



Les effets du stress environnemental sur la santé mentale des populations urbaines de Yamoussoukro

KOUASSI Bomilabie Zita Cosette
Département des Sciences du Langage
et de la Communication
Université Alassane Ouattara
Bouaké - Côte d'Ivoire
cosettezita@gmail.com

Résumé :

un environnement de vie malsain, caractérisé par la pollution et une gestion inadéquate des ordures, à des conséquences négatives pour la santé mentale et physique des populations. Le stress écologique, lié à la dégradation des espaces naturels, affecte la qualité de vie dans les zones urbaines. Une conception urbaine inadéquate peut également exacerber les niveaux de stress chez les populations. La présente étude vise à analyser la manière dont le stress environnemental affecte la santé mentale des populations urbaines et propose des solutions pour une gestion améliorée des espaces urbains, en se basant sur la théorie de l'écologie urbaine. L'analyse mettra en lumière les corrélations entre les conditions défavorables et les problèmes psychologiques, tout en soulignant l'importance des projets d'aménagement urbain. Pour conclure, des conseils pratiques visant à optimiser la gestion des espaces urbains pourraient atténuer le stress environnemental et favoriser la santé mentale des collectivités.

Mots-clés : *Stress environnemental- Santé mentale- Populations urbaines*

The effects of environmental stress on the mental health of urban populations in Yamoussoukro

Abstract :

An unhealthy living environment, characterized by pollution and inadequate waste management, has negative consequences for the mental and physical health of populations. Ecological stress, related to the degradation of natural spaces, affects the quality of life in urban areas. Poor urban design can also exacerbate stress levels among populations. This study aims to analyze how environmental stress impacts the mental health of urban populations and proposes solutions for improved management of urban spaces, based on urban ecology theory. The analysis will highlight the correlations between unfavorable conditions and psychological issues, while emphasizing the importance of urban planning projects. In conclusion, practical advice aimed at optimizing the management of urban spaces could mitigate environmental stress and promote the mental health of communities.

Keywords: *Environmental stress - Mental health - Urban populations*



Introduction

Les besoins psychosociaux et en santé mentale, communément ignorés comparativement aux besoins physiques, sont tout aussi pressants et sérieux. Les troubles de santé mentale constituent l'une des principales causes d'invalidité dans le monde, touchant d'innombrables individus, entre autres les jeunes adultes en période de transition vers de nouvelles charges. Ces fluctuations peuvent engendrer des complications telles que la dépression, l'anxiété et des pensées suicidaires. En effet, l'environnement urbain exerce une influence considérable sur la santé psychique des individus. Ce phénomène est particulièrement prégnant dans les pays émergents où les facteurs de stress s'intensifient. Face à la complexification croissante des écosystèmes urbains, il devient impératif d'appréhender les dimensions psychologiques spécifiques liées à la vie en ville. Le milieu urbain joue un rôle critique dans la santé mentale. La pollution atmosphérique est liée à des difficultés respiratoires et cardiovasculaires, et son impact sur la santé mentale est tout aussi alarmant. La carence d'espaces verts accroît le stress et l'anxiété, alors que le bruit permanent perturbe le sommeil et intensifie les niveaux de stress. De plus, les conditions de vie précaires et l'isolement social aggravent ces risques et les inégalités d'accès aux soins restreignent les possibilités de traitement. La santé mentale revêt une importance capitale dans le milieu urbain. Elle constitue un élément fondamental tant pour l'épanouissement personnel des citoyens que pour l'équilibre collectif de la communauté. Cette étude vise à explorer le lien entre l'environnement urbain et la santé

mentale. De ce fait, nous sommes amenés à nous poser la question suivante : comment l'environnement urbain influence-t-il l'équilibre psychologique des populations dans les zones surpeuplées? Il est à supposer que les conditions environnementales, telles que la pollution atmosphérique et l'insuffisance d'espaces naturels, aggravent les troubles psychologiques parmi la population urbaine. Cet article comprendra une section dédiée à la fois à un état des lieux de la santé mentale en milieu urbain et à une analyse des facteurs environnementaux, suivie d'une partie consacrée à la méthodologie. Enfin, nous présenterons les résultats d'enquête et leurs interprétations.

1. Santé mentale et environnement urbain : interactions, enjeux et stratégies de communication pour un bien-être collectif

1.1. État des connaissances actuelles sur les troubles de santé mentale

La santé mentale représente l'équilibre entre le bien-être émotionnel, psychologique et social d'une personne. Un état optimal permet à l'individu de s'épanouir et de dépasser les défis quotidiens. Cette stabilité peut fluctuer au fil du temps, selon les périodes de la vie, les obstacles rencontrés et l'aptitude de l'individu à y faire face. Des événements de la vie peuvent à la fois consolider et déstabiliser cet équilibre. En vrai, tout comme le corps humain peut souffrir de maladies, l'esprit peut aussi être affecté par divers troubles, illustrant ainsi la vulnérabilité de notre équilibre global. Certaines conditions sont de courte durée et relativement simples à traiter, tandis que d'autres peuvent devenir chroniques. Il est primordial de souligner qu'un problème de santé mentale ne constitue pas un obstacle à mener une vie



Soumission : 27/05/2025 Acceptation : 05/07/2025 Publication : 15/07/2025

équilibrée et satisfaisante. En effet, cela dépend de la sévérité de la condition et des mesures prises pour y remédier. La souffrance psychologique est si délicate qu'elle mérite une attention particulière. La santé mentale influence tous les aspects de la vie, affectant les comportements personnels et les interactions sociales. Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS, 2001, p.24) : « la santé mentale est un état de bien-être dans lequel un individu est conscient de ses propres capacités, peut faire face aux stress normaux de la vie, peut travailler de manière productive et fructueuse, et est en mesure de contribuer à sa communauté. » Puisqu'elle est prépondérante pour le bien-être collectif, la santé mentale peut être influencée par maints facteurs, incluant les éléments socio-économiques, biologiques et environnementaux. Voici un aperçu des principaux troubles de santé mentale selon le Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5), publié par l'American Psychiatric Association (2013) :

Dépression : état prolongé de tristesse, de perte d'intérêt et de plaisir, associé à des symptômes tels que la fatigue, les troubles du sommeil et les changements d'appétit. Elle survient presque quotidiennement et entrave les activités habituelles, entraînant une souffrance significative. Selon l'OMS, parmi les causes majeures figurent les abus sexuels pendant l'enfance, le harcèlement, les guerres et les crises climatiques.

Anxiété : trouble caractérisé par une inquiétude excessive et persistante, souvent accompagné de symptômes physiques comme la tension musculaire, les palpitations et les troubles de la concentration. C'est une réaction normale

que tout le monde peut ressentir face à diverses situations de la vie.

Trouble bipolaire : trouble d'humeur marqué par des vacillements extrêmes, avec des épisodes de dépression alternant avec des périodes de manie ou d'hypomanie, entraînant des transitions de l'euphorie à une tristesse profonde.

Schizophrénie : trouble mental grave qui affecte la pensée, les émotions et le comportement, pouvant inclure les hallucinations, les délires et les pensées désorganisées.

Trouble obsessionnel-compulsif (TOC) : caractérisé par des pensées intrusives (obsessions) et des comportements répétitifs (compulsions) que l'individu ressent l'obligation d'accomplir pour réduire son anxiété. Les obsessions peuvent inclure des peurs de scènes violentes ou le désir de nuire à autrui.

Troubles de la personnalité : se définissent par des comportements et des sentiments rigides et durables entraînant un dysfonctionnement et une souffrance. Par exemple, le trouble de la personnalité limite affecte l'image de soi, les émotions et les relations interpersonnelles. Les personnes atteintes sont sensibles au rejet, craignent l'abandon et présentent une instabilité émotionnelle. Ces troubles peuvent mener à des comportements impulsifs et autodestructeurs, y compris des pensées suicidaires.

Troubles alimentaires : englobe des conditions telles que l'anorexie mentale et la boulimie, caractérisées par des comportements alimentaires perturbés et une préoccupation excessive pour le poids et l'image corporelle.

Trouble de l'adaptation : trouble mental caractérisé par des symptômes émotionnels ou comportementaux en réponse à un ou plusieurs facteurs de stress identifiables.



Soumission : 27/05/2025 Acceptation : 05/07/2025 Publication : 15/07/2025

Trouble panique : caractérisé par des attaques de panique récurrentes et inattendues, marquées par un sentiment de peur et des symptômes physiques tels que tremblements, palpitations, souffle coupé, étourdissements, inconfort abdominal et nausées.

Phobies spécifiques : peur persistante, anormale et irrationnelle d'une chose ou d'une situation spécifique, entraînant un évitement malgré la conscience que cela n'est pas dangereux. Cette peur provoque une souffrance significative et affecte le fonctionnement de la personne.

Troubles de stress post-traumatique : émergent suite à un ou plusieurs événements traumatiques, se caractérisant par des symptômes tels que revivre le traumatisme par des cauchemars ou des flashbacks, évitement des indices rappelant le traumatisme, pensées et émotions négatives, ainsi qu'une altération de l'éveil et de la réactivité, manifestée par irritabilité, sursauts et hypervigilance.

Trouble du déficit de l'attention : ce trouble peut se manifester avec ou sans hyperactivité. Il se caractérise par un mode persistant d'inattention ou d'hyperactivité-impulsivité qui interfère avec le fonctionnement quotidien. L'inattention se manifeste par une distractibilité, des oublis fréquents et des difficultés à maintenir l'attention. L'hyperactivité se traduit par une agitation et une volubilité accrues, tandis que l'impulsivité se manifeste par des actions précipitées sans réflexion préalable. Pour être diagnostiquées, ces manifestations doivent être observées dans deux milieux différents.

L'Organisation mondiale de la santé (2022) estime qu'environ une personne sur quatre sera affectée par un trouble mental au cours de sa vie. Approximativement 450

millions de personnes dans le monde souffrent d'un trouble mental, ce qui en fait un problème de santé publique majeur.

1.2. Liens entre environnement urbain, santé physique et mentale

La pollution de l'air est l'un des enjeux majeurs des villes modernes. Les émissions des véhicules et des industries sont liées à divers problèmes de santé, notamment les maladies respiratoires et cardiovasculaires. En outre, l'environnement urbain impacte de même la santé mentale. Le bruit, la circulation dense et la surpopulation peuvent générer stress et anxiété, tandis que des communautés fragmentées favorisent l'isolement social, exacerbant les problèmes de santé mentale. La gestion des ordures est un élément fondamental de l'infrastructure urbaine, influençant tant la santé physique que mentale. Un environnement propre promeut un sentiment de sécurité et de bien-être, alors qu'une accumulation de déchets suscite dégoût et anxiété. Au contraire, un environnement insalubre augmente le risque de maladies infectieuses et génère un stress important chez les populations. Selon Howard Frumkin (2004), une gestion inadéquate des déchets détériore l'environnement et intensifie les problèmes mentaux comme le stress et l'anxiété. Les conséquences économiques de ces problèmes sont aussi significatives, avec des coûts élevés qui pèsent sur les budgets des collectivités, affectant la qualité de vie des résidents, notamment dans les quartiers défavorisés. Matthew Desmond (2016) évoque comment les inégalités économiques se manifestent dans l'accès aux services de base, y compris la gestion des déchets. Les communautés marginalisées, souvent dépourvues de ressources, souffrent d'une qualité de vie dégradée, impactant leur santé mentale.



Soumission : 27/05/2025 Acceptation : 05/07/2025 Publication : 15/07/2025

En somme, les liens entre l'environnement urbain et la santé physique et mentale sont complexes. Cela souligne l'importance d'une planification urbaine réfléchie, visant à améliorer le bien-être des populations et à construire des villes plus saines et inclusives.

1.3. Impact des espaces verts sur le bien-être

L'impact psychologique d'un environnement propre est indéniable. Une communauté sans déchets devient plus agréable à vivre. Les espaces publics dégagés favorisent des interactions sociales positives et incitent les résidents à passer du temps à l'extérieur, ce qui est bénéfique pour leur santé mentale. À l'inverse, des rues encombrées de déchets peuvent créer un sentiment d'insécurité, affectant le moral des habitants. Pour Richard Florida (2002) la qualité de l'environnement urbain est cruciale pour attirer des talents et dynamiser la créativité. Un cadre de vie agréable contribue à une atmosphère propice à l'innovation. L'accès à des espaces récréatifs et naturels est essentiel pour atténuer les effets négatifs. Des études montrent que les personnes vivant à proximité d'espaces verts sont généralement plus actives et ressentent un bien-être émotionnel supérieur. Frances Kuo (2003) met en avant l'importance des espaces verts pour la santé des citoyens. De plus, une étude menée par Richard Mitchell et Frank Popham (2008) met en évidence le lien entre l'exposition à des environnements naturels et la réduction des inégalités en matière de santé. Le sentiment d'implication communautaire joue un rôle crucial dans la gestion des ordures. Lorsque les citoyens participent à des initiatives locales de nettoyage et de recyclage, cela renforce leur sentiment d'appartenance. Cette participation favorise

les interactions sociales, ce qui est bénéfique pour la santé mentale. Robert Putnam (2000), souligne la portée du capital social des communautés engagées dans des actions collectives, comme le nettoyage, privilégiant des relations sociales solides, essentielles pour le bien-être mental. Les espaces verts permettent aux citoyens de se détendre et de se reconnecter avec la nature, réduisant ainsi les symptômes de dépression et améliorant l'humeur. Selon Mokhtar Khamis (2020), les espaces verts jouent un rôle prépondérant dans le maintien de l'équilibre psychologique des populations des villes africaines. Enfin, l'esthétique urbaine joue un rôle clé dans la qualité de vie. Un environnement attrayant contribue à un sentiment de bien-être et de satisfaction. Éric Charmes (2018) met en évidence l'influence des environnements urbains sur la santé mentale des hommes. Des recherches menées par Chikozho et Moyo (2015) montrent que l'intégration d'éléments culturels et esthétiques dans l'urbanisme renforce le sentiment d'appartenance dans les communautés urbaines africaines.

1.4. Études antérieures pertinentes

Diverses études ont prouvé l'impact significatif du stress environnemental sur la santé mentale. Ainsi, la pollution atmosphérique est responsable de l'augmentation des troubles anxieux et dépressifs, car elle est dévastatrice pour le système nerveux central. Le bruit constant de la vie urbaine réduit la qualité du sommeil et intensifie le stress ; en tant que tel, il est responsable de la dégradation cognitive. De plus, un accès limité aux espaces verts est associé à une augmentation de l'anxiété, tandis que des conditions de logement difficiles telles que la surpopulation engendrent du stress mental. Plus récemment, le changement



Soumission : 27/05/2025 Acceptation : 05/07/2025 Publication : 15/07/2025

climatique a aggravé la situation en imposant des pressions supplémentaires aux personnes vulnérables via des événements météorologiques extrêmes. Selon Gérard Lévy (2003), ces facteurs environnementaux doivent être intégrés dans la planification urbaine pour promouvoir le bien-être des citoyens. Lévy met en relief la nécessité de saisir comment les facteurs de stress environnementaux affectent le comportement et la santé psychique des personnes en milieu urbain.

1.5. Apport de la communication environnementale

La communication environnementale, responsable ou durable, est celle qui promeut des arguments pour protéger l'environnement. Selon Meisner (2015), La communication environnementale désigne l'ensemble des actions informatives et persuasives relatives à l'environnement, déployées par divers acteurs à l'intention du public, afin de sensibiliser aux enjeux écologiques. Elle constitue à la fois un champ de recherche et un espace de pratique qui s'attaque à la crise socio écologique. Son but est d'analyser le rôle et l'influence de la communication dans les problématiques environnementales. La communication environnementale est très précise : il s'agit de communiquer sur des actes pouvant porter atteinte à l'environnement, en utilisant diverses méthodes et théories. Elle permet de sensibiliser la population sur nos comportements quotidiens qui dégradent notre cadre de vie et la nature en général, afin de favoriser une prise de conscience et un engagement en faveur de comportements durables. Elle encourage aussi les écogestes. Plus la population est informée sur ce domaine et ses dangers, plus elle prendra soin de la nature et adoptera

de bons comportements en matière de gestion de l'environnement. C'est en cela que Milstein (2009, p.345) affirme : « La communication environnementale ne reflète pas simplement les relations entre les humains et l'environnement ; elle construit, produit et neutralise ces relations. »

1.6. Rôle de la communication dans la sensibilisation sur la santé mentale

La sensibilisation à la santé mentale vise à comprendre et à reconnaître l'importance de notre bien-être psychologique. Elle consiste à prendre conscience de l'impact que les maladies mentales peuvent avoir sur les individus et sur la société. Son objectif est de briser la stigmatisation entourant les problèmes de santé mentale en encourageant des discussions ouvertes, tout en réduisant la honte et le jugement.

En promouvant la connaissance des différents troubles de santé mentale et de leurs symptômes, cette sensibilisation permet aux personnes de reconnaître les signes chez elles ou chez autrui, ce qui favorise une intervention précoce et un traitement approprié. Elle incite également l'empathie et la compréhension envers ceux qui luttent pour leur bien-être mental, créant ainsi un environnement plus inclusif pour tous.

1.7. Stratégies de communication en promotion des espaces verts

Les stratégies de communication sont nombreuses et variées. Il est essentiel d'adapter une stratégie spécifique à chaque tranche d'âge. Par l'entremise des anciens et des nouveaux médias, il est crucial de promouvoir les bonnes



Soumission : 27/05/2025 Acceptation : 05/07/2025 Publication : 15/07/2025

pratiques. L'organisation de journées pour un environnement propre et de campagnes de sensibilisation, en utilisant les NTIC, permet de toucher un large public. Il est également efficace de faire du porte-à-porte pour ces campagnes et d'associer les responsables locaux et les guides religieux. Les annonces peuvent être diffusées à la fin des cultes, que ce soit lors de messes ou de prières du vendredi pour les musulmans, par l'intermédiaire des imams. Des t-shirts peuvent être créés, et il est important de s'engager avec les écoles en réalisant de petits films avec des blogueurs et des créateurs de contenu. Il est primordial d'impliquer la population générale et les femmes en particulier. Pour toucher les plus jeunes, il faut utiliser des livres illustrés et des dessins animés. Enfin, l'utilisation de tambours parlants en langues locales dans les différentes localités peut renforcer l'impact des messages. Nous ne saurions passer sous silence que l'engagement communautaire est très important dans ce genre de situation. En effet, par son biais, des groupes locaux reçoivent de l'assistance pour définir et exprimer leurs besoins, agir collectivement pour les satisfaire et atteindre des objectifs communs. Il implique la participation d'un grand nombre de personnes à un but social. La population doit prendre en compte l'envergure des règles d'hygiène et les appliquer pour améliorer leur cadre de vie. Chaque individu doit s'engager à créer un environnement propre et sain, contribuant ainsi au bien-être de leur santé mentale.

2. Méthodologie

Nos investigations se dérouleront dans la ville de Yamoussoukro. Celles-ci se feront par l'entremise de

l'observation participante et du questionnaire pour recueillir des données sur les expériences des populations et évaluer l'impact de l'environnement sur leur santé mentale. Nous considérons un échantillon de vingt et un (21) participants. Avant tout, il convient d'obtenir le consentement éclairé des participants et de veiller à la protection de leurs données personnelles. Cette démarche est cruciale pour instaurer un climat de confiance et garantir la transparence de notre étude. Nous veillons à conduire l'étude de manière appropriée et respectueuse. Les données recueillies seront analysées à l'aide d'une approche qualitative. Cette approche intégrée nous aidera à mieux comprendre l'impact de l'environnement sur la santé mentale des participants.

2.1. L'observation participante

L'observation participante est une méthode essentielle permettant d'interagir avec une communauté tout en observant ses comportements. Pour Gauthy-sinechal et Vandercamen (2010), elle fournit des résultats crédibles sans altérer les comportements. Dans notre étude, cette approche facilite l'identification des facteurs de stress et la collecte de témoignages sur les stratégies d'adaptation des populations.

2.2. Le questionnaire

Le questionnaire consiste à soumettre une série de questions à l'enquêté, qui se charge de cocher les réponses relatives à sa réalité. Cette méthode permet de répertorier les préoccupations liées au sujet de recherche. Selon Ghiglione et Matalon (1978), le questionnaire constitue un instrument méthodologique de recueil de données permettant d'acquérir des informations auprès d'un échantillon de population.



2.3. Contexte et cadre de l'étude

La collecte portera sur différents types de données. Les informations démographiques comprendront l'âge des participants, leur genre et leur statut socio-économique. Lequel inclut le niveau académique, la situation professionnelle. Les données sur la santé mentale évaluent les niveaux de stress, d'anxiété et de dépression au moyen de questions standardisées, mesurant aussi le bien-être psychologique et la satisfaction de vie. Les données environnementales incluent l'évaluation de la qualité de l'air et l'enregistrement des niveaux de bruit. Les données sur l'accès aux espaces verts renseignent sur la distance et la disponibilité des parcs et des lieux de loisirs. Les données comportementales se réfèrent aux stratégies d'adaptation employées par les participants pour faire face au stress environnemental et à la fréquence d'utilisation des espaces publics, indiquant la fréquence à laquelle la population cible fréquente les espaces verts. Enfin, les données qualitatives comprennent des témoignages et des récits personnels qui reflètent les expériences des participants, ainsi que des observations sur leurs comportements dans leur environnement.

3. Résultats et discussion

3.1. Âge et genre des participants

Tableau 1 : Répartition par Âge et Genre des Participants

Catégorie	Groupes d'âge	Pourcentage (%)	Genre	Pourcentage (%)
Âge	18 à 20 ans	4,8	Masculin	52,4
	26 à 35	42,9	Féminin	47,6

	ans			
	35 ans et plus	52,4		
Total		100		100

La légère prédominance masculine indique une majorité relative, bien que l'écart entre les deux groupes soit minime. Avec seulement 1,6 % de différence, la répartition est presque équilibrée, enrichissant les perspectives et les expériences partagées dans l'étude. La quasi-égalité de la représentation des genres suggère que les résultats pourraient offrir un aperçu diversifié des opinions sur le thème.

3.2. Répartition par profession

Tableau 2: Répartition par profession des enquêtés

Profession	Pourcentage (%)
Étudiants	38,1
Employés	28,6
Retraités	9,5
Commerçants	4,8
Livreurs	4,8
Menuisiers	4,8
Coiffeurs	4,8
Total	100

Étant donné que la majorité des répondants se compose d'étudiants et d'employés, cela pourrait influencer les perceptions et les expériences relatives à la santé mentale ainsi qu'à l'environnement urbain. L'inclusion de divers groupes professionnels enrichit les résultats de l'étude et



Soumission : 27/05/2025 Acceptation : 05/07/2025 Publication : 15/07/2025

offre une vue d'ensemble des impacts de ces facteurs sur différentes populations.

3.3. Données sur le niveau d'éducation

Tableau 3 : répartition par niveau d'éducation des participants

Niveau d'éducation	Pourcentage (%)
Primaire	19,0
Secondaire	23,8
Supérieure	57,1
Total	100

La prépondérance des titulaires d'un diplôme supérieur indique un intérêt potentiel accru pour le thème, souvent lié à des préoccupations sociétales et de santé. En revanche, les niveaux d'éducation secondaire et primaire sont moins représentés, suggérant une homogénéité au sein de l'échantillon, qui pourrait être biaisée au bénéfice de participants ayant un accès privilégié à l'information et aux ressources. La forte représentation des individus possédant un niveau d'éducation supérieur pourrait influencer les résultats de l'étude, reflétant des perspectives et des préoccupations susceptibles de diverger de celles des populations moins éduquées.

3.4. Évaluation du niveau de stress actuel

Tableau 4 : niveau de stress des participants

Niveau de stress	Pourcentage (%)
Stress faible (< 10)	33,3
Stress modéré (> 10)	23,8
Stress très élevé	42,9
Total	100

Bien que certains participants se jugent peu stressés, un nombre significatif d'entre eux ressentent un stress modéré à élevé. Ces résultats révèlent une prévalence manifeste des niveaux de stress élevés parmi les répondants.

3.5. Diagnostic de troubles de santé mentale

Tableau 5 : diagnostics de troubles de santé mentale

Diagnostic de trouble de santé mentale	Pourcentage (%)
Diagnostiqués avec un trouble	52,4
Non diagnostiqués, mais incertains	47,6
Total	100

Les résultats révèlent une prévalence notable de troubles de santé mentale parmi les participants, accompagnée d'une incertitude chez ceux qui n'ont pas consulté de médecins.



3.6. Analyse du lien entre stress environnemental et santé mentale

Tableau 6 : Répartition des symptômes psychologiques signalés par les participants

Symptôme de santé mentale	Pourcentage (%)
Symptômes d'anxiété	33,3
Symptômes dépressifs	9,5
Niveaux de stress élevés	19,0
Aucun trouble mental	33,3
Pas de réponse	4,9
Total	100

Les résultats révèlent une forte prévalence de troubles psychologiques, aggravés par des conditions environnementales défavorables, nécessitant une approche intégrée pour le bien-être. Les personnes sans troubles mentaux pourraient démontrer une résilience face au stress. Néanmoins, certains participants pourraient ignorer leurs symptômes ou hésiter à les reconnaître, ce qui restreint l'accès à un soutien approprié. De plus, une minorité a choisi de ne pas répondre, ce qui suggère une réticence à aborder la santé mentale, souvent stigmatisée.

3.7. Évaluation de la qualité de l'air dans votre quartier

Tableau 7: Perception de la qualité atmosphérique par les participants

Évaluation de la qualité de l'air	Pourcentage (%)
Mauvaise	57,1
Moyenne	28,6
Bonne	14,3
Total	100

Plus de la moitié des participants expriment une préoccupation générale au sujet de la pollution de l'air, citant le trafic, les industries locales et le manque d'espaces verts. Ceux qui évaluent la qualité de l'air comme moyenne reconnaissent des problèmes sans les juger critiques, suggérant une résilience face aux défis environnementaux. En revanche, un faible pourcentage considère la qualité de l'air comme bonne. Les résultats indiquent ainsi une perception majoritairement négative de la qualité de l'air.

3.8. Impact des nuisances sonores

Tableau 8 : Niveau d'exposition sonore chez les participants à l'enquête

Exposition au bruit	Pourcentage (%)
Souvent	76,2
Parfois	9,5
Rarement	14,3
Total	100



Soumission : 27/05/2025 Acceptation : 05/07/2025 Publication : 15/07/2025

La majorité des participants perçoivent le bruit comme un problème majeur, souvent lié au trafic et aux activités locales. Certains participants mentionnent des expositions ponctuelles, ce qui suggère qu'ils vivent dans des zones moins impactées par le bruit. Ceux qui signalent une exposition rare peuvent bénéficier d'un meilleur isolement acoustique.

3.9. Accessibilité des espaces verts

Tableau 9 : accessibilité aux espaces verts

Accès aux espaces verts	Pourcentage (%)
Accès présent	19
Pas d'accès	81
Total	100

La majorité des participants signale un accès limité aux espaces verts, ce qui peut indiquer un manque d'infrastructures récréatives et de zones de détente. Ceci n'est pas sans conséquence sur la qualité de vie des résidents. Toutefois, le pourcentage des personnes ayant un accès aux espaces verts est faible. Cela souligne un besoin urgent d'amélioration dans l'aménagement urbain.

3.10. Stratégies de gestion du stress environnemental

Tableau 10 : Sélection d'activités de gestion du stress environnemental par les participants

Activité	Pourcentage (%)
Exercice	4,8
Méditation	14,3
Aucune activité	9,6
Activités de loisirs	71,4
Total	100

La majorité des participants recourt à divers loisirs, lesquels sont perçus comme un moyen efficace de se détendre face au stress environnemental. En revanche, un certain nombre de participants ne mettent en œuvre aucune stratégie de gestion du stress, ce qui constitue un sujet d'inquiétude.

3.11. Visions des résidents d'un environnement sain

L'analyse des résultats fournit des axes d'intervention prioritaires pour optimiser le bien-être psychologique. Tout d'abord, il existe un besoin clair de verdure et d'espaces récréatifs. Les répondants souhaitent une augmentation de la disponibilité des parcs et des jardins, car ils sont considérés comme essentiels pour le ressourcement et la détente. De plus, les préoccupations environnementales sont mises en avant. La gestion des déchets domestiques semble être un point tournant récurrent, les participants soulignant l'importance fondamentale d'un environnement propre, exempt d'odeurs désagréables, pour leur bien-être mental. Les suggestions incluent le nettoyage des rues et des



Soumission : 27/05/2025 Acceptation : 05/07/2025 Publication : 15/07/2025

caniveaux, ce qui suggère un besoin d'assainissement. En outre, plusieurs réponses ont mis un point d'honneur sur la nécessité de réduire le niveau de bruit, ce qui indique un effort pour répondre au désir d'un lieu plus calme. Enfin, l'engagement communautaire et les activités sociales sont aussi mentionnés. Les répondants souhaitent des espaces et des opportunités pour des activités communautaires, marquant un besoin plus profond d'interaction sociale et d'action collective pour renforcer la cohésion sociale. Globalement, les recommandations des répondants révèlent une préoccupation marquée pour la qualité de vie, prônant le désir ardent de créer un environnement sain, propre et paisible. Les thèmes principaux sont les espaces verts, la gestion des déchets, la réduction du bruit et l'implication communautaire pour améliorer la santé mentale collective.

4. Perception de l'expérience de vie

Les réponses recueillies révèlent une perception globalement négative de l'expérience de vie des enquêtés. Les participants partagent des préoccupations communes et des sentiments similaires. La majorité décrit des vécus insatisfaisants, souvent qualifiés de « mauvais » ou « pénibles », en raison de divers facteurs environnementaux.

4.1. Problèmes liés à la gestion des déchets

Les problèmes liés à la gestion des déchets sont au cœur des préoccupations. L'accumulation de déchets et les drains obstrués témoignent d'infrastructures déficientes et de services d'entretien insuffisants, suscitant de légitimes inquiétudes. Cette situation a un impact sur la santé car les déchets sont des vecteurs de problèmes sanitaires (mauvaise

odeur, infestation de nuisibles, paludisme). Cela engendre un sentiment de colère et d'inconfort au sein de la population. Cependant, malgré ces défis, certaines interactions communautaires positives émergent. Des participants soulignent la cordialité entre membres de la communauté, avec des attentes sociales présentes, même si elles sont souvent ternies par les problématiques environnementales. L'analyse des réponses révèle que les problèmes écologiques en général sont des préoccupations majeures. Bien que des éléments positifs existent, ces défis dominent largement les expériences vécues par les résidents.

4.2. Analyse des aspects de l'environnement urbain affectant la santé mentale

Les réponses révèlent les facteurs de l'environnement urbain qui portent atteinte à la santé mentale. Selon la synthèse des points principaux, les déchets disposés çà et là dans les rues génèrent un stress et une frustration, sans omettre son impact sur la santé mentale. De plus, la stagnation des eaux usées et des caniveaux non curés créent une atmosphère désagréable, augmentant l'anxiété et le malaise des habitants. Les nuisances sonores, surtout celles des night-clubs, des établissements de restauration et des maquis, perturbent la tranquillité des résidents et augmentent le stress. L'absence d'espaces verts contribue à un sentiment d'isolement et à une baisse de la qualité de vie. L'analyse montre que la gestion des déchets, les nuisances sonores et l'absence d'espaces verts affectent significativement la santé mentale des résidents. Il faut traiter ces enjeux pour améliorer la qualité de vie et le bien-être psychologique des populations.



4.3. Analyse des moments où l'environnement a impacté le bien-être

Selon la synthèse des points clés, il apparaît que l'impact de l'environnement est particulièrement marquant. Nombreux sont ceux qui constatent une amélioration de leur bien-être lorsque leur environnement est salubre. L'absence d'odeurs pestilentielles et de déchets est nécessaire pour maintenir un état d'esprit positif. La possibilité de pratiquer des activités sportives ou de se ressourcer dans des espaces verts soigneusement entretenus est aussi bénéfique pour le bien-être. Les nuisances sonores, telles que les klaxons, sont signalées comme des sources de stress et de fatigue mentale, révélant la portée du bruit sur la santé mentale et physique. La pollution olfactive et atmosphérique, souvent due à une mauvaise gestion de l'environnement, est reconnue pour ses effets néfastes sur la santé, faisant ressortir l'urgence d'un cadre de vie sain. Les témoignages surlignent la proportion des lieux paisibles où l'on peut respirer de l'air pur et se détendre, favorisant la relaxation mentale. Un environnement sain privilégie une meilleure santé mentale et physique. Cela marque par ricochet la force d'une gestion environnementale appropriée.

4.4. Perception de la gestion des déchets et son impact sur la qualité de vie

Les réponses révèlent à ce niveau une perception majoritairement négative de la gestion des ordures. L'état actuel de la chaîne de gestion des déchets est problématique et est donc jugé inadéquat par les répondants. De plus, les conséquences sur la santé humaine sont lourdes de conséquences (infections, paludisme, maladies respiratoires,

irritations cutanées). Par ailleurs, une stratégie de communication axée sur la gestion des ordures est essentielle pour améliorer la santé des citoyens. Les participants admettent que l'écocitoyenneté est le déclic pour atténuer les nuisances et favoriser un cadre de vie plus sain. Pour la population, l'idéal serait d'optimiser ce secteur pour réduire les risques sanitaires.

4.5. Initiatives communautaires observées

La création d'espaces verts émerge comme une initiative majeure pour améliorer l'environnement, soutenue par des appels à renforcer la sensibilisation et le plaidoyer autour de cette thématique. En effet, de nombreux répondants considèrent que la sensibilisation à la gestion des déchets est essentielle puisqu'elle encourage la population à adopter des comportements respectueux de l'environnement. Les citoyens, mécontents du service actuel, revendiquent une prise en charge quotidienne de la collecte des déchets par les autorités publiques. L'engagement communautaire est par ailleurs jugé critique. Il est nécessaire que la société civile et les autorités locales intensifient leurs interventions. L'importance de l'entretien des voies publiques et la nécessité de disposer de balayeuses pour garantir la propreté des rues ont été évoquées. Concernant la collecte des ordures ménagères, des préoccupations ont été soulevées quant à la rareté des camions affectés à cette tâche, illustrant ainsi les défis persistants liés à la gestion des déchets dans la communauté. Ces réponses représentent une préoccupation collective pour l'évolution de ce secteur à travers des actions concrètes et communautaires. La sensibilisation, le ramassage des déchets et la création



Soumission : 27/05/2025 Acceptation : 05/07/2025 Publication : 15/07/2025

d'espaces verts sont des thèmes récurrents qui pourraient servir de base pour développer des initiatives futures.

Discussion

L'article propulse l'importance de la santé mentale comme un élément substantiel du bien-être. L'approche définitionnelle de la santé mentale par l'OMS évoque la nécessité d'un équilibre psychologique, émotionnel et social, un besoin pertinent dans le contexte urbain actuel. Les facteurs de stress environnementaux s'intensifient en raison des troubles psychologiques, ce qui illustre l'interconnexion entre le cadre de vie et la santé mentale. Selon les résultats d'enquête, l'environnement urbain joue un rôle prééminent dans la santé mentale des hommes. La présence d'espaces verts est corrélée à une amélioration du bien-être émotionnel. Les études citées attestent que vivre à proximité de la nature bonifie l'humeur, soulignant l'importance d'une planification urbaine réfléchie. La gestion des ordures constitue un point central des préoccupations soulevées par les participants. Les difficultés émanant de ce secteur engendre non seulement des problèmes sanitaires, mais affecte également le bien-être mental des populations. L'accumulation et les nuisances olfactives des déchets peuvent engendrer de nombreux maux, ce qui nécessite une sensibilisation. Les résultats dénotent la disparité dans l'accès aux parcs publics. En outre, certaines communautés souffrent incessamment des effets néfastes de l'environnement urbain sur leur santé mentale en raison de l'accessibilité de leur quartier. Il faut de surcroît gérer les ressources afin qu'elles garantissent que tous les citoyens aient accès à un environnement sain. L'article traite en outre

de l'importance de la communication dans la promotion de la santé mentale et dans la gestion environnementale. Catapulter une meilleure compréhension des troubles mentaux contribue à réduire la stigmatisation, tandis que la communication environnementale peut encourager des comportements durables. Des stratégies ciblées, adaptées aux différentes tranches d'âge et aux contextes culturels, s'avèrent capitales pour maximiser l'impact de ces initiatives.

Conclusion

Cette étude a examiné l'influence de l'environnement urbain sur la santé mentale des populations dans les zones surpeuplées. La question principale était de savoir comment les problèmes environnementaux influencent le bien-être mental. Les hypothèses avancées suggéraient que ces conditions environnementales défavorables exacerbent les troubles mentaux. Les résultats ont révélé une prévalence de 52,4 % des participants diagnostiqués avec des troubles mentaux. De plus, la majorité des répondants ont exprimé une perception négative de la qualité de l'air et signalé une exposition fréquente au bruit. Ces résultats confirment que des conditions environnementales défavorables sont directement liées à une détérioration de la santé mentale, soulignant l'urgence d'une intervention. L'étude traite de la nécessité d'améliorer la gestion des déchets et d'accroître l'accès aux espaces verts pour favoriser le bien-être collectif. Les implications de cette recherche sont significatives pour les décideurs, suggérant qu'une approche intégrée est essentielle pour renforcer la santé mentale en milieu urbain.



Soumission : 27/05/2025 Acceptation : 05/07/2025 Publication : 15/07/2025

Cette recherche souligne l'importance d'une action concertée pour répondre aux défis identifiés.

Référence bibliographique

- APA (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Charmes, É. (2018). *L'environnement urbain et la santé mentale*. Presses Universitaires de France.
- Chikozho, B., & Moyo, S. (2015). Urban design and mental health. *Journal of Urban Health*, 92(2), 1-10. <https://www.springer.com/journal/11524>
- Desmond, M. (2016). *Evicted: Poverty and profit in the American city*. New York: Crown Publishing Group.
- Florida, R. (2002). *The rise of the creative class*. New York: Basic Books.
- Frumkin, H. (2004). *Urban sprawl and public health*. Washington, D.C.: Island Press.
- Gauthy, S., & Vandercamen, M. (2010). *Études de marchés : méthode et outils* (5^e éd.). Boeck.
- Ghiglione, R., & Matalon, B. (1978). *Les enquêtes sociologiques, théoriques et pratiques*. Paris: Armand Colin.
- Khamis, M. (2020). Urban green spaces and mental health in Africa. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 5554. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>.
- Kuo, F. (2003). The role of arboriculture in a healthy social ecology. *Journal of Arboriculture*, 29(3), 148-155.

- Lévy, G. (2003). La psychologie environnementale. In *Presses de l'Université de Montréal* (pp. 45-73).
- Meisner, M. (2015). *Environmental Communication: What is it and why it matters*. International Environmental Communication Association. Récupéré de [<https://theieca.org/resources/environmental-communication-what-it-and-why-it-matters>]
- Milstein, G. (2009). *Urban health: Theory and practice*. New York: Springer.
- Mitchell, R., & Popham, F. (2008). Effect of exposure to natural environment on health inequalities: An observational study. *Lancet*, 372(9650), 1655-1660. <https://www.frankpopham.com/pdfs/>
- Organisation mondiale de la santé (OMS). (2001). *Définition de la santé mentale*. <https://www.who.int/mentalhealth/evidence/definition/fr/>
- Putnam, R. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. New York: Simon & Schuster.