

## Consumo Sustentável/Responsável

O **consumo sustentável** é uma expressão empregada com muita frequência em diferentes meios de comunicação. Se você pesquisar em ferramentas de busca da *internet* surgirão milhares de resultados diferentes com artigos científicos, notícias, ofertas de produtos, entre outros. Cada um deles possui uma forma diferente de definir o que é consumo sustentável - uma importante atitude que o consumidor contemporâneo deveria assumir para ter uma pegada mais leve e preservar o meio ambiente.

As opções de consumo sustentável são variadas, basta procurar: um chocolate sustentável, um jeans sustentável e até uma escova de dentes sustentável. Mas o que significa realmente consumir esse tipo de produto?

Os números falam por si só. Segundo a FAO (Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura), o mundo já perdeu, na última década, uma área superior a dois Estados de São Paulo em florestas. E a poluição atmosférica já causa mais de dois milhões de mortes anualmente, de acordo com um estudo publicado pela *Environmental Research Letters*. Para o *World's Worst Pollution Problems Report*, relatório desenvolvido pelo Instituto Blacksmith, o descarte industrial de substâncias tóxicas, como chumbo, cromo e mercúrio, além de agredir o meio ambiente, já reduziu 17 milhões de anos de vida dos habitantes de países em desenvolvimento. Certamente, a situação do planeta é preocupante e práticas como o consumo sustentável podem amenizar os danos já provocados e evitar que outros aconteçam. Mas, para colocar em prática, é preciso entender bem o que é consumo sustentável.

### Consumo responsável

Desde a panela que faz a sua comida até o carro que você dirige, todas as escolhas de consumo trazem algum tipo de consequência para o mundo. No entanto, se essa consequência será boa ou ruim é o que determinará se você está praticando o consumo sustentável ou não.

De acordo com o diretor do Instituto Akatu, Helio Mattar, o consumo mundial, além de estar mal distribuído, está descontrolado: cerca de 20% da população mundial concentra o consumo de 80% de todos os produtos e

serviços do planeta. E, a cada ano, entram mais de 150 milhões de novos consumidores no mercado. Essa estimativa mostra que, nos próximos 20 anos, teremos três bilhões de pessoas desperdiçando alimentos, demorando demais do que o necessário no banho, idolatrando vitrines de shoppings, esperando nas filas das lojas e comprando pela internet.

Esse paradigma comportamental de consumo imediatista, que busca uma satisfação rápida sem considerar as consequências, precisa ser alterado. Caso contrário, os danos provocados no meio ambiente assumirão proporções absurdas e irreversíveis. O consumo sustentável pode ser uma das soluções.

Consumo sustentável nada mais é do que o consumo responsável e consciente, sendo o oposto do consumo imediatista. Segundo um estudo publicado nos Cadernos Ebape da Fundação Getúlio Vargas, a ideia de consumo sustentável surgiu gradualmente ao longo das gerações. E, nesse percurso histórico, três fatores atuaram conjuntamente para o surgimento do conceito do consumo sustentável: o ambientalismo público da década de 1970, a ambientalização do setor público da década de 1980 e a emergência da preocupação empresarial da década de 1990 sobre o impacto que os estilos de vida e hábitos de consumo têm sobre o meio ambiente.

**Consumo verde, consumo sustentável, consumo consciente, consumo responsável.**

De acordo com o Ministério do Meio Ambiente, o consumo sustentável é aquele que envolve a escolha de produtos que utilizaram menos recursos naturais em sua produção, que garantiram emprego decente aos que os produziram e que serão facilmente reaproveitados ou reciclados. Desse modo, o consumo sustentável acontece quando nossas escolhas de compra ou aquisição são conscientes, responsáveis e com a compreensão de que terão consequências ambientais e sociais. O consumidor que assume essa atitude é aquele que não é passivo e que, por essa razão, tem senso crítico e pondera, não comprando um produto só porque a mídia o induz a fazer isso.

O Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (PNUMA), da ONU, também considera que o consumo sustentável é aquele em que há o uso de serviços e produtos que correspondem às necessidades básicas de toda a população, além de trazer qualidade de vida e reduzir os danos provocados ao meio ambiente. Isso significa que o consumo sustentável pressupõe sobretudo a redução do uso dos recursos naturais e da produção de lixo e outros materiais tóxicos.

Já para o Instituto Akatu, o consumo sustentável é aquele que valoriza:

1. Os produtos duráveis mais do que os descartáveis ou de obsolescência acelerada;
2. A produção e o desenvolvimento local mais do que a produção global;
3. O uso compartilhado de produtos mais do que a posse e o uso individual;
4. A publicidade sustentável e não a consumista;
5. As opções virtuais mais do que as materiais;
6. O não-desperdício de alimentos, promovendo o seu aproveitamento integral e o prolongamento da sua vida útil;
7. A satisfação pelo uso dos produtos e não pela compra em excesso;
8. Os produtos e as escolhas mais saudáveis;
9. As emoções, as ideias e as experiências mais do que os produtos materiais;
10. A cooperação mais do que a competição.

Por fim, podemos entender que o consumo sustentável é uma questão de atitude do consumidor, que não leva em consideração apenas a aquisição do produto, mas também a produção que antecedeu a aquisição, o uso e o descarte. Esse é um consumidor que não se ajusta aos padrões atuais de consumo impostos e que não coloca o meio ambiente a serviço da sua satisfação pessoal. Colocar em prática.

Muitas pessoas acreditam que consumo sustentável é uma prática que diz respeito somente à aquisição de produtos cuja fabricação teve um baixo impacto ambiental e que, por essa razão, são muito caros.

Conhecer bem as marcas de sua preferência, atentar para o rótulo dos produtos, planejar bem as suas compras, a fim de evitar o consumismo excessivo são, segundo o Instituto Akatu, práticas de um consumidor sustentável. No entanto, ao contrário do que se imagina, o consumo sustentável vai além disso e pode ser praticado a partir de mudanças de comportamento.

Parar de consumir carne e derivados animais, por exemplo, é uma atitude sustentável, inclusive mais eficaz para reduzir a emissão de gases do efeito estufa que parar de andar de carro, segundo especialistas. Reciclar o lixo doméstico, poupar energia elétrica, optar por frutas, verduras e legumes orgânicos e praticar o *upcycle* com objetos desgastados e usados são outras formas de praticar o consumo sustentável. Até mesmo entrar de cabeça no conceito “faça você mesmo” e produzir a sua própria pasta de dente e o seu próprio desinfetante também é uma atitude de consumo sustentável.

Por isso é importante que as pessoas entendam que consumo não é só compra de algum objeto no shopping. Consumo é também a água que você gasta, a energia que você usa e os alimentos que você ingere.

O Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (Idec) e o Ministério do Meio Ambiente desenvolveram um guia que apresenta o passo a passo de como praticar o consumo sustentável. São dicas simples que vale a pena colocar em prática:

1. Para lavar o carro, use um balde ao invés vez da mangueira;
2. Tente limitar o seu banho a no máximo 5 minutos e feche a torneira enquanto se ensaboia;
3. Ao lavar a louça, use uma bacia para deixar os pratos e talheres de molho por alguns minutos antes da lavagem. Isso ajuda a soltar a sujeira. Depois, use água corrente somente para enxaguar;
4. Se tiver máquina de lavar, use-a sempre com a carga máxima e tome cuidado com o excesso de sabão, para evitar um número maior de enxágues.
5. Evite abrir a porta da geladeira em demasia ou por tempo prolongado;

6. Na hora de comprar, dê preferência a lâmpadas fluorescentes, compactas ou circulares. Além de consumir menos energia, essas lâmpadas duram mais que as outras;
7. Na hora da compra de um ar condicionado, escolha um modelo adequado ao tamanho do ambiente em que será utilizado. Prefira os aparelhos com controle automático de temperatura e as marcas de maior eficiência
8. Escolha a compostagem como método de descarte do seu lixo orgânico (é seguro, eficiente e não causa contaminação alguma - além de criar um novo e fértil adubo para suas plantas).