

# UNIDADES DE CONSERVAÇÃO: UMA RECONEXÃO COM A NATUREZA, PÓS-COVID-19

Marta Regina da Silva-Melo<sup>1</sup>  
Gleidson André Pereira de Melo<sup>2</sup>  
Neiva Maria Robaldo Guedes<sup>3</sup>

**Resumo:** Esta pesquisa tem como objetivo analisar a importância das Unidades de Conservação como espaços de reconexão com a natureza, pós-COVID-19. Os procedimentos que orientaram o estudo contribuíram com a fase descritiva dos fenômenos e sua relação com a necessidade de aprimorar tendências biofílicas. A partir de um amostra aleatória não-probabilista, os resultados apontaram que ambientes naturais são capazes de proporcionar sensação de bem-estar, após a pandemia do novo coronavírus. Diante de um novo “normal,” as Unidades de Conservação se notabilizam como espaços naturais importantes para amenizarem os efeitos da ansiedade e estresse causados pela COVID-19.

**Palavras-chave:** Biofilia; Áreas Protegidas; Ambiente Restauradores.

**Abstract:** This research aims to analyze the importance of Conservation Units as spaces for reconnecting with nature, after COVID-19. The procedures that guided the study contributed to the descriptive phase of the phenomena and their relationship to the need to improve biophilic trends. From a non-probabilistic random sample, the results showed that natural environments are capable of providing a sense of well-being after the new coronavirus pandemic. Faced with a new “normal,” the Conservation Units stand out as important natural spaces to decreasing the effects of anxiety and stress caused by COVID-19.

**Keywords:** Biophilic; Protected Areas; Restorative Environments.

---

<sup>1</sup>Universidade Anhanguera-Uniderp. E-mail: martamelors@gmail.com.

Link para o Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8192425520595557>

<sup>2</sup>Instituto Federal de Mato Grosso do Sul. E-mail: gandmelo@gmail.com.

Link para o Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1370968666001171>

<sup>3</sup>Universidade Anhanguera-Uniderp. E-mail: guedesneiva@gmail.com.

Link para o Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7358580565148346>

## Introdução

As Unidades de Conservação (UCs), representadas por Parques, Reservas Particulares do Patrimônio Natural, Estradas-Parque, Áreas de Proteção Ambiental, Reservas do Desenvolvimento Sustentável, entre outras, constituem uma das mais eficientes estratégias para a proteção da diversidade biológica brasileira. Essas áreas cumprem uma série de funções, e dentre essas, a regulação da qualidade de água para consumo, fertilidade dos solos, equilíbrio climático, manutenção da qualidade do ar, base para produção de medicamentos, áreas verdes para lazer, educação, cultura, ecoturismo e reflexão espiritual (FIGGIS, 2015; MARTINS, 2018; LANZAS, 2019). Com efeito, as UCs são espaços que têm relação direta com o conceito de ambientes restauradores (ULRICH, 1983). Isso ocorre em virtude de uma relação positiva com ambientes naturais que favorecem o bem-estar humano e podem propiciar a redução do estresse e os desgastes cotidianos

A hipótese da biofilia, criada por Wilson (1984), ressalta que o ser humano apresenta necessidades profundas de contato com a natureza. Isso ocorre em razão de uma necessidade biológica, visto que nossa composição genética se estruturou em função de convivência com ambientes naturais, e não em ambientes artificiais. Essa conexão com a natureza pode ser compreendida como uma condição primária e fundamental da nossa espécie (WILSON, 1984). Entretanto, alguns estudos apontam que nem sempre o laço genético é o suficiente. Todavia, requer algum aprendizado cultural e vivências relacionadas com a natureza para a otimização das tendências de biofilia (KELLERT, 2012).

O modo de vida, perspectivas e as ações da sociedade contemporânea, podem ter influenciado a maneira de se relacionar com a natureza, ampliando o distanciamento e perdas das relações com a natureza. A diminuição do contato com o ambiente natural pode ajudar a explicar a ligação entre urbanização e doença mental, estimulada por um padrão desadaptativo que aumenta a depressão e outros transtornos mentais (BRATMAN, *et al.* 2015).

Quando o ser humano não cultiva o contato com a natureza, é possível manifestar transtorno de déficit de natureza (LOUV, 2016), que pode estar relacionado às consequências negativas para a saúde, ocasionadas pela falta de relacionamento com ambientes naturais, para quem vive nos centros urbanos. Estar em sintonia com a natureza, além de proporcionar benefícios para a saúde do corpo, pode aumentar nossa sensibilidade quanto à importância de conservação e cuidados com o ambiente natural. Pressupõe-se que qualquer tipo de ligação estabelecida com a natureza, nas quais as pessoas possam estar engajadas, possibilitará o aprimoramento dos aspectos cognitivos (SCHERTZ; BERMAN, 2019), afetivos e socioculturais.

Com o advento da pandemia da COVID-19, o governo brasileiro tornou pública a Lei nº 13.979/2020, que dispõe sobre as medidas para o enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional, decorrente do novo coronavírus (MACÊDO *et al.*, 2020). A preocupação

desencadeada em consequência da COVID-19 tem implicado em problemas de saúde mental, acentuando instabilidades devido ao cenário mundial de fragilidade e incertezas (MACÊDO *et al.*, 2020; RAJKUMAR, 2020), dessa forma, o medo da pandemia reforça o estado de ansiedade como fonte da ameaça ao bem-estar coletivo e individual (FUREDI, 2013), e, na atualidade, a paranoia e o pânico (HO; CHEE; HO, 2020)

O contato com ambiente natural pode minimizar diferentes males emocionais e físicos que enfrentamos. Dessa feita, estudos científicos revelam que a exposição direta à natureza é essencial para a saúde física e emocional (VAN DEN BERG *et al.*, 2012; MOGHADAM, SINGH, YAHYA, 2015; LOUV, 2016; HUGHES *et al.*, 2019). Além disso, a vida ao ar livre é um dos melhores antídotos contra a intoxicação digital (BECKER *et al.*, 2019).

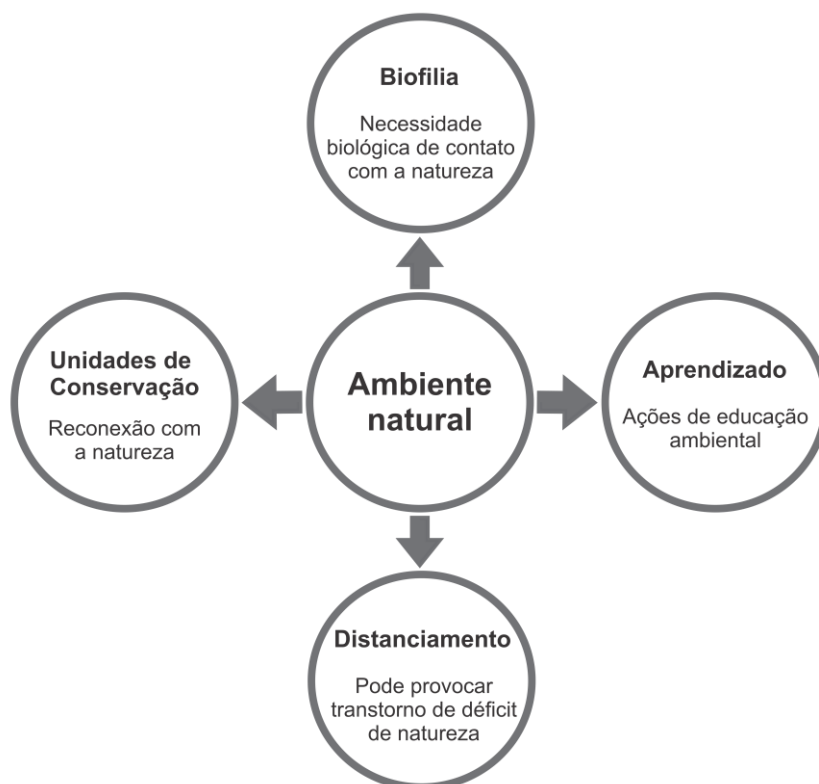
Dessa forma, a importância deste estudo consiste na função de que as Unidades de Conservação desempenham um papel importante como ambientes restauradores e produzem efeitos benéficos para o bem-estar humano, diante da necessidade de um novo “normal”, e, portanto, reconexão é a palavra-chave para quem busca a integração com o meio natural.

Esta pesquisa tem como objetivo analisar a importância das Unidades de Conservação como espaços de reconexão com a natureza e bem-estar humano, pós-COVID-19. Especificamente, identificar os benefícios do contato com o ambiente natural, destacar os efeitos restauradores das Unidades de Conservação para o bem-estar humano e relacionar práticas capazes de reconectar pessoas à natureza.

## Metodologia

Os procedimentos metodológicos que orientaram a elaboração desta pesquisa envolveram consultas em fontes especializadas sobre a temática e a fundamentação teórica referentes aos aspectos analisados. Ainda neste sentido, ocorreu a fase descritiva das características e dos fenômenos, a fim de classificar, explicar e interpretar os fatos, bem como, registrar, analisar e correlacionar sua relação com variáveis sociais, ambientais e bem-estar, com base em fontes de informação indiretas (pesquisa documental, bibliográfica e digital), para fim de justificar os temas envolvidos: áreas naturais, Unidades de Conservação, bem-estar humano, efeitos restauradores e conexão com a natureza, pós COVID-19.

Foram considerados aspectos apontados na hipótese da biofilia apresentada por Edward Wilson (1984); e no que foi proposto pelo ecologista social Stephen Kellert (2012), onde afirma que o ser humano necessita estabelecer um aprendizado com a natureza para intensificar a tendência de biofilia. Bem como, características sobre o transtorno de déficit de natureza, termo criado por Richard Louv (2016). Por essas razões foi elaborado um diagrama (Figura 1), com conceitos-chave desses estudos, e por permitir uma visão sintética e conjunta das inter-relações com o ambiente natural.



**Figura 1:** Diagrama das inter-relações com o ambiente natural.

**Fonte:** Elaborado pelos autores.

Além disso, foi realizado um levantamento por meio de um instrumento de coleta de dados, para uma amostra aleatória não probabilista ( $n=354$ ), nas diferentes regiões do território brasileiro. Com a finalidade de reunir dados sobre os ambientes nos quais as pessoas acreditam que são capazes de proporcionar sensação de bem-estar, após a pandemia da COVID-19.

## Resultados e Discussões

É apropriado sinalizar que a preocupação em consequência da COVID-19 tem intensificado problemas emocionais, situação que afetou as pessoas nos diferentes continentes do globo. Pois, o isolamento social forçado fez com que os casos de estresse e ansiedade mais que dobrassem (PANCANI *et al.*, 2020), e no Brasil não pôde ser diferente.

Nesse contexto, em um momento tão complexo ocasionado pela pandemia da COVID-19, quando diferentes pesquisas científicas sinalizam que o contato com a natureza oportuniza às pessoas diversos benefícios (Quadro 1), há uma compreensão de que as Unidades de Conservação, com cobertura significativa de parcela do território nacional, podem propiciar efeitos restauradores para o bem-estar humano.

**Quadro 1:** Benefícios proporcionados às pessoas pelo contato com a natureza.

<b>Descrição dos benefícios</b>	<b>Autores</b>
O envolvimento com o ambiente natural reforça nas pessoas a conexão e identidade afetiva sobre a proteção ambiental.	Hinds, Sparks (2007)
A conexão com a natureza pode ser considerada uma atitude baseada em valores.	Brügger, Kaiser, Roczen (2011)
Atividades na natureza proporcionam múltiplos benefícios para o bem-estar e restauração humana.	Keniger, Gaston, Irvine, Fuller (2013).
A natureza tem sido a fonte do bem-estar físico e psicológico da saúde humana, desde o início de sua existência.	Moghadam, Singh, Yahya (2015)
O contato com ambientes naturais é um remédio sem contraindicação, e a “Vitamina N de Natureza” é uma receita completa para se conectar com o poder e a alegria do mundo natural.	Louv (2016)
Observar os elementos da natureza pode proporcionar aumentos sustentados na conexão das pessoas com o ambiente natural à melhoria da saúde psicológica.	Richardson, Sheffield (2017)
A exposição aos ambientes naturais melhora o bem-estar, sugerindo que interagir com a natureza pode ser uma via pela qual os indivíduos podem alcançar e manter um duradouro senso de felicidade.	McMahan (2018)
O contato regular com a natureza melhora a saúde, comportamentos sociais ao longo da vida e promove o bem-estar emocional a longo prazo.	Hughes; Rogerson; Barton; Bragg, (2019)
O contato com a natureza ajuda a fomentar a criatividade, iniciativa, autoconfiança, capacidade de escolha e a tomar decisões e resolver problemas, que por sua vez, contribuem para o desenvolvimento de múltiplas linguagens e melhora a coordenação psicomotora.	Becker <i>et al</i> (2019)
A conectividade com a natureza favorece a espiritualidade, o bem-estar pessoal e o comportamento sustentável.	Navarro <i>et al</i> (2020).

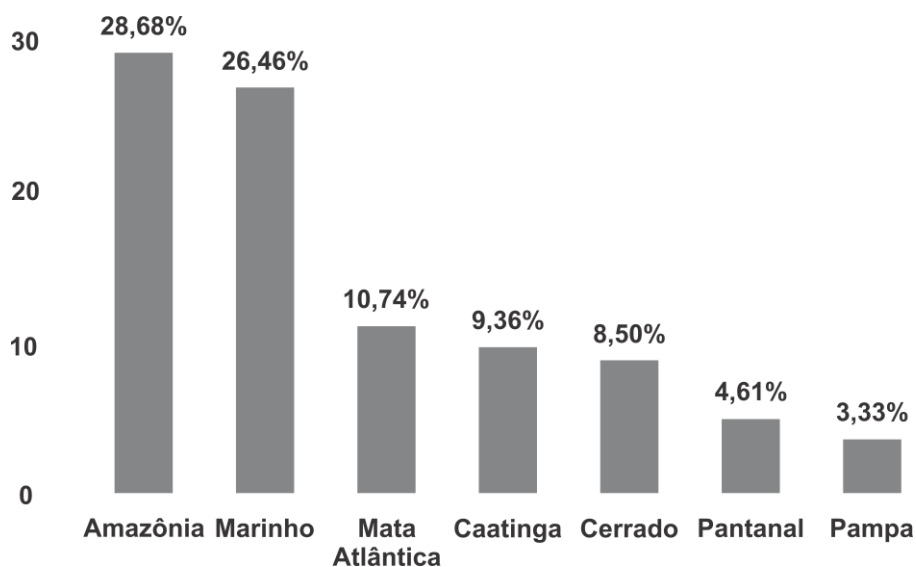
**Fonte:** elaborado pelos autores.

Ao levar em consideração os indicativos dos diferentes estudos relacionados aos benefícios facultados pelo contato com a natureza, no Quadro 1, percebe-se que esses benefícios são eficazes aos serem indicados para atenuarem muitos dos males que se expandiram nos últimos anos, e dentre estes, Becker *et al.* (2019) apontam o distanciamento da natureza; redução das áreas naturais; poluição ambiental; e a falta de segurança e qualidade dos espaços públicos ao ar livre, que nos levam – adultos, jovens e crianças – a passar a maior parte do tempo em ambientes fechados e isolados. Os mesmos autores mencionam que esse cenário traz um ônus elevado para o desenvolvimento saudável das crianças e adolescentes, e para a saúde do planeta. Portanto, ao intensificar o déficit de natureza surgem problemas físicos e mentais em todas as fases do desenvolvimento humano (LOUV, 2016).

Com o surgimento da COVID-19 muitas incertezas foram evidenciadas, e ao passo que as pessoas foram pressionadas a ficarem em casa, buscou-se no uso de tecnologias digitais respostas para as incertezas, alternativas para continuar trabalhando, atendimento médico e psicológico, entretenimento, acesso a alimentos, entre outros usos possíveis. Segundo Becker *et al.* (2019), essa imersão no mundo digital, exposição crescente à publicidade e conteúdos tóxicos, violentos ou inadequados, produzem efeitos na saúde física e mental, além da perda de contato com o mundo real e com as relações presenciais, sedentarismo, obesidade e outras consequências que ocasionam intoxicação digital a que todos estamos sujeitos.

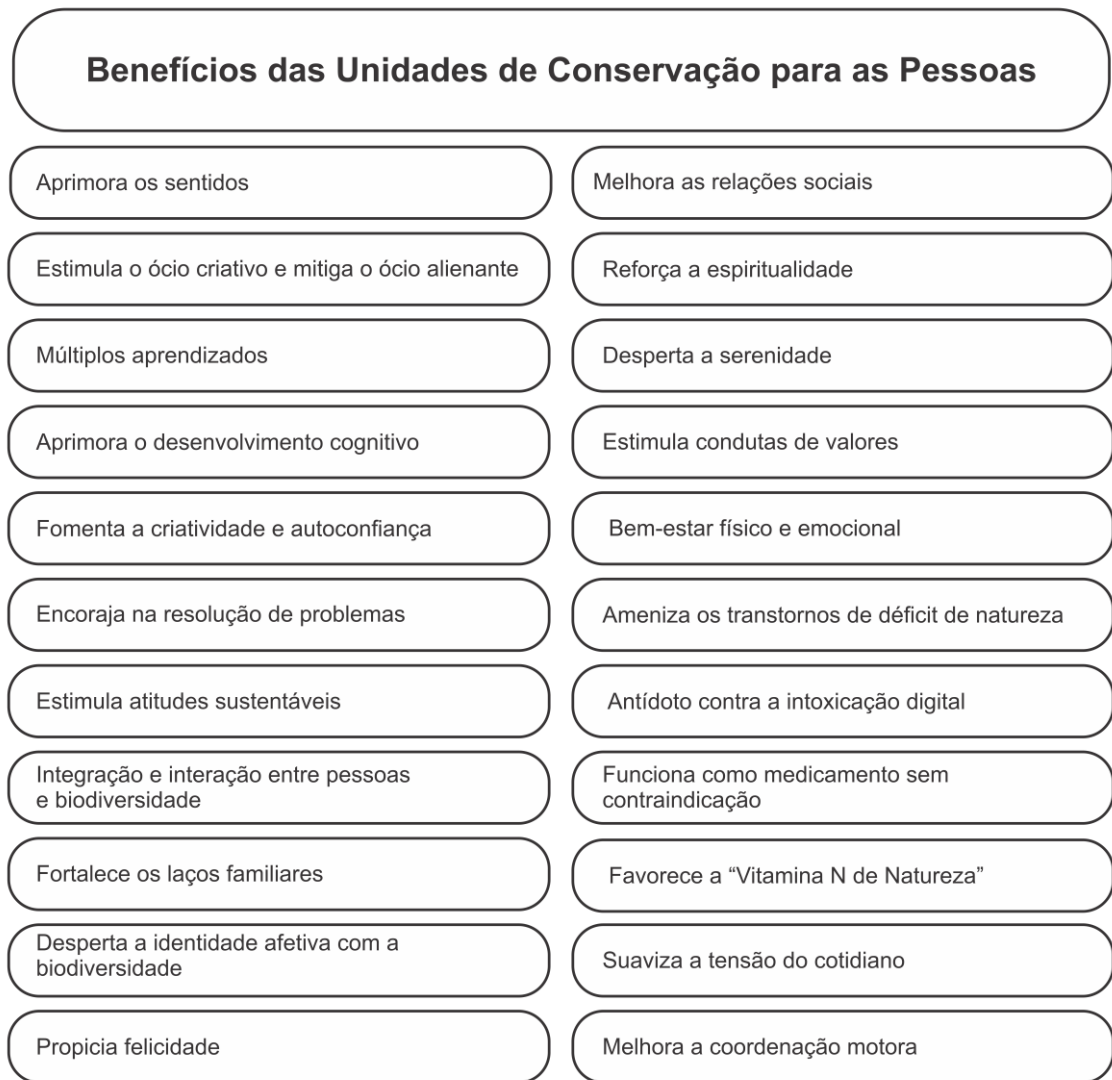
Ao considerar que as UCs são constituídas de belas paisagens, rica biodiversidade, e capazes de oportunizar às pessoas uma reconexão com a natureza, enfatiza-se que a visita nessas áreas pode amenizar os efeitos de ansiedade e o estresse desencadeados, próprios da pandemia da COVID-19. Isso se reforça, também, no que foi mencionado por Maretti *et al.* (2019), quando sinalizam que presença de UCs contribui significativamente para a qualidade de vida das populações, para a sua saúde física e mental, para recreação, além de proporcionar variações agradáveis de temperatura.

Em números, correspondem a 2.446 UCs representadas por distintas categorias distribuídas em todo o território nacional (CNUC, 2020), nos domínios morfoclimáticos brasileiros (Figura 2) e que representam diferentes possibilidades de contato com a natureza.



**Figura 2:** Percentual de UCs protegidas nos domínios morfoclimáticos brasileiros.  
**Fonte:** elaborado com base no CNUC (2020).

Assim, face à distribuição das UCs no território brasileiro, por sua variedade de ecossistemas e diversidade biológica, vale destacar que os benefícios fornecidos pelas Unidades de Conservação para o bem-estar humano podem ser contabilizados em múltiplos efeitos restauradores (Figura 3).



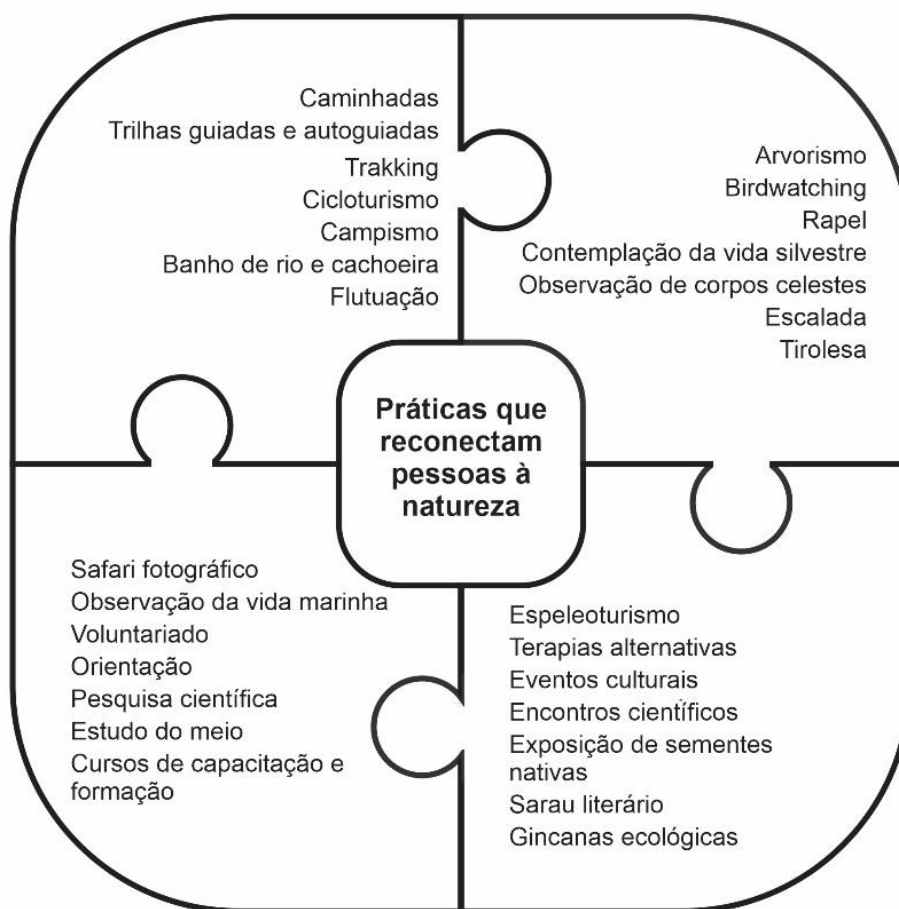
**Figura 3:** Benefícios das Unidades de Conservação para o bem-estar humano  
**Fonte:** elaborado com base em Louv (2016); Richardson; Sheffield (2017); McMahan (2018); Hughes *et al.* (2019); Becker *et al.* (2019).

As UCs são áreas-chaves para a contemplação da vida silvestre, lazer e recreação em contato com a natureza, além de serem espaços para atividades de Educação Ambiental que aproximam as pessoas da natureza. Desse modo, a Educação Ambiental pode ser um canal viável na compreensão a respeito do meio ambiente, haja vista que este meio engloba uma rede de relações, não apenas naturais, mas também sociais e culturais (CARVALHO, 2018), como resultantes de experiências restauradoras que provêm da inter-relação dos componentes físicos e sociais, caracterizados por diferentes dimensões afetivas (GRESSLER; GÜNTHER, 2013).

Esse contato com a natureza se caracteriza como um meio de intervenção nas atitudes comportamentais positivas das pessoas, de conexões

afetivas com a natureza, que proporcionam bem-estar psicológico ao usuário (HARTIG *et al.*, 1997; HINDS; SPARKS, 2008; LOUV, 2016; BERTO *et al.*, 2018; ROSA; PROFICE, 2018; ROSA; COLLADO, 2019), fatores que demonstram que, quando existem relações de proximidade com a natureza, melhora a qualidade de vida e condições de saúde para as pessoas. Por isso, é vital estabelecer conexão com elementos da natureza; e conservá-la faz parte do nosso instinto de sobrevivência (WILSON, 1984), haja vista que a natureza se sustenta perfeitamente sem o ser humano, mas o ser humano não vive sem a natureza, pois, ele é parte e depende exclusivamente dela.

Sendo assim, existem diversas práticas capazes de reconectarem pessoas aos ambientes naturais (Figura 4). Dentre estas, sinalizam:



**Figura 4:** Práticas que reconectam pessoas à natureza.

**Fonte:** elaborado pelos autores.

São diferentes atividades recreativas, educativas e de interpretação ambiental capazes de reconectarem as pessoas à natureza. Todavia, qualquer que seja a prática, é necessário incorporar ações de Educação Ambiental (WICK; SILVA, 2015). Tendo em vista que apenas a natureza vivida

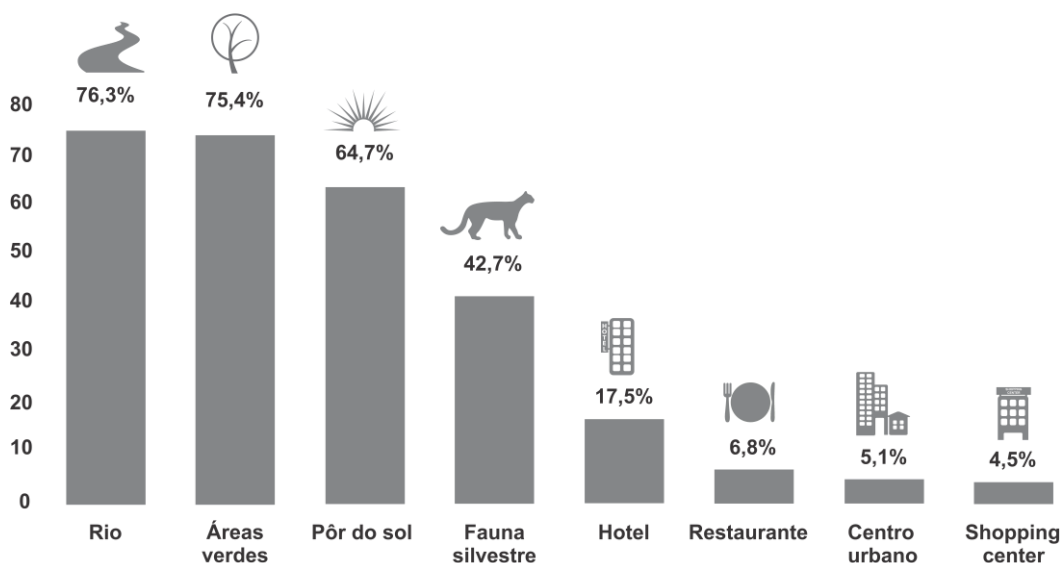


diretamente, não contribui para o pleno desenvolvimento psicossomático de uma consciência ambiental e, por isso, reitera a necessidade de atualização das tendências inatas biofílicas, diante da aprendizagem em contexto natural (KELLERT, 2012).

A Educação Ambiental é um componente chave nessa reconexão. Visto que, tem por princípios o enfoque humanista, holístico, democrático e participativo, e possibilita uma compreensão do meio ambiente em sua totalidade alicerçada na sustentabilidade, relações sociais e preocupação ecológica (BRASIL, 1999; CARVALHO, 2018). A Educação Ambiental é apta em viabilizar ações que fomentam vínculos afetivos com a natureza, além de ser um elo importante na conexão promissora entre a saúde humana e as áreas naturais.

As pessoas apresentam necessidades profundas de contato com a natureza (WILSON, 1984), e nessa perspectiva, ao aplicar um instrumento que possibilitasse reunir dados para uma melhor compreensão sobre quais os ambientes proporcionam bem-estar, foi constatado que os respondentes do presente estudo, em sua grande maioria optaram por ambientes naturais como espaços a serem frequentados após a pandemia do novo coronavírus e do estabelecimento de um novo “normal” na vida cotidiana.

A fim de compreender as preferências das pessoas em relações aos ambientes, foram agrupadas fotografias que pudessem retratar elementos que compõem os ambientes naturais e artificiais (Figura 5).



**Figura 5:** Elementos que compõem os ambientes naturais e artificiais.

**Fonte:** elaborado pelos autores.

Os ambientes naturais e seus elementos (paisagens, cachoeiras, montanhas, árvores, aves e outros animais livres na natureza) se destacaram com índice de 83,9%, como espaços capazes de proporcionarem sensação de bem-estar, após a pandemia da COVID-19. Enquanto o percentual indicado para os ambientes artificiais (shopping centers, lojas, centros comerciais, cafeterias, restaurantes, bares, parques de diversões, dentre outros) foi de 16,1%. Dentre as regiões brasileiras pesquisadas, foram obtidos os seguintes índices: Centro-Oeste - 56,5%; Nordeste - 17,8%, Sudeste - 11%; Sul - 7,6%; e Norte - 7,1%.

Os índices apresentados corroboram com o que foi apontado por Wilson (1984), na hipótese da biofilia, que as preferências humanas listadas e correspondentes aos elementos da natureza estão relacionadas a uma condição primária e fundamental de nossa espécie.

Além disso, foi identificado que 81,4% das pessoas conhecem algum tipo de Unidade de Conservação; e pós COVID-19, um índice de 93,8% pretendem visitar uma dessas áreas. Portanto, isso demonstra que as UCs são espaços apropriados para atenuarem os efeitos de ansiedade e estresse desencadeados pela pandemia da COVID-19, bem como, reconectar pessoas à natureza.

## **Conclusões**

Em virtude dos benefícios existentes nas Unidades de Conservação, constatou-se que essas áreas são significativamente importantes para o bem-estar humano e oportunas para reconexão das pessoas com a natureza, face à eventualidade da pandemia da COVID-19.

Os diversos benefícios sinalizados pela literatura mundial, tendo como temática o contato com a natureza, notabilizam os efeitos restauradores das UCs como espaços possíveis de amenizarem os males causados pela ansiedade e do estresse relacionados à pandemia.

Quanto às práticas capazes de reconectarem pessoas aos ambientes naturais, foi constatada uma variedade atividades benéficas. No entanto, vale ressaltar que a realização de qualquer atividade deve estar alicerçada nos princípios que regem a Educação Ambiental, entendida como um componente-chave nessa reconexão. Portanto, as Unidades de Conservação, compostas por singularidades, representam um guarda-chuva de possibilidades na reconecção possibilidades, sobretudo, aptas em reconectar pessoas à natureza. Por essas razões, sugere-se que:

Os gestores das diferentes categorias de Unidades de Conservação do Brasil façam um chamamento à sociedade e divulguem a importância dessas áreas que agregam valores sociais, econômicos e ambientais, além de oportunizarem o uso público e o turismo sustentável.

As Instituições educacionais, tanto da esfera pública, quanto da iniciativa privada, adotem continuamente essas áreas para as suas atividades práticas.

Aos diferentes atores do turismo que planejam atividades nas UCs, orienta-se vincular ações de Educação Ambiental adequadas aos objetivos de criação da área.

Para a sociedade, de modo geral, ao desejar saúde física e mental, visite uma Unidade de Conservação e estabeleça uma conexão com a natureza.

## Agradecimentos

Ao Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento Regional da Anhanguera-Uniderp; à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), visto que o presente trabalho foi realizado com apoio da concessão de bolsa de estudos.

## Referências

BRASIL. **Lei nº 9.795, de 27 de abril de 1999**. Dispõe sobre a Educação Ambiental, institui a Política Nacional de Educação Ambiental e dá outras providências. Brasília, DF: Senado, 1999. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/19795.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19795.htm)>. Acesso em: 13 jun. 2020.

BECKER, D.; SOLÉ, D.; TING, E.; EISENSTEIN, E.; MARTINS FILHO, J.; FLEURY, L.; SILVA, L. R.; BARROS, M. I. A.; GHELMAN, R.; WEFFORT, V. R. **S. Benefícios da Natureza no Desenvolvimento de Crianças e Adolescentes. Manual de Orientação**. São Paulo: Instituto Alana e Sociedade Brasileira de Pediatria, 2019. Disponível em: <[https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/manual\\_orientacao\\_sbp\\_cen\\_.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/manual_orientacao_sbp_cen_.pdf)>. Acesso em: 10 maio 2020.

BERTO, R.; BARBIERO, G.; BARBIERO, P.; SENES, G. An individual's connection to nature can affect perceived restorativeness of natural environments. Some observations about biophilia. **Behavioral Sciences**, v. 8, n.3, p. 34, 2018.

BRATMAN, G. N.; HAMILTON, J. P.; HAHN, K. S.; DAILY, G. C.; GROSS, J. J. Nature experience reduces rumination and subgenual prefrontal cortex activation. **Proceedings of the national academy of sciences**, v. 112, n. 28, p. 8567-8572, 2015.

BRÜGGER, A.; KAISER, F. G.; ROCZEN, N. Connectedness to nature, inclusion of nature, environmental identity, and implicit association with nature. **European Psychologist**, v. 16, p. 324– 333, 2011.

CARVALHO, I. C. M. **Educação Ambiental: a formação do sujeito ecológico**. São Paulo: Cortez, 2018.

CNUC. Cadastro Nacional de Unidades de Conservação. **Painel das Unidades de Conservação Brasileiras**. Disponível em: <<http://www.mma.gov.br/areas-protegidas/cadastro-nacional-de-ucs>>. Acesso em: 10 jun. 2020.

FIGGIS, P.; MACKEY, B.; FITZSIMONS, J.; IRVING, J.; CLARKE, P. **Valuing nature: protected areas and ecosystem services**. Australian Committee for IUCN: Sydney, NSW, 2015.

FUREDI, F. Para uma sociologia do medo. In: MENDES, J. M. O. (Coord.). **Risco, cidadania e Estado num mundo globalizado**. Coimbra: Contexto, CES – Centro de Estudos Sociais, 2013, p. 191-210.

GRESSLER, S. C.; GÜNTHER, I. A. Ambientes restauradores: definição, histórico, abordagens e pesquisas. **Estudos de Psicologia**, v. 18, n. 3, p. 487-495, 2013.

HARTIG, T.; KORPELA, K.; EVANS, G. W.; GÄRLING, T. A measure of restorative quality in environments. **Scandinavian housing and planning research**, v. 14, n. 4, p. 175-194, 1997.

HINDS, J.; SPARKS, P. Engaging with the natural environment: The role of affective connection and identity. **Journal of environmental psychology**, v. 28, n. 2, p. 109-120, 2008.

HO, C. SH; CHEE, C. Yi; HO, R. Cm. Mental health strategies to combat the psychological impact of COVID-19 beyond paranoia and panic. **Ann Acad Med**, v. 49, n. 1, p. 1-3, 2020.

HUGHES, J.; ROGERSON, M.; BARTON, J.; BRAGG, R. Age and connection to nature: when is engagement critical? **Frontiers in Ecology and the Environment**, v.17, n. 5, p. 265-269, 2019.

KELLERT, S. **Birthright: People and Nature in the Modern World**. Yale University Press, 2012.

KENIGER, L. E.; GASTON, K. J; IRVINE, K.N; FULLER, R. A. What are the Benefits of Interacting with Nature? **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Gland, v.10, p.913-935, 2013.

LANZAS, M.; HERMOSO, V.; DE-MIGUEL, S.; BOTA, G.; BROTONS, L. Designing a network of green infrastructure to enhance the conservation value of protected areas and maintain ecosystem services. **Science of the Total Environment**, v. 651, p. 541-550, 2019. Acesso em: 19 maio 2020.

LOUV, R. **Vitamin N: The essential guide to a nature-rich life**. Algonquin Books, 2016.

LOUV, R. **A última criança na natureza: resgatando nossas crianças do transtorno do deficit de natureza**. São Paulo: Aquariana; 2016.

Revbea, São Paulo, V. 15, Nº 4: 347-360, 2020.

MACÊDO, F. D. O. A.; LOPES, K. A. P.; LOPES, L. A. M. R.; DE FRANÇA CRUZ, R. Ações e experiências de terapeutas ocupacionais no contexto de pandemia da COVID-19/Occupational Therapists actions and experiences in the COVID-19 pandemic context. **Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional-REVISBRATO**, v. 4, n. 3, p. 318-333, 2020.

MARTINS, H. Humanos e não-humanos em ambientes partilhados: Notas introdutórias a uma antropologia das áreas protegidas. **Análise Social**, v. 1, n. 226, pp. 28-56, 2018.

MARETTI, C. C.; VON BEHR, M.; SOUZA, T. V. B.; MATOS SCARAMUZZA, C. A.; GUIMARÃES, E.; ELIAS, P. F.; DE BRITO, M. C. W. Ciudades y áreas protegidas en Brasil: Soluciones para el bienestar, la conservación de la naturaleza y la participación activa de la Sociedad. *In*: GUERRERO, E, F. **Voces Ciudades Sostenibles y Resilientes**. Bogotá: Ministério de Ambiente y Desarrollo Sostenible, 2019.

MCMAHAN, E. A. Happiness comes naturally: Engagement with nature as a route to positive subjective well-being. *In*: DIENER, E.; OISHI, S.; TAY, L. (Eds.), **Handbook of well-being**. Salt Lake City, UT: DEF Publishers, 2018.

MOGHADAM, D. M; SINGH, H. J; YAHYA, W. R. W. A Brief Discussion on Human/Nature Relationship. **International Journal of Humanities and Social Science**, v. 5, n. 6, p. 90-93, 2015

NAVARRO, O.; TAPIA-FONLLEM, C.; FRAIJO-SING, B.; ROUSSIAU, N.; ORTIZ-VALDEZ, A.; GUILLARD, M.; FLEURY-BAHI, G. Connectedness to nature and its relationship with spirituality, wellbeing and sustainable behaviour (Conectividad con la naturaleza y su relación con la espiritualidad, el bienestar y la conducta sustentable). **Psycology**, v.11, n. 1, p. 37-48, 2020.

PANCANI, L.; MARINUCCI, M.; AURELI, N.; RIVA, P. Forced social isolation and mental health: A study on 1006 Italians under COVID-19 quarantine. **PsyArXiv**, p. 1-21, 2020.

RAJKUMAR, R. P. COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. **Asian journal of psychiatry**, p.102066, 2020. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7151415/>>. Acesso em: 12 maio 2020.

RICHARDSON, M.; SHEFFIELD, D. Three good things in nature: Noticing nearby nature brings sustained increases in connection with nature/Tres cosas buenas de la naturaleza: Prestar atención a la naturaleza cercana produce incrementos prolongados en conexión con la naturaleza. **Psycology**, v. 8, n. 1, p. 1-32, 2017. >. Acesso em: 12 maio 2020.

ROSA, C. D.; COLLADO, S. Experiences in nature and environmental attitudes and behaviors: Setting the ground for future research. **Frontiers in psychology**, v. 10, p. 763, 2019.

ROSA, C. D.; PROFICE, C. C. Que tipo de Educação Ambiental e para quem? Fatores associados a atitudes e comportamentos ambientais. **Revista Brasileira de Educação Ambiental (RevBEA)**, v. 13, n. 1, p. 111-125, 2018.

SCHERTZ, K. E.; BERMAN, M. G. Understanding nature and its cognitive benefits. **Current Directions in Psychological Science**, v. 28, n. 5, p. 496-502, 2019.

ULRICH, R. S. Aesthetic and affective response to natural environment. In: ALTMAN, I.; WOHLWILL, J. F. (Orgs.), **Behavior and the Natural Environment**, v. 06, p. 85-120, Nova Iorque: Plenum, 1983.

VAN DEN BERG, A. E.; JOYE, Y.; DE VRIES, S. Health benefits of nature. In STEG, L.; VAN DEN BERG, A. E.; DE GROOT, J. I. M. (Eds.), **Environmental psychology: An introduction**. Oxford: BPS Blackwell, 2012. p. 47-56.

WICK, M. A. L.; SILVA, L. F. Unidades de Conservação e processos em Educação Ambiental. **Revista Brasileira de Educação Ambiental (RevBEA)**, v. 10, n. 1, p. 201-220, 2015.

WILSON, E. O. **Biophilia**. Boston: Harvard University Press, 1984. 157p.