



DÍALOGOS SOBRE O DESPERDÍCIO



Atitudes sustentáveis



Curadoria Aline Manzano Galvão

Validação técnica Felipe Ribenboim, Adriana Leal da Silveira

Pensar sobre as questões ambientais e suas consequências é responsabilidade de todos. Precisamos começar a refletir sobre qual o impacto que nossas escolhas diárias têm no meio ambiente. Comece por analisar o seu cotidiano: existe algo que você possa fazer para reduzir o os danos no ecossistema? Será que você se envolveria na luta pela sustentabilidade, atuando local e globalmente? Você concorda que deveríamos ser mais conscientes sobre nossas compras e escolher produtos sustentáveis? Será que sabemos como apoiar políticas e iniciativas que promovem a sustentabilidade? É possível equilibrar o crescimento econômico com a preservação do meio ambiente? E, será que as empresas têm responsabilidades em relação à sustentabilidade? E, como poderemos garantir o acesso aos recursos naturais para as gerações futuras? Esses e outros questionamentos precisam ser parte do nosso cotidiano, do cotidiano das empresas, da sociedade, pois juntos moldaremos nossas atitudes, que precisam ser sustentáveis.



Para cego ver: Pesca sustentável - Ilha Diana. Santos - SP

“A natureza pode suprir todas as necessidades do homem, menos a sua ganância”, assim diz a frase atribuída à Mahatma Gandhi.

A União Internacional para a Conservação da Natureza (UICN) em 2019 informa que 40% da Biodiversidade do planeta, 25% das florestas e 26% de recursos de água doce se concentra na América do Sul. Isso significa que soluções precisam ser implementadas e que todos nós devemos agir de maneira consciente e responsável em relação ao meio ambiente e aos recursos naturais, principalmente nessa região, visando preservá-los. , é necessário ter sempre um olhar global, ou seja, preservar todos os ecossistemas do mundo é fundamental para a sobrevivência da vida na Terra, proteger a biodiversidade, garantir a saúde física e econômica de todas as regiões do planeta, combater as destruições ambientais para frear as emergências climáticas e agir com responsabilidade ética em relação ao meio ambiente.

A economia e sociedade dependem do equilíbrio da biodiversidade como demonstra o gráfico do The Global Goals. Você sabia que 17 objetivos de desenvolvimento sustentável (ODS) foram estabelecidos pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 2015? Um plano ambicioso e necessário para acabar com a pobreza, proteger o planeta e garantir a paz e a prosperidade até 2030. Essas ações são para todos os países e setores da sociedade e visam um trabalho conjunto em direção a um futuro mais justo e sustentável. Anualmente esses objetivos são monitorados com o objetivo de medir o progresso e identificar desafios e oportunidades para acelerar a implementação.

O papel que a natureza saudável desempenha está ligado a alguns desafios como: eliminar a pobreza, desigualdade social, melhorar saúde humana, garantir alimentação, água e segurança. É vital alcançar a agenda de 2030 para o desenvolvimento sustentável. Esse processo faz parte do nosso contexto, dos nossos dias, conforme trouxemos inicialmente. Quais são as escolhas diárias que fazemos e que impactam no meio ambiente?



A preocupação com o meio ambiente é mundial. Em 2015 foi declarado o Acordo de Paris sobre Mudanças Climáticas, o qual consta a implementação de metas de conservação da vida nos oceanos e na terra.

Entretanto, dentro desse cenário tivemos o surgimento da Pandemia da COVID-19, que impactou milhares de vidas, assim como o meio ambiente.. Pessoas foram infectadas e morreram, muitas delas perderam seus empregos ou tiveram sua renda reduzida, o que levou o aumento da pobreza e da insegurança alimentar. Houve em todo o mundo o aumento da geração de lixo hospitalar, de um grande volume de resíduos perigosos e de plásticos domésticos.

Por isso é de extrema importância a continuidade para aumentar a crença e o desejo de investir em soluções sustentáveis em todos os níveis, de pequeno, médio e longo prazo, visando minimizar os efeitos negativos, tanto dos descontroles que geram pandemias, quanto do que, especificamente, a Pandemia da Covid-19 causou. É necessário unir forças para recuperarmos nossa cidade, nosso País, nosso planeta!



Ferramentas para preservar o meio ambiente

Diante desses fatos queremos te fornecer ferramentas que ajudem nesse processo de preservação do meio ambiente. Para que possa acontecer uma mudança todos devemos fazer a nossa parte.



1 Reciclar: separe o lixo em materiais recicláveis, como papel, vidro, metal e plástico, e coloque-os em recipientes de reciclagem. Verifique a lista de materiais que são aceitos pelo seu sistema local de coleta seletiva e caso tenha dificuldades, existem empresas de coleta de lixo que oferecem treinamentos e programas educacionais para ensinar sobre a importância da reciclagem e como fazê-la corretamente, assim como ONGS, como WWF, Greenpeace e a Conservation International.



2 Reutilizar: antes de descartar objetos, considere se eles podem ser reutilizados ou reparados. Por exemplo: você pode usar uma garrafa de plástico por mais de uma vez, ou consertar roupas e eletrônicos. Não precisamos descartar objetos que são úteis, mas encontrar uma maneira de reutilizá-los ou fazer doação. Também considere compartilhar equipamentos, ferramentas ou espaços com outras pessoas, por exemplo.



3 Reduzir: compre apenas o que você realmente precisa e evite produtos com embalagens excessivas. Escolha produtos com embalagens recicláveis e evite usar sacolas plásticas. Atualmente a maioria das embalagens apresentam símbolos que indicam se são recicláveis ou não. Por exemplo, o símbolo de uma seta em forma de triângulo com três fluxos representa que a embalagem é reciclável. Você pode também levar a sua sacola, sua embalagem reutilizável para compras, evitando assim mais plásticos e embalagens.



4 Compostar: adicione restos de alimentos e outros resíduos orgânicos a uma composteira para transformá-los em adubo. Você pode fazer uma composteira em casa ou contribuir com composteiras coletivas

em algumas hortas urbanas. Pode utilizar também outras partes dos alimentos que não são convencionalmente utilizados, como talos, cascas e sementes. Isso evita o volume do seu lixo.



5

Descartar corretamente resíduos perigosos: produtos químicos, baterias, lâmpadas e outros resíduos perigosos devem ser descartados de maneira adequada para evitar danos ao meio ambiente e à saúde humana. Claro que jogar resíduos perigosos no lixo comum, rios ou lagos ou queimá-los em casa está fora de questão, mas cada localidade possui órgãos que recolhem esse tipo de material, pesquise e faça bom uso da informação.



6

Práticas de economia circular: Pensar que o seu resíduo pode ser matéria prima de outro produto, uma forma de preservar os recursos naturais e pode ajudar criar oportunidades de negócios e empregos na área de reciclagem e gestão de resíduos por exemplo.

“Suprir as necessidades da geração presente, sem afetar a habilidade das gerações futuras de suprirem as suas.” ONU, 1987



Consumo sustentável

O consumo sustentável pode proteger os direitos humanos ao garantir condições de trabalho justas, combater a exploração infantil e apoiar comunidades locais. O consumo sustentável é uma parte importante da responsabilidade do indivíduo, ajudando a garantir um futuro mais sustentável para as gerações futuras, preservando culturas ancestrais e produtos autóctones. Essa prática possibilita o engajamento na sociobiodiversidade, que se refere à diversidade de espécies e ecossistemas, bem como à diversidade cultural das comunidades inseridas nesses ecossistemas. A economia circular, que é um modelo de economia baseado no uso eficiente e sustentável dos recursos naturais está ligada a sociobiodiversidade. Na economia circular, os resíduos e subprodutos são valorizados e reintroduzidos na cadeia produtiva, reduzindo a necessidade de extrair novos recursos do meio ambiente e minimizando os impactos ambientais. Esperamos que esse tema tenha mexido internamente para despertar o gigante que existe em você, ávido por mudança, por desejo de transformação e pela busca de um mundo melhor. Sinta, perceba, olhe o mundo ao seu redor, convidamos você a repensar seus valores, suas práticas e se tornar um cidadão com atitude sustentável. Queremos contribuir para que aumentemos o debate, promovendo diálogos entre os saberes, pensando no papel de cada um nesse processo, buscando as mudanças necessárias para uma sociedade mais consciente da utilização dos recursos do meio ambiente.



Para cego ver: Instituto Chão: Associação de Trabalhadores sem fins lucrativos que revendem os produtos e alimentos pelo preço do produtor.

Você sabia que existem leis e regulamentos locais para garantir que estamos fazendo o descarte de resíduos de maneira adequada? Ao fazer o descarte consciente, você pode ajudar a preservar o meio ambiente e construir uma sociedade mais sustentável.

Outra questão fundamental quando nos referimos aos cuidados com a nossa biodiversidade é respeitar a safra de alimentos e fazer o bom uso da pesca tornando-a sustentável. Mas o que isso significa e, quais as razões de realizar esses cuidados?



1 Conservação de habitats: podem ajudar a preservar os habitats naturais das espécies. Algumas práticas agrícolas e pesqueiras podem prejudicar os habitats, mas a adoção de práticas sustentáveis pode ajudar a minimizar esse impacto.



2 Manutenção da biodiversidade: ajudam a manter a biodiversidade dos ecossistemas aquáticos e terrestres. Quando as espécies são protegidas, o equilíbrio ecológico é mantido, o que ajuda a preservar a biodiversidade. Proteção de espécies em perigo: protegem espécies em perigo de extinção. Quando as populações de espécies são preservadas, o risco de extinção é reduzido.



3 Sustentabilidade a longo prazo: são importantes para a sustentabilidade a longo prazo dos recursos naturais. Quando as práticas agrícolas e pesqueiras são sustentáveis, os recursos naturais são preservados para as gerações futuras.



4 Diversificar produtos seja de origem animal ou vegetal: já ouviu falar das Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCS)? Conjunto de plantas que possuem propriedades nutricionais e benefícios para a saúde. Podem incluir plantas silvestres ou cultivadas, que são encontradas em diversas regiões do mundo. Entre elas estão algumas plantas consideradas “daninhas”, que crescem naturalmente em hortas e jardins e, que muitas vezes são retiradas e descartadas.

E outra boa opção, que tal escolher para consumo de peixes como: Sardinha? Carpa? Manjuba? Bagre? Pois é, dependendo da sua região uma ótima opção sustentável é escolher peixes menos “comerciais” e que façam parte da época do ano que ele pertence.

Para mudar basta agir!

No Brasil e no mundo podemos contar com o apoio de empresas que nos impulsionam e ajudam a melhorar nossa prática de como reutilizar os alimentos e embalagens, de maneira eficaz e sustentável:

Sealed Air: uma empresa que oferece soluções para a proteção de produtos e otimização de embalagens de maneira sustentável, incluindo embalagens recicláveis e biodegradáveis, para ajudar a minimizar o impacto ambiental da embalagem.

TerraCycle: esta empresa atua em reciclagem de resíduos difíceis de reciclar, incluindo embalagens de alimentos e resíduos orgânicos.

ImperfectFoods: esta empresa vende alimentos que são considerados “imperfeitos” por motivos estéticos, mas são perfeitamente comestíveis e ajudam a reduzir o desperdício de alimentos.

Too GoodTo Go: esta empresa ajuda os restaurantes a venderem sobras de alimentos a preços reduzidos, o que reduz o desperdício.

E se você tem criatividade e habilidades de “faça você mesmo”, por que não criar outros objetos para reutilizar as embalagens sem descartar desnecessariamente? **[Olha as ideias interessantes neste link.](#)**

Vale lembrar que a atitude sustentável começa com o consumo, uma parte importante na jornada para uma vida mais consciente. No vídeo a seguir, Laila Zaid nos provoca a pensar o quanto as indústrias e empresas do ramo de alimentos e bebidas também possuem uma responsabilidade fundamental na diminuição do desperdício.



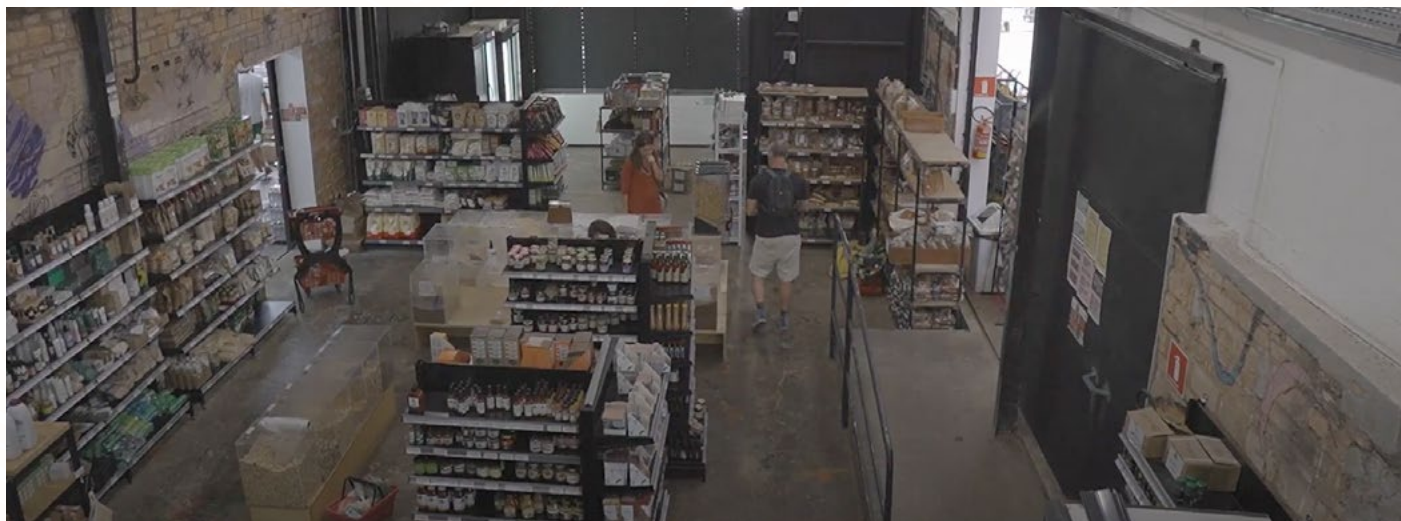
Para conhecer alguns pontos fundamentais que geram valor na adoção de uma vida mais sustentável

Saúde pública: a produção e o consumo sustentáveis podem ajudar a melhorar a saúde pública ao minimizar a exposição a substâncias tóxicas, tanto de quem produz quanto de quem consome, promovendo hábitos alimentares saudáveis e melhorando as condições de trabalho, descarte de lixo e saneamento básico, saúde, etc.

Desenvolvimento econômico: o consumo sustentável pode ajudar a impulsionar o desenvolvimento econômico ao criar empregos verdes, promover o comércio justo e apoiar empresas responsáveis.

A compra direta de alimentos, por exemplo, é uma prática que pode trazer diversos benefícios aos consumidores, produtores e para o meio ambiente. Quando se compra diretamente do produtor, há uma redução no fluxo da cadeia produtiva, o que significa menos intermediários. Isso resulta em preços mais acessíveis para o consumidor e em uma remuneração maior para o produtor. Além disso, a compra direta pode favorecer o comércio local e a produção de alimentos próximos aos centros urbanos, o que reduz a necessidade de transportes e deslocamentos. Isso diminui a pegada de carbono dos alimentos e, também ajuda a valorizar os pequenos produtores locais.

Aproveite para conhecer, na sua cidade quem são os produtores locais, quais são os seus produtos, estabeleça uma relação de confiança. Busque feiras locais, associações de produtores, cooperativas, dentro outros meios. Desvende através disso novos produtos e valorize a diversidade de sabores e culturas alimentares.



Para cego ver: Comprar de redistribuição de riquezas e redução de desigualdades sociais.

Para saber mais, acesse:

CIUCN. Nature 2030. One Future. 2021. Disponível em: <https://portals.iucn.org/library/sites/library/files/documents/WCC-7th-001-En.pdf>. Acesso em 05/03/2022.

NAÇÕES UNIDAS BRASIL. Acordo de Paris 2015. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/node/88191>. Acesso em 05/03/2023

INPE. Relatório do IPBS Avalia Biodiversidade e Serviços Ecossistêmicos para as Américas, 2019. Disponível em <http://www.ccst.inpe.br/relatorio-do-ipbes-avalia-biodiversidade-e-servicos-ecossistemicos-para-as-americas/> - Acesso em 05/03/2023.

<https://www.youtube.com/watch?v=kMiZx2i9Dww&t=9s> - projetos de embalagens 100% biodegradável

Huracán e Casa Rosa Filmes. Documentário "O Lixo Nosso de Cada Dia". 2019. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=KWIEntOXJU> - Acesso em 03/03/2023.

GOVERA. C. Esperança e resiliência para o futuro. N.D Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=b5ff25xewCg&t=1s>. Acesso em 05/03/2023

Antes que vire lixo. Documentário, N.D. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=dFOinVYIzHE>. Acesso em 04/03/2023

https://www.youtube.com/watch?v=HJhf5KFll_s&t=1s - Matt Orlando - Adaptando-se a tempos desafiadores

GALVÃO. A.M. O plástico e o consumo consciente. Instituto Akatu. N.D. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=W0nnYLSTaic>. Acesso em 06/03/2023.





www.gastromotiva.org  [gastromotiva](https://www.instagram.com/gastromotiva)