

4^Y_OU^h
F O R

SUSTAIN



ABILITY

MAGAZINE
2 0 2 4



O QUE VOCÊ VAI LER?

Carta ao Leitor	3
Cuidados	4
Saúde	8
Esporte	10
Entreterimento	12
Referências	13

CARTA AO



Essa revista tem como objetivo trazer informações úteis que possam ser usada pelos jovens tanto do ESPRO, quanto para os externos. Queremos que nossos leitores sintam prazer em ler nosso conteúdo, e desfrutem da jovialidade que está presente aqui, nesta revista, e em nossa equipe.

Estamos presentes nas seguintes plataformas:

[Instagram](#)

[Canal WhatsApp](#)



LEITOR

BELEZA SUSTENTAVEL

A Revolução Verde das Cosméticas

A SUSTENTABILIDADE NO MUNDO DA BELEZA É UM MOVIMENTO CRESCENTE QUE BUSCA ALINHAR PRÁTICAS DE PRODUÇÃO E CONSUMO COM PRINCÍPIOS ECOLÓGICOS E ÉTICOS. NOS ÚLTIMOS ANOS, A INDÚSTRIA DE COSMÉTICOS TEM ENFRENTADO PRESSÃO PARA ADOPTAR MÉTODOS MAIS SUSTENTÁVEIS E REDUZIR SEU IMPACTO AMBIENTAL,

A indústria da beleza é notória pelo uso excessivo de plásticos. Em resposta, muitas empresas estão investindo em alternativas ecológicas, como embalagens recicláveis, reutilizáveis ou compostáveis, e adotando o modelo de refil para reduzir resíduos. O movimento pela sustentabilidade na beleza é impulsionado por consumidores conscientes

do impacto ambiental e de seus hábitos de consumo. O movimento pela sustentabilidade na beleza é impulsionado por consumidores conscientes do impacto ambiental de seus hábitos de consumo. Isso leva a uma maior transparência por parte das empresas, que destacam suas práticas sustentáveis e certificações ecológicas como diferencial competitivo.



O Caso Natura

Uma empresa destaque nesse conceito é a Natura é uma das pioneiras na promoção da sustentabilidade no setor de beleza. A marca brasileira é reconhecida por suas práticas sustentáveis em todas as etapas do processo produtivo. A linha Ekos, por exemplo, é um ícone da marca com produtos que utilizam ingredientes da biodiversidade brasileira.



Certificada como Empresa B (B Corporation), a Natura é neutra em carbono desde 2007. Em 2023, 25% de seu faturamento global veio de linhas biodegradáveis e sustentáveis, um crescimento de 15% em relação ao ano anterior. Além disso, a empresa reduziu em 20% o uso de plásticos não recicláveis.



RIO TIETÊ:

Eutrofização e a Necessidade de Sustentabilidade



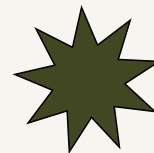
O Rio Tietê, um dos principais rios do estado de São Paulo, sofre com a eutrofização, que é causada pelo excesso de nutrientes na água, especialmente nitrogênio e fósforo. Esses nutrientes vêm, principalmente, do esgoto doméstico e industrial não tratado e do uso excessivo de fertilizantes agrícolas, que são carregados pelas chuvas até o rio. Esse acúmulo promove um crescimento descontrolado de algas, que, ao morrer e se decompor, consomem grandes quantidades de oxigênio dissolvido na água, resultando na morte de peixes e outros organismos aquáticos.



Especialistas afirmam que a situação do Rio Tietê reflete a falta de investimentos em saneamento básico e a necessidade de políticas públicas mais eficazes para o tratamento de esgoto e a gestão de resíduos. Segundo a Companhia Ambiental do Estado de São Paulo (CETESB), cerca de 30% do esgoto gerado na região metropolitana de São Paulo ainda é lançado no rio sem tratamento adequado.



Como é feito o tratamento?



A recuperação do Rio Tietê exige um esforço conjunto entre governo, empresas e sociedade civil. Iniciativas como a expansão das redes de coleta e tratamento de esgoto, a promoção de práticas agrícolas sustentáveis e a conscientização da população sobre a importância de preservar os recursos hídricos são fundamentais.



Peixes mortos no rio Tietê

Apesar dos desafios, há sinais de progresso. Projetos de despoluição e recuperação do Tietê estão em andamento, e alguns trechos do rio já mostram melhorias na qualidade da água. No entanto, a luta pela revitalização completa do Rio Tietê é contínua e requer compromisso e ação persistentes.

A eutrofização do Rio Tietê não é apenas uma questão ambiental; é um alerta sobre a relação entre desenvolvimento urbano, práticas agrícolas e a sustentabilidade dos recursos naturais. A saúde do rio reflete a saúde da sociedade, destacando a necessidade urgente de soluções integradas e sustentáveis para garantir um futuro mais verde e saudável para todos.

ESPORTE

Tecnologias Sustentáveis no Mundo dos Jogos

INOVAÇÕES VERDES: TECNOLOGIAS SUSTENTÁVEIS NO MUNDO DOS JOGOS

O progresso tecnológico tem sido crucial para modificar a forma como vivemos, trabalhamos e nos divertimos. Essas inovações estão não apenas aprimorando o desempenho dos atletas, mas também contribuindo significativamente para a sustentabilidade ambiental.

Uma das áreas mais impactantes das inovações verdes no esporte é a construção e manutenção de arenas esportivas. O **Estádio de Wembley, em Londres**, possui um sistema de reciclagem de água da chuva e utiliza energia renovável. Além disso, muitos estádios estão usando painéis solares e turbinas eólicas para gerar a sua própria energia, reduzindo a dependência de fontes de energia não renováveis.



Outra área importante de inovação verde no esporte é o desenvolvimento de equipamentos e vestuário ecológicos. Empresas estão investindo em materiais reciclados e biodegradáveis para produzir artigos desportivos. A Adidas lançou uma linha de tênis feitos de plástico extraído dos oceanos, demonstrando um compromisso com a sustentabilidade e a diminuição dos resíduos plásticos.

GESTÃO DE RESÍDUOS SÓLIDOS E RECICLAGEM

A gestão eficaz de resíduos em eventos esportivos é outra área em que as inovações verdes estão fazendo a diferença. Grandes eventos, como os Jogos Olímpicos e os campeonatos mundiais, geram uma quantidade significativa de resíduos. Para minimizar esse problema, os organizadores estão adotando sistemas avançados de reciclagem e compostagem, além de diminuir a quantidade de plásticos de uso único.

Como principal referência, temos os Jogos Olímpicos de Paris 2024 que prometem estabelecer um novo padrão de sustentabilidade, incorporando práticas de reciclagem desde o início. Além de reutilizar pódios e mobiliário, o evento se compromete a reciclar objetos frequentemente negligenciados, como sinalizações e estruturas removíveis.



As inovações ecológicas no campo dos esportes têm desempenhado um papel crucial na promoção da sustentabilidade.

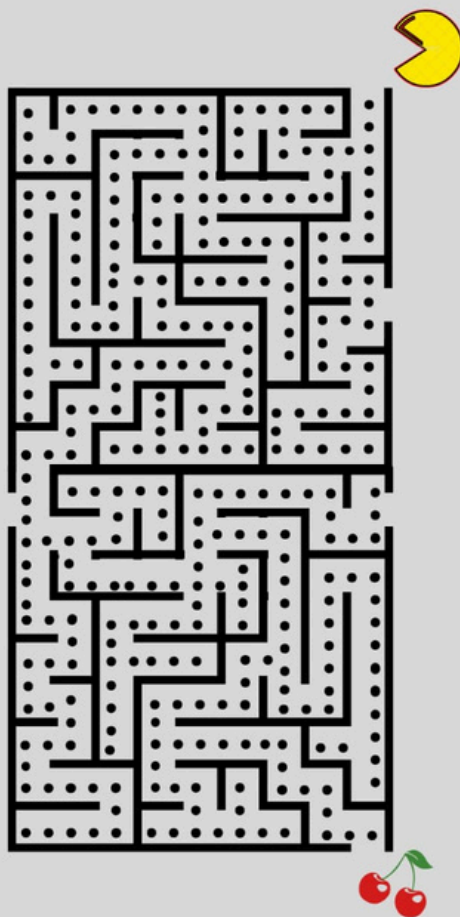
A construção de infraestruturas eficientes em termos de energia, a criação de equipamentos ecológicos e a gestão eficiente de resíduos, estão contribuindo para reduzir o impacto ambiental das atividades esportivas. À medida que a consciência sobre a importância de práticas sustentáveis aumenta, o setor de esportes se torna um líder na busca por um futuro mais ecologicamente correto e sustentável.

ENTRETENIMENTO

Relaxe, sente e aproveite nossos passatempos!

LABIRINTO ESPRO

AJUDE O NOSSO AMIGO PAC A ENCONTRAR O CAMINHO



REFERÊNCIAS



SAÚDE:

<https://www.cnnbrasil.com.br/nacional/>

<https://www.paho.org/pt/topicos/dengue> <https://portal.fiocruz.br/>

<https://www.gov.br/saude/pt-br>

ESPORTE:

Coelho, M. R., & Araújo, A. M. (2018). A importância da prática esportiva para o desenvolvimento de crianças e adolescentes. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 40(1), 66-73.

Criação

Cultura, Cuidados, Esporte, Entretenimento e Saúde.

Publicidade & Design

Edição e publicação