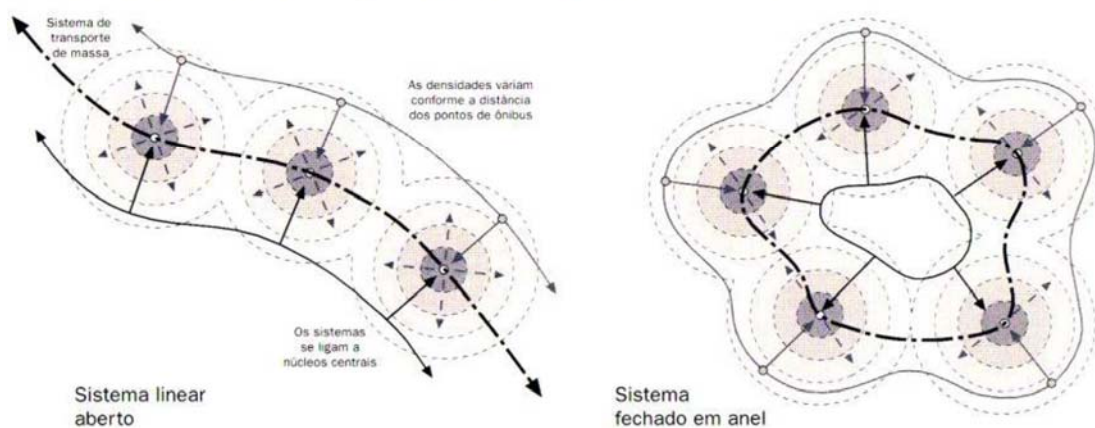


Figura 4 – Estratégias para redução das necessidades de deslocamento dos habitantes

Com a mudança na política de zoneamento, que fomentou o uso misto das edificações do centro da cidade - estabelecimentos comerciais e residenciais -, a cidade de Portland (EUA) conseguiu voltar a atrair a população para o centro, anteriormente deserto, ocupando edificações que antes estavam abandonadas, estimulou a criação de comércios locais,

gerando empregos próximos às moradias das pessoas, incentivou os deslocamentos a pé, diversificou as fachadas dos edifícios, que passaram a atrair mais pessoas, que não só passavam, mas também permaneciam no local por mais tempo, dentre outros benefícios para a população. Bairros como estes, além de densos, são mais convenientes, conectados e estimulantes (Montgomery, 2013).

No que tange a esfera pública, as vantagens se concretizaram em uma maior arrecadação de impostos e geração de emprego por metro quadrado, graças aos pequenos negócios que se instalaram na região, do que as mega lojas que ocupavam terrenos vazios as margens da cidade, expandindo seu território e gerando muito mais despesas do que lucro para a cidade. (Montgomery, C., pág. 263) Gale Brewer, uma vereadora norte americana afirma que "As lojas são a alma do bairro. (...) Pequenas farmácias, sapatarias, elas significam tudo para nós". Quando incentiva-se a criação e manutenção de pequenos negócios, garante-se que as ruas sejam amigáveis a escala humana e encoraja-se o desenvolvimento de relações próximas entre os habitantes. Além disso, com a diminuição das distâncias entre os locais de moradia e trabalho, e o incentivo aos deslocamentos alternativos, diminui-se a necessidade da utilização de carros, melhorando a qualidade do ar e reduzindo o número de acidentes. O novo zoneamento também aumentou o número de pequenas ruas e vielas que permitiam o fluxo de pedestres de uma parte a outra de forma segura, além de pequenos parques verdes espalhados pelo território. (Montgomery, C., pág. 281)

Oferecer condições dignas de moradia e ocupação imobiliária

“Ao contrário do que acontece em muitas outras cidades, os planejadores municipais de Vancouver desfrutam de amplo poder ao considerar novos desenvolvimentos. Eles usam esse poder para espremer benefícios maciços da comunidade de desenvolvedores em troca do direito de construir mais alto. Deseja empilhar mais alguns andares de condomínios em sua torre? Claro, mas somente se você retribuir a cidade com um parque público, uma praça, uma creche, ou um terreno para habitação social.”
(Montgomery, 2013, p. 118)

Contrariamente ao exemplo da cidade de Vancouver (Canadá), o que vemos acontecer em muitos outros países é a pressão da iniciativa privada sobre os governos locais para mudarem suas leis de zoneamento e ocupação para atender as demandas do mercado imobiliário. Este contexto acaba por conferir a estes o poder de moldar a cidade, agravando ou criando problemas de habitação e infra-estrutura.

Como exemplificado por Montgomery (2013), quando os planejadores urbanos têm autonomia o suficiente para impor que construtoras retribuam a cidade e seus moradores pelo uso de terrenos privilegiados, a população se beneficia de espaços e serviços financiados por estas, mas desfrutado por todos. Sendo assim, o privado passa a ser público, e os custos com a construção de tais empreendimentos não é retirado dos cofres públicos.

Para além destas estratégias, Montgomery (2013) aponta outras maneiras de fazer uso de leis para regulamentar o uso do solo em benefício da população: (1) impor sanções a proprietários de imóveis que estão sem uso por um longo período de tempo, para que estes, ou reduzam o preço de venda ou aluguel, a fim de ocupá-los mais rapidamente, ou reformar ou leiloar casas e edificações abandonadas com o intuito de criar mais oferta de habitação social; (2) incentivos e redução de impostos para a compra e reforma de casas abandonadas. Por meio de iniciativas como estas, evita-se a subutilização de espaços já construídos, a expansão desenfreada do tecido urbano para a criação de mais moradias, diminui-se a crise de habitação para famílias que não tem onde morar ou que sofrem com altos aluguéis e baixos ordenados.

Diminuir a distância entre vizinhos

“Os esforços para criar nós de densidade de empregos, densidade residencial e densidade tributária também produzem nós de eficiência energética que reduzem o custo de funcionamento da cidade. “A comunidade de baixo carbono também se trata de garantir que você possa financiar o esgoto, a água e as estradas para sustentar sua comunidade a longo prazo” (Montgomery, 2013, p. 266).

A cidade dispersa, que cria bairros residenciais compostos por casas unifamiliares destacadas umas das outras, amplia distâncias entre as pessoas e seus locais de trabalho, lazer, estudo e consumo, não só gera uma sobrecarga nos cofres públicos pelo alto custo de manutenção desse tecido urbano expandido, como também no orçamento familiar, pois o custo com deslocamentos consome uma parcela significativa do ordenado (Montgomery, 2013).

Tomando como exemplo a cidade de Portland (EUA), onde a iniciativa privada decidiu investir na renovação de alguns prédios no centro da cidade para ocupar e desenvolver a região, ambos residencial e comercialmente, podemos perceber o quanto o aumento da densidade alivia grande parte desse deficit causado pelas longas distâncias (Montgomery, 2013). Quando as pessoas têm a oportunidade de habitar próximo ao local de trabalho, consumo ou entretenimento, estas naturalmente optam por ir a pé ou de transporte alternativo

de um local para o outro, reduzindo drasticamente a necessidade de utilizar seus automóveis. Dessa forma, elas caminham mais, têm menos problemas de saúde, poluem menos o ambiente, o que reduz seus gastos com saúde e transporte. O valor remanescente destas despesas reduzidas pode ser gasto com atividades de lazer ou entretenimento locais, o que auxilia no aquecimento da economia (Montgomery, 2013).

Economia do compartilhamento

“De certa forma, estes sistemas peer-to-peer funcionam como a oxitocina, o hormônio da confiança: eles oferecem uma indução a recompensa imediata por se comportar de forma cooperativa com outras pessoas. (...) À medida que estes sistemas crescem e eventualmente guiam milhões de estranhos em transações mutuamente benéficas, será interessante observar mais mudanças na cultura do usuário e na confiança entre os estranhos.” (Montgomery, 2013, p. 209)

Os sistemas peer-to-peer citados acima referem-se ao compartilhamento de meios de transporte como bicicletas, trotinetes e até carros. São uma «alternativa democrática» à aquisição dos mesmos, que ao invés de pertencerem a uma pessoa apenas, são compartilhados por muitos a um custo reduzido. Tais sistemas eliminam a necessidade da compra individual destes itens e estimulam a economia do compartilhamento. Segundo Montgomery (2013), compartilhar algo com alguém ou agir de forma colaborativa, estimula a produção de oxitocina no nosso corpo, o que funciona como uma recompensa pelo nosso comportamento. Igualmente, a partilha desses meios, reduz a necessidade da utilização de carros, de vagas de estacionamento, do número de acidentes graves de trânsito, diminui o congestionamento, o consumo e o descarte dos mesmos.

Porém, este tipo de economia não se limita simplesmente a meios de transporte e pode ser implementada para bens de consumo como ferramentas, equipamentos eletrônicos, instrumentos musicais e etc. Inclusive, já existem aplicativos que promovem o aluguel dos mesmos por e para indivíduos, sem a intervenção de empresas.

Promover o contato frequente com a natureza

“A privação da natureza, concluiu Kuo, não era meramente insalubre, era perigosa, em parte porque deixava as pessoas se sentindo mais cruas e agressivas, e em parte porque a maioria dos residentes simplesmente abandonou espaços estéreis,

removendo os olhos vigilantes que os ajudam a mantê-los seguros.” (Montgomery, 2013, p. 110)

O contato com a natureza já provou ser altamente eficiente em diversos aspectos relacionados à saúde: na aceleração da recuperação de pacientes em hospitais, na redução do estresse, da ansiedade e atenuação de dores crônicas, por exemplo (Montgomery, 2013).

Recentemente, também foi identificada a relação entre a proximidade com espaços verdes e os índices de criminalidade: Pessoas que moram em locais com poucos ou nenhum espaço verde, são propensas a serem mais agressivas, nervosas, rudes e violentas. Por outro lado, indivíduos que têm áreas verdes próximas às suas residências são mais sociáveis, fazem mais uso dos espaços verdes comuns e com isso conseguem conhecer seus vizinhos melhor e criar laços de amizade e confiança com eles (Montgomery, 2013).

Com base nestas descobertas, pode-se afirmar que **existe uma “clara ligação entre exposição à natureza, bem-estar e comportamento - e um poderoso resultado social”** (Montgomery, 2013, p. 110)

Conclusão

“A cidade que responde a essas verdades, que respeita o cooperador, o caminhante, o aldeão em cada um de nós, também é um lugar mais saudável para se viver. Ela nutre nossas relações. Isola-nos contra as dificuldades econômicas. Oferece uma nova e emocionante liberdade para escolher como se mover e como viver. Manifesta essa sensação inefável, mas inegavelmente boa, que todos nós temos quando sabemos que estamos verdadeiramente vivos.” (Montgomery, 2013, p. 316)

A cidade que queremos habitar, de acordo com Montgomery (2013), é uma cidade de possibilidades, onde as mais variadas necessidades são atendidas para que a população tenha o poder de escolha de como viver melhor de acordo com suas prioridades. É uma cidade que promove encontros, cria relações de confiança entre seus moradores, que os permite se deslocar de um lado a outro de forma rápida e segura, que preza pela saúde mental e pela segurança de seus habitantes por meio de iniciativas concretas e eficazes, que nos permite interagir e nos esconder quando queremos (Montgomery, 2013).

Montgomery (2013) considera que as cidades em que vivemos hoje refletem as decisões tomadas por pessoas poderosas com interesses próprios, que tentaram simplificar ao máximo questões sociais complexas e com isso, ditam onde e como habitamos, trabalhamos, consumimos, nos entretemos, mas falham em antever as consequências

negativas dessas decisões para a vida dos cidadãos. Ao permitir que isso aconteça e corroborar com tais decisões:

“Deixamos o medo de ficarmos desconfortáveis, da inconveniência ou de sermos feridos nos guiar para cidades que não apenas nos isolam, mas nos roubam toda a facilidade, prazer e riqueza que poderíamos desfrutar se a cidade fosse apenas um pouco mais estratificada, um pouco mais complexa, um pouco mais confusa.
(Montgomery, 2013, p. 316)

Como abordado anteriormente, não só a cidade muda nosso comportamento, mas também nossas ações e preferências podem influenciar na configuração da cidade. Por isso, na esfera individual, Montgomery (2013) encoraja uma espécie de ativismo urbano a partir do questionamento de como e onde vivemos, nossos hábitos, nosso relacionamento com a cidade, e das definições do que qualidade de vida significa para nós.

Para tal, precisamos rever nossas crenças, reformular nossos valores e começar a fazer escolhas que realmente nos levem ao estado de felicidade que desejamos. Escolhas estas, que não podem ser deixadas ao acaso ou esperar até que o povo ganhe consciência e desperte por si só ao longo de décadas. **É preciso apresentar opções e incentivá-las de forma concreta e vantajosa, para fazer com que a população opte por elas de forma voluntária, pois conseguem perceber os benefícios de tais possibilidades.**

4.10. Proposição

No sequencia da reflexão anterior, podemos afirmar que:

No contexto em que tendemos a ver as mudanças como indesejadas, constata-se que o Homem tem centrado a sua presença nas grandes cidades, promotoras do afastamento social, da falta de empatia e cordialidade, propagando a hostilidade e o descuido. Neste sentido deve-se promover, em comunidades do interior, o desenvolvimento de um ecossistema mutualista de base expandida, que fomente laços sociais fortes e duradouros, recorrendo a um conjunto de diretrizes que estimulem o interesse e bem-estar das populações.

5. Projeto

Neste capítulo será apresentado o «Projeto», ou seja, o conjunto de ações que materializam a solução previamente definida para o problema descrito.

No contexto do afastamento social, falta de empatia e cordialidade, e propagação da hostilidade, descuido e stress originário na vida nas grandes cidades, procura-se combater a desertificação do interior, criando um ecossistema mutualista, que fomente laços sociais fortes e duradouros.

Os tópicos a serem abordados neste capítulo são:

- **Briefing**
- **Metodologia**
- **Identificação de Áreas de Ação/Clusters**
- **Modelo de diretrizes para estimular o desenvolvimento de (comunidades) do Interior**

5.1. Briefing

Como referido anteriormente, vivemos num contexto em que evitamos o desconhecido e temos aversão ao novo (Kolbert, 2019), preferindo mantermo-nos nas nossas rotinas e hábitos (Duhigg, 2012), mesmo que isso implique a perda de oportunidades e conhecimentos.

Dentro deste contexto, o Homem tem convergido para as grandes cidades, que passam a ser o seu «nicho ecológico» (Mancuso, 2022), tornando-se uma espécie generalista num movimento contrário ao das nossas atividades, cada vez mais universais e difusas (Mancuso, 2022). As grandes cidades tendem a promover a falta de cordialidade e o anonimato, propagando a hostilidade e o descuido (Hertz, 2021), devido ao excesso de estímulos que leva ao fecho nas nossas «bolhas pessoais», devido ao ritmo frenético no qual não há disponibilidade para pausas, para criar laços (Hertz, 2021), e consequentemente, promover a empatia (Goleman, 2011). Isso ocorre devido à quebra dos vínculos familiares e sociais associados à migração para as cidades, e devido à incerteza alicerçada no receio de perda de emprego no contexto da deslocação dos empregadores, e dos efeitos das alterações climáticas, o que afeta negativamente a nossa saúde mental e física (Hertz, 2021).

Parte deste comportamento está aliado à crença humana na razão pura, que muitas vezes foi responsável por consequências desastrosas, desvalorizando a emoção (Brooks, 2012), e esquecendo que somos altamente influenciáveis pelo espaço no qual vivemos (Lipton, 2007).

De forma a inverter esta situação torna-se premente promover uma atitude mutualista dos vários agentes (cidadãos e cidade), de forma a que estes consigam resistir da melhor forma às adversidades, desenvolvendo-se de forma sustentável. Estas relações mutualistas geram uma melhor «qualidade de vida», e exprimem-se entre outros, através do senso de comunidade, pelas relações de proximidade, e pelo sentimento de pertencimento e de identificação (Hertz, 2021).

Para tal, os espaços devem favorecer a utilização e a permanência, de forma a promover a interação entre quem passa e quem habita, tornando-se extensões do lar e da comunidade. Devem visar estimular o contacto, já que o mesmo nem sempre ocorre de maneira orgânica e espontânea, principalmente quando o ambiente não o favorece, em especial, se a sua escala for pouco familiar.

Sempre que a revitalização e recuperação de uma zona degradada ou menosprezada passe pela necessidade de introdução de elemento(s) externo(s), deve(m)-se criar as condições mutualistas que permitam que esse(s) elemento(s) externo(s) consiga(m)

sobreviver na nova realidade. Caso esse(s) elemento(s) seja(m) novos moradores, é preciso que hajam motivos o suficiente para impulsionar o estabelecerem-se nesses locais, como uma boa infraestrutura de saúde, educação, segurança, transporte, telecomunicação, urbanismo e entretenimento, além de incentivos à moradia fixa e ao empreendedorismo.

É igualmente necessário explicar o seu papel perante a comunidade já existente, uma vez que estas podem ser fechadas a elementos externos, inflexíveis, e resistentes a mudanças e influências externas, mesmo quando estas são positivas (Hertz, 2021), envolvendo-os na análise e solução dos problemas de forma ativa (Schaminée, 2018), e procurando a «emergência»

Neste sentido, procura-se o desenvolvimento de uma estratégia de identificação de diretrizes que estimulem o desenvolvimento de comunidades no interior. Estas devem considerar tanto as necessidades individuais dos cidadãos, como as necessidades coletivas ao nível de infraestruturas, auxiliando os decisores políticos e gestores na tomada de decisão para a criação de um ecossistema mutualista, de base expandida e cooperativa, que fomente laços sociais fortes e duradouros.

5.2. Metodologia

De forma a identificar diretrizes que estimulem o desenvolvimento de comunidades no interior, organizadas sob a forma de um modelo que possibilite a identificação e seleção de áreas de implementação, recorreu-se a uma metodologia abductiva, baseada na observação, interpretação e triangulações de informações relevantes.

“O raciocínio abductivo é ampliativo, (...) busca a validade assim como a indução e busca a melhor explicação possível assim como a dedução busca a verdade. (...) [A] Abdução (...) produz a criatividade e a inovação, por ser a única lógica que introduz uma nova ideia.” (Alpa, 2012) Assim, a abdução “(...) possui caráter explicativo e intuitivo, [visando] concluir a melhor explicação, (...) [e] utilizando o seu conhecimento de fundo (repertório de conhecimento) e não a melhor probabilidade matemática” (Alpa, 2012).

“Ao entender a Falácia indutiva, que consiste em concluir a validade da confiabilidade, percebemos que não é possível prevê o futuro apenas olhando para o passado, sem ter como validar o futuro até que ele chegue. (...) [Assim], a abdução busca a validade, ao contrário de quem busca a confiabilidade, trata os sucessos do passado como hipóteses a serem cuidadosamente testadas antes de usá-las para gerar previsões que se esperam ser válidas.

Com isso, o raciocínio abductivo não resulta em verdades absolutas que são inquestionáveis, muito pelo contrário, busca novas ideias e conhecimentos que possam validar algo. Ele não prova que algo é de algum jeito, apenas diz que é mais provável que seja e busca a melhor explicação para isso.

Ele também é o único que projeta futuro, sem se prender ao passado, é o único procedimento racional de aquisição de conhecimento enquanto o indutivo e o dedutivo servem para verificar ou comprovar a verdade de um conhecimento já adquirido.” (Alpa, 2012)

Contexto, Objetivos e Atuações

Esta metodologia prevê que qualquer ação é baseada em objetivos, que por sua vez, partem de informações em escala macro, que permeiam toda uma sociedade. Ou seja, o que se concretiza na escala micro (ações), possuem sempre uma meta definida por meio de contextos macro, como especificado abaixo:

- **Contexto:** conjuntura macro, que pode ser de cunho social, política, econômico ou ambiental, que viabiliza ou desperta certos tipos de comportamentos. Refere-se ao conjunto de informações que permeiam a sociedade como um todo e orientam a definição de suas decisões.
- **Objetivos:** meta definida a partir do contexto em que se vive. Ou seja, os objetivos a serem alcançados podem mudar de acordo com a variação do cenário atual.
- **Atuações:** o que se deve fazer concretamente para atingir os objetivos estabelecidos - plano de ação.

Visão Conceptual – O Modelo

O ponto de partida para a criação do modelo nasce de uma visão conceitual, na qual o sujeito (seja a pessoa, a família, ou a comunidade) interage com determinados valores, características ou equipamentos colocados na sua periferia, de uma forma «orgânica».

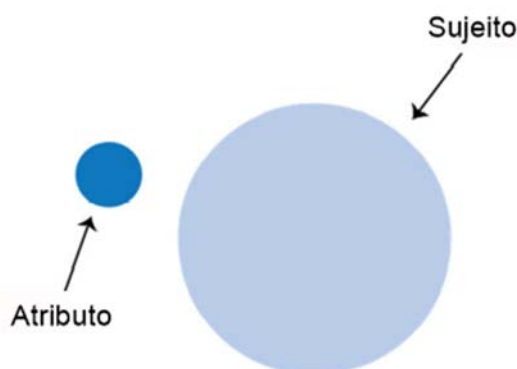


Figura 5 – Representação Ilustrativa de Sujeito e Atributo

Visualmente, esta representação recorre a um esquema concêntrico onde a parte central – o sujeito – se encontra rodeado por uma série de atributos disponíveis, identificados por pontos exteriores, de forma semelhante à do modelo atômico, apresentada por Niels Bohr (Figura 6). Por analogia, o núcleo do átomo representa o «sujeito», enquanto os elétrons (e respectivas órbitas) representam os «atributos».

Tal como na teoria de Bohr, onde os elétrons dão voltas ao redor do núcleo em órbitas circulares não se podendo situar em qualquer outra parte do espaço, também no modelo a

apresentar, cada órbita representa um nível na escala de ações, composta pelos três níveis identificados anteriormente: contexto, objetivos, e atuações.

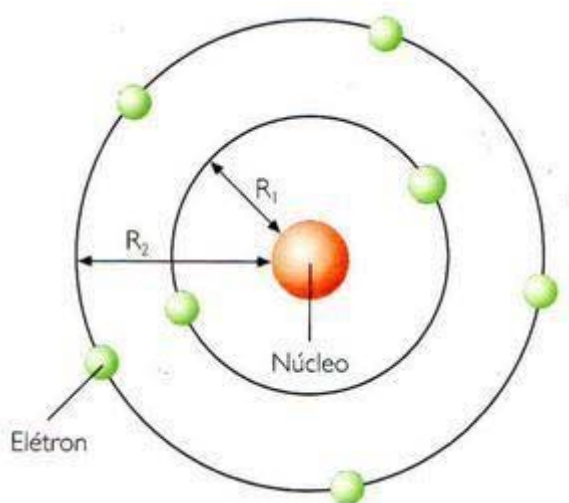


Figura 6 – Modelo atômico de Bohr

Assim, neste modelo, o sujeito interage por seleção com os diversos atributos (valor, características ou equipamentos) disponíveis, selecionando os mais pertinentes para as suas necessidades (Figura 7), numa lógica «englobante», ou seja, onde o sujeito engloba dentro do seu grupo de necessidades as características que permitam o seu melhor desempenho.

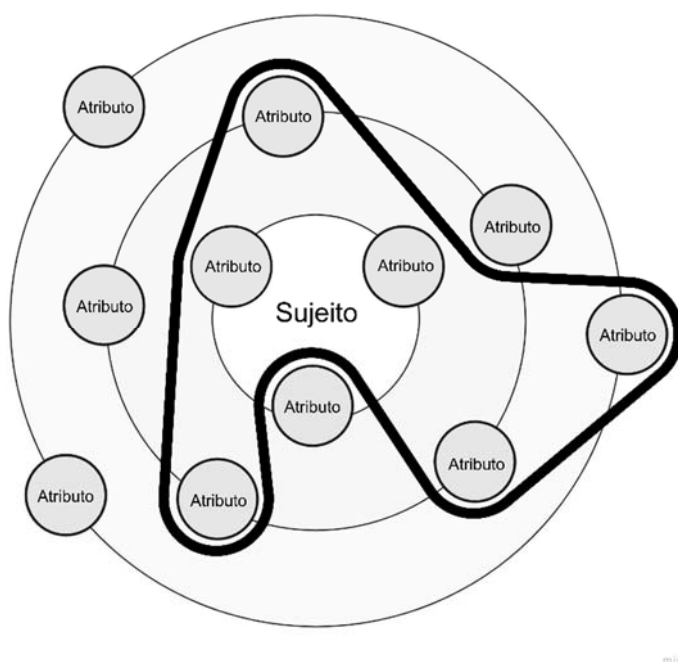


Figura 7 – Visão «Englobante» de «Atributos» por um determinado «Sujeito»

Atributos – Identificação de áreas de ação/clusters

Os «atributos» correspondem, como já indicado, a valores, características ou equipamentos necessários que permitem ao sujeito a satisfação das suas necessidades num determinado espaço, permitindo assim a sua fixação de comunidades no interior. Estes pertencem a três níveis de profundidade (contexto, objetivos, e atuações).

Para a definição deste modelo, torna-se fundamental a definição desses atributos. Para tal, decorreram-se a duas fontes principais:

1. **Soluções** apresentadas na **revisão bibliográfica** anterior;
2. **Soluções** identificadas em **iniciativas (casos de estudo)** consideradas como pertinentes para o estudo em curso.

Dessa forma, o modelo criado a partir da pesquisa bibliográfica e posteriormente, da análise de iniciativas já existentes (baseadas em contextos semelhantes), seria um conjunto de contextos, que podem desencadear uma gama diversa de atuações. Estas, podem ser muito diferentes de acordo com a realidade local e os recursos disponíveis, mas no fim, terão como base um conhecimento coletivo em comum.

5.3. Identificação de Áreas de Ação/Clusters (revisão bibliográfica)

Com base na revisão bibliográfica feita ao momento, pode-se extrair os diversos objetivos mencionados pelos autores estudados, que visam melhorar a qualidade de vida do ser humano e permitir que este prospere, seja em ambientes urbanos ou rurais. A partir deste levantamento, buscou-se entender qual seria o contexto que os embasam. Os resultados são exibidos na tabela abaixo, juntamente com as referências bibliográficas:

Objetivos	Contexto	Referências
Expandir o espaço habitável e de convivência	• Criar uma comunidade. • Segurança • Identificação com o local.	Hertz (2021) Montgomery (2013)
Garantir a mobilidade universal e de curta duração	• Má qualidade de vida nas cidades grandes. • Mudanças climáticas.	Montgomery (2013)
Promover o contato frequente com a natureza	• Saúde mental. • Segurança • Má qualidade de vida nas cidades grandes.	Montgomery (2013)
Oferecer condições dignas de moradia e ocupação imobiliária	• Má qualidade de vida nas cidades grandes. • Necessidade básica de sobrevivência.	Hertz (2021) Montgomery (2013)
Desenvolver o sentimento de pertencimento com o local	• Identificação com o local. • Saúde mental. • Criar uma comunidade.	Hertz (2021) Montgomery (2013)
Garantir a salubridade visual, sonora e do ar	• Mudanças climáticas. • Má qualidade de vida nas cidades grandes.	Hertz (2021)

	• Necessidade básica de sobrevivência.	
Garantir a segurança dos habitantes	• Saúde mental. • Má qualidade de vida nas cidades grandes.	<i>Lipton (2007)</i> <i>Hertz (2021)</i>
Garantir a paridade entre custo vs. qualidade de vida	• Necessidade básica de sobrevivência. • Má qualidade de vida nas cidades grandes. • Saúde mental.	<i>Hertz (2021)</i> <i>Montgomery (2013)</i>
Garantir o acesso ao sistema de saúde universal	• Saúde mental. • Má qualidade de vida nas cidades grandes. • Necessidade básica de sobrevivência.	<i>Hertz (2021)</i>
Promover a economia do compartilhamento	• Mudanças climáticas. • Criar uma comunidade.	<i>Montgomery (2013)</i>
Incentivar a participação ativa dos cidadãos nas decisões políticas	• Mudanças climáticas. • Identificação com o local. • Criar uma comunidade. • Má qualidade de vida nas cidades grandes.	<i>Schaminée (2018)</i>

Contexto - Clusters

Ao identificar os contextos que embasaram os objetivos mencionados pelos autores na revisão bibliográfica, pôde-se identificar temas em comum, que ao serem agrupados, formaram o gráfico seguinte:

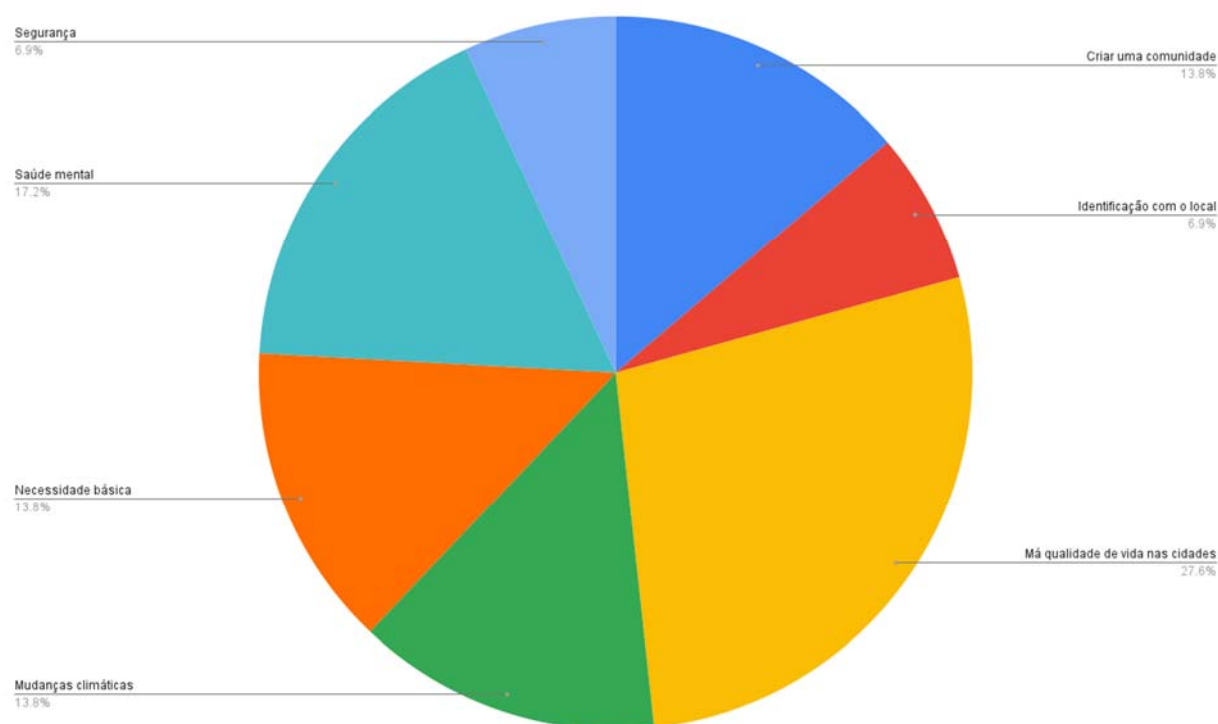


Figura 8 – Clusters identificados da Revisão Bibliográfica

Cada Cluster pode ser descrito e explicado, de acordo com as reflexões dos autores responsáveis, da seguinte forma:

1. **Má qualidade de vida nas cidades grandes (27,6%):** presente em 8 dos 11 objetivos mencionados pelos autores. A insatisfação dos habitantes das grandes cidades com os decrescentes índices de qualidade de vida apresenta-se como um dos principais motores da criação de soluções que resolvam problemas relacionados ao alto custo de vida, a má qualidade do ar, a poluição sonora e visual, o aumento da violência e a baixa oferta de moradia a preços acessíveis.
2. **Saúde mental (17,2%):** problemas relacionados à saúde mental como a solidão, depressão, isolamento, burnout e etc. são cada vez mais recorrentes, como apontado por Hertz (2021). O que está a gerar uma preocupação maior com o tema, que afeta a vida de grande parte da população, e uma valorização de ambientes e relações que promovam a manutenção e preservação da saúde mental.
3. **Necessidades básicas de sobrevivência (13,8%):** acesso à moradia, alimentação, transporte, saúde e etc. são itens básicos para a sobrevivência de qualquer pessoa

em ambientes urbanos e rurais. Porém, o acesso aos mesmos têm sido dificultado nos últimos anos devido à alta brusca da inflação, a precarização do trabalho e o aumento da demanda por serviços públicos, que muitas vezes não é acompanhado pela oferta, principalmente em grandes centros urbanos.

4. **Mudanças climáticas (13.8%):** as consequências, muitas vezes catastróficas, das mudanças climáticas para a sobrevivência da humanidade, tem gerado preocupações com o modo de produção e o consumo de produtos e alimentos, a utilização de energias renováveis e a relação exploratória que temos com os recursos naturais.
5. **Criar uma comunidade (13.8%):** como exposto por Hertz (2021), seres humanos buscam instintivamente relacionar-se uns com os outros por motivo de sobrevivência, e estar ou não inserido em uma comunidade e ter uma rede de apoio, também influencia na saúde mental, física e na percepção de sua qualidade de vida.
6. **Identificação com o local (6.9%):** como referido por Brooks (2011), bairros e cidades que não promovem encontros, que distanciam as pessoas, não oferecem espaços verdes e de convivência, dificultam os deslocamentos, fazem com que as pessoas que ali vivem, não se identifiquem com o local. Este cenário leva a um aumento na violência, na hostilidade entre as pessoas e na depredação do local.
7. **Segurança (6.9%):** o tema da segurança, está relacionado com o aumento da violência nas cidades grandes e a falta de identificação com o local, que consequentemente afetam a saúde mental de quem vive ali.

5.4. Identificação de Áreas de Ação/Clusters (iniciativas existentes)

Em complemento com os fatores e objetivos recolhidos no âmbito da revisão bibliográfica anterior, e de forma a entender com mais profundidade o cenário atual, fez-se um breve apanhado do estado da arte de iniciativas existentes, que baseiam-se em contextos similares às extraídas da revisão bibliográfica. Tal análise, visa enriquecer a compreensão do que é preciso fazer para motivar as pessoas a ocuparem o interior e como isso pode ser feito de maneira abrangente, para potencializar os resultados e alcançar o maior número de pessoas possível.

Casos de Estudo – Iniciativas Existentes

Foram identificadas e analisadas oito iniciativas ao redor do mundo, que promovem a ocupação do interior e a melhoria da qualidade de vida de seus habitantes. Em seguida, categorizou-se estas iniciativas segundo a natureza de seus organizadores, o território onde atuam, os serviços que oferecem (atuações) e as consequências destas para os beneficiados por elas. Uma vez identificadas, estas *atuações* serviram como base para a identificação do discurso por detrás delas e a posterior comparação com os contextos retirados do discurso dos autores.

1. Treballú

Categoria: Coliving & coworking

Iniciativa: Privada

Território: Laconi, Sardenha - Itália

Atuações:

- Coliving,
- Coworking,
- Passeios turísticos,
- Workshops para a população oferecidos por hóspedes,
- Atividades culturais em parceria com a câmara municipal.

Consequências: aquecimento da economia local através do turismo rural e atração de outros antigos moradores, que também são trabalhadores do conhecimento.



Figura 9 - Espaço de convivência dos moradores - Treballú

2. Slow Città



Figura 10 - Países onde já existem cidades que fazem parte do programa Slow Città

Categoria: Certificação.

Iniciativa: Privada e Pública.

Território: 296 cidades ao redor do mundo de pequeno e médio porte que promovam iniciativas que fomentem um estilo de vida lento.

Atuações:

- Certificação de cidades aderentes por meio de uma auditoria,
- Promoção de eventos,
- Divulgação por meio de mídias sociais,
- Manual de boas práticas para cidades candidatas ou certificadas.

Desdobramentos: para adquirir a certificação a cidade deve passar por uma auditoria que analisará 70 itens dividido em 7 áreas:

1. Energia e políticas ambientais
2. Políticas públicas de infra estrutura
3. Qualidade das políticas públicas urbanas
4. Políticas públicas para a agricultura, turismo e artesãos
5. Políticas públicas para hotelaria, sensibilização e treinamento
6. Coesão social
7. Parcerias

3. Rural Move



Figura 11 – Aldeia Rural do Piodão (Portugal)

Categoria: movimento-plataforma de dinamização dos territórios rurais e de apoio a quem neles quer viver, trabalhar ou investir.

Iniciativa: Privada

Território: Portugal rural

Atuações:

- Mapeamento e criação de um catálogo de cidades que oferecem benefícios e incentivos a novos habitantes,
- Criação de uma rede de representantes locais para auxiliar na integração dos novos moradores,
- Promoção de eventos.

Desdobramentos: impulsionar o turismo em zonas rurais de Portugal atraindo trabalhadores remotos e nômades digitais.

4. Incentivo Financeiro para Repopular Lugares Remotos



Figura 12 - Aldeia Rural no Centro da Sardenha

Categoria: Política pública - habitação.

Iniciativa: Pública

Território: Europa (Espanha, Portugal, Itália, Irlanda, Suíça)

Atuações:

- Concessão de auxílio financeiro para pessoas que queiram se mudar para cidades do interior, para comprar e reformar casas, desde que declare, residência permanente no local.

Desdobramentos: aumento da população em declínio de áreas rurais que sofrem com a desertificação demográfica, aquecimento da economia local, aumento do turismo.

5. Venda de Casas a €1



Figura 13 - Exemplo de casa à venda por €1

Categoria: Política pública - habitação.

Iniciativa: Pública

Território: Itália.

Atuações:

- Oferta de casas a €1 para pessoas que declarem residência nas respectivas cidades. Os compradores devem arcar com os custos de reforma e de transferência de propriedade da casa.

Desdobramentos: manutenção de casas no centro histórico de pequenas aldeias no interior do país, repopular áreas desertificadas e impulsionar o turismo.

6. The 15-Minute City Project

Categoria: Política pública - urbanismo

Iniciativa: Privada e Pública

Território: Global

Atuações:

- Criação e publicação de uma base de dados sobre iniciativas ao redor do mundo que visem a criação de cidades de 15 minutos,
- Divulgação das iniciativas através de mídias sociais.

Desdobramentos: auxiliar as transformações urbanas de modo que «todos que vivem em uma cidade tenham acesso a serviços urbanos essenciais a uma caminhada ou pedalada de 15 minutos de distância», estimular a discussão sobre o assunto e ajudar a criar uma base de dados sobre iniciativas que visem a criação de cidades de 15 minutos ao redor do mundo.

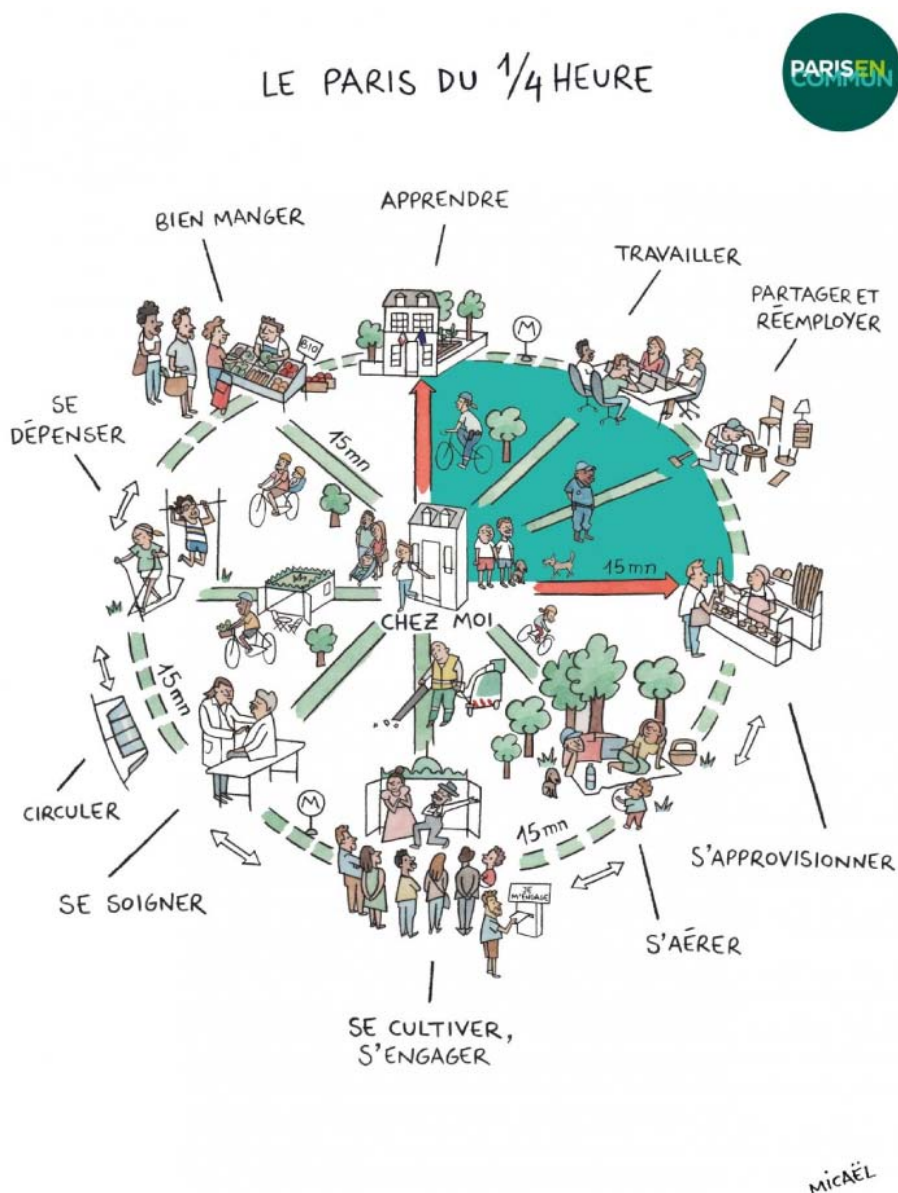


Figura 14 – Esquema de Cidade de 15 minutos, segundo proposta de campanha de Anne Hidalgo para as eleições à Prefeitura de Paris de 2020



Figura 15 – Esquema Cidade de 15 minutos, segundo interpretação do Governo da cidade de Victoria, Austrália

7. Allegría Village



Figura 16 - Vista aérea de parte da Allegría Village

Categoria: Vila - habitação, vida sustentável, agricultura regenerativa, economia do compartilhamento.

Iniciativa: Privada

Território: Costa Rica

Atuações:

- Habitação (pronta ou a construir),
- Coworking,
- Atividades de lazer,
- Agricultura regenerativa,
- Plantio e conservação da floresta local.

Desdobramentos: regeneração do território florestal, produção de alimentos para a comunidade local, conservação do meio ambiente, construção de uma comunidade unida, economia do compartilhamento onde todos são donos de tudo.

8. Eco Life Experience



Figura 17 - Exemplos de atividades promovidas em algumas das aldeias do movimento Eco Life Experience

Categoria: Vila - habitação, vida sustentável, agricultura regenerativa, economia do compartilhamento.

Iniciativa: Privada

Território: Portugal

Atuações:

- Habitação,
- Coworking,
- Retiros,

- Atividades de lazer,
- Turismo rural,
- Workshops e cursos,
- Agricultura regenerativa,
- Plantio e conservação da floresta local.

Desdobramentos: regeneração do território florestal, produção de alimentos para consumo próprio, produção de energia renovável, turismo rural e troca de conhecimento sobre meios de viver em harmonia com a natureza.

Construção do Discurso das Iniciativas Existentes

Fundamentando-se nas atuções de cada iniciativa, foi possível entender os *objetivos* por trás de cada uma delas e consequentemente, os contextos que os cercam. Os resultados foram compilados na tabela abaixo:

Iniciativas	Atuações	Objetivos	Contexto
Trellallú	Coliving	Oferta de habitação	Trabalho remoto
	Coworking	Aquecer a economia local	Slow life
	Passeios turísticos	Compartilhar informações	Economia do compartilhamento
	Workshops para a população oferecidos por hóspedes	Promover a cultura local	Valorização do local
	Atividades culturais em parceria com a câmara municipal	Atrair trabalhadores remotos	Má qualidade de vida nas cidades grandes
		Criar uma comunidade	Desertificação demográfica
		Incentivar o turismo	Necessidade de pertencimento
Slow città	Certificação de cidades aderentes por meio de uma auditoria	Aumentar a qualidade de vida da população	Slow life
		Promover iniciativas sustentáveis	Mudanças climáticas
		Aquecer a economia local	Descentralização da economia
	Promoção de eventos	Divulgar a iniciativa	Valorização do local
	Divulgação através de	Conscientizar a população	Má qualidade de vida

	mídias sociais		nas cidades grandes
	Manual de boas práticas para cidades candidatas ou certificadas	Compartilhar informações	
Rural move	Mapeamento e criação de um catálogo de cidades que oferecem benefícios e incentivos à novos habitantes	Compartilhar informações	Trabalho remoto
	Criação de uma rede de representantes locais para auxiliar na integração dos novos moradores	Criar uma comunidade	Descentralização da economia
	Promoção de eventos	Atrair novos habitantes	Valorização do local
		Divulgar a iniciativa	Slow life
		Promover a cultura local	Má qualidade de vida nas cidades grandes
		Incentivar o turismo	Necessidade de pertencimento
Incentivo financeiro	Concessão de auxílio financeiro.	Atrair novos habitantes	Desertificação demográfica
		Oferta de habitação	Slow life
Venda de casas a €1	Oferta de habitação ao custo de €1	Atrair novos habitantes	Desertificação demográfica
		Oferta de habitação	Slow life
		Incentivar o turismo	Má qualidade de vida nas cidades grandes
The 15-Minute City Project	Criação e publicação de uma base de dados sobre iniciativas ao redor do mundo que visem a criação de cidades de 15 minutos	Aumentar a qualidade de vida da população	Má qualidade de vida nas cidades grandes
	Divulgação das iniciativas através de mídias sociais	Promover iniciativas sustentáveis	Mudanças climáticas
		Divulgar a iniciativa	Economia do compartilhamento
		Criar uma comunidade	
Alegría	Habitação (pronta ou a	Oferta de habitação	Má qualidade de vida nas cidades grandes

Village	construir)	Criar uma comunidade	
	Coworking	Atrair trabalhadores remotos	Trabalho remoto
		Aquecer a economia local	
	Atividades de lazer	Aumentar a qualidade de vida da população	Slow life
		Produzir alimentos de qualidade	Economia do compartilhamento
	Agricultura regenerativa	Recuperar a vegetação local	Má qualidade dos alimentos
			Mudanças climáticas
	Plantio e conservação da floresta local		Necessidade de pertencimento
Ecolife Experience	Habitação	Oferta de habitação	Má qualidade de vida nas cidades grandes
		Criar uma comunidade	
	Coworking	Atrair trabalhadores remotos	Trabalho remoto
		Aquecer a economia local	
	Retiros	Conscientizar a população	Slow life
	Atividades de lazer	Aquecer a economia local	Economia do compartilhamento
	Turismo rural	Recuperar a vegetação local	Má qualidade dos alimentos
	Workshops e cursos	Produzir alimentos de qualidade	Mudanças climáticas
		Recuperação da vegetação local	Necessidade de pertencimento
	Agricultura regenerativa	Promover a cultura local	
		Aumentar a qualidade de vida da população	
	Plantio e conservação da floresta local	Promover iniciativas sustentáveis	
		Incentivar o turismo	

Contexto - Clusters

Uma vez mapeadas, as *informações* foram agrupadas em clusters, assim como feito anteriormente com o conteúdo da revisão bibliográfica, para melhor interpretação dos dados coletados e identificação de padrões.

Informações

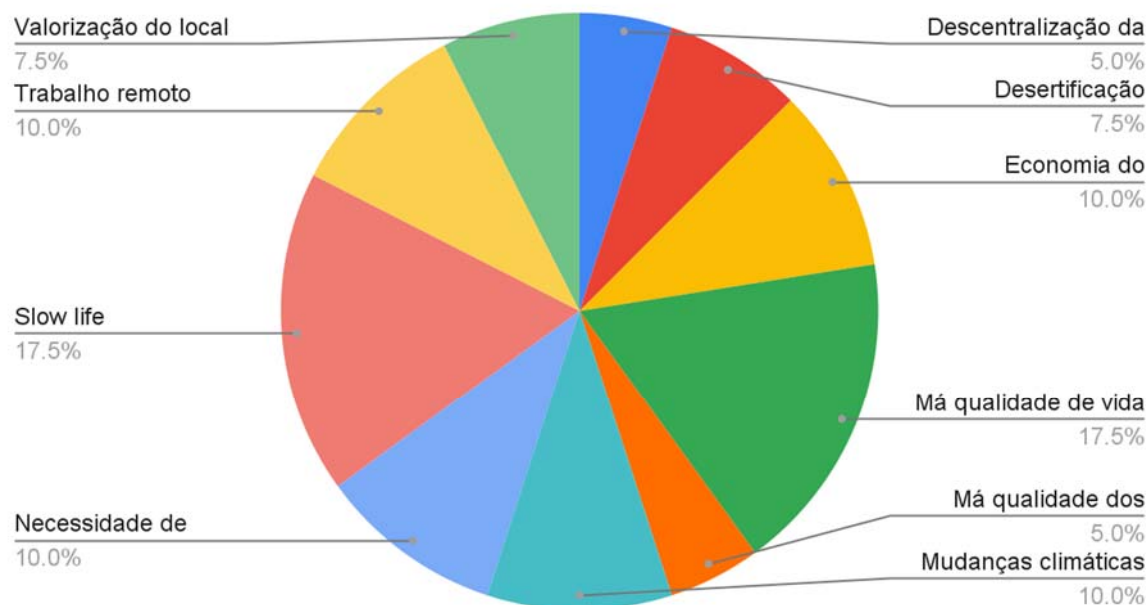


Figura 18 - Clusters identificados no Casos de Estudo relativas às Iniciativas Existentes

Cada Cluster pode ser descrito e explicado da seguinte forma:

- **Má qualidade de vida nas cidades grandes (17,5%):** mais uma vez, o descontentamento com a vida nas cidades grandes se mostra um dos principais impulsionadores do retorno aos espaços rurais, em busca de uma melhor qualidade de vida.
- **Slow life (17,5%):** adotar um estilo de vida mais lento, menos centrado no trabalho e no ritmo de vida acelerado das cidades grandes, tornou-se uma questão de saúde física e mental. Por isso, a necessidade de um maior equilíbrio entre vida pessoal e profissional ganhou grande destaque, acompanhada da valorização do tempo de qualidade gasto com tarefas prazerosas.
- **Trabalho remoto (10%):** durante e após a pandemia do COVID-19 o trabalho remoto foi possibilitado e incentivado em diversos setores, o que abriu portas para possibilidades antes nunca contempladas, como a descentralização de pessoas no

território, que cansadas do lado negativo da vida nas grandes cidades, acabaram por explorar o território com maior liberdade.

- **Economia do compartilhamento (10%):** apesar de não ser considerada essencial, à economia do compartilhamento trás benefícios à saúde mental, como explicado por Montgomery (2018), e também como alternativa à aquisição de bens que não são utilizados com frequência (economia financeira e de recursos naturais), o que reduz o consumo e o posterior descarte de produtos.
- **Mudanças climáticas (10%):** ao perceberam que não poderiam contar somente com a iniciativa dos governantes para amenizar os efeitos nocivos dos nossos sistemas de produção e consumo, alguns indivíduos decidiram tomar atitudes que visam a independência desses sistemas e promovem estilos de vida mais alinhados com o ritmo da natureza.
- **Necessidade de pertencimento (10%):** como ressaltado por Hertz (2021) inúmeras vezes, a epidemia de solidão vivenciada em todos os níveis pela nossa sociedade, é causadora de doenças mentais e físicas em boa parte da população. Além disso, Montgomery (2018) também refere que sentir-se pertencente a uma comunidade traz inúmeros benefícios à saúde e reduz consideravelmente os índices de violência. Por isto, este tema surge como um antídoto a alguns dos males mais presentes em nossas vidas atualmente.
- **Valorização do local (7,5%):** esta temática está diretamente ligada a massificação da produção de bens de consumo de má qualidade e do consequente (quase) extermínio de pequenos produtores artesanais e negócios familiares. Estes, têm ganhado mais apoio nos últimos anos e estão a voltar a ser valorizados pelos consumidores.
- **Desertificação demográfica (7,5%):** tanto um problema, quanto uma oportunidade, o esvaziamento das cidades do interior, abre portas para sua ocupação por aqueles que buscam distanciar-se da vida estressante da cidade, ao mesmo tempo que dá acesso à habitações a preços significativamente mais baixos do que aqueles encontrados nas cidades maiores. Além disso, também facilitam a inserção em uma comunidade menor de pessoas que se conhecem e colaboram umas com as outras, obviamente, uma vez que a barreira inicial de estranhamento é quebrada.
- **Descentralização da economia (5%):** esta temática surge como uma solução para aumentar a resiliência e adaptabilidade das cidades, pois reduzem a dependência do sistema de abastecimento globalizado vigente hoje em dia, distribue as pessoas no território, desafogando os equipamentos públicos de saúde, educação e burocráticos, além de fortalecer os pequenos produtores locais, que ao distribuírem seus produtos na região, geram menos impactos negativos ao meio ambiente.

5.5.Construção do Discurso

Uma vez desmembradas as *informações* de ambas as fontes de conhecimento (revisão bibliográfica e estado da arte), faz-se necessário cruzar os dados para entender os pontos em comum e criar um modelo que seja coerente com uma e outra, a fim de potencializar os resultados de sua aplicação. Tal processo foi estruturado em três etapas. São elas:

Etapa 1 – Cruzamento de informações

Numa primeira fase é necessário alinhar-se às informações provenientes de ambas as fontes de conhecimento procurando identificar temas em comum entre elas. Caso alguns dos temas não fossem concomitantes, estes seriam mantidos individualmente.

Neste processo, e categorizando a informação recolhida, as temáticas resultantes foram classificadas de acordo com os seguintes 4 critérios:

Impulsionadores	Temas que impulsionam positivamente a mudança de comportamento.	
Problemas	Temas que despertam uma necessidade de mudança no comportamento através de dificuldades impostas.	
Contexto	Conjuntura social e econômica que possibilita mudanças.	
Ideias	Sugestões de temas que podem gerar resultados positivos na mudança de comportamento.	

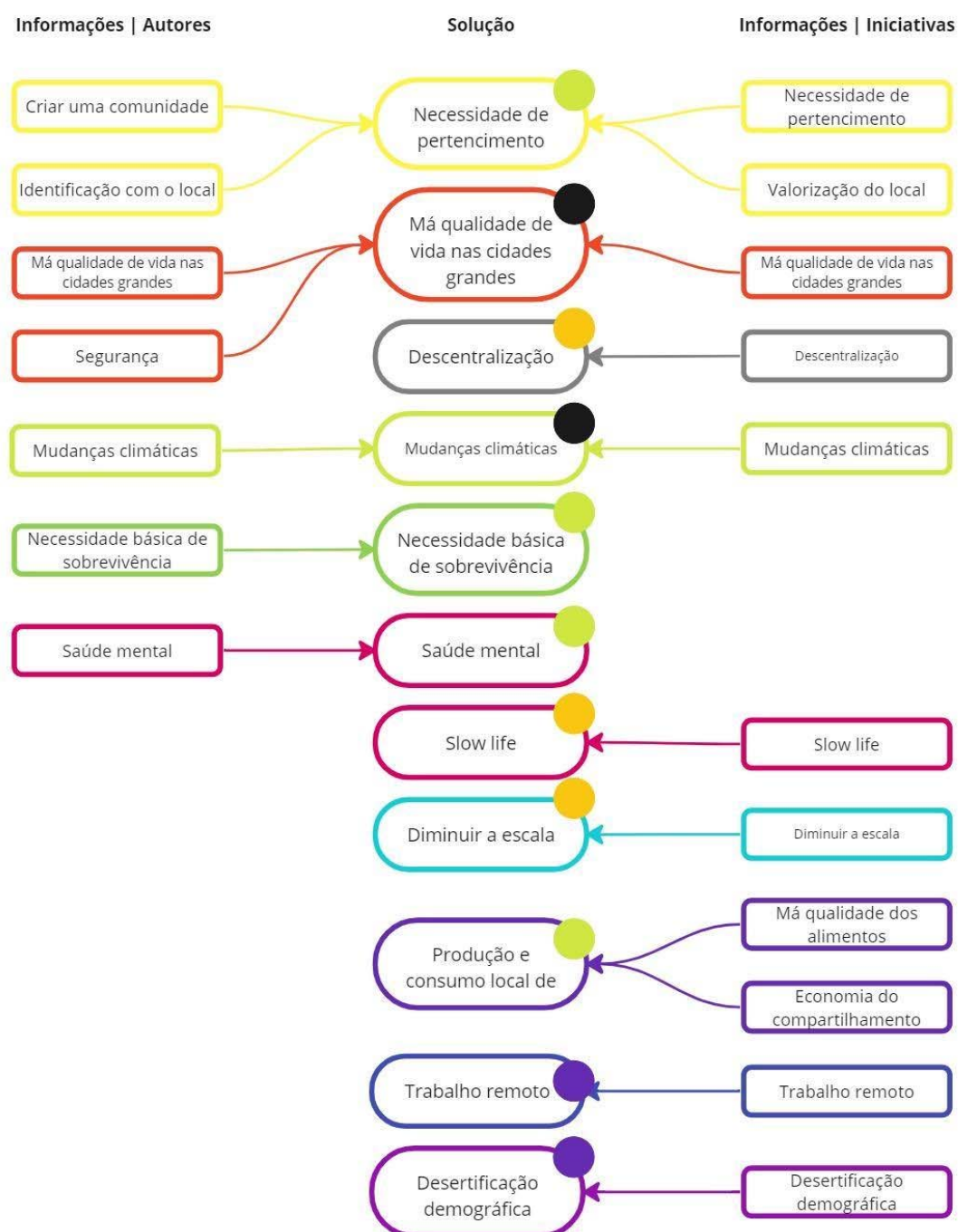


Figura 19 – Esquema de cruzamento de informações recolhidas nas fases anteriores, com respectiva categorização

Etapa 2 – Desdobramento de informações

Após especificar as *informações* presentes em ambos os contextos pôde-se perceber que existiam outros conceitos relevantes inseridos em alguns deles, que eram demasiado amplos. O que levou à subdivisão dos mesmos em algumas outras *informações* mais específicas, como exposto abaixo:



Figura 20 – Esquema de Desdobramento de informações

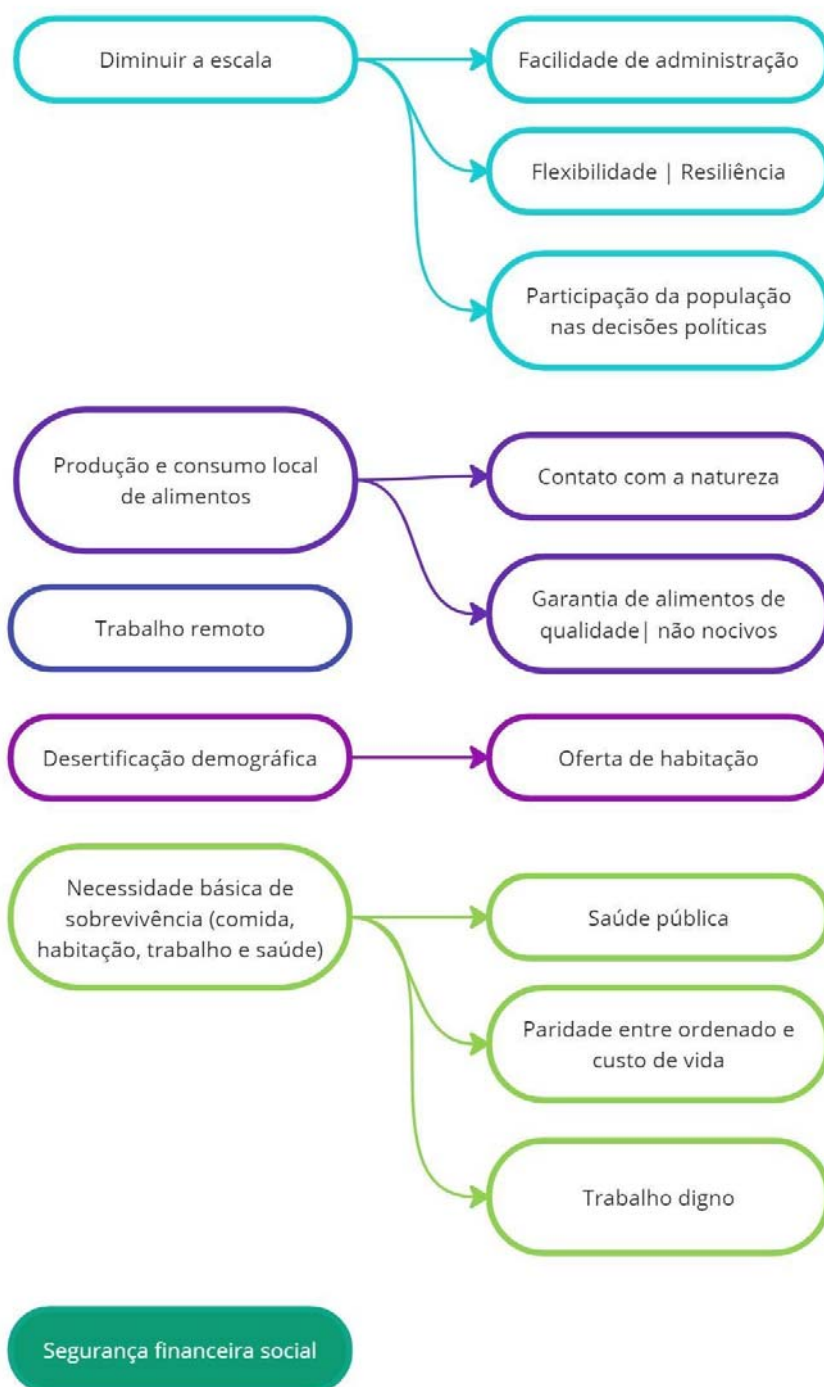


Figura 21 - Esquema de Desdobramento de informações

Os vários conceitos foram desdobrados até 3 níveis de profundidade, organizando-se de forma sistémica da seguinte forma:

1º Nível	2º Nível	3º Nível
Necessidade de pertencimento (local e comunidade)	Pertencer a uma comunidade	
	Identificação com o local em que vive	
	Escala do pedestre (curtas distâncias)	
Má qualidade de vida nas cidades grandes (segurança, custo de vida, deslocamento, poluição)	Busca por uma melhor qualidade de vida (segurança, custo de vida, deslocamento, poluição)	Salubridade do ar, sonora, visual e da água
		Deslocamentos curtos
		Paridade entre custo e qualidade de vida
		Ambiente seguro
Mudanças climáticas	Busca por um estilo de vida menos nocivo ao meio ambiente	Consumo consciente
Saúde mental	Mais tempo para si	
	Equilíbrio entre vida pessoal e profissional	
Slow life	Estilo de vida mais lento e em sincronia com a natureza	
Descentralização da economia	Êxodo urbano (ocupação do território antes abandonado)	
Diminuir a escala	Facilidade de administração	

	Flexibilidade Resiliência	
	Consumo local e em menor escala	
	Participação da população nas decisões políticas	
Produção e consumo local de alimentos	Contato com a natureza	
	Garantia de alimentos de qualidade não nocivos	
Trabalho remoto		
Desertificação demográfica	Oferta de habitação	
Segurança social	Segurança pública	
	Rendimento básico universal	
Necessidade básica de sobrevivência (comida, habitação, trabalho e saúde)	Saúde pública	
	Paridade entre ordenado e custo de vida	
	Trabalho digno	

Etapa 3 – Categorização

Como o intuito de definir o modelo de diretrizes essenciais para a promoção e desenvolvimento de comunidades no interior, melhorando a qualidade de vida das pessoas e expandir o horizonte de possibilidades para além do sistema centralizado de ocupação do território vigente, torna-se imprescindível categorizar como cada «atributo» (medida) se relaciona com cada «sujeito» (pessoa ou cidade). Assim, buscou-se entender e alocar cada *informação* extraída anteriormente, se esta encontra-se no domínio direto da pessoa ou da cidade, com base no grau de proximidade e autonomia que estas têm, em colocar em prática ou se beneficiar das *informações* em questão.

5.6. Modelo de diretrizes para estimular o desenvolvimento de (comunidades) do Interior

Como referido anteriormente, o objetivo deste estudo consiste no desenvolvimento de uma estratégia de identificação de diretrizes que estimulem o desenvolvimento de comunidades no interior. Esta deve considerar tanto as necessidades individuais dos cidadãos, como as necessidades coletivas ao nível de infraestruturas, auxiliando os decisores políticos e gestores na tomada de decisão para a criação de um ecossistema mutualista, de base expandida e cooperativa, que fomente laços sociais fortes e duradouros.

Com base no processo de observação, reflexão e categorização anterior foram alocadas as informações selecionadas aos «sujeitos» da ação (pessoa ou cidade), de acordo com o grau de proximidade e autonomia que estas têm em colocar em prática ou se beneficiar das informações em questão. Assim, foram elaborados os seguintes gráficos que correspondem ao modelo proposto, em que as diversas informações são organizadas em função de 3 áreas de proximidade: «Contexto», «Objetivo», «Atuações».

Modelo «Pessoa»

O modelo «Pessoa» é composto pelas seguintes dimensões que, como foi definido anteriormente, se encontram divididas em «contexto», «objetivos» e «atuações»:

1. «Contexto»:

- **Consumo consciente (local e em menor escala):** como mencionado tanto por Hertz (2021), quanto por Montgomery (2010), privilegiar o consumo local e os pequenos negócios é uma decisão sensata do ponto de vista individual (criar laços com a comunidade) e governamental (maior recolha de impostos por metro quadrado, maior geração de emprego, menor demanda de expansão da infraestrutura, etc.). Além disso, também contribui para a redução da poluição gerada pela logística necessária a importação de produtos de lugares distantes e também oferece um maior nível de confiança naquilo que se consome, já que a procedência é conhecida.

- **Participação da população nas decisões políticas:** em cidades menores, torna-se mais fácil promover o envolvimento dos habitantes nas decisões políticas, devido ao menor número de envolvidos. Além disso, a percepção do desdobramento de tais decisões ocorre mais rapidamente e com mais intensidade do que em grandes centros urbanos. A escala de intervenção é menor, porém o impacto é maior. Ao participarem da tomada de decisões que afetam suas vidas de forma mais ativa, a qualidade de vida percebida aumenta, já que os habitantes sentem-se valorizados e pertencentes à comunidade.
- **Paridade entre ordenado e custo de vida:** como mencionado no ponto anterior, os efeitos da inflação desenfreada afetam a capacidade arcar com despesas básicas da população. Esta disparidade crescente entre salário e custo de vida em muitos países provoca um declínio generalizado na qualidade de vida e ameaça a sobrevivência digna de muitos. Tornando o controle do aumento de preços e dos salários, um tema essencial a todos.

2. «Objetivos»:

- **Equilíbrio entre vida pessoal e profissional:** com o aumento dos casos de burnout e depressão nas últimas décadas, percebeu-se que é necessário buscar um maior equilíbrio entre o tempo produtivo laboral e o tempo destinado a atividades prazerosas e de descanso. Esta é uma das estratégias apontadas para ser possível ter a longevidade desejada com qualidade e evitar inúmeras doenças mentais e físicas decorrentes do cansaço extremo.
- **Pertencer a uma comunidade:** Hertz (2021) entre outros autores chamam atenção para a epidemia de solidão que vivemos atualmente e as consequências negativas disso para nossa saúde mental e física. Segundo eles, este comportamento (inconsciente) se distancia de nosso instinto de sobrevivência natural, que é de colaborarmos uns com os outros e confiarmos nas pessoas de nosso convívio. Por isso, ter uma rede de apoio e familiarizar-se com seus vizinhos é algo não somente desejado, mas essencial (Hertz, 2021). Esta aproximação é facilitada quando estamos inseridos em lugares de menor escala, onde vemos rostos conhecidos com maior frequência, e quando há uma oferta de espaços de convivência agradáveis, compatível com a demanda.

- **Trabalho digno:** redução da jornada de trabalho, trabalho remoto ou híbrido, licença maternidade e paternidade são exemplos de avanços feitos nos últimos anos em direção à uma relação de trabalho mais benéfica para os empregados. Porém, a crescente inflação vivida no pós pandemia, não acompanhada pela alta dos salários, bem como a precarização do trabalho, como o realizado através dos aplicativos, deixou claro que ainda há muito a ser feito nesse campo para garantir o acesso a trabalhos dignos para a parcela menos favorecida da população. Além disso, a crescente substituição da mão de obra menos qualificada por máquinas automatizadas e o uso da inteligência artificial tem ameaçado a extinção de diversos postos de trabalho. Estes avanços, apesar de terem implicações muito positivas em diversas áreas, não são acompanhados de um plano de inserção dessa mão de obra menos qualificada, que inevitavelmente será substituída. Tal cenário, torna este tema uma fonte de preocupação de suma importância e de caráter urgente para a manutenção de condições de sobrevivência digna de boa parte da população.
- **Trabalho remoto:** esta nova modalidade de trabalho, que ganhou grande espaço durante a pandemia, trouxe inúmeros benefícios para os trabalhadores, que tinham a possibilidade de realizar suas atividades laborais no conforto de sua casa. Dentre eles, pode-se destacar a redução dos deslocamentos entre casa e trabalho, o que consequentemente fez com que as pessoas tivessem muito mais tempo para si e para sua família.
- **Identificação com o local em que vive:** tanto Montgomery (2010), quanto Brooks (2011) destacam o impacto negativo provocado pela não identificação dos moradores com o local em que vivem, para o aumento dos índices de violência e para o declínio da saúde mental dos mesmos. Com base na pesquisa realizada por eles, a identificação com o local pode ser estimulada por configurações de bairros e cidades que promovam encontros, que sejam amigáveis ao pedestre, que apresentem deslocamentos curtos entre a moradia, os produtos e serviços essenciais, e o contato com a natureza

3. «Atuação»:

- **Estilo de vida mais lento e em sincronia com a Natureza:** a consciência de que o ritmo acelerado de produção e consumo incentivado pelo capitalismo não

garante qualidade de vida e não é sustentável ao longo prazo (tanto ao nível do indivíduo, que não consegue manter o ritmo de trabalho incessante por muito tempo sem colapsar, quanto ao nível da utilização de recursos naturais finitos) está a levar as pessoas a buscar um estilo de vida mais alinhado com o planeta em que vivemos. Mais uma vez, as consequências da crise climática global são motivo de mudança no comportamento da população, que passa a estar mais atenta ao impacto de suas decisões de consumo, mobilidade, descarte e etc., privilegiando escolhas que alinham com seus valores e causem menor dano possível.

- **Garantia de alimentos de qualidade (não nocivos):** alimentar-se é uma necessidade fisiológica básica do ser humano, porém o conhecimento de que os alimentos vendidos em supermercados serem, muitas vezes, mais nocivos à saúde do que benéficos, está a fazer com que uma parcela cada vez maior da população esteja atenta e desejosa de consumir produtos de melhor qualidade. Apesar desse tipo de informação e o poder aquisitivo necessário para adquirir produtos melhores ainda ser restrito a uma parcela muito pequena da população, a tendência do consumo consciente e a vontade de produzir o próprio alimento estão a ganhar um espaço crescente nos últimos anos.
- **Mais tempo para si:** a valorização crescente de momentos de auto cuidado, reflete a descoberta recente da importância destes para a saúde mental e física, além da auto-estima. Para poder se dedicar às atividades prazerosas para si e cuidar-se, é preciso ter tempo disponível, ou seja, buscar o equilíbrio entre as obrigações e o prazer. Com o declínio exponencial da saúde mental nos últimos tempos, e o aumento do fluxo e divulgação de estudos relacionados ao tema, as pessoas estão a valorizar cada vez mais a qualidade e quantidade de tempo que têm para si.

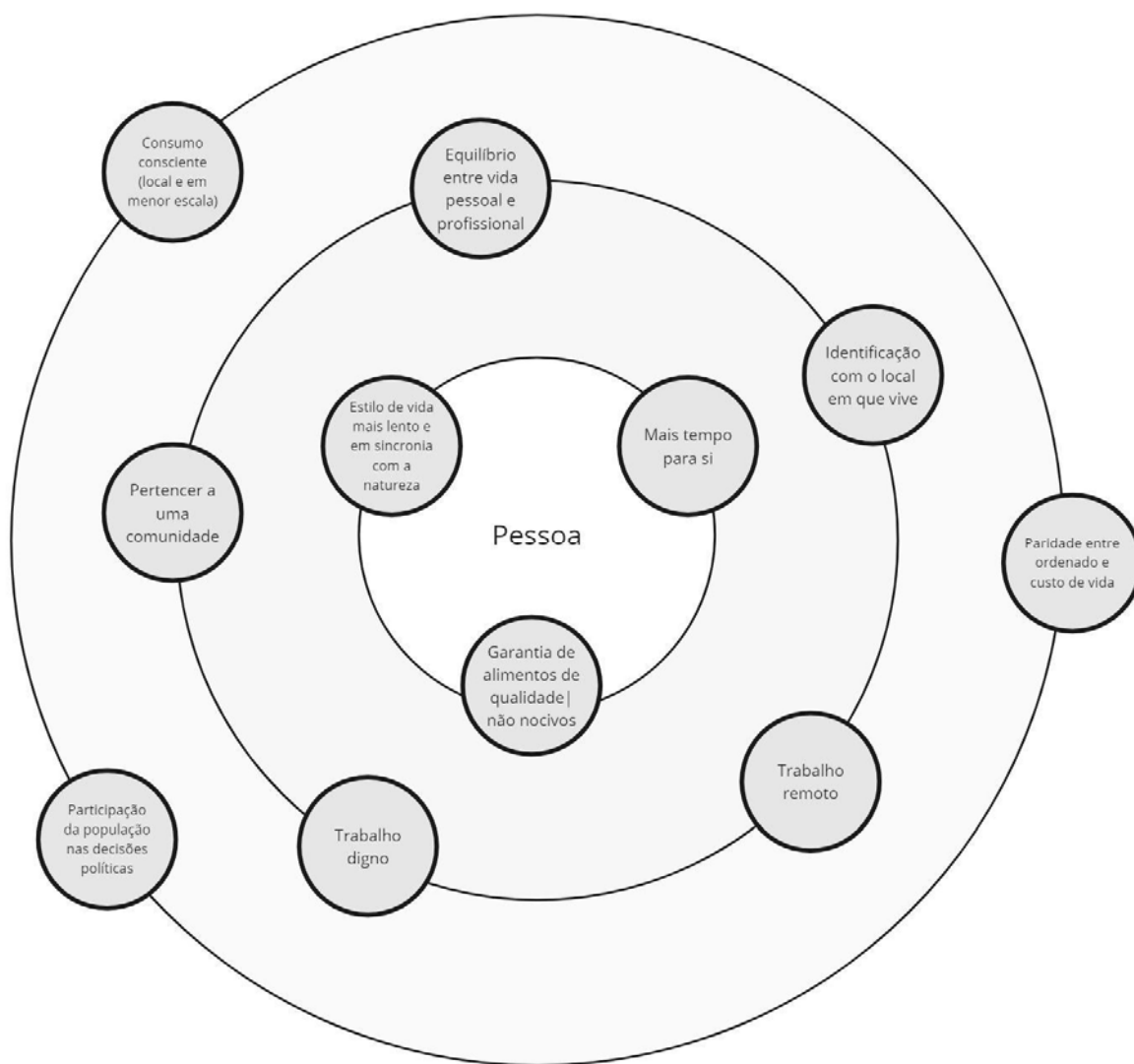


Figura 22 – Modelo de diretrizes para estimular o desenvolvimento de (comunidades) no interior – Nível «Pessoa»

Modelo «Cidade»

O modelo «Cidade» é composto pelas seguintes dimensões:

1. «Contexto»:

- **Segurança financeira social:** trata-se da garantia de apoio financeiro do Estado em caso de necessidade, seja por motivos de desemprego, saúde ou familiar. Isto

pode ser garantido de diversas formas, através do seguro desemprego, da renda básica universal ou de programas de apoio. O principal, é garantir a dignidade de todo o qualquer cidadão, para que estes possam ter condições e o tempo de se reerguer, caso haja imprevistos. Desta forma é possível que o ambiente no qual os habitantes estão inseridos seja percebido como de crescimento e desenvolvimento para todos, e não de proteção. (Lipton, 2007)

- **Flexibilidade | Resiliência:** como discutido no capítulo «Isso provocou um êxodo da cidade», quanto mais reduzida a dimensão, mais fácil se torna de administrar. De igual modo, quanto menos se for dependente de apenas uma fonte de recursos, mais resiliente se é, ou seja, menos suscetível a grandes crises. Sendo assim, pequenas cidades não só são vantajosas por sua gestão simplificada, mas também demandam investimentos estratégicos em uma maior auto-suficiência em termos de geração de empregos, produção de alimentos, energia e etc.
- **Êxodo urbano (ocupação do território antes abandonado):** o interior tem o potencial de suprir muitas das necessidades mencionadas pelos autores revisados por este estudo, como a oferta de habitação a preços acessíveis, a inserção em uma comunidade, o contato com a natureza, adoção de um ritmo de vida mais lento, maior possibilidade de influência nas decisões políticas, dentre outros. Percebe-se assim, o potencial da aplicação do princípio de mutualismo, abordado por Macfarlane (2021), que prevê o compartilhamento de recursos entre as plantas que os têm em abundância e as que não tem o suficiente.
- **Facilidade de administração:** cidades menores demandam menos recursos e possuem sistemas menos complexos de transporte, saúde e educação, já que a demanda é menor e as distâncias são reduzidas. Sendo assim, estas se tornam naturalmente mais simples de administrar e as melhorias feitas são percebidas pelos habitantes com mais impacto e mais rapidamente.

2. «Objetivos»:

- **Deslocamentos curtos:** a ideia de encurtar deslocamentos entre casa, trabalho, serviços, centros educacionais, de saúde e etc. é facilitada através do zoneamento misto dos bairros e um sistema de transporte integrado e eficaz. Esta

proximidade aumenta significativamente a qualidade de vida dos habitantes, pois lhes concede mais tempo livre para gozar com o que lhes faz feliz, além de possibilitar encontros e o estreitamento de elos com os comerciantes e habitantes locais.

- **Salubridade do ar, sonora, visual e da água:** apesar de parecer óbvio que seres humanos precisem de ar e água limpos para viver bem, não é este ambiente saudável que as grandes cidades proporcionam aos seus moradores atualmente. Estes fatores, assim como a poluição visual, são causadores de inúmeras doenças da mente e do corpo entre seus habitantes, além de influenciarem negativamente os índices de violência e a identificação dos moradores com o local onde vivem.
- **Contacto com a natureza:** como explicado por Hertz (2021) o contato frequente com a natureza influencia positivamente a saúde mental e física, além de reduzir os índices de violência das regiões onde os espaços verdes estão mais presentes.
- **Ambiente seguro:** como visto no capítulo “Crescimento e proteção”, estar inserido em um ambiente seguro, seja ele familiar ou social, é critério essencial para o progresso e desenvolvimento de qualquer ser humano. No contexto das cidades, isso significa ter os índices de violência controlados, o que pode ser atingido de diversas maneiras além do policiamento e da punição

3. «Atuações»:

- **Oferta de habitação:** a segurança de ter uma casa digna para habitar e poder arcar com seus custos, também deveria ser direito universal de todos os habitantes, pois é algo essencial e indispensável. As cidades que sofreram um longo processo de desertificação demográfica, podem ser uma potencial solução à crise de habitação vivenciada atualmente em muitas cidades grandes, onde a demanda é maior do que a oferta, e os valores de venda e aluguel de imóveis são incompatíveis com os ordenados.
- **Paridade entre custo e qualidade da vida:** este ponto resume-se em garantir qualidade de vida para todas as classes sociais e não somente a dos mais privilegiados. Isso ocorre, quando os serviços e produtos básicos para a

sobrevivência estão ao acesso de todos, não sendo uma fonte de preocupação, e as políticas públicas visam o conforto da maioria e não de poucos.

- **Saúde pública:** acesso ao sistema universal de saúde básica e preventiva de qualidade é condição primordial para uma boa qualidade de vida em qualquer lugar. Em cidades de pequeno porte não seria diferente.

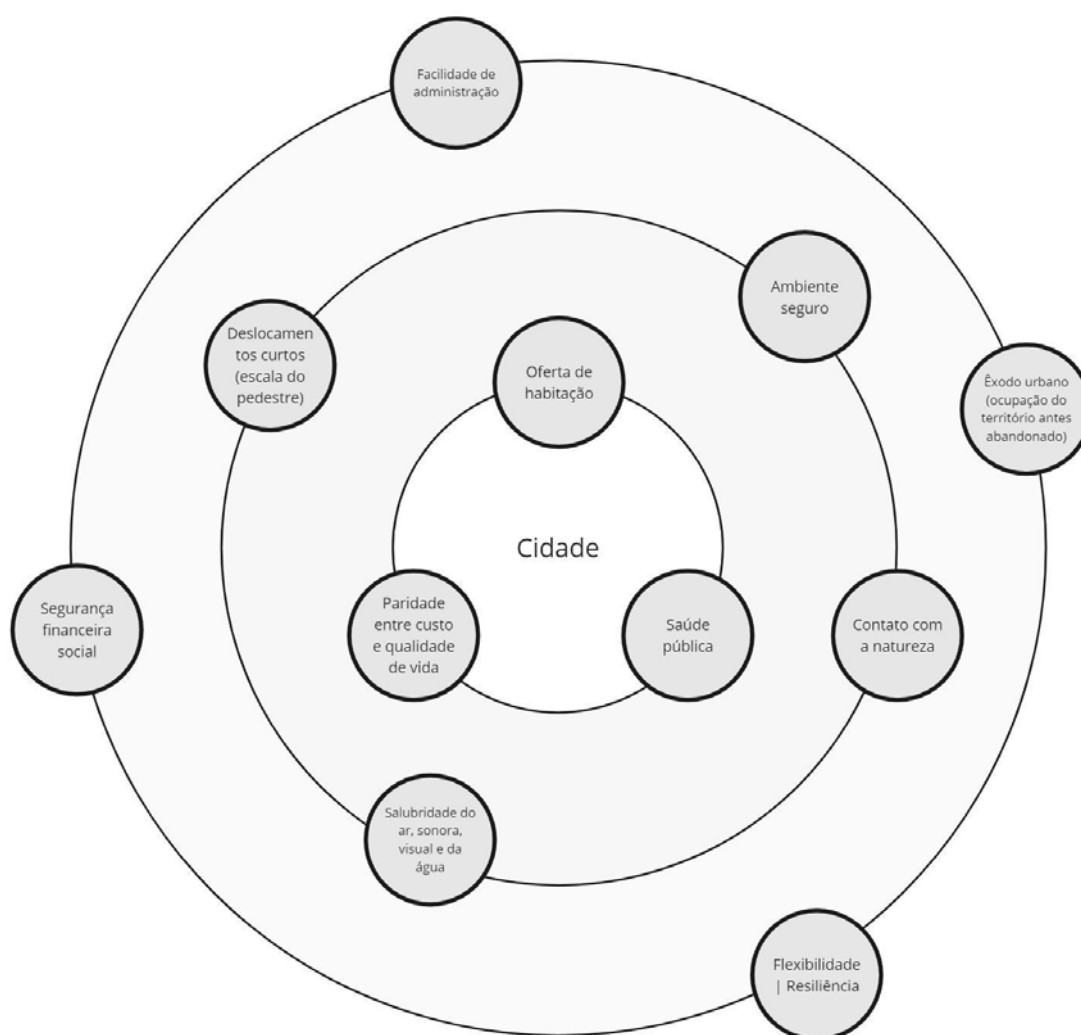


Figura 23 - Modelo de diretrizes para estimular o desenvolvimento de (comunidades) no interior – Nível «Cidade»

«Informações» e a hierarquia de necessidades

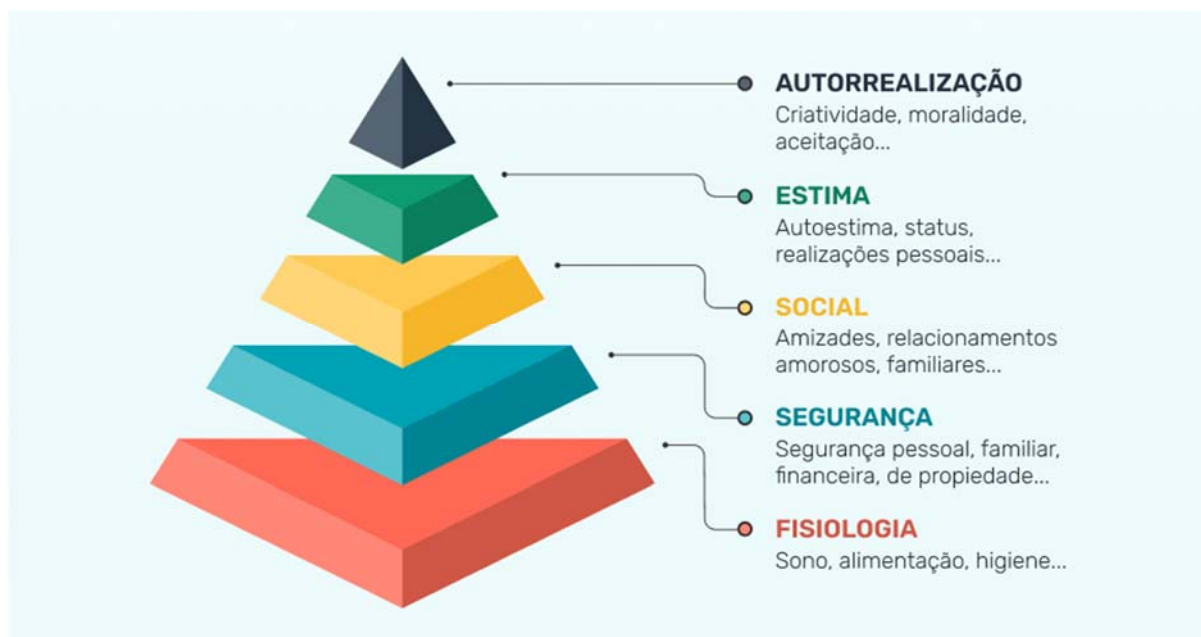


Figura 24 – Pirâmide de Maslow

Criada em 1943 por Abraham Maslow e posteriormente adaptada a mais conhecida representação gráfica em forma de pirâmide por Charles McDermid, esta hierarquização categoriza as necessidades humanas em cinco distintos grupos. No primeiro nível, de baixo para cima, encontram-se as demandas mais básicas para a garantia da sobrevivência humana, as fisiológicas, ou seja, respirar, alimentar-se e etc. No segundo nível, mais acima, entram em cena as necessidades relacionadas à segurança, seja do corpo, do emprego, da saúde, financeira ou da família. O terceiro nível abrange as necessidades de relacionamento e interação humana, sejam elas amorosas ou não. No quarto nível encontram-se as necessidades de estima (auto-estima, confiança, respeito dos e aos outros e etc.). Por último, no nível mais alto temos a necessidade de realização pessoal relativas à moralidade, criatividade e solução de problemas, por exemplo.

Para efeitos deste estudo, atribui-se cada uma das *informações* ao seu respectivo nicho de necessidades, como veremos a seguir.

1. Modelo «pessoa»

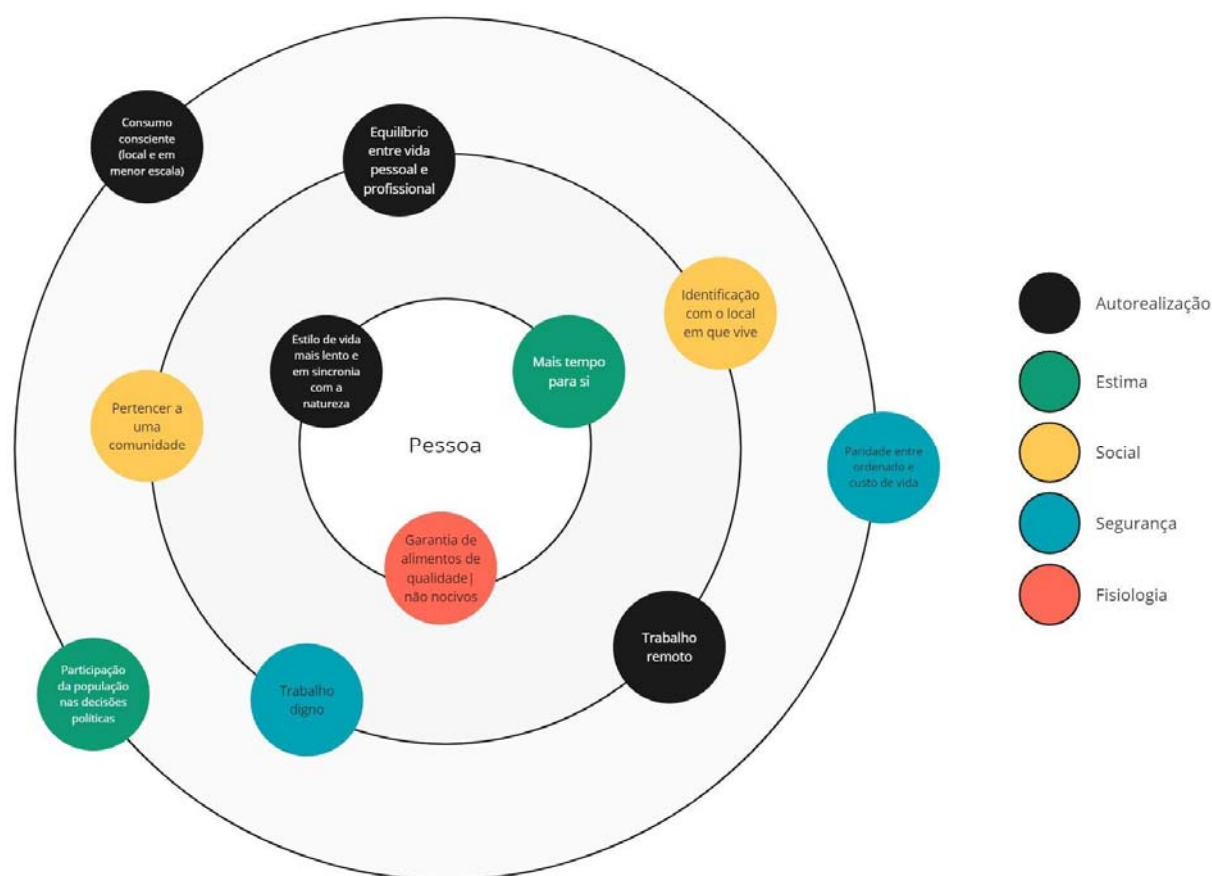


Figura 25 – Modelo «pessoa» - Associação das *Informações* às necessidades de Maslow

1. Fisiologia:

- a. Garantia de alimentos de qualidade | não nocivos

2. Segurança:

- a. Trabalho digno
- b. Paridade entre ordenado e custo de vida

3. Social:

- a. Identificar-se com o local em que vive
- b. Pertencer a uma comunidade

4. Estima:

- a. Participação da população nas decisões políticas
- b. Mais tempo para si

5. Autorrealização:

- a. Estilo de vida mais lento e em sincronia com a natureza
- b. Equilíbrio entre vida pessoal e profissional
- c. Trabalho remoto
- d. Consumo local e em menor escala

2. Modelo «Cidade»

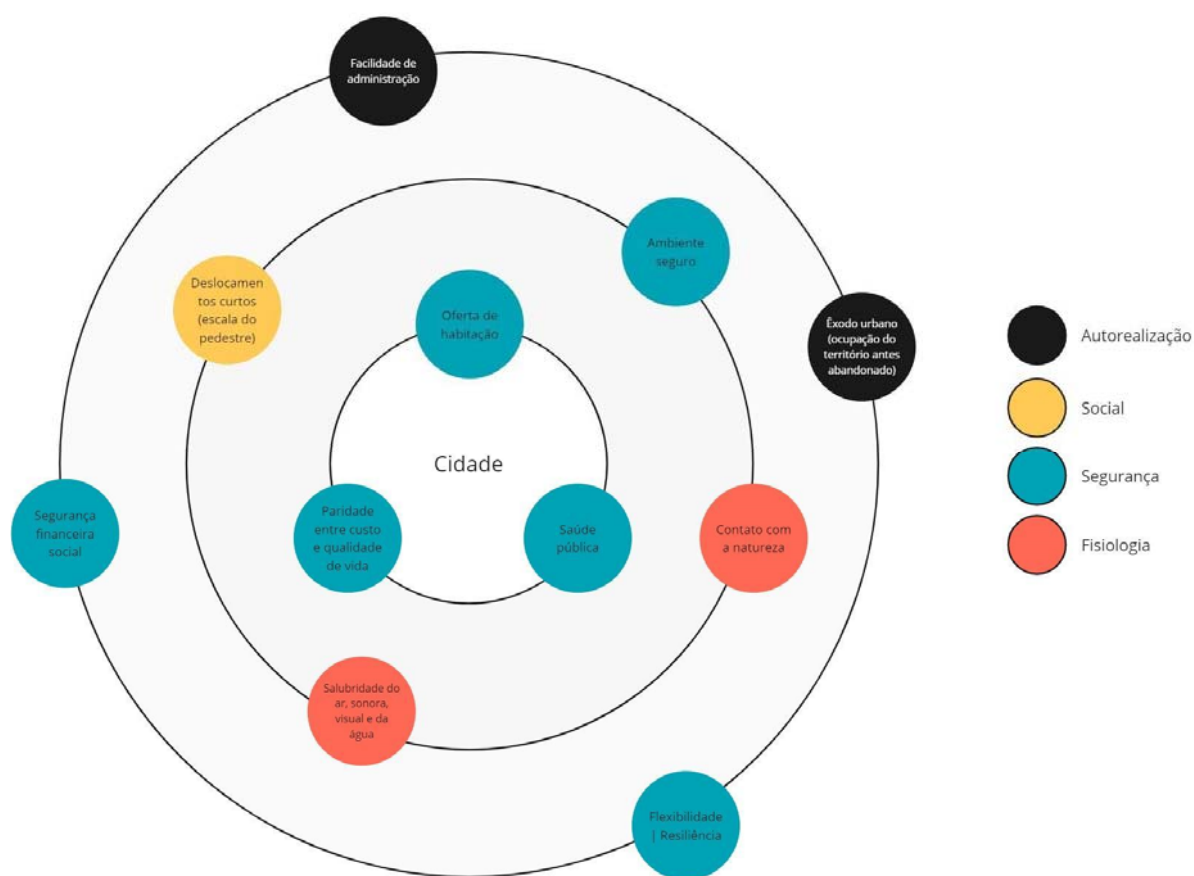


Figura 26 – Modelo «pessoa» - Associação das *Informações* às necessidades de Maslow

1. Fisiologia:

- a. Salubridade do ar, sonora, visual e da água
- b. Contato com a natureza

2. Autorrealização:

- a. Êxodo urbano (ocupação do território antes abandonado)
- b. Facilidade de administração

3. Social:

- a. Deslocamentos curtos

4. Segurança:

- a. Paridade entre custo e qualidade de vida
- b. Flexibilidade e resiliência das cidades pequenas
- c. Saúde pública
- d. Ambiente seguro
- e. Segurança financeira social
- f. Oferta de habitação

5.7. Aplicação do Modelo de diretrizes para estimular o desenvolvimento (de comunidades) do Interior

Criado o modelo, torna-se necessário explicar o seu funcionamento. O modelo encontra-se dividido em duas dimensões: «Pessoa» e «Cidade». Assim, deve, como referido, considerar tanto as necessidades individuais dos cidadãos, como as necessidades coletivas ao nível de infraestruturas, auxiliando os decisores políticos e gestores na tomada de decisão para a criação de um ecossistema mutualista, de base expandida e cooperativa, que fomente laços sociais fortes e duradouros.

Como referido, para a utilização do modelo, e identificação das necessidades e «informações» a selecionar, o «sujeito» deve interagir por seleção com os diversos atributos (valor, características ou equipamentos) disponíveis, selecionando os mais pertinentes para as suas necessidades, numa lógica «englobante», ou seja, onde o sujeito engloba dentro do seu grupo de necessidades as características que permitiram o seu melhor desempenho.

O objetivo é a identificação das «informações» que permitem que os habitantes se sintam em «crescimento» numa determinada comunidade.

Retomando os estudos realizados por Lipton (2007), que revelaram que as células, das quais são formados os nossos corpos, atuam em apenas dois modos (crescimento e proteção) e que a alternância entre esses modos é determinada pelos estímulos do ambiente, no qual elas estão inseridas, pode-se traçar um paralelo entre os objetos deste estudo: pessoas e cidades. Pessoas são compostas por milhões de células e as cidades são os ambientes, nos quais elas vivem.

Quando habitam cidades, ou seja, ambientes hostis como normalmente são os das cidades maiores (Hertz, 2021), crescer e se desenvolver positivamente se torna um desafio maior, já que os estímulos ao redor geralmente ativam os alertas de proteção, como visto anteriormente.

No entanto, para as cidades mais pequenas serem capazes de atrair habitantes devem proporcionar vários estímulos que despertem o crescimento, para além das oportunidades de trabalho (condição vital à sobrevivência na sociedade), e que muitas vezes não existem em abundância. O investimento em outras áreas identificadas anteriormente tem potencial não só atrair novos habitantes para esses ambientes de «crescimento», como podem criar condições socioeconómicas para a criação de novos postos de trabalho.

Modelo «Pessoa»

No sentido de identificar essas áreas, o modelo proposto permite a identificação das informações que fixam cada pessoa (Figura 27). Essas informações podem fazer parte de qualquer das áreas do modelo, de acordo com as opções individuais de cada indivíduo.

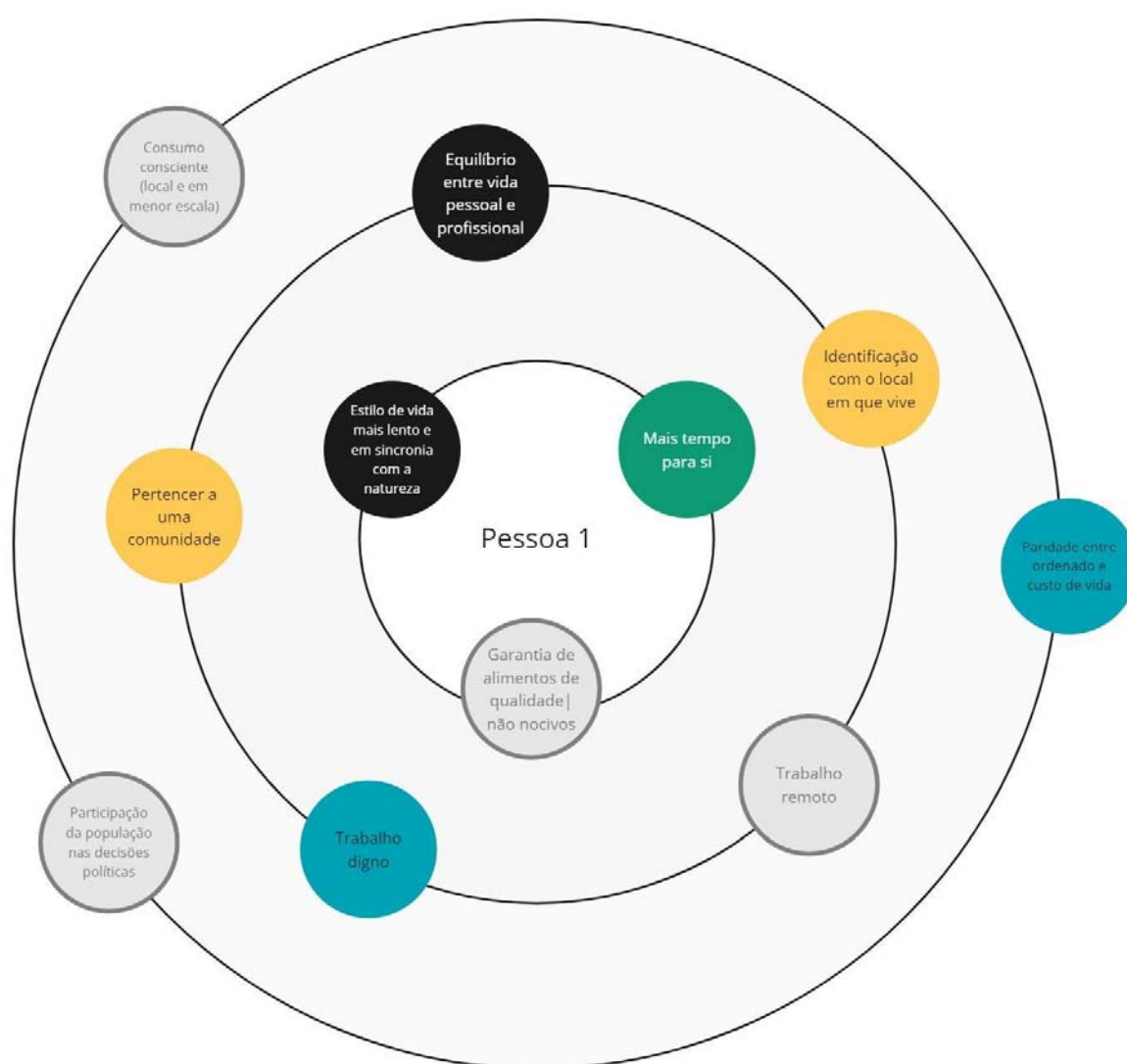


Figura 27 – Exemplo de Identificação de *Informações* referente à «Pessoa 1»

Estas informações podem ser agrupadas, definindo de forma visual a área que delimita a esfera relativa a essa pessoa (Figura 28)

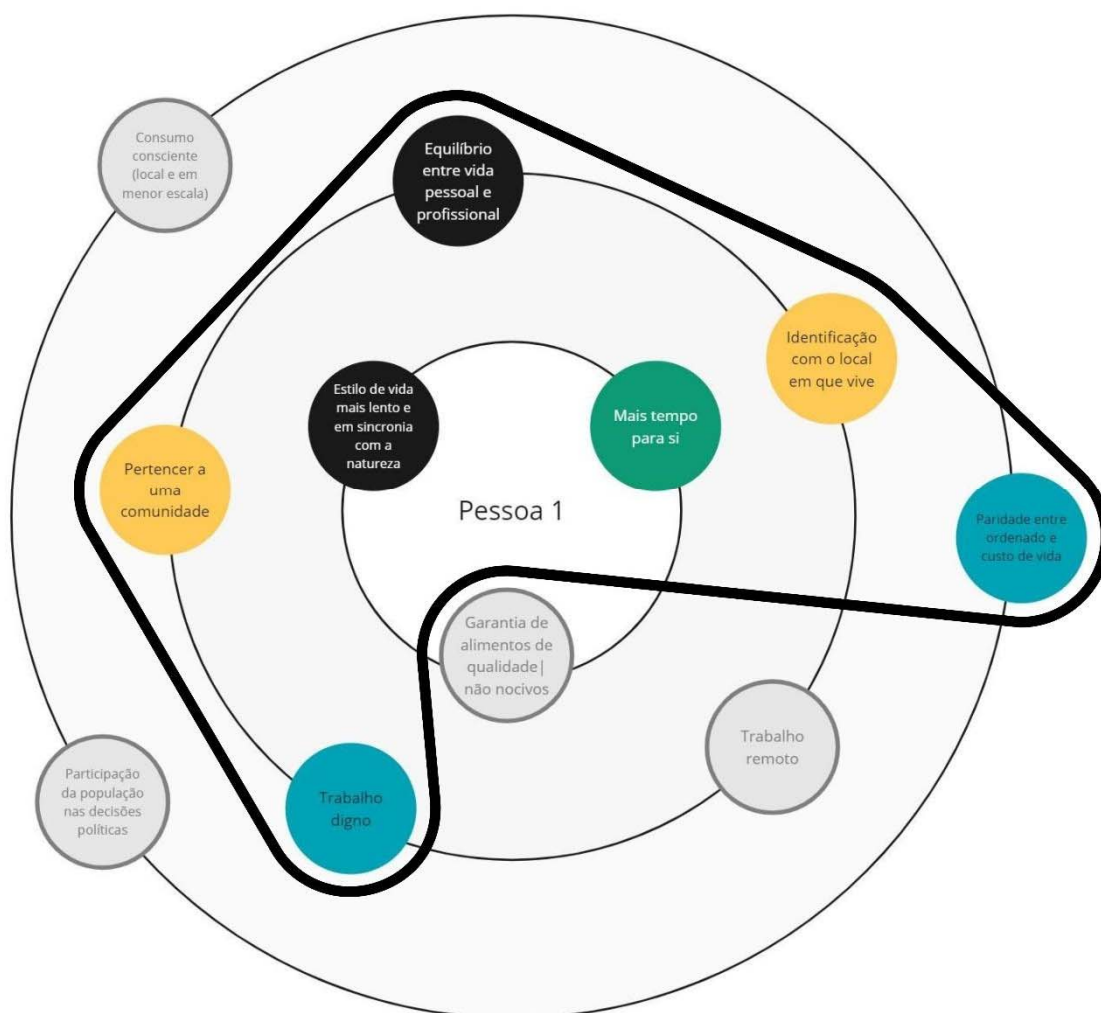


Figura 28 - Exemplo de Agrupamento das *Informações* referente à «Pessoa 1»

Cada indivíduo poderá, naturalmente, apresentar interesses diferentes dos restantes, de acordo com sua realidade e seus valores. O que não invalida a relevância de uma ou outra destas informações para o coletivo.

No exemplo seguinte podemos observar como seria o agrupamento de *Informações* associada a uma «Pessoa 2»

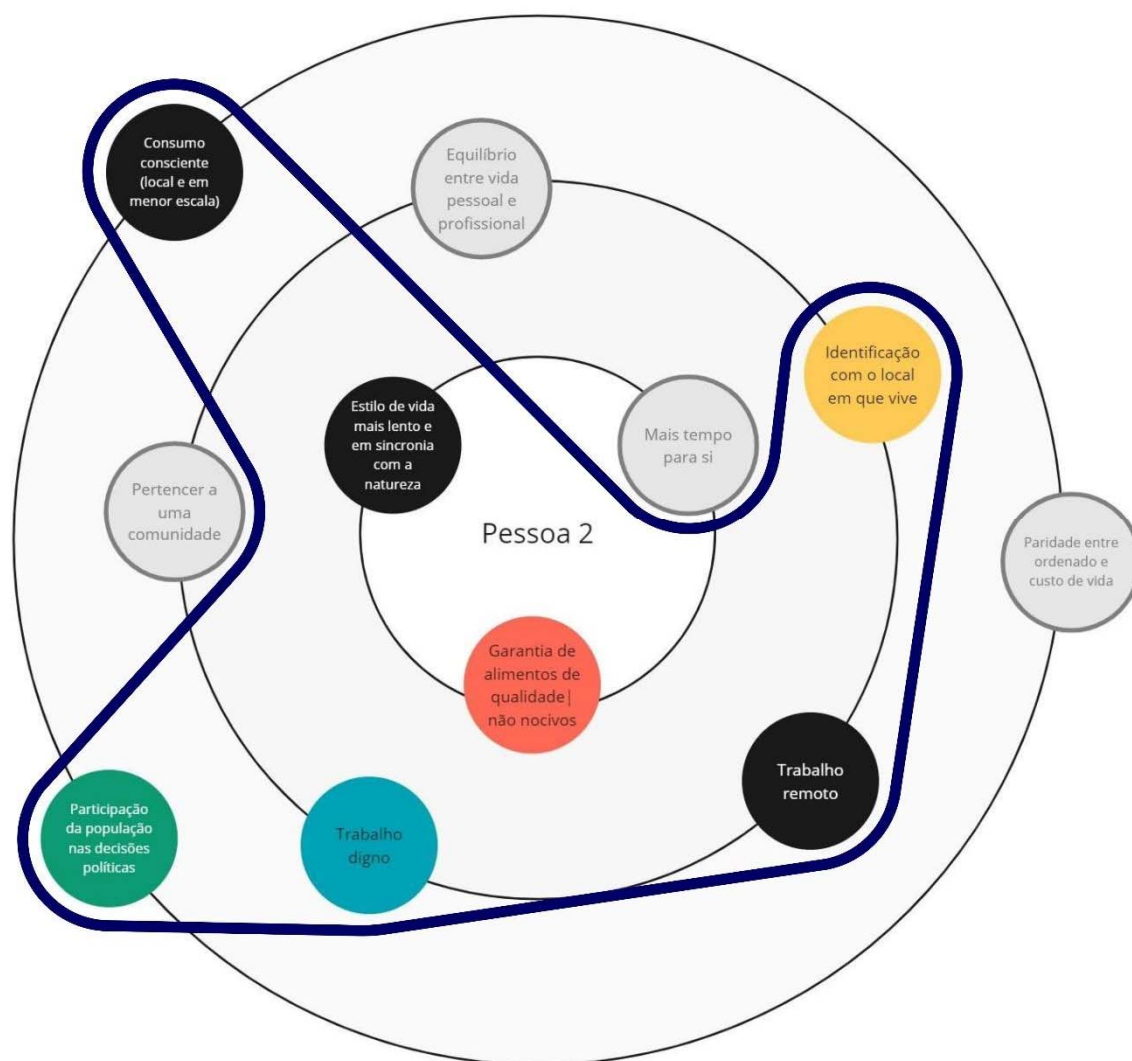


Figura 29 - Exemplo de Agrupamento das *Informações* referente à «Pessoa 2»

Este fato leva a que os decisores devam almejar atuar no maior número delas, a fim de atrair e reter uma quantidade maior de pessoas, de modo que estas possam ter uma experiência de vida com mais possibilidades. Para tal, e com o objetivo de identificar as mais relevantes para um investimento prioritário, é importante cruzar os cenários associados às várias pessoas, quantificando as mais frequentes (Figura 30).

Esta análise não deve, no entanto, considerar que o maior potencial se encontra nas *Informações* que estão nesta interseção, uma vez que apenas o agrupamento completo criará o ecossistema de crescimento associado a essa pessoa.

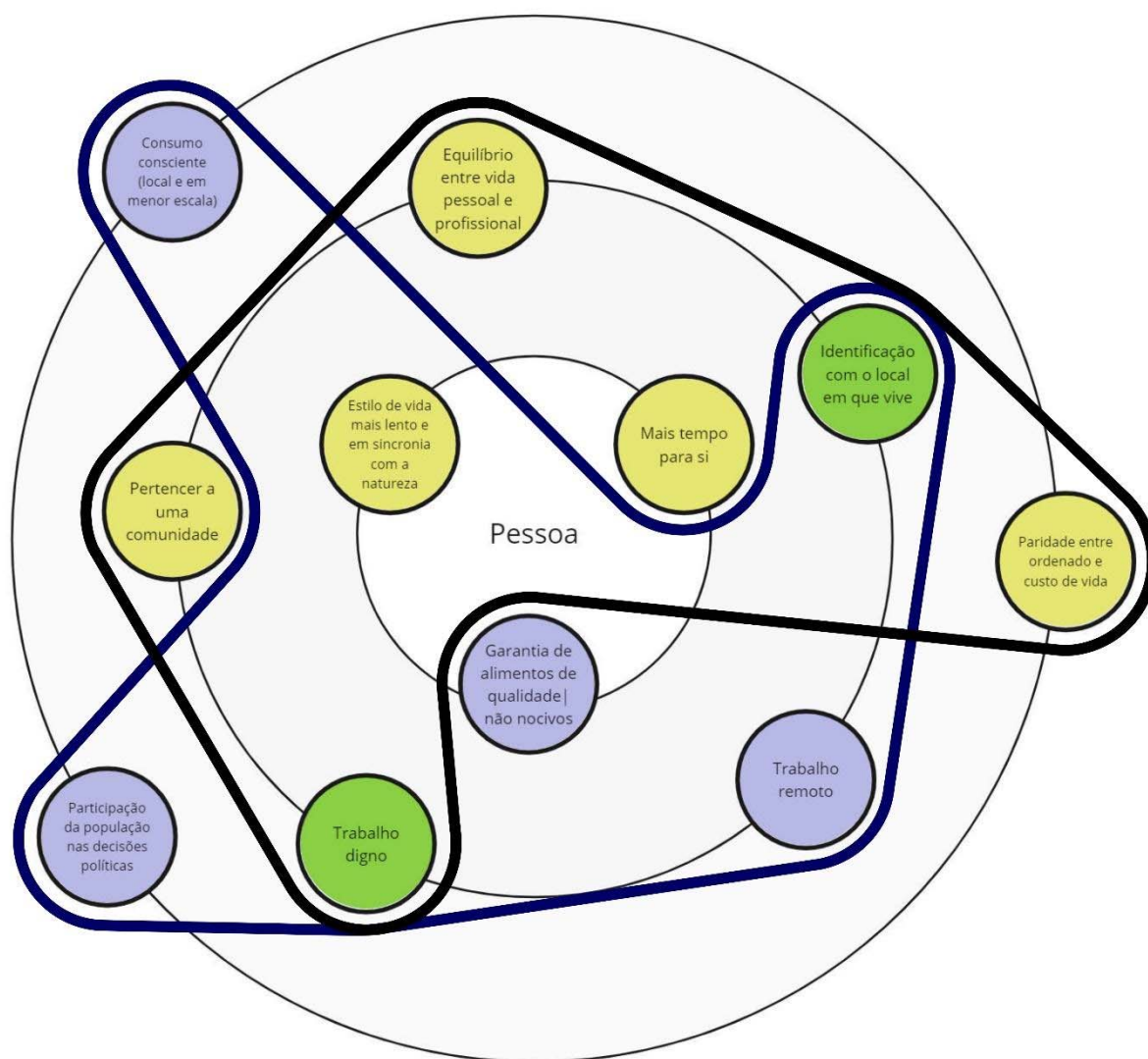


Figura 30 – Comparação entre Esferas relativas entre «Pessoa 1» e «Pessoa 2»

A importância dessa diversidade de preferências é exemplificada pelo artigo de Kelly Marie Korducki (2023) para o Business Insider, onde ela conta a história de pessoas que se mudaram para os subúrbios dos Estados Unidos durante a pandemia e com o tempo se arrependeram de sua decisão. Tal arrependimento decorreu, segundo os entrevistados, pelo fato de que muitas das coisas que para ela eram importantes, e que a cidade grande fornecia, não estavam presentes nas áreas mais afastadas. O que dificultou sua adaptação ao novo ambiente e causou um estranhamento maior do que o esperado. Isto demonstra que a vida em locais mais pacatos realmente não é para todos e é preciso honestidade e bom senso para entender se esta mudança faz sentido ou não.

Entretanto, o que se visa promover com este estudo é a abertura de horizontes para aqueles que estão em busca e que almejam uma vida mais simples e menos agitada, poderem aproveitar dos benefícios oferecidos pelas cidades menores.

Modelo «Cidade»

No modelo relativo à cidade, é preciso levar em consideração as potencialidades locais e atuar a partir do que a região já oferece, para otimizar o uso dos recursos já existentes.

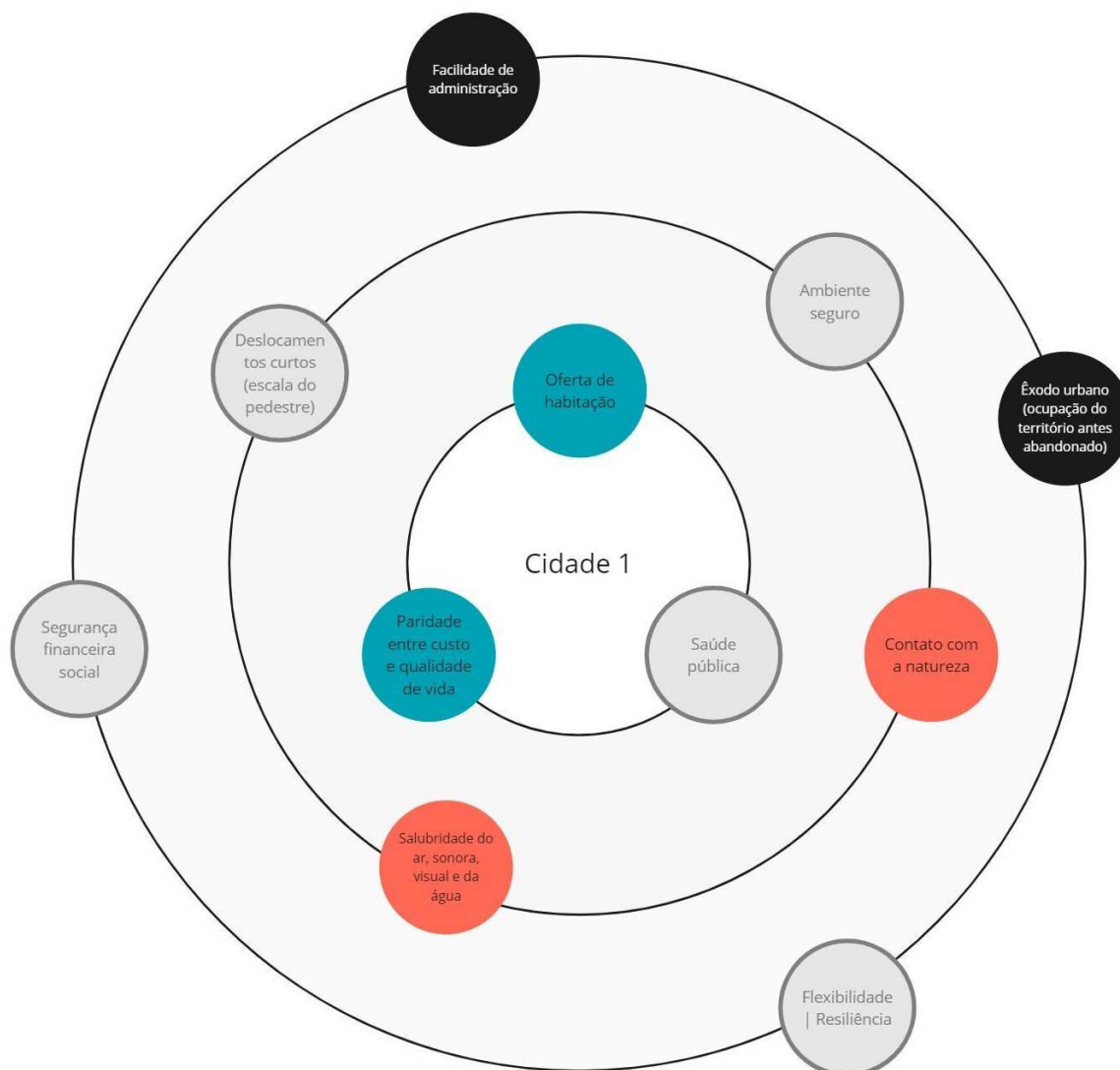


Figura 31 - Exemplo de Identificação de *Informações* referente à «Cidade1»

No sentido de identificar essas áreas, e à semelhança do modelo relativo à «Pessoa», o modelo proposto permite a identificação das informações que fixam cada habitante (Figura 31). Essas informações podem fazer parte de qualquer das áreas do modelo, de acordo com as opções consideradas como mais convenientes a cada «Cidade».

A exemplo do que sucede no «Modelo Pessoa», estas informações podem ser agrupadas, definindo de forma visual a área que delimita a esfera principal e investimento relativa a essa cidade (Figura 32)

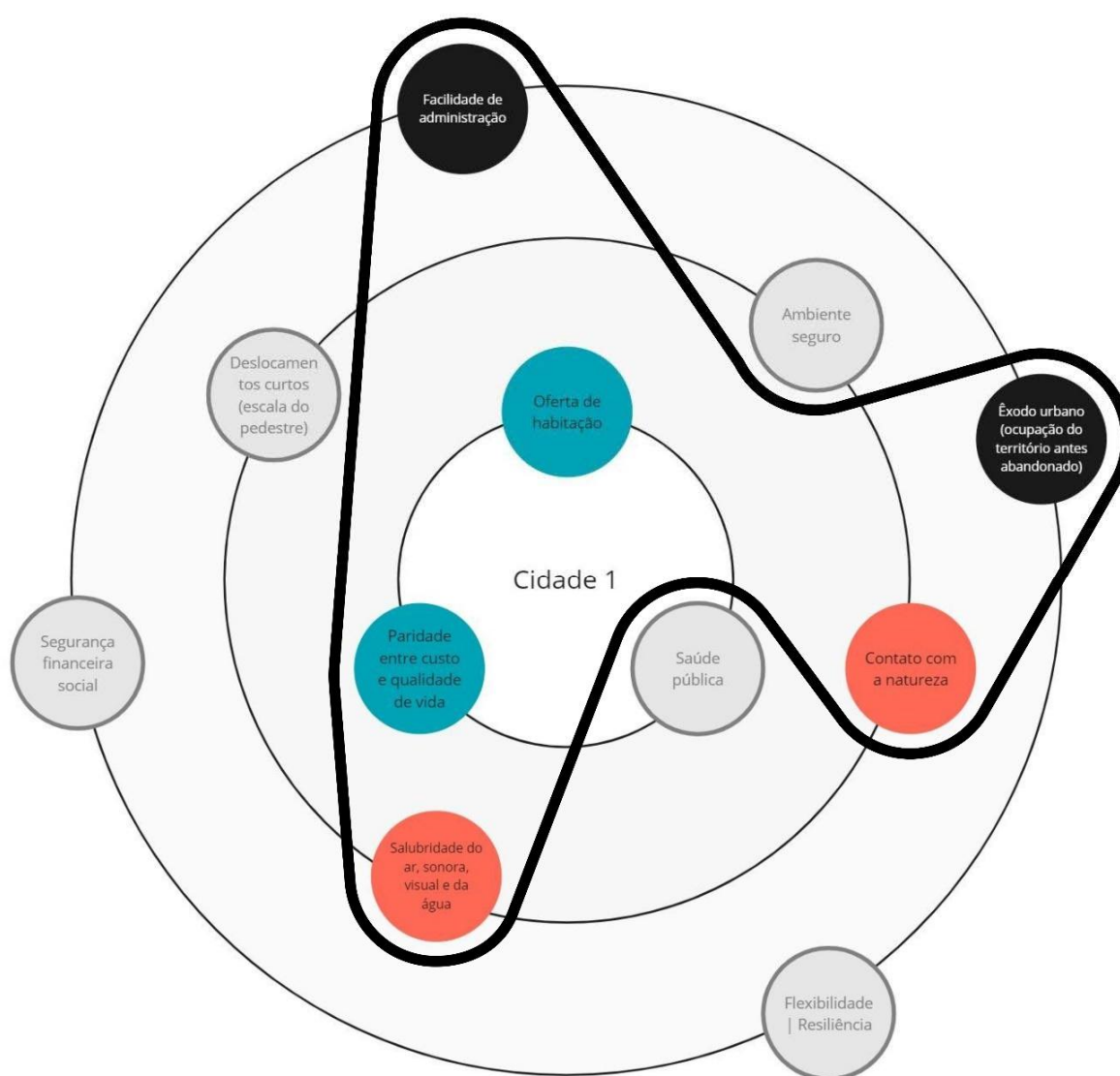


Figura 32 - Exemplo de Agrupamento das *Informações* referente à «Cidade 1»

Cada cidade poderá apresentar interesses de investimento diferentes das restantes, de acordo com a realidade dos seus habitantes, suas potencialidades e recursos. Este fato não invalida a relevância das outras *Informações* para o desenvolvimento dessa Cidade..

No exemplo seguinte podemos observar como seria o agrupamento de *Informações* associada a uma «Cidade 2»:

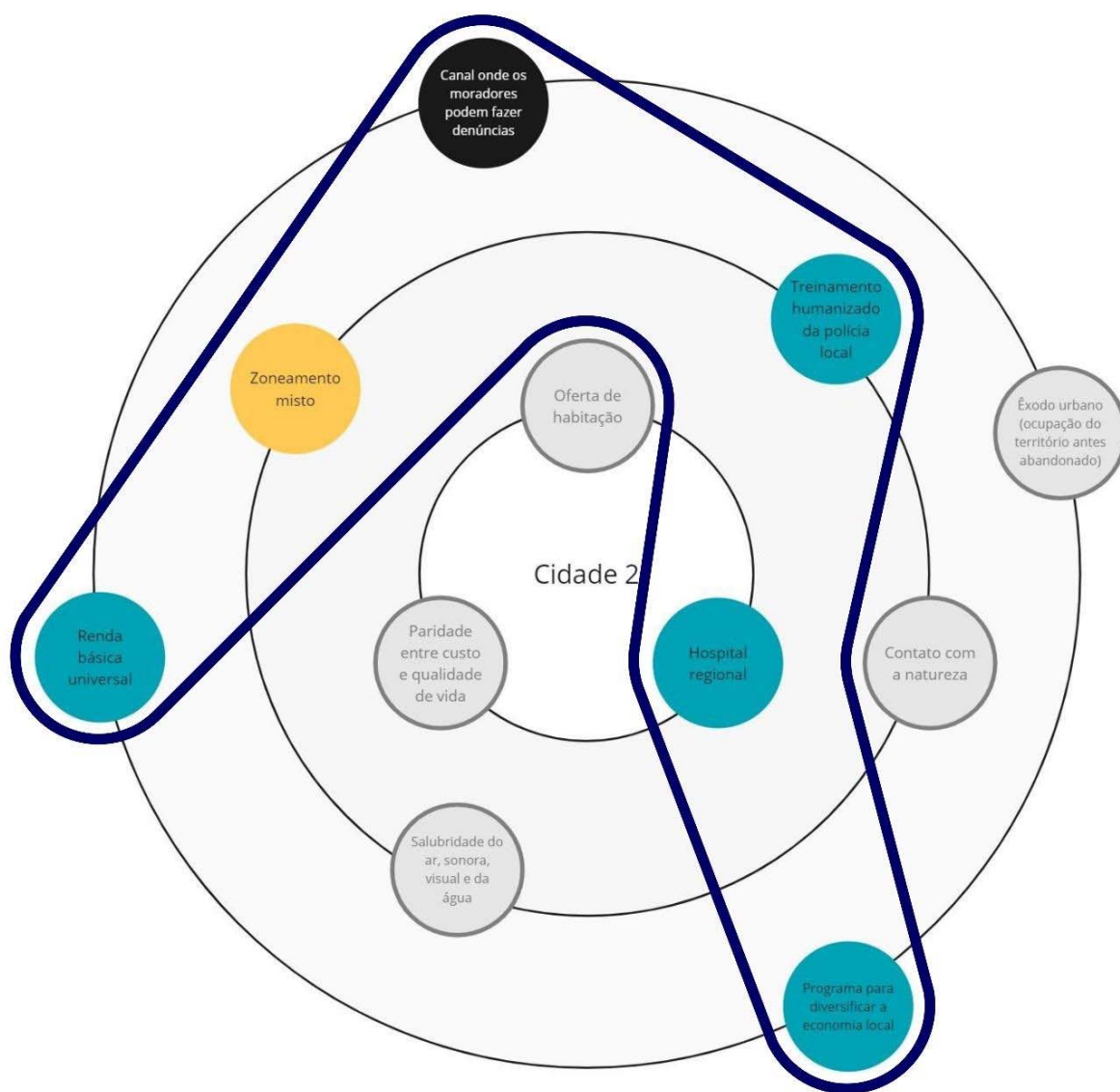


Figura 33 - Exemplo de Agrupamento das *Informações* referente à «Cidade 2»

Naturalmente, deverá ser ambição dos decisores atuar no maior número de *Informações* de forma a potencializar da melhor forma os recursos e atratividade da sua Cidade, atraindo e retendo uma quantidade apropriada de cidadãos.

No entanto, enquanto este investimento global não é possível realizar, é possível comparar aquelas áreas em que há sobreposição de relevância e investimentos com cidades próximas e parceiras. Desta forma pode-se criar uma rede de conhecimento, sinergias, e, sempre que isso faça sentido, diferir o investimento para outras áreas, rentabilizando-o e potencializando-o em áreas prioritárias para a região.

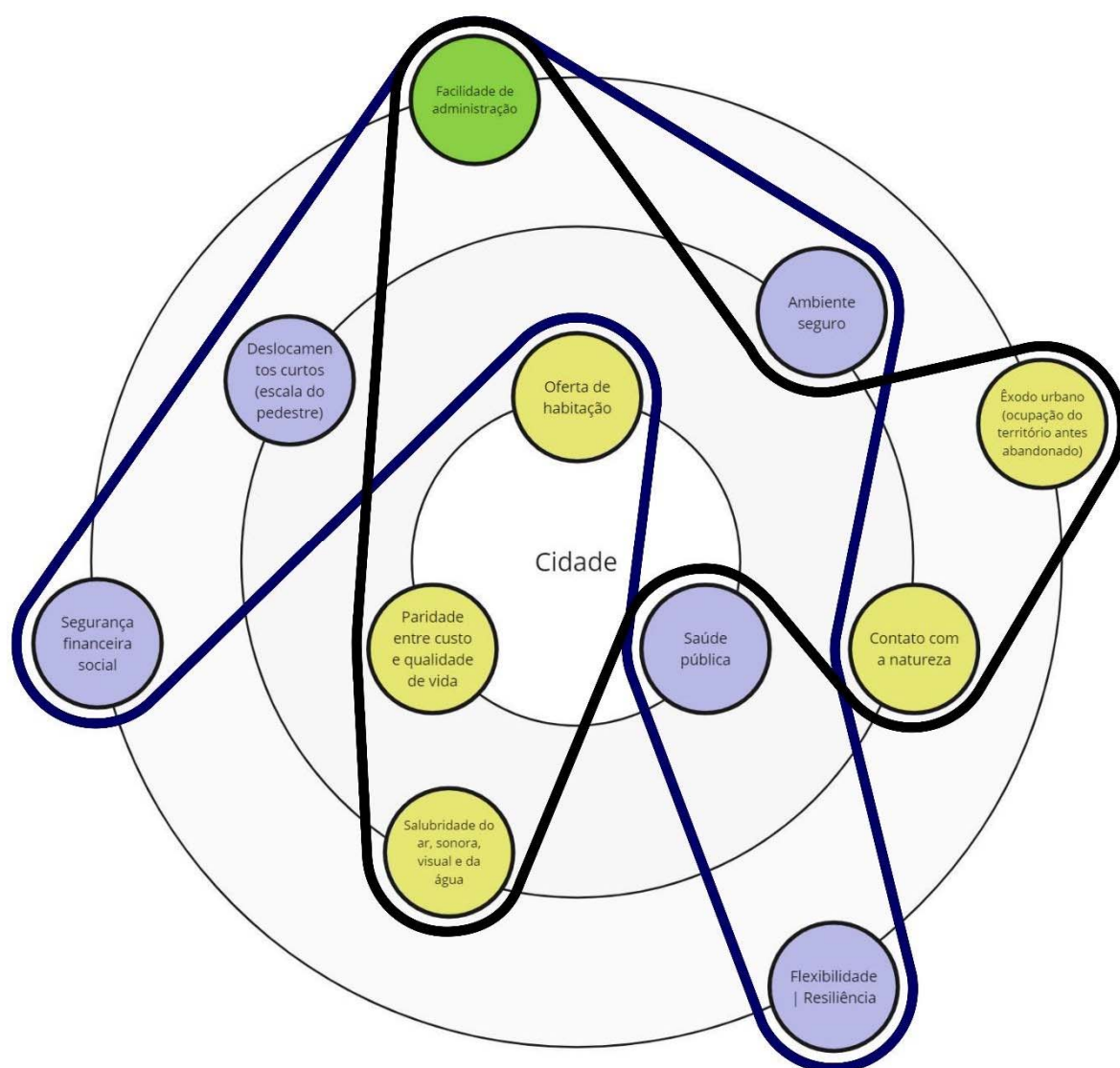


Figura 34 – Comparação entre Esferas relativas entre «Cidade 1» e «Cidade 2»

Como referido anteriormente, deve-se promover uma atitude mutualista entre os vários agentes, o que inclui as cidades. Este fato permite que estes consigam resistir de melhor forma às adversidades, desenvolvendo-se de forma sustentável.

Kropotkine (2021) constatou que as espécies que desenvolveram o apoio mútuo são mais capazes de resistir a condições ambientais mais difíceis e a animais mais fortes e predadores, poupando energia, e aumentando a longevidade. Tendem igualmente a ser mais numerosas, mais desenvolvidas tanto intelectual como socialmente. Por seu turno, Hertz (2021) afirma que as relações mutualistas permitem criar «qualidade de vida», e exprimem-se entre outros, através do senso de comunidade, pelas relações de proximidade, e pelo sentimento de pertencimento e de identificação.

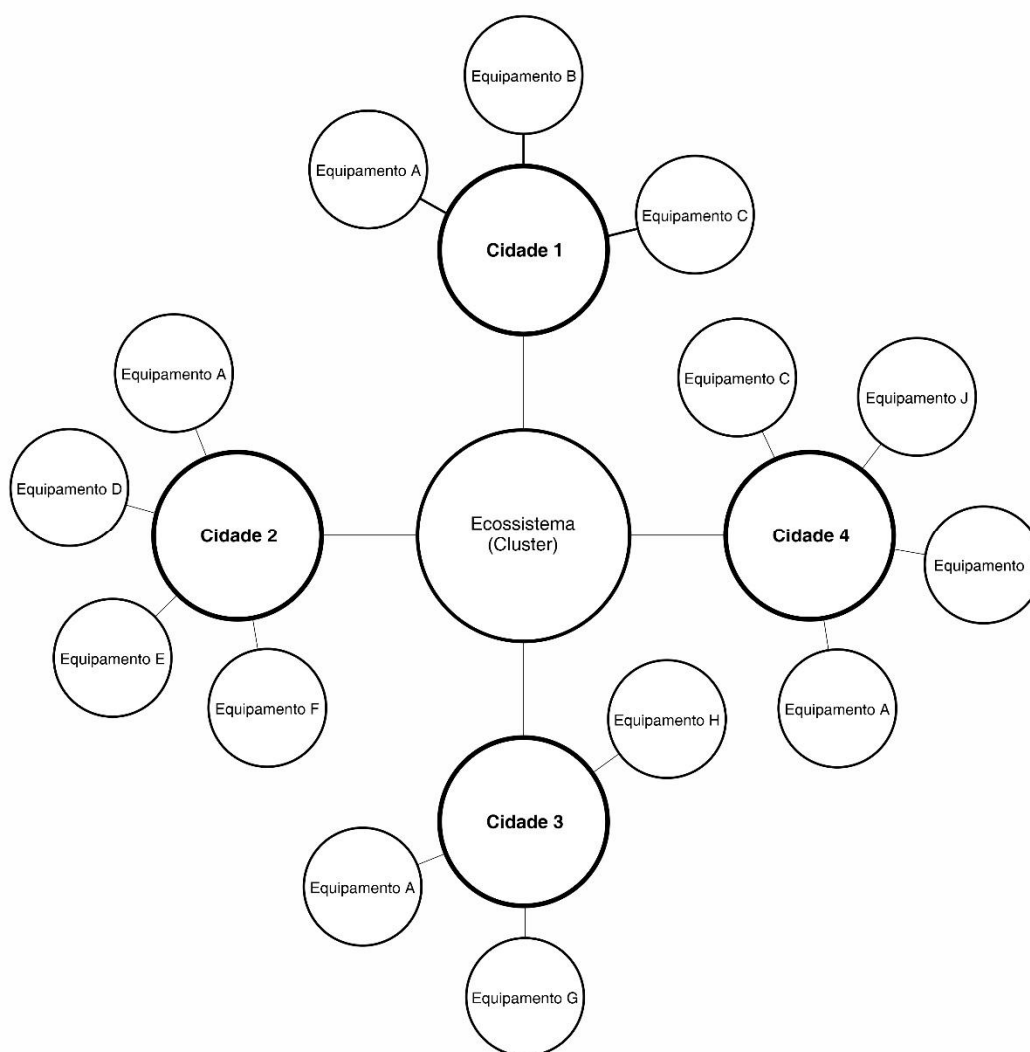


Figura 35 – Ecosistema composto por 4 Cidades, e respetiva distribuição de equipamentos

Na escala das cidades é preciso levar em consideração as potencialidades locais e atuar a partir do que a região já oferece, para otimizar o uso dos recursos já existentes. De

acordo com a dimensão e a vocação local, os decisores devem procurar um plano de investimentos num contexto mutualista, tendo em consideração investimentos simultâneos em cidades próximas, criando um *cluster* regional de apoio e desenvolvimento mútuo. Estas cidades próximas entre si, tirando proveito da distância relativamente curta entre elas, podem-se complementar: o que falta em uma está disponível em outra.

Naturalmente haverá sempre a necessidade de equipamentos duplicados, em especial no que se refere a equipamentos de primeira necessidade e cujo investimento não seja expressivo. Por exemplo, todas as cidades deverão estar equipadas com centros de saúde, farmácias, creches, escolas primárias, restaurantes, mas uma poderá investir num hospital principal, e outra num agrupamento de escolas secundárias central, por exemplo.

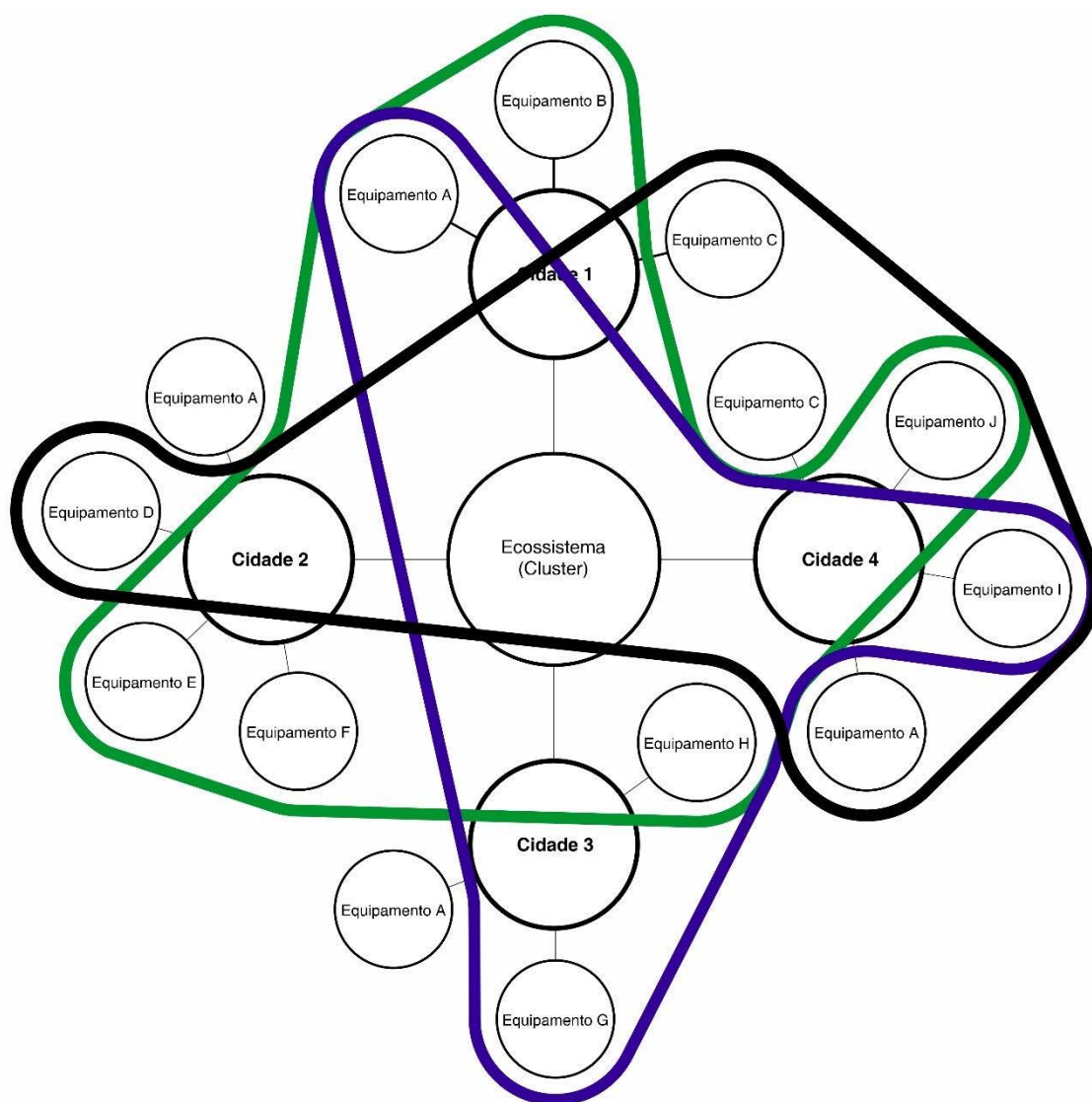


Figura 36 – Comparação da utilização por parte de 3 pessoas diferentes, dos Equipamentos fornecidos pelas Cidades de um Ecossistemas

Um outro benefício desta dispersão de infraestrutura em diferentes cidades é a divisão dos investimentos necessários à construção da mesma. Ou seja, uma cidade pode direcionar uma maior parte de seu orçamento à construção de um hospital regional, capaz de atender uma maior gama de pacientes regionais, e proporcionar os respectivos tratamentos diferenciados, enquanto outra pode focar-se em proporcionar incentivos à construção de um polo industrial e assim por diante. Sendo assim, os serviços e postos de trabalho ficariam dispersos em uma região e não mais focados em apenas um local, que geralmente recebe grande parte do orçamento nacional devido à grande quantidade de pessoas ali concentradas.

Cada pessoa (ou família) poderá assim usufruir dos equipamentos necessários para a sua vida, deslocando-se entre cidades, sem estar limitada às possibilidades dos equipamentos que a sua cidade oferece.

Naturalmente, para que este sistema de mutualismo entre cidades funcione, é preciso que o acesso e mobilidade entre elas seja facilitado e potenciado, através da construção de estradas e a oferta de meios de transporte que atendam todas as camadas da população, numa oferta consistente e frequente. Evitando assim, que seus moradores sejam estritamente dependentes de carros particulares para se deslocarem. A interdependência criada entre cidades tenderá a garantir que todas invistam neste aspecto, uma vez que a qualidade de vida das suas populações depende desta facilidade de mobilidade e acesso aos equipamentos.

Definição de objetivos

Uma vez que as informações e o contexto que inspiraram a tomada de decisão das iniciativas estudadas anteriormente, foram mapeados, entendeu-se que para orientar as decisões dos poderes públicos locais, de modo a criar uma estratégia abrangente e eficiente na atração e retenção de pessoas em territórios de baixa densidade, era preciso estabelecer objetivos em comum. Estes, deveriam ser focados o suficiente para facilitar o direcionamento da criação de novas soluções, e abertos o suficiente para deixar margem à adaptações ao contexto específico do local em questão.

Desta forma, com base na etapa anterior, identificaram-se 7 objetivos macro listados abaixo, junto a um elenco não extensivo de algumas atuações possíveis que visam atingi-los. Tais atuações não se restringem as que se apresentam abaixo, estas são apenas alguns exemplos do que pode ser feito dentro de cada objetivo. São eles:

- I. Garantir a oferta de condições de trabalho**
 - A. Oferta de espaços de trabalho para trabalhadores remotos
 - B. Gabinete de inserção laboral
 - C. Incentivo ao empreendedorismo
 - D. Incentivo à atração de empresas
 - E. Segurança financeira social

- II. Preservar uma boa relação entre custo vs. qualidade de vida**
 - A. Regulamentação e fiscalização das condições de trabalho
 - B. Regulamentação e fiscalização do valor imobiliário
 - C. Promoção do consumo de produtos locais
 - D. Promoção e facilitação da ocupação de imóveis e terrenos abandonados

- III. Promover a inserção e o pertencimento à comunidade**
 - A. Promoção de atividades que integrem a comunidade local
 - B. Designação de agentes comunitários para inserção de novos habitantes
 - C. Criação, manutenção e oferta de espaços públicos de convivência

- IV. Garantir boas condições de saúde física e mental**
 - A. Implementar políticas para garantir a salubridade do ar, sonora, hídrica, visual e da terra
 - B. Garantir acesso à saúde pública
 - C. Implementar políticas de saúde preventiva (incentivo ao esporte, médico da família e etc.)

- V. Garantir a oferta de produtos e serviços para consumo local**
 - A. Incentivo e proteção do comércio local
 - B. Promoção de feiras de produtores locais
 - C. Incentivo e proteção da agricultura familiar

- VI. Promover o contato com a natureza**
 - A. Criação e/ou manutenção de parques urbanos
 - B. Garantia de fácil acesso à áreas verdes
 - C. Proteção pró-ativa de áreas verdes contra incêndios florestais
 - D. Programas de reflorestamento participativo

VII. Incentivar a participação política

- A. Envolvimento da população nas decisões políticas
- B. Orçamento participativo
- C. Criar espaços que promovam a discussão e organização política comunitária

O diagrama abaixo exemplifica como algumas das atuações e objetivos listados acima interagem entre si e são mutuamente complementares:

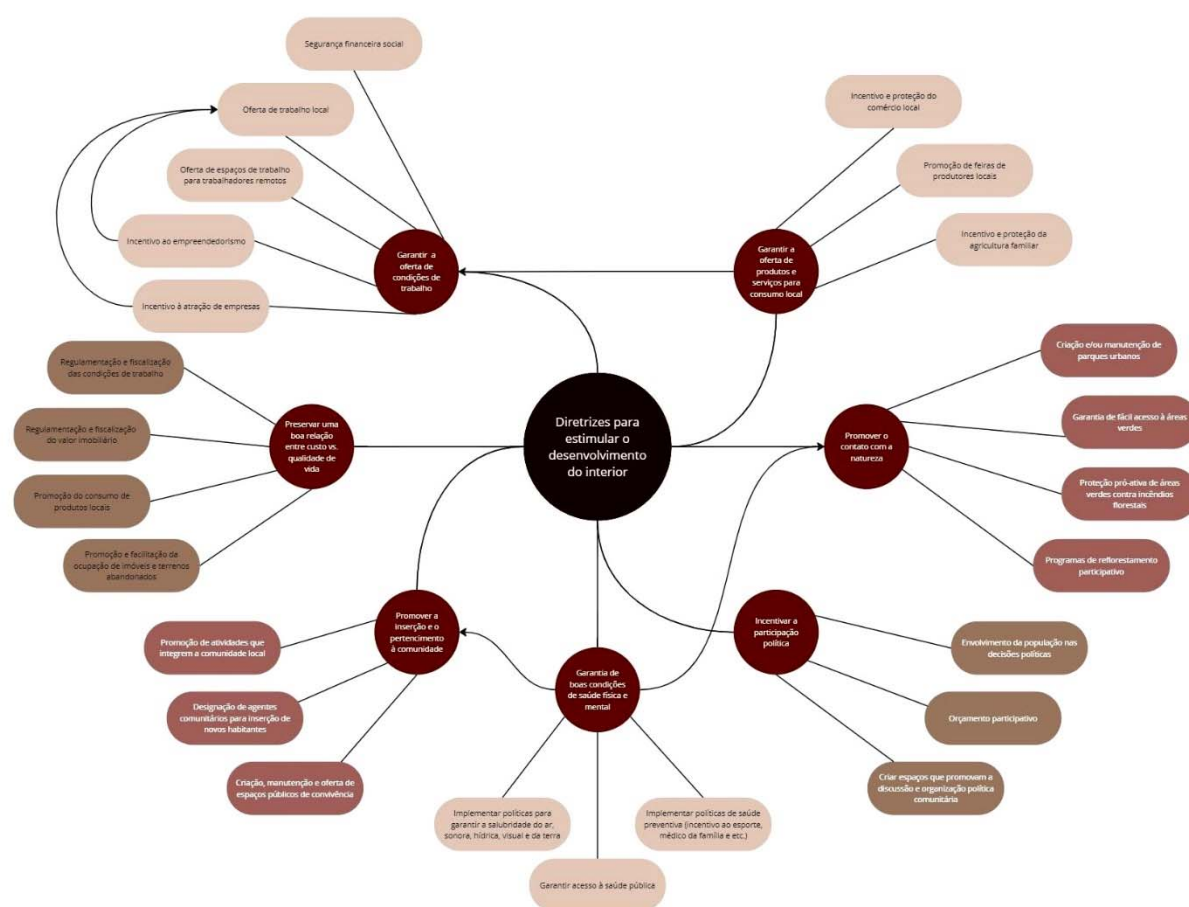


Figura 37 – Esquema de interação entre atuações e objetivos

Como mencionado anteriormente, cada um dos objetivos e atuações adotados, devem ser estabelecidos e escolhidos de acordo com a realidade do local, suas nuances culturais, sua disponibilidade de recursos (financeiros, naturais, populacional e etc.), e devem

fazer parte de um plano macro coordenado entre as cidades de uma região geográfica, que se abastecerão mutuamente de produtos, serviços, infra estrutura e etc.

Considerações Finais

À luz dos temas abordados acima, conclui-se que, para estimular um movimento de êxodo urbano de forma ampla, faz-se necessário intervir nas cidades para onde deseja-se despertar o interesse das pessoas, tendo por base os *objetivos* acima. Estes devem ser contempladas a fim de garantir uma experiência de vida «rural» com qualidade, de modo a atrair e reter pessoas no interior.

Como vimos, a conjuntura atual criou um cenário favorável ao êxodo urbano para «áreas rurais» devido à possibilidade de trabalho remoto; à mudança na mentalidade das pessoas no sentido de buscar por equilíbrio, seja em relação ao trabalho, à natureza, ou ao consumo de produtos e serviços; à busca pelo contato mais próximo com a natureza e pelo pertencimento (ao local onde se vive e à comunidade).

Entretanto, apenas oferecer incentivos financeiros e casas a preços baixos, gera resultados tímidos, pois não visa oferecer uma gama abrangente de soluções às necessidades humanas (como estudadas por Maslow). Tais iniciativas acabam por despertar o interesse de algumas poucas pessoas, mas para causar um movimento significativo e provocar mudanças de longo prazo, é preciso considerar todos os níveis da pirâmide e atuar no maior número delas possível, dentro da realidade local.

Como visto na seção de definição do tema, seres humanos são naturalmente avessos a mudanças, já que estas trazem inseguranças e o confronto com o inesperado. Portanto, é imprescindível mitigar esta apreensão oferecendo e demonstrando que as cidades em questão podem não só suprir suas necessidades básicas, mas também proporcionar uma qualidade de vida superior em muitos sentidos.

Os modelos desenvolvidos, seja com foco na «pessoa» ou na «cidade» permitem às pessoas visualizar e avaliar se as suas necessidades serão suprimidas por determinada cidade ou região. Já os *objetivos* auxiliam os decisores na identificação de possíveis áreas de atuação a apostar inicialmente, permitindo de forma holística e visual criar estratégias de ação.

Como consequência destes modelos sugere-se igualmente que as regiões, perante os desafios de otimização de investimentos e desenvolvimento nas potencialidades locais, possam agir numa dimensão mutualista, potencializando os recursos já existentes e criando uma política de desenvolvimento de equipamentos complementar que, tirando partido da distância relativamente curta entre si, podem-se complementar. Este *cluster* regional de apoio

e desenvolvimento mútuo permitirá assim que equipamentos que necessitam de investimentos expressivos, possam ser localizados em apenas uma cidade, a que canaliza o seu investimento para essa, sem necessidade de o comprometer, redistribuindo por vários outros equipamentos. Como referido, é óbvio que este princípio não poderá ser aplicado a equipamentos de primeira necessidade e de proximidade, os quais terão de ser sempre duplicados.

CONCLUSÃO

A partir do momento que a humanidade passou a considerar a estagnação como um sinal de estabilidade e possuir coisas como sinônimo de prosperidade, passamos a rejeitar qualquer tipo de mudança e a temer o desconhecido (Kolbert, 2019). Estes passaram a ser associados com instabilidade e insegurança: Mudar de opinião, reconsiderar escolhas, rever percursos e ajustar a rota são atitudes que demonstravam falta de conhecimento o suficiente para tomar boas decisões e incapacidade de comprometimento (Kolbert, 2019). Mas quanto mais nos agarrávamos a coisas, lugares, casas, empregos, e até a pessoas, por acreditar que uma vez feita uma escolha, deveríamos nos manter fiéis a ela até o fim de nossos dias, menos oportunidades tínhamos de explorar novos caminhos e encontrar algo que fizesse sentido para nós individualmente e não para a sociedade. Porém, este paradigma está sendo lentamente ultrapassado pelo desenvolvimento tecnológico, a democratização do acesso à informação, que foram intensificados com a pandemia do COVID-19, que trouxe à superfície o fato de que já não estamos mais condenados à imobilidade.

Esta imobilidade física e mental, que por tanto tempo foi exaltada tem como um de seus pilares a natureza de funcionamento de nosso cérebro:

- buscamos soluções fáceis para problemas complexos (Duhigg, 2012);
- criamos padrões e rotinas para diminuir a demanda de energia do corpo (Duhigg, 2012);
- operamos no modo de esforço mínimo na maior parte do tempo. (Cabral, 2021)

Tais comportamentos automáticos nos tornaram acomodados a qualquer tipo de situação já conhecida, pelo simples fato de não termos que aprender a lidar com novas situações desconhecidas e/ou perigosas “sem necessidade” (Cabral, 2021). Ou seja, a aceitação do status quo é de certa forma um mecanismo de sobrevivência. Talvez por isso, romper com ele seja tão difícil e demande tanto esforço.

Esta inércia, por vezes promovida pelos valores da sociedade e por outras, pelo nosso próprio cérebro, acabou por nos colocar em situações ou locais que prejudicam nossa capacidade de prosperar intelectual e fisicamente. Segundo as descobertas do biólogo Bruce Lipton (2008), o ambiente onde nos encontramos é determinante para nosso desenvolvimento: se o ambiente é favorável, conseguimos prosperar, se ele é hostil, apenas conseguimos nos proteger dele. Tais comportamentos são diretamente excludentes, ou seja, não podemos nos defender e prosperar ao mesmo tempo. Os hábitos mencionados anteriormente, por vezes, nos prendem a empregos, cidades e relacionamentos que não só nos impedem de crescer, como também nos adoecem. Isso se dá, pois a permanência no

estado de proteção por longos períodos de tempo, libera hormônios de estresse no corpo, que acabam por desencadear doenças.

Graças ao conhecimento e tecnologia que temos à nossa disposição atualmente, esta aversão e medo à mudança já não são mais racionalmente justificados. Mudar de emprego, cidade ou país, já não é tão incerto quanto outrora. Temos informação suficiente à nossa disposição para tomarmos decisões bem informadas e ser capazes de trocar ambientes tóxicos e limitadores por outros que nos permitam progredir (Carlin, 2022). Mas porquê não o fazemos?

A sociedade neoliberalista que vivemos hoje fomenta a percepção de que somos inimigos e competidores (Hertz, 2021). Perspectiva esta, que faz com que nos sintamos cada vez mais isolados e distanciados das pessoas com as quais compartilhamos locais de trabalho, moradia e lazer. Paralelamente a isto, os avanços na área da tecnologia fazem com que tenhamos ao mesmo tempo muito mais liberdade e flexibilidade, mas também menos tempo de interação com pessoas e mais com máquinas. Agravando ainda mais nosso sentimento de estarmos sós (Hertz, 2021). Como consequência da solidão adoecemos tanto física, quanto mentalmente. Isto ocorre, devido a um mecanismo de sobrevivência adquirido ao longo de nossa trajetória evolutiva, que produz uma reação física de repúdio ao fato de estarmos sozinhos, pois aprendemos que a nossa sobrevivência depende de vivermos em comunidade e cooperarmos uns com os outros (Hertz, 2021) (Kropotkine, 2021). Caso contrário, perecemos mais rapidamente.

Quando ainda habitávamos em pequenas e médias comunidades e podíamos perceber como as interações com os demais habitantes era vital, nossa percepção de solidão era quase nula comparada com o modo como vivemos hoje. As grandes metrópoles que habitamos nos provocam uma sensação de anonimato e distanciamento (Hertz, 2021). Para conseguir lidar com a infinidade de estímulos com os quais nos deparamos todos os dias, acabamos por escolher a reclusão (Hertz, 2021). Não conhecemos as pessoas com quem dividimos nosso dia a dia, o que ativa nossos mecanismos de defesa e faz com que sejamos menos cuidadosos no trato com os demais. ou seja, as cidades criam uma conjuntura de fatores que nos isolam ainda mais dos outros e nos adoecem rápida e frequentemente. (Hertz, 2021)

Um dos principais fatores que ainda fazem com que muitas pessoas sejam atraídas a morar em grandes cidades são suas infinitas possibilidades. Ao passarmos de uma economia rural para a industrial, fizemos o movimento em massa de deslocamento para os centros urbanos, que concentravam a maior parte dos empregos (Galor, 2022). Atualmente, com a

transição para a economia da informação, já não há a necessidade da parcela da população que tem o privilégio de exercer funções profissionais que dependem única e exclusivamente de seu conhecimento, de estar presa a uma localidade física como antes. Mas como fazer com que essas pessoas abram mão daquilo que conhecem tão bem e se disponham a mudar de cidade e estilo de vida?

A tendência que nosso cérebro tem de operar em capacidade mínima e buscar as soluções mais simples para todo e qualquer problema, acaba por criar consequências desastrosas e indesejadas para a sociedade como um todo (Cabral, 2021). Ao optarmos por soluções cartesianas e simplistas para problemas complexos, apoiados em lógicas matemáticas e não no comportamento, muitas vezes irracional, do ser humano, acabamos por criar ambientes hostis para se habitar (Brooks, 2012).

Como mencionado por Brooks (2011), o racionalismo tende a ignorar a complexidade do ecossistema e isola os problemas em pequenas partes, que ao serem solucionadas separadamente, raramente trarão o resultado desejado. Sendo assim, para que possamos solucionar o problema das cidades e da distribuição de pessoas no território, é preciso levar em consideração as muitas partes que formam o todo, as interações entre elas e as nuances locais, como: cultura, tradições, potencialidades e etc.

Uma das consequências quase inevitáveis da racionalização extrema é a desconexão das pessoas com a solução proposta, principalmente quando esta propõe mudanças drásticas que se distanciam ao extremo daquilo que estão acostumadas. Quando intervenções físicas que visam somente maximizar a eficiência, são implementadas sem levar em conta questões fundamentais para a vida em sociedade como as interações entre seus habitantes e destes com o espaço, o senso de pertencimento e identificação da população se esvai. Uma vez que isto ocorre, o comportamento das pessoas umas com as outras e com o lugar se modifica de forma negativa. Como consequência, a qualidade de vida cai vertiginosamente.

As entrevistas realizadas pela autora com os moradores de Macomer (Sardenha, Itália) levaram a duas conclusões principais:

1. A vontade de ficar e a incapacidade de fazê-lo. A grande maioria dos moradores deseja permanecer nas cidades nas quais nasceram, pois se identificam com o lugar, mas devido à falta de postos de trabalho, se veem forçados a buscar melhores oportunidades em cidades maiores.
2. É preciso investir em melhorias básicas de infra-estrutura e implementar iniciativas públicas para desenvolver a economia local. Por terem uma escala reduzida, é relativamente mais rápido e menos dispendioso implementá-las em cidades como Macomer, do que em cidades de grande porte.

Uma possível solução para o problema que enfrentamos nas cidades grandes (poluição, baixa qualidade de vida a altos custos, longas distâncias, falta de tempo, solidão e etc.) e o das cidades pequenas (esvaziamento da população, falta de oportunidades de desenvolvimento profissional e etc.) pode ser a redistribuição da população no território. Ou seja, levar habitantes de uma para a outra. Mas como fazê-lo?

O sentimento de pertencimento mencionado anteriormente está diretamente ligado à ocupação dos espaços públicos. Quando estes são em quantidade o suficiente, seguros e convidativos, a população inevitavelmente o ocupará, criando assim, pequenos polos de encontros e interações que acabam por fomentar e fortalecer os laços de proximidade entre as pessoas (Brooks, 2012). Um outro local com grande potencial para reunir pessoas e construir laços, mas frequentemente negligenciados, são os pequenos comércios locais. Estes, são muitas vezes dizimados por grandes centros comerciais que demandam uma maior infra-estrutura e arrecadam menos impostos por metro quadrado, do que os comerciantes locais (Brooks, 2012).

Um dos motivos pelos quais cidades menores promovem o estreitamento dos laços sociais é a escala (Brooks, 2012): Por esta ser amigável a escala humana, ou seja, permitir deslocamentos a pé e possuir poucos habitantes, o que faz com que a frequência de encontros entre as mesmas pessoas seja maior, despertando assim o sentimento de que estas se conhecem. Tal senso de comunidade é um fator preponderante para a saúde mental e física dos seus membros: isso se dá, pois quando nos deparamos com lugares e pessoas que nos são familiares constantemente, nosso mecanismo de defesa e estado de alerta são desligados. Ao sentirmos que estamos em um ambiente seguro e que estamos amparados por pessoas conhecidas, ativamos nosso estado de “crescimento”, citado por Lipton (2008)

Ainda sobre o tema de desenvolver o sentimento de pertencimento da população, além de criar espaços onde as pessoas possam conviver, a iniciativa pública pode ir além e envolver os habitantes na tomada de decisões políticas que os afetam diretamente (Hertz, 2021). Como mencionado anteriormente, quanto menor a distância entre as pessoas e aqueles que tomam decisões por elas, mais estas se sentirão ouvidas, representadas e interessadas em política. Ao serem envolvidas nesse processo, a tendência de que elas passem a colaborar com a implementação e manutenção dos espaços é maior do que quando são apenas agentes passivos na transformação do seu habitat (Schaminée, 2018).

O movimento modernista, inspirado pelos ideais do racionalismo, já nos provou que uma solução padrão e simplesmente funcional produz efeitos indesejados e negativos nas dinâmicas sociais das pessoas impactadas (Brooks, 2012). Sabemos, entretanto, que existe um conjunto de fatores semelhantes, que precisam estar presentes para aumentar a

qualidade de vida de qualquer população. São objetivos que podem ser alcançados de diversas maneiras.

Partindo do exemplo de mutualismo entre plantas e fungos, onde as plantas com recursos abundantes, enviam os nutrientes necessários, através da rede de fungos presentes em suas raízes, a aquelas que apresentam deficiência do mesmo (Macfarlane, 2021), podemos desenvolver uma solução similar aos problemas encontrados nas cidades que habitamos. Assim como as plantas, algumas cidades possuem recursos em abundância, sejam eles pessoas, investimentos, infra-estrutura e etc., enquanto outras os estão perdendo ou os tem defasados.

Podemos observar o crescimento desenfreado de muitas metrópoles ao redor do mundo, que concentram uma quantidade muito grande de pessoas e se tornam cada vez mais difíceis de administrar. Por outro lado, temos as cidades pequenas do interior que estão a sofrer desertificação demográfica, ou seja, estão a perder seus habitantes ano após ano e podem em um dado momento, simplesmente deixar de existir. Tirando como exemplo a redistribuição de recursos entre as plantas, pode-se propor uma solução semelhante ao problema de ocupação/desocupação das cidades ao redor do território de um país, para que esta ocorra de uma forma um pouco menos desproporcional.

As cidades menores apresentam uma gama de benefícios para a qualidade de vida do ser humano a nível mental e físico, que as maiores só conseguem proporcionar de forma desigual para os mais privilegiados. Como abordado por Hertz (2021), em lugares onde as ruas não são hostis, ou seja, onde o trânsito de carros é mais lento e como consequência, a poluição do ar e sonora é menor, os habitantes tendem a se apropriar do espaço. Uma vez que isto acontece, as ruas passam a ser uma extensão de suas casas e portanto encontros espontâneos passam a acontecer com mais frequência, fazendo com que os moradores daquela zona desenvolvam laços entre si e se conheçam melhor (Hertz, 2021). Como resultado, as pessoas se sentem menos sozinhas e passam a confiar mais umas nas outras. Já nas cidades maiores, o que acontece é o contrário: como as ruas geralmente são hostis, seja pelo trânsito de carros, pelo barulho ou pela grande quantidade de desconhecidos passando, as pessoas tendem a utilizá-las somente como passagem e não como local de permanência e encontro (Hertz, 2021).

Ainda sobre o tema de estreitamento de laços, Hertz (2021) afirma que essas pequenas comunidades, que surgem através da convivência e do reconhecimento das pessoas que habitam a nossa volta, e são facilitadas por lugares que apresentam escalas menores, às vezes, podem ser resistentes à mudança, fechadas e inflexíveis. Isso ocorre,

pois já se acostumaram e sabem que podem confiar uns nos outros, já desenvolveram seus hábitos, sabem onde se encaixam naquela pequena sociedade organizada ao seu modo, e que invasores podem representar uma ameaça ao seu estilo de vida e sua organização social. Portanto, qualquer mudança a ser proposta em seu território, deveria seguir a abordagem utilizada por Schaminee (2018) de envolver a população na tomada de decisões e na implementação de qualquer plano de ação. Dessa forma, potencializam-se os resultados ao conseguir, não só sua aprovação, mas também sua participação na concretização e no sucesso das transformações recomendadas.

Mas como promover essa distribuição de pessoas no território? Como cada cidade e região, possui suas particularidades e potencialidades diferentes umas das outras, deve-se basear as diretrizes de qualquer projeto, em objetivos comuns e não em ações concretas, pois estas podem mudar drasticamente de acordo com a realidade local. Ou seja, qualquer solução deve oferecer orientações suficientemente amplas para permitir adequações, mas ao mesmo tempo oferecer um Norte em comum que apresente benefícios específicos. (Piazza, 2021)

Para buscar entender quais seriam estes objetivos em comum, revisou-se a bibliografia de Montgomery (2013), que aborda diversos exemplos de iniciativas em metrópoles ao redor do mundo, que objetivam melhorar a qualidade de vida de seus habitantes. Ao analisarmos essas melhorias, podemos identificar objetivos compartilhados e perceber que estes podem ser replicados independentemente do tamanho da cidade. São eles:

- Expandir o espaço habitável.
- Garantir a mobilidade universal.
- Criar espaços públicos que promovam interações.
- Encurtar o deslocamento entre casa, trabalho, produtos e serviços.
- Diminuir a distância entre vizinhos.
- Promover o contato com a natureza.
- Garantir condições dignas de moradia e ocupação imobiliária.
- Estimular a economia do compartilhamento.

Para tentar construir uma solução que fosse adaptável a diferentes realidades, escolheu-se a metodologia da construção do discurso, que propõe que toda ação é executada a partir de objetivos, mas estes partem de contextos sociais, económicos e políticos vigentes no momento. Como foram identificados objetivos que visam melhorar a qualidade de vida dos

habitantes de ambientes urbanos entre todos os autores estudados até então, partiu-se destes para buscar os contextos que os embasaram. À medida que estes eram identificados, buscou-se agrupá-los entre temas em comum para identificar padrões emergentes.

Paralelamente, buscou-se referências de iniciativas existentes e já implementadas, que incorporassem o objetivo da solução de partilha mutualista, ou seja, a dispersão de pessoas no território de cidades grandes para cidades menores. Foram escolhidas 8 iniciativas já executadas em diversos países, e foi feita uma análise das mesmas para identificar a construção de seus discursos. Ou seja, identificaram-se as ações que estas promovem e com isso, pôde-se extrair seus objetivos, e posteriormente os contextos de onde estes surgiram. São eles:

- Garantia de alimentos de qualidade | não nocivos.
- Trabalho digno.
- Paridade entre ordenado e custo de vida.
- Identificar-se com o local em que vive.
- Pertencer a uma comunidade.
- Participação da população nas decisões políticas.
- Mais tempo para si.
- Estilo de vida mais lento e em sincronia com a natureza.
- Equilíbrio entre vida pessoal e profissional.
- Trabalho remoto.
- Consumo local e em menor escala.
- Salubridade do ar, sonora, visual e da água.
- Contato com a natureza.
- Êxodo urbano (ocupação do território antes abandonado).
- Facilidade de administração
- Deslocamentos curtos.
- Paridade entre custo e qualidade de vida
- Flexibilidade e resiliência das cidades pequenas
- Saúde pública.
- Ambiente seguro
- Segurança financeira social.
- Oferta de habitação.

Com base nos contextos levantados acima, foram criados 2 modelos: um relativo à «Pessoa» e ou à «Cidade», em que o primeiro se foca nas necessidades e aspirações dos

habitantes, enquanto o segundo se foca nas necessidades coletivas ao nível de infraestruturas.

Como referido, para a utilização do modelo, e identificação das necessidades e «informações» a selecionar, o «sujeito» deve interagir por seleção com os diversos atributos (valor, características ou equipamentos) disponíveis, selecionando os mais pertinentes para as suas necessidades, numa lógica «englobante», ou seja, onde o sujeito engloba dentro do seu grupo de necessidades as características que permitiram o seu melhor desempenho.

A organização das *Informações* nos modelos, considerou uma metodologia de seleção e categorização de acordo com 2 ordens de ideias: «Contexto – Objetivos – Atuações», e «hierarquia de necessidades», baseada no modelo de Maslow, e que divide as necessidades em fisiológica, segurança, social, estima e autorrealização.

O objetivo deste estudo consistiu no desenvolvimento de uma estratégia de identificação de diretrizes que estimulem o desenvolvimento de comunidades no interior, apresentada sob a forma de um conjunto de objetivos macro que permita aos decisores a seleção de iniciativas a desenvolver, permitindo de forma holística e visual criar estratégias de ação. Deve assim considerar tanto as necessidades individuais dos cidadãos, como as necessidades coletivas ao nível de infraestruturas, auxiliando os decisores políticos e gestores na tomada de decisão para a criação de um ecossistema mutualista, de base expandida e cooperativa, que fomente laços sociais fortes e duradouros. São eles:

- 1. Garantir a oferta de condições de trabalho**
- 2. Preservar uma boa relação entre custo vs. qualidade de vida**
- 3. Promover a inserção e o pertencimento à comunidade**
- 4. Garantir boas condições de saúde física e mental**
- 5. Garantir a oferta de produtos e serviços para consumo local**
- 6. Promover o contato com a natureza**
- 7. Incentivar a participação política**

Ainda no âmbito mutualista, estes modelos podem ser extrapolados para uma dimensão mais estratégica, ao nível regional, uma vez que, de acordo com a dimensão e a vocação local, os decisores devem procurar um plano de investimentos num contexto mutualista, tendo em consideração investimentos simultâneos em cidades próximas, criando um *cluster* regional de apoio e desenvolvimento mútuo. Desta forma, cidades próximas entre si devem-se complementar ao nível da disponibilização de equipamentos, especializando-se, por exemplo, e com isto fornecer equipamentos mais capazes e de melhor qualidade, devido à racionalização de investimentos. Como referido, haverá sempre a necessidade de equipamentos duplicados, em especial no que se refere a equipamentos de primeira

necessidade e cujo investimento não seja expressivo, como centros de saúde, farmácias, creches, escolas primárias e restaurantes. No entanto, uma poderá investir num hospital principal, enquanto outra aposta num agrupamento de escolas secundárias central, com equipamento de referência, e outra se especializa em soluções de diversão e lazer.

Naturalmente, para que este sistema de mutualismo entre cidades funcione, é preciso que o acesso e mobilidade entre elas seja facilitado e potenciado, através da construção de estradas e a oferta de meios de transporte que atendam todas as camadas da população, numa oferta consistente e frequente.

Desta forma, procura-se que o ambiente criado atenda a mais do que apenas as necessidades básicas de sobrevivência dos habitantes, mas que seja atraente e salutar para estes, não necessariamente a nível de cada cidade, mas a nível regional. Assim, o princípio do mutualismo aplicar-se-ia não somente aos habitantes, mas também às cidades pertencentes a uma mesma região.

Passos Futuros

Este estudo baseia-se na aplicação de princípios de investigação e reflexão, de carácter holístico, e que cruzam sobre a forma de «triangulações» informação relativa a várias áreas de conhecimento, numa «constelação» de ideias. Estas são expressas em 2 modelos simples.

No entanto, esta reflexão centra-se apenas ao nível teórico, pelo que se torna extremamente relevante a sua aplicação na prática, num princípio com semelhanças ao defendido por Schaminée (2018), e que potencializa métodos de design no auxílio à resolução dos «wicked problems» por meio de sua metodologia holística de resolução de problemas.

Para tal, considera-se necessário que estes modelos sejam apresentados ao poder local, em especial de zonas de periferia onde a desertificação mais se faz sentir, e onde poderão ser usados para o auxílio à reflexão e à decisão. Deveria igualmente ser apresentado a moradores atuais e potenciais, envolvendo-os na decisão e fomentando parcerias privadas.

Essa utilização deveria ser iniciada numa zona piloto, que permitisse aferir melhor o seu desempenho e aplicabilidade, levando a melhorias e afinações, antes da sua transposição para uma região mais alargada.

BIBLIOGRAFIA

- Acemoglu, D., & Robinson, J. A. (2020). *O Equilíbrio do Poder*. Lisboa: Temas e Debates - Bertrand Editora.
- Alpa, D. (2012, Janeiro 10). *Raciocínio abdutivo, indutivo e dedutivo*. Retrieved Outubro 13, 2023, from <https://davidalpa.com/>: <https://davidalpa.com/blog/raciocinio-abdutivo-indutivo-e-dedutivo/>
- Ariely, D. (2008). *Predictably Irrational: The hidden forces that shape our decisions*. Glasgow: HarperCollins Publisher.
- BiologiaNet. (2023). *O que é um ecossistema?* Retrieved from BiologiaNet: <https://www.biologianet.com/ecologia/ecossistema.htm>
- BiologiaNet. (n.d.). *Mutualismo*. Retrieved Agosto 09, 2023, from BiologiaNet: <https://www.biologianet.com/ecologia/mutualismo.htm>
- Borek, R., & Księżniak, A. (s/d). *Árvores e micorrizas – uma simbiose que melhora a produção agroflorestal em climas temperados*. Retrieved 02 10, 2023, from AFINET - Agroforestry Innovation Networks: https://euraf.isa.utl.pt/pt-pt/afinet/technical-articles/arvores_e_micorrizas
- Brooks, D. (2012). *O Animal Social*. Lisboa : Dom Quixote.
- Cabral, P. (2021). *O Paradoxo do Cérebro*. Lisboa: Temas e Debates.
- Carlin, D. (2022). *Uma História de Extremos: do colapso da Idade do Bronze aos quase acidentes nucleares*. Lisboa: Temas e Debates.
- Castellanos, N. (2022). *Neurociencia del Cuerpo: Cómo el Organismo Esculpe el Cerebro*. Barcelona: Kairós.
- Challenger, M. (2021). *Ser Animal, Ser Humano*. Lisboa: Temas e Debates.
- Damásio, A. R. (1994). *O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Dicio - Dicionário Online de Português. (sd). *Inerente*. Retrieved Abril 23, 2023, from www.dicio.com.br: <https://www.dicio.com.br/inerente/>
- Dicionário do Desenvolvimento. (2019). *ciudades*. Retrieved Janeiro 10, 2023, from ddesenvolvimento.com: <https://ddesenvolvimento.com/portfolio/cidades/>

Dicionário Priberam da Língua Portuguesa. (2008-2024). *Mutualismo*. Retrieved 02 10, 2023, from <https://dicionario.priberam.org/mutualismo>

Domingos, N., & Peralta, E. (2013). *Cidade e império: dinâmicas coloniais e reconfigurações pós-coloniais*. Lisboa: Edições 70. Retrieved 02 10, 2023, from Domingos, Nuno

Duhigg, C. (2012). *A Força do Hábito - Perceber e corrigir os hábitos na vida e no emprego*. Alfragide: Publicações Dom Quixote.

Fagan, B. (2007). *O Longo Verão - Como o Clima Mudou a Civilização*. Coimbra: Edições 70.

Filho, D. F. (2008, 08 14). <http://cmq.esalq.usp.br/wiki/doku.php?id=start>. Retrieved from CMQ - Centro de Métodos Quantitativos | Departamento de Ciências Florestais | ESALQ – UNIVERSIDADE de SÃO PAULO:
http://cmq.esalq.usp.br/wiki/lib/exe/fetch.php%3Fmedia%3Dpublico:syllabvs:lcf5865:auladehistorialcf5865_2008.pdf&ved=2ahUKEwim2fnk5PiFAxXDTaQEHZGLCKYQFnoECA8QAw&usg=AOvVaw3XseYK-Lw4ljBxb2QTi_np

Galor, O. (2022). *A Jornada da Humanidade - As origens da riqueza e da desigualdade*. Alfragide: Lua de Papel.

Goleman, D. (2011). *Inteligência Social*. Lisboa: Temas e Debates.

Happy Cities. (2023). *Charles Montgomery*. Retrieved Janeiro 12, 2023, from happycities.com: <https://happycities.com/team/charles-montgomery>

Harari, Y. N. (2011). *Sapiens: a brief history of humankind*. Londres: Penguin Random House UK.

Hertz, N. (2021). *O Século da Solidão*. Lisboa: Temas e Debates.

Innerarity, D. (2009). *A Sociedade Invisível*. Lisboa: Editorial Teorema.

Innerarity, D. (2009). *A Sociedade Invisível*. Lisboa: Editorial Teorema.

Junior, E. M. (2016, Maio 11). *Cidade Compacta X Cidade Dispersa*. Retrieved Janeiro 10, 2022, from Linkedin: <https://www.linkedin.com/pulse/cidade-compacta-x-dispersa-enio-moro-junior/?originalSubdomain=pt>

Kahneman, D., Sibony, O., & Sunstein, C. (2021). *Ruído - Porque tomamos más decisões e como podemos evitá-lo*. Lisboa: Objectiva.

Kolbert, E. (2019). *A Sexta Extinção*. Lisboa: Elsinore.

- Kropotkine, P. (2021). *O Apoio Mútuo - Um fator da evolução*. Lisboa: Antígona.
- Le Bon, G. (1985). *Psicologia das Multidões*. Lisboa: BookBuilders.
- Lipton, B. (2007). *A Biologia da Crença*. Lisboa: Sinais de Fogo.
- Macfarlane, R. (2021). *Mundo Subterrâneo*. Amadora: Macfarlane, R., 2021, Mundo Subterrâneo, (p.105), Amadora: Elsinore.
- Mancuso, S. (2019). *Revolução das plantas*. Apple Books.
- Mancuso, S. (2022). *A Planta do Mundo*. Lisboa: Pergaminho.
- Montgomery, C. (2013). *Happy City: Transforming Our Lives Through Urban Design*. Farrar: Straus and Giroux.
- Ms.Newell. (sd). *The Origin and Evolution of Cities*. Retrieved Janeiro 10, 2023, from <https://newellta.weebly.com:https://newellta.weebly.com/uploads/3/0/7/8/30789823/urban1.pdf>
- Nicolelis, M. (2021). *O verdadeiro autor de tudo*. Elsinore.
- Pais, A. (2019, Março 6). *Autopoiesis: a teoria sobre a vida desenvolvida por cientista chileno*. Retrieved Outubro 10, 2023, from BBC News Brasil: <https://www.bbc.com/portuguese/geral-47464093>
- Pena, R. F. (sd). *Industrialização e urbanização*. Retrieved 01 20, 2023, from mundoeducacao.uol.com.br:https://mundoeducacao.uol.com.br/geografia/industrializacao-urbanizacao.htm
- Schaminée, A. (2018). *Designing with-in public organizations - Building bridges between public sector innovators and designers*. Amsterdam: BIS Publishers.
- Science. (sd). *O que são propriedades emergentes?* Retrieved Abril 23, 2023, from <https://pt.scienceaq.com:https://pt.scienceaq.com/Nature/100407632.html>
- Silva, A. F. (2020). *A Cidade Romana: Conceção de um Modelo Urbanístico no Atual Território Português*. Porto. Retrieved Janeiro 11, 2023, from <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/130331/2/430975.pdf>
- Universidade Federal de Pernambuco. (sd). *Tipo de Produto de Trabalho: Modelo*. Retrieved 10 10, 2023, from CIn UFPE: https://www.cin.ufpe.br/~gta/rup-vc/core.base_rup/workproducttypes/model_C75A0621.html

Wikipedia. (2023, Agosto 02). *Volatilidade, incerteza, complexidade e ambiguidade*.

Retrieved from Wikipédia:

https://pt.wikipedia.org/wiki/Volatilidade,_incerteza,_complexidade_e_ambiguidade#cite_note-1

Sites

<https://treballu.com/>

<https://www.cittaslow.org/>

<https://ruralmove.org/>

<https://www.insardinia.ch/en/choosing-to-move-to-sardinia/>

<https://www.euronews.com/travel/2021/09/28/italy-is-selling-1-houses-to-boost-tourism-here-s-why-i-want-to-buy-one>

<https://www.15minutecity.com/about>

<https://www.alegriavillage.com/>

<https://ecolife-experience.com/>

https://pt.wikipedia.org/wiki/Hierarquia_de_necessidades_de_Maslow - Acesso em 05 de Dezembro de 2023

ICONOGRAFIA

Figura 1 – [Texto]

