Habiter près d'un espace vert améliorerait la santé mentale

Par ***mogirard***
Créé le ***30/01/2014 - 08:10***

Habiter près d'un espace vert améliorerait la santé mentale

Jeudi, 30/01/2014 - 07:10 0 commentaire

zoom

Selon une étude, menée par l'école britannique de médecine d'Exeter, et dirigée par Mathew White et Ian Alcock, le fait d'habiter près d'un espace vert améliorerait durablement la santé mentale et diminuerait les risques d'anxiété et de dépression.

Pour parvenir à ces conclusions, les chercheurs ont essayé d'évaluer les effets d'un déménagement à proximité d'espaces naturels sur le sentiment de bien-être des riverains. Les scientifiques ont utilisé la vaste base de données de la British Household Panel, constituée depuis 1991 par l'Université d'Essex.

L'étude montre qu'après une installation dans un quartier plus proche de la nature, le sentiment de bien-être psychologique s'améliore sensiblement chez les habitants et cette amélioration perdure pendant au moins trois ans après ce déménagement. Ces travaux confirment les résultats d'une autre étude, réalisée aux Pays-Bas en 2009 et qui avait déjà montré que le fait d'habiter à proximité d'un espace vert réduisait le risque de dépression.

Article rédigé par Georges Simmonds pour RT Flash

EST

Noter cet article :

Recommander cet article :

-
- Tweeter
-

- **Nombre de consultations :** 253
- **Publié dans :** Biologie & Biochimie
- **Partager :**
  - Facebook
  - Viadeo
  - Twitter
  - Wikio

Biologie & Biochimie anxiété cerveau équilibre espaces verts mentale Nature santé verdure

---

URL source: https://www.rtflash.fr/habiter-pres-d-espace-vert-ameliorerait-sante-mentale/article