

Como ser mais sustentável?

DIA MUNDIAL DO MEIO AMBIENTE. Especialistas dão dicas de como trazer a sustentabilidade para o dia a dia

É possível ser mais sustentável?

» Neste domingo, 5 de junho, é celebrado o Dia Mundial do Meio Ambiente. A data foi criada pela Assembleia Geral das Nações Unidas durante a Conferência de Estocolmo, na Suécia, em 1972. Na época, a preservação do meio ambiente já era um tema preocupante. Hoje, porém, o assunto ganhou urgência.

"Primeiramente, é preciso que as pessoas entendam e compreendam o panorama atual de produção e consumo do planeta e o cenário de 'insustentabilidade' que vivemos. Atender à demanda da produção e do consumo exige retirar mais matérias primas da natureza, fabricar, transportar, fazer grande uso de energia elétrica e de água etc. Tudo isso aumenta o consumo de recursos, a emissão de gases poluentes, a geração de resíduos e, por consequência, a degradação de ecossistemas. Assim, o consumo excessivo intensifica a demanda por novos produtos e, consequentemente, a pressão sobre o ambiente", ressaltou o engenheiro ambiental Bruno Yamanaka, especialista de conteúdo do Instituto Akatu.

O QUE É POSSÍVEL FAZER?

Ao contrário do que muitas pessoas pensam, a responsabilidade pelo meio ambiente não deve recair somente sobre empresas e governos. As atitudes individuais também são importantes.

"Se 10 milhões de brasileiros escovarem os dentes três vezes ao dia com a torneira fechada durante um mês, usando apenas um copo d'água para enxaguar, seria possível economizar o equivalente a uma hora do volume de água que cai pelas Cataratas do Iguaçu. A construção de um futuro mais sustentável exige mudanças no nosso jeito de produzir, consumir e viver", alerta Bruno.

O professor e coordenador do Centro ESPM de Desenvolvimento Sustentável, Marcus Nakagwa, autor do livro "101 Dias com Ações Mais Sustentáveis para Mudar o Mundo", também é enfático ao afirmar que as ações individuais também podem contribuir para um mundo mais sustentável.

"Cada um pode contribuir com ações e decisões no seu dia a dia que podem impactar mais ou menos o meio ambiente. É possível diminuir o seu impacto ambiental com atitudes mais responsáveis, escolhendo alimentos com menos agro-



A responsabilidade sobre o meio ambiente não deve recair somente sobre empresas e governos

tóxicos, comprando produtos que são fabricados mais perto de onde você mora, prestando atenção no tempo que fica embaixo do chuveiro, por exemplo."

O professor também chama a atenção para a necessidade de que o consumidor passe a consumir cada vez mais produtos sustentáveis. Para ele, esta é uma forma de

fazer com que mais empresas adotem práticas sustentáveis em suas produções. "É preciso que o consumidor passe a consumir produtos mais sustentáveis, incenti-

vando assim que mais empresas adotem este caminho e, consequentemente, barateando o produto, gerando assim um círculo virtuoso", diz. (Gladys Magalhães)

Mudança de hábitos

Dicas para um dia a dia mais sustentável

1. Não escovar os dentes de torneira aberta.
 2. Reduza o tempo de banho.
 3. Ao lavar a louça, não deixe a torneira aberta o tempo todo, nem use água corrente para retirar os restos de comida dos pratos, panelas e talheres antes de ensaboá-los. O melhor é remover os restos de comida com a ajuda dos talheres e guardanapos e depois lavar a louça diretamente.
 4. Junte o máximo de roupa possível antes de usar a máquina de lavar.
 5. Substitua as lâmpadas fluorescentes por LED, pois estas têm maior vida útil e são mais eficientes energeticamente.
 6. Não deixe a TV ligada à toa e tire o computador da tomada quando não estiver em uso. O mesmo vale para todos os eletrônicos e eletrodomésticos, uma vez que o modo standby consome grandes quantidades de energia sem que as pessoas percebam.
 7. Ao comprar um eletrodoméstico, procure o selo Procel ou etiqueta do Inmetro, que indicam os mais eficientes energeticamente.
 8. Opte por bens duráveis ao invés dos descartáveis;
 9. Implemente os SRs no cotidiano (reparar, recusar, reduzir, reutilizar e reciclar);
 10. Dê o destino correto para os resíduos (por exemplo, separar para a reciclagem);
 11. Reduza as embalagens no dia a dia.
- (Fonte: Akatu)



Atitude

A construção de um futuro mais sustentável exige mudanças no nosso jeito de produzir, consumir e viver

Bruno Yamanaka, engenheiro ambiental do Instituto Akatu



Bruno Yamanaka, engenheiro ambiental do Instituto Akatu



Ações

Cada um pode contribuir com ações e decisões no seu dia a dia que podem impactar mais ou menos o meio ambiente

Marcus Nakagwa, professor e coordenador na ESPM



Marcus Nakagwa, professor e coordenador na ESPM

Veículo: Impresso -> Jornal -> Jornal Diário do Litoral - Baixada Santista/SP

Seção: Estado **Caderno:** A **Página:** 5