

AJ 08221



FEITO ESTUFA SE UM MILHÃO DE PESSOAS FECHAREM AS TORNEIRAS NA HORA DE ESCOVAR OS DENTES, A ECONOMIA EQUIVALE AO QUE CAI NAS CATARATAS DO IGUAÇU EM 12 MINUTOS

# Consumo consciente ameniza impacto do aquecimento global

Utilizar energia com moderação, por exemplo, ajuda a diminuir o problema

DINÁ SANCHOTENE

dsanchotene@redgazeta.com.br



Nunca se viu mudanças tão rápidas e com efeitos devastadores como tem ocorrido nos últimos anos devido ao aquecimento global. O que pouca gente sabe é que uma simples mudança de atitude ao consumir produtos e serviços, como energia elétrica, por exemplo, já é suficiente para amenizar os efeitos desse problema.

O presidente do Instituto Akatu pelo Consumo Cons-

ciente, Helio Mattar, destacou a importância de ações individuais para solucionar um problema que é de todos. "O aquecimento da terra vai além do consumo exagerado. Os consumidores não têm consciência do impacto que provoca no social, no meio ambiente, na economia e a ela própria. No dia-a-dia, por exemplo, as pessoas utilizam seus carros mais do que precisam", ressaltou Mattar.

Uma das dicas do presidente do instituto, está no consumo de garrafas retornáveis e copos reutilizáveis, ao invés de descartáveis. As garrafas retornáveis, por exemplo, tendem a consumir menos energia e emitir menos gás carbônico que as descartáveis durante seu ciclo de vida - dependendo da distância de distribuição do produto.

Para um produto distribuído a uma distância de até 400 quilômetros, a garrafa de vidro tende a ser 96% mais eficiente ener-

geticamente que a de plástico, considerando que a garrafa de vidro seja utilizada 28 vezes.

Mattar destacou também a importância na hora do consumo de água. Segundo ele, até 2050, duas a cada três pessoas não vão ter água para as necessidades básicas, como comer, beber e cozinhar. "Se um milhão de pessoas fecharem as torneiras na hora de escovar os dentes, a economia será o equivalente ao que cai nas Cataratas do Iguaçu em 12 minutos. Isso mostra que pequenos gestos podem gerar grandes transformações", disse.

O arquiteto João Marcelo Moreira já procura utilizar água e energia com moderação. "De uns tempos pra cá, procurei me informar sobre o consumo consciente desses serviços. Não deixo luzes acesas sem necessidade, não tomo banho demorado, entre outras ações. Se todo mundo pensar assim, o impacto do aquecimento global será menor."

## Luzes apagadas e banho rápido

João Marcelo Moreira, arquiteto

"De uns tempos pra cá, procurei me informar sobre o consumo consciente de praticamente todos os serviços",



## Dicas para controlar o aquecimento global

### Reduza seu consumo



Qualquer produto que compramos necessita de energia para ser produzido e para ser transportado, o que coopera para a emissão de gases de efeito estufa como o dióxido de carbono. Reflita antes de comprar, adquirindo apenas o que é realmente necessário. Conserte seus produtos antigos sempre que possível.

### Compre produtos locais



Ao preferir alimentos cultivados em regiões mais próximas à que você mora, é menor a necessidade de transporte para que os produtos cheguem até você. Menores distâncias percorridas sempre equivalem a menos emissão de gás carbônico.

### Use menos o carro



Caminhe, ande de bicicleta, seja adepto carona ou use o transporte público. Se durante um ano inteiro um indivíduo deixar o carro em casa uma vez por semana, considerando um trajeto de **20 quilômetros**, deixará de lançar para a atmosfera **440 quilos** de dióxido de carbono resultante da queima do combustível. Pode parecer pouco, mas essa mesma quantidade de gás carbônico, que não foi emitida em apenas **52 dias** em um ano, demora **20 anos** para ser absorvida pelo processo de fotossíntese por uma árvore de grande porte.

### Troque as lâmpadas



Ao substituir uma lâmpada quente por uma



### Recicle mais

Uma família pode deixar de lançar **420 quilos** de dióxido de carbono, por ano, simplesmente reciclando o lixo da sua casa. Essa quantidade de carbono é a mesma emitida por **300 carros 1.0** a álcool para um trajeto de **500 quilômetros**. Essa redução nas emissões de carbono ocorre em função de vários fatores. No caso do papel, por exemplo, o processo de reciclagem usa menos energia que a fabricação do produto a partir da matéria-prima. Além disso, não será necessário cortar árvores (a matéria-prima do papel), que ajudam a absorver carbono da atmosfera durante o processo de fotossíntese.

### Reduza o tempo de banho



Gasta-se muita energia para aquecer a água. Reduza o tempo de banho e diminua a quantidade de carbono lançada na atmosfera. Se o banho diário de uma família de quatro pessoas for de **10 minutos** para cada, ao longo de um ano, a mesma família deixará de emitir **218 quilos** de dióxido de carbono, que uma família deixa de emitir em um ano simplesmente reduzindo o tempo de banho, leva mais de **37 anos** para ser absorvido no processo de fotossíntese por uma árvore nativa da Mata Atlântica.

### Consuma de empresas ambientalmente responsáveis



Ao consumir, opte por produtos de empresas que estão preocupadas em reduzir suas emissões de carbono. Assim, ao mesmo tempo em que você incentiva a permanência do princípio, estimula outras empresas a fazerem o mesmo.

### Stand by



Aparelhos como televisores, DVDs, carregadores de celulares - ou quaisquer outros que tenham controle remoto, carregador de bateria ou memória interna - consomem energia mesmo quando estão desligados. Cerca de **25%** da energia utilizada por um televisor, por exemplo, é gasta quando o aparelho está desligado no modo stand by. Para

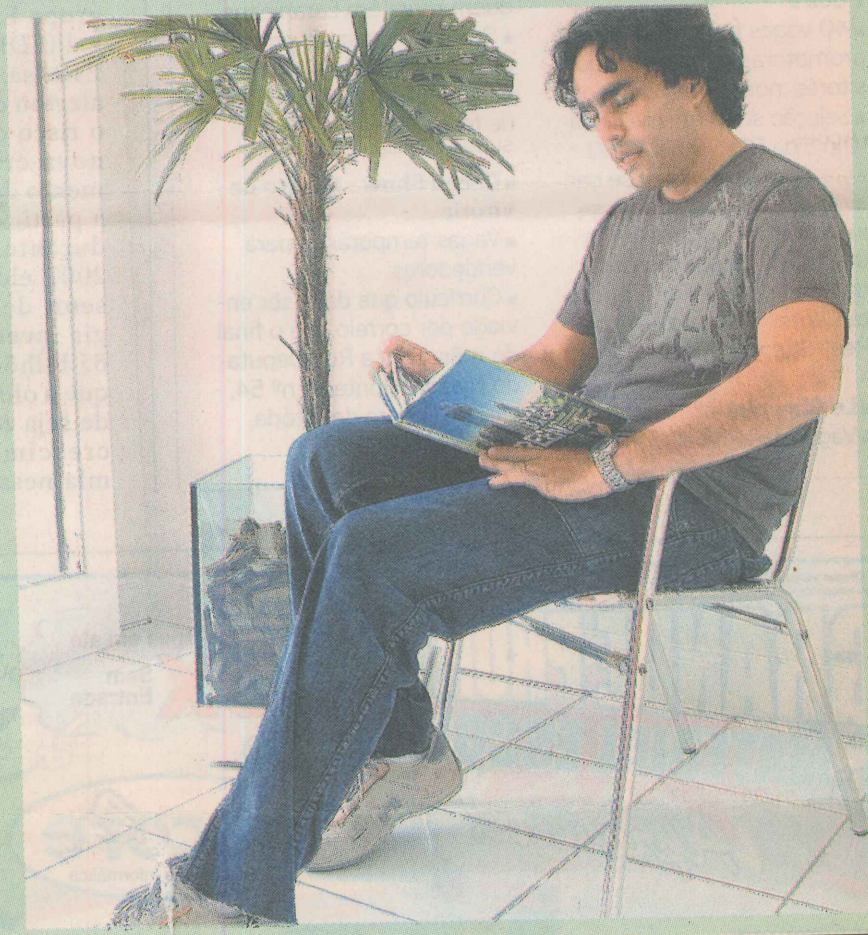


# Luzes apagadas e banho rápido

João Marcelo  
Moreira, arquiteto

“De uns tempos pra cá, procurei me informar sobre o consumo consciente de praticamente todos os serviços”, afirma o arquiteto João Marcelo Moreira. Ele dá o bom exemplo: procura não deixar luzes acesas sem necessidade e não tomar banho demorado. “Se todo mundo pensar assim, o impacto será menor”, afirma.

FOTO: GUSTAVO LOUZADA



## Estudo ajudou a diminuir o desperdício

O consumo consciente de produtos e serviços já faz parte da vida do arquiteto João Marcelo Moreira. Ele tomou esta atitude após ter muita informação sobre o assunto.

“Água e energia são serviços que deve ser usado apenas quando necessário. Com isso, ajudamos a nós mesmos”, destacou.

Uma das atitudes de Moreira é tomar banho menos demorados e não deixar a luz acesa quando o dia ainda estiver claro, por exemplo.

“Na hora de consumir água e energia elétrica temos que ter a consciência de que estamos jogando fora recursos naturais e dinheiro”, disse o arquiteto.

Além da atitude pessoal, Moreira procura aplicar essa consciência na arquitetura. “Em uma casa com luz e ventilação natural, não é preciso ficar com luz acesa e ar-condicionado ligado o tempo todo. Também é possível captar a água da chuva para molhar o jardim, por exemplo”, ressaltou.

carona ou use o transporte público. Se durante um ano inteiro um indivíduo deixar o carro em casa uma vez por semana, considerando um trajeto de **20 quilômetros**, deixará de lançar para a atmosfera **440 quilos** de dióxido de carbono resultante da queima do combustível. Pode parecer pouco, mas essa mesma quantidade de gás carbônico, que não foi emitida em apenas **52 dias** em um ano, demora **20 anos** para ser absorvida pelo processo de fotossíntese por uma árvore de grande porte.

### Troque as lâmpadas



Ao substituir uma lâmpada quente por uma fria se reduz em **18,7 quilos** as emissões de dióxido de carbono ao longo de um ano – se a lâmpada for usada 30 dias por mês, durante cinco horas por dia. Supondo que uma casa tenha **12 lâmpadas** e que todas foram substituídas, a redução de emissões de gás carbônico seria de **224 quilos**. Essa quantidade de carbono, que pode ser evitada apenas trocando as lâmpadas da casa, é equivalente à emissão de um carro 1.0 a gasolina para um trajeto de **1,5 mil** quilômetros.

Fonte: Os dados primários das emissões de carbono são da Iniciativa Verde, do livro “Uma verdade inconveniente”, do Al Gore, e de um estudo da Universidade Federal do Paraná em conjunto com o Instituto Ecoplan. Os cálculos de impacto do consumo são do Instituto Akatu.

### Consuma de empresas ambientalmente responsáveis



Ao consumir, opte por produtos de empresas que estão preocupadas em reduzir suas emissões de carbono. Assim, ao mesmo tempo em que você incentiva a permanência do princípio, estimula outras empresas a fazerem o mesmo.

### Stand by



Aparelhos como televisores, DVDs, carregadores de celulares – ou quaisquer outros que tenham controle remoto, carregador de bateria ou memória interna – consomem energia mesmo quando estão desligados. Cerca de **25%** da energia utilizada por um televisor, por exemplo, é gasta quando o aparelho está desligado no modo stand by. Para garantir que o equipamento não consuma energia, o mais indicado é desligá-lo da tomada. Com isso, você estará contribuindo para reduzir o aquecimento da Terra.

### Não desperdice alimentos



Procure utilizar integralmente os alimentos. Em média, os brasileiros desperdiçam **20%** dos alimentos que compram. Planeje suas compras e leve para casa somente o necessário. Aproveite os talos, folhas, cascas e sobras de alimentos que normalmente iriam para o lixo e você estará contribuindo para reduzir a emissão de gases de efeito estufa.

Todos os dados apresentados acima foram calculados em dióxido de carbono equivalente (CO<sub>2</sub>e), a mesma medida usada pelo IPCC (sigla em inglês para Painel Intergovernamental de Mudança do Clima). Para serem transformados em carbono (C), o valor apresentado acima deve ser dividido multiplicado por 3,67.