



# FORESTERIE URBAINE Recherche

## COMMENT LES ARBRES URBAINS SOUTIENNENT LA SANTÉ HUMAINE

Les services et bienfaits environnementaux apportés par les arbres urbains sont multiples et largement reconnus. Les arbres absorbent et stockent du carbone, éliminent d'autres polluants atmosphériques, réduisent le ruissellement des eaux pluviales et les inondations et rafraîchissent nos communautés. **Ce qui est moins reconnu, c'est la relation entre arbres urbains et santé humaine.**

L'Université de Washington, Ressources naturelles Canada, Santé Canada, l'Université de la Colombie-Britannique, l'Office de protection de la nature de Toronto et de la région et Arbres Canada se sont associés pour analyser 201 études scientifiques menées en Amérique du Nord, en Europe et en Asie. Les résultats ont révélé des connaissances plus approfondies sur les impacts des arbres urbains sur la santé humaine.

## FAITS SAILLANTS DES RECHERCHES

Pour comprendre les associations entre arbres urbains et santé humaine, les études ont été analysées et réparties selon trois catégories :

**RÉDUCTION DES EFFETS NÉFASTES (41 % DES ÉTUDES) :**  
Les arbres urbains atténuent les conditions qui peuvent avoir un effet sur la santé humaine, notamment en limitant l'exposition à la pollution de l'air, au bruit, à la chaleur extrême et aux rayons UV et en renforçant la sécurité de nos collectivités.

**CAPACITÉS DE RESTAURATION (31 % DES ÉTUDES) :**  
Les arbres urbains ont un impact positif au niveau psychologique et physiologique, y compris le renforcement de notre capacité à nous concentrer (restauration de l'attention cognitive) et à nous adapter au stress (rétablissement suite à un stress), ainsi que l'amélioration de notre humeur et la réduction de l'anxiété..

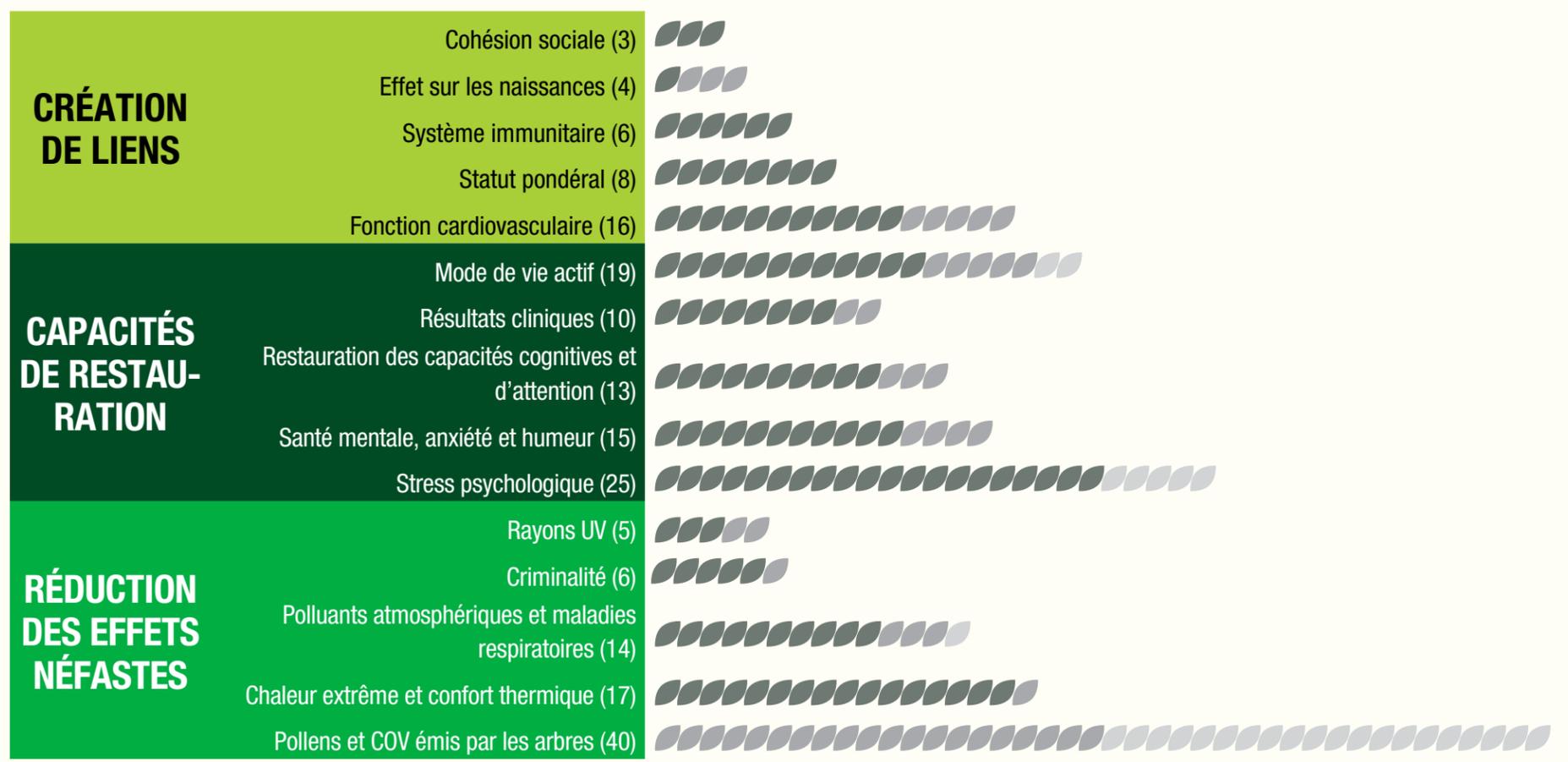
**CRÉATION DE LIENS (28 % DES ÉTUDES) :**  
Les arbres favorisent le bien-être à la fois au niveau individuel et communautaire en encourageant par exemple l'activité physique et en offrant un cadre adapté pour des rassemblements et de meilleures relations sociales.

Le tableau ci-dessous illustre les nombreuses manières dont les arbres urbains apportent des bienfaits à la santé et au bien-être de toutes et tous en tant qu'individus ou que collectivités. Les études ont examiné les effets de l'exposition aux arbres en se basant sur différents types d'environnements arborés : arbres individuels, arbres en tant que sources de pollens, arbres dans un parc, couvert forestier ou terrestre, immersion en forêt et images ou simulations d'arbres. Ces

études ont mis en évidence une large gamme de résultats positifs sur la santé, démontrant ainsi l'importance des arbres et de la forêt urbaine en tant que composante essentielle d'environnements favorables à la santé. Toutefois, des recherches plus approfondies sont nécessaires, car certaines études ont révélé des résultats mitigés voire négatifs en matière de bienfaits sur la santé, comme de l'asthme ou des allergies aux pollens.

### EFFETS SUR LA SANTÉ HUMAINE

NOMBRE D'ÉTUDES PAR EFFET SUR LA SANTÉ : POSITIF MITIGÉ NÉGATIF



## QUI PEUT UTILISER CES RENSEIGNEMENTS?

**Les professionnels de la santé et de l'environnement.** Les arbres sont essentiels pour appuyer notre santé et notre bien-être. Nous encourageons les spécialistes de toutes les disciplines à unir leurs efforts pour promouvoir un plus grand nombre d'arbres et un plus grand couvert forestier dans nos collectivités.

**Les décideurs politiques.** La planification et la gestion des arbres constituent un investissement économique et de santé publique à long terme. Cela doit être pris en considération dans les discussions et les budgets liés aux politiques.

**Les défenseurs de la justice sociale.** Les arbres doivent être répartis équitablement et de manière responsable au sein des petites et grandes villes afin que l'ensemble de la population puisse bénéficier de leurs bienfaits sur la santé.

## FUTURES POSSIBILITÉS DE RECHERCHE

Nos connaissances sur la relation entre arbres urbains et santé humaine évoluent rapidement. De futures recherches pourraient examiner les aspects suivants.

- 1** Comment le « dosage », c'est-à-dire la quantité et la fréquence de temps passés parmi les arbres, peut mener à différents effets sur la santé.
- 2** Comment la santé et l'état d'un arbre ou d'une forêt ainsi que la biodiversité peuvent avoir des effets sur les bienfaits apportés à la santé humaine.
- 3** Comment de rapides changements et stress environnementaux tels que le changement climatique affectent la santé des arbres et les impacts qui en résultent sur la santé humaine, comme le bien-être mental ou les maladies et décès liés à la chaleur.

## PARTENAIRES DE RECHERCHE

Les résultats examinés par les pairs sont disponibles dans une publication en libre accès (en anglais) :

Wolf, K.L., S.T. Lam, J.K. McKeen, G.R.A. Richardson, M. van den Bosch et A.C. Bardekjian. 2020. Urban trees and human health: A scoping review. International Journal of Environmental Research and Public Health 17(12):4371.