

Natureza saudável, gente sadia

Categories : [Palmilhando](#)

O estudo, baseado em registros médicos, incluiu 345.143 mil pessoas e analisou 15 tipos de doenças como diabetes, asma, enxaqueca e problemas do coração. Como era de se esperar as principais diferenças se verificam nos distúrbios psicológicos: as taxas de ansiedade e depressão são marcadamente mais baixas entre os que têm casas próximas da natureza.

Intuitivamente os montanhistas sempre souberam disso. Cada vez que me bate um baixo astral, arrumo minha mochila e meto o pé na trilha. Tomar esse remédio uma vez por semana dá mais resultado que o melhor dos prozacs.

O tema, que também inclui o papel das unidades de conservação para a saúde humana, será exaustivamente discutido entre os dias 11 e 16 de Abril de 2010, em Melbourne, no Congresso Internacional Parques Saudáveis-Gente Saudável (<http://www.healthyparkshealthypeoplecongress.org>), organizado pelo Serviço de Parques Nacionais do estado australiano de Victoria.