

Diferenças entre os estilos de vida urbano e rural

Joel Le Blanc

Os estilos de vida rural e urbano variam de muitas formas e os indivíduos podem fazer uma escolha entre os dois baseados naquilo que conhecem de si mesmos e na qualidade de vida que apreciam.

Atividades de lazer variam bastante conforme o ambiente onde se mora, seja rural ou urbano. Em comunidades rurais, dependendo do país, há uma grande variedade de atividades ao ar livre que aproximam da natureza, como caminhar, cavalgar, acampar, nadar, explorar trilhas e praticar jardinagem. Em contraste, o ambiente urbano promove maiores oportunidades de negócios, entretenimento e cultura, como museus, galerias de arte, cinemas, cafés, restaurantes, clubes noturnos e shoppings.

As complexas demandas de viver em um ambiente urbano proporcionam estresse elevado nos indivíduos e afetam seu bem-estar emocional. Muitas pessoas acabam experimentando a solidão e o isolamento nas cidades grandes e as pesquisas mostram que estas sensações podem levar a problemas de saúde mental. Em um estudo publicado em "The British Journal of Psychiatry", em 2004, a Dr. Kristina Sundquit e seus parceiros descobriram que mulheres e homens residentes em ambientes urbanos apresentam maiores taxas de depressão e psicoses do que os moradores das áreas rurais. Os fatores mais importantes que tornam os habitantes da cidade grande mais suscetíveis à depressão são: morar sozinho, status de imigrante e nível educacional. Contatos sociais, suporte da comunidade e maior quantidade de amigos fazem do ambiente rural uma escolha melhor para evitar o estresse.

Há evidências que mostram que pessoas que moram nas áreas rurais são mais saudáveis e apresentam maior qualidade de vida do que aquelas que moram em ambientes urbanos. Em um estudo de larga escala produzido em "The Journal of Epidemiology and Community Health", em 2006, pelo Instituto de Pesquisa e Serviços de Saúde da Holanda, os pesquisadores descobriram que, quanto maior o contato com áreas verdes, melhor a saúde do indivíduo. Isto é mais perceptível em idosos e jovens, cuja saúde responde positivamente aos espaços verdes. Ambientes rurais proporcionam uma saúde melhor do que os urbanos, e os indivíduos preocupados com o seu bem-estar certamente se beneficiariam do estilo de vida rural.

Ao procurar por emprego, será mais difícil encontrar um em áreas rurais. A baixa diversidade da economia significa que haverá dificuldades para muitas pessoas encontrarem empregos, e elas muitas vezes se sentem obrigadas a mantê-los por falta de opção. Ainda que as taxas de pobreza sejam maiores nos centros urbanos do que na área rural, a pobreza nas áreas rurais é muito mais persistente. Além disso, é mais difícil para as minorias étnicas encontrarem serviço nas áreas rurais do que nas urbanas.

Uma das maiores razões para as pessoas deixarem o ambiente rural, além da falta de emprego, é a procura pela educação fornecida em instituições terciárias. Todos os anos, milhares de jovens saem de cidades pequenas e rurais para morar em centros urbanos, frequentar faculdades e universidades. Alguns centros urbanos menores abrigam faculdades que oferecem educação superior e a educação a distância oferece aos estudantes a chance de morar em áreas rurais enquanto estudam. Entretanto, as cidades frequentemente oferecem uma quantidade muito maior de cursos e oportunidades de estudo e de avanços na carreira.

Disponível em http://www.ehow.com.br/diferencas-entre-estilos-vida-urbano-rural-info_33144/