



plennus

Notícias

## Consumo consciente e responsabilidade social. Novas escolhas para 2010.

Por:Adriana Iász



*Responsabilidade Sócio-ambiental*

**Consumo consciente e responsabilidade social podem fazer uma vida sócio-ambiental em 2010 muito melhor a você e a sua família.  
Que tal novos hábitos no novo ano?**

Neste final de 2009, um ano repleto de desafios, proponho uma consideração e reflexão de novos hábitos e prioridades para o próximo ano. Que tal ter a qualidade de vida como princípio de suas ações no decorrer das novas escolhas que vem pela frente? A princípio parece complicado falar em mudanças de hábitos ou renovação de atitudes por uma vida melhor, onde a preservação sócio ambiental é o cerne da questão. Mas isso é possível e é para todos.

Uma vida feliz e equilibrada é o ideal da maioria das pessoas. Normalmente, todos querem estar em boa forma, com saúde, ter mais tempo livre, gastar menos com as contas da casa e assumir um posicionamento positivo diante da questão: preservação ambiental. Trata-se de um modo de vida, onde estar em harmonia com a natureza, contribui para que todas as esferas da vida fluam melhor: a auto-estima eleva, o convívio social melhora, o senso de cidadania se aprimora, o sentido para a vida fica mais claro e significativo, pois a partir desta atitude comprometida com o meio ambiente, as escolhas assumem uma nova importância.

E como fazer isso? É simples assumir uma atitude ecologicamente correta. Basta aprimoramento no consumo consciente e disciplina. É possível começar com economia de energia e água, com a contribuição para diminuir a poluição do ar ou evitar o sobrecarga dos aterros sanitários. São medidas que simplificam a vida e ainda reduzem gastos com compras e contas domésticas.

Quer ver só? Para a redução da conta de energia, na hora de trocar as lâmpadas, tente os modelos fluorescentes. São mais caras, mas duram muito mais, chegam até 12 anos, o custo benefício é excelente. Aliás, este é um ponto fundamental: consumo consciente. Numa mentalidade sustentável, vale a pena pagar mais caro por algo, que vai durar muito mais. Muito lixo pode ser evitado se esta idéia for incorporada nas escolhas de consumo. Imagine os aparelhos eletrônicos; os celulares, por exemplo. Milhares de pessoas os trocam em média uma vez a cada 18 meses, o que leva milhões de aparelhos a aterros sanitários, liberando níquel e outros metais no solo e no lençol freático. As baterias já são reaproveitadas, mas os aparelhos não.



*Reciclagem de lixo;*

No Brasil ainda existe o preconceito em relação a coisas usadas, mas na Europa, esta é uma medida cultural. Aqui, deve ser incorporada urgentemente, pelo ambiental e social. Pense bem cada vez que for jogar algo fora, uma panela ou um sofá velho; considere se pode ser reciclado, doado a uma instituição ou reformado.

Considere sempre o lixo que irá produzir a cada escolha que fizer.

Se vai dar uma festa ou fazer um churrasco, evite os copos, talheres ou pratos de plásticos, use louças e depois lave-as fechando a torneira enquanto as ensaboa.

No trabalho, leve a sua caneca para tomar a água ou o café, evite produzir lixo!

Você sabia que os laptops utilizam menos material em sua fabricação, e embora sejam mais caros, consomem até 90% menos de energia que os computadores de mesa? E que a água quente representa quase 30% da energia gasta numa casa?

Tente lavar louças e roupas com água fria e veja quanto dinheiro economiza. Há muito o que pode ser feito pela salvação do nosso planeta, ambiental e socialmente. Cometemos erros na industrialização? Sim, muitos! Mas alcançamos avanços importantíssimo, basta ver a longevidade humana, a medicina e a tecnologia. Tudo isso não precisa ser desprezado, pelo contrário, devemos continuar a usufruir de todos os avanços, mas de forma consciente e responsável, menos gananciosa e individualista. É uma questão de valores e princípios sócio-ambientais. Um novo ser humano na reconstrução de uma nova Terra.

A medida que estas escolhas vão ficando naturais na vida, tudo fica mais fácil. No início exige esforço, atenção, dedicação, e uma dose de sacrifício (a renúncia às vezes é difícil). É como uma atividade física, fundamental ao bem-estar, forma física e saúde. No início os músculos doem, a respiração é ofegante, o cansaço e a preguiça quase levam a desistência. Mas, a perseverança e a disciplina fazem desta atividade algo natural, que passa a fazer parte da rotina do indivíduo, assim como escovar os dentes, dormir ou comer. A idéia é esta: as escolhas conscientes devem ser espontâneas, naturais e cotidianas. Quando isso acontece, as decisões pelos produtos, roupas, alimentação, tipo de turismo, forma como se relacionar com as pessoas, vínculo com a natureza e com Deus passam a ter outra dinâmica, viável, saudável, natural e bem sucedida.

### Atitudes conscientes

**Alimentação:** Na hora de ir às compras, que tal optar por produtos frescos ou livres de agrotóxicos, produzidos de forma o menos impactante possível? É verdade que os orgânicos ainda são itens bem mais caros do que os convencionais, mas a medida que a demanda aumenta, é natural a viabilidade do produto. Esta é uma escolha que beneficia a saúde, livrando o organismo da ameaça dos aditivos, corantes, flavorizantes e conservantes. Somado a isso, o solo é preservado dos pesticidas químicos e fertilizantes que causam danos irreparáveis ao longo dos anos.

**Embalagens:** Fique atento na hora de escolher os itens com excesso de embalagens, o isopor é um elemento que não se decompõe e não recicláveis. Então: evite-o sempre que possível!

**Sacolas ecológicas:** Crie o hábito de fazer uso das sacolas retornáveis. Evite o máximo os saquinhos de plásticos, que levam mais de 100 anos para se decompor na natureza. Experimente levar ao mercado a sua sacola retornável, é prático e ecológico. E os lixinhos da cozinha e dos banheiros? A dica é esvaziar o lixinho várias vezes ao dia, mas mantendo o saquinho, jogando apenas os resíduos diretamente no cesto de lixo grande, onde é possível utilizar sacos grandes e biodegradáveis. O número de saquinhos diminuirá consideravelmente.

**Reciclagem:** É trabalhoso e exige organização, mas é fundamental a separação do lixo orgânico dos recicláveis. Reserve um lixo para o vidro, as latas, o plástico, o papel sem resíduos, tudo bem limpo. Isto serve para todo o lixo produzido em um lar, desde caneta sem tinta, caixa de sapatos, rolinho do papel higiênico, etc. Em outro cesto, jogue todo o lixo orgânico, os que se decompõem na natureza, ou seja, sobras de comida, folhas secas, lixo de banheiro, e outros. O lixo reciclável deve ser levado a pontos de recolhimento, ou colocados na rua no dia estabelecido pela Prefeitura, ou ainda, dependendo da quantidade, por telefone, solicitar também para a Prefeitura que recolham o lixo armazenado.

**Transporte:** Parece brincadeira, mas ir a pé ou de bicicleta ao trabalho é uma medida consciente, que faz bem a saúde e diminui consideravelmente a emissão de gás carbono, que contribui para agravar o efeito estufa. Se não tem como evitar o carro, ofereça carona aos colegas que passam pelo mesmo caminho, utilize o transporte público ou procure fazer a sua vida perto de onde mora.

**Água:** Fechar a torneira enquanto escovar os dentes ou ensaboar a louça são passos importantes. Também é possível a economia com o uso de máquina de lavar roupas com abertura frontal, que usa 60% menos água do que a de abertura superior. Uma torneira pingando pode levar ralo abaixo até 90 litros de água numa semana, então manutenção é fundamental. Armazenar água da chuva, ou previamente usada, no tanque e baldes, para lavar o carro, regar as plantas ou lavar o quintal são ações sustentáveis. Atualmente a construção civil vem apresentando muitas alternativas para o melhor uso deste bem natural, como reservatórios da água da chuva, chuveiros e válvulas hidras com controle de fluxo de água.

**Produtos de limpeza:** Existem no mercado algumas marcas que vem desenvolvendo desinfetantes, detergentes, amaciantes, sabão em pó com agentes biodegradáveis. Eles estão disponíveis nos grandes mercados e nas lojas especializadas. Muitas vezes o ar dentro de casa é três vezes mais poluído do que o de fora, por causa de alguns produtos químicos de limpeza. Um item bastante econômico, versátil e ecológico é o bicarbonato de sódio, que pode ser usado para tirar manchas de tecidos, na limpeza do fogão, dar brilho na pia, desentupir encanamentos, desinfetar móveis e carpetes. Este pode ser um início.