

Universidade Estadual do Norte do Paraná

Repositório Institucional UENP

<https://repositorio.uenp.edu.br>

Editora UENP

Livros

2024

# Consciente, responsável e sustentável

Bueno, Valquíria Batista

Universidade Estadual do Norte do Paraná

BUENO, Valquíria Batista; FREITAS, Carlos César Garcia. Consciente, responsável e sustentável. Jacarezinho: Editora UENP, 2024. 19 p.

<https://repositorio.uenp.edu.br/handle/123456789/912>

*Baixado de Repositório Institucional UENP*

# Consciente, responsável e sustentável



VALQUÍRIA BATISTA BUENO  
CARLOS CÉSAR GARCIA FREITAS



**VALQUÍRIA BATISTA BUENO  
CARLOS CÉSAR GARCIA FREITAS**

**Consciente,  
responsável e  
sustentável**



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DO NORTE DO PARANÁ  
ADMINISTRAÇÃO CENTRAL**

Dr. Fábio Antonio Néia Martini - Reitor  
Dr. Ricardo Aparecido Campos - Vice-Reitor  
Dra. Anecy Tojeiro Giordani - Coordenadora Geral da Editora UENP

**COORDENAÇÃO GERAL DA EDITORA UENP**

Dra. Rafaela Stopa (2024-)  
Dra. Anecy Tojeiro Giordani (2022-2024)

**EDITORA UENP  
CONSELHO EDITORIAL**

**Conselho Pleno UENP**

Dra. Aline Vanessa Sauer Zawadzki - Ciências Agrárias  
Dr. Denis Carlos dos Santos - Ciências da Saúde  
Dr. Diego Resende Rodrigues - Ciências Biológicas  
Dr. Ilton Garcia da Costa - Ciências Sociais Aplicadas  
Dr. Ricardo André Ferreira Martins - Linguística, Letras e Artes

**Comissão Científico - Editorial**

Dra. Marta Neira Rodriguez (Universidade de Santiago de Compostela, Espanha)  
Dr. Pedro Manuel Napido (Universidade Pedagógica de Moçambique, Moçambique)  
Dr. Peter Johann Mainka (Bayerische Julius - Maximilians - Universität Würzburg, Alemanha)  
Dra. Sara Reis da Silva (Universidade do Minho, Portugal)  
Dr. Thiago Granja Belieiro (Universidade Estadual de Maringá, Brasil)  
Dra. Valéria Rosa Farto Lopes (Universidade Estadual do Norte do Paraná, Brasil)

**EQUIPE EDITORIAL**

Preparação, revisão e normatização do texto

**Equipe Executiva Editora UENP**

Dra. Rafaela Stopa – Diretora de Produção (2024-)  
Dra. Anecy Tojeiro Giordani – Diretora de Produção (2018-2024)  
Dra. Valdirene Barboza de Araújo Batista - Assistente Editorial  
Thaiane Silva Domingues - Técnico Administrativo

**Projeto Gráfico, Diagramação e Capa**

Valquiria Batista Bueno - Autora  
Ismael Ribeiro Campos de Moraes - Estagiário  
Thaiane Silva Domingues - Técnico Administrativo

Ficha catalográfica elaborada pelo Sistema de Bibliotecas Universitárias da  
Universidade Estadual do Norte do Paraná (SBU-UENP)

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)

B9286h Bueno, Valquíria Batista

Consciente, responsável e sustentável [recurso eletrônico] /

Valquíria Batista Bueno, Carlos César Garcia Freitas. – Jacarezinho,  
PR : Editora UENP, 2024.

1 livro digital.

ISBN: 978-65-87941-44-8

Inclui bibliografia

Disponível em: <https://uenp.edu.br/editora>

1. Educação - Meio ambiente. 2. Consumo - Sustentabilidade. 3. Sus-  
tentabilidade - Meio ambiente. 4. Ecologia humana. I. Bueno, Valquíria Batista.  
II. Freitas, Carlos César Garcia. III. Universidade Estadual do Norte do Paraná.  
IV. Título.

CDD 304.2



Fonte: FREEPIK (2021).

Esses são os seus desejos! Agora vamos ver quais são as suas necessidades? De que você realmente precisa?

Você precisa de água, alimentos, uma casa para se abrigar, para se proteger; precisa de transporte para se locomover; precisa de roupas e sapatos para proteger o seu corpo e os pés. Mas por que será que você deseja uma mansão, uma Ferrari e um iate?

Você já ouviu falar em desejo e necessidade?

O que é desejo? O que é necessidade?

Será que você sabe a diferença entre esses dois termos?

Vamos lá! Vou ajudar você a entender o que essas palavras significam e a diferença entre elas.



Fonte: FREEPIK (2021).

Desejo é uma palavra que vem do latim *desedium* e significa vontade de ter algo, de querer alguma coisa, como ocorre no caso de querer um *videogame* e desejar ter um PlayStation 5, um tênis da Nike, uma Ferrari, um iate ou uma mansão.

Já necessidade é uma palavra que também vem do latim *necessitas, atis* e significa ter utilidade, ser útil, necessário, essencial; refere-se àquilo que não se consegue evitar, como acontece com se alimentar, beber água, dormir...



Fonte: FREEPIK (2021).



Fonte: FREEPIK (2021).

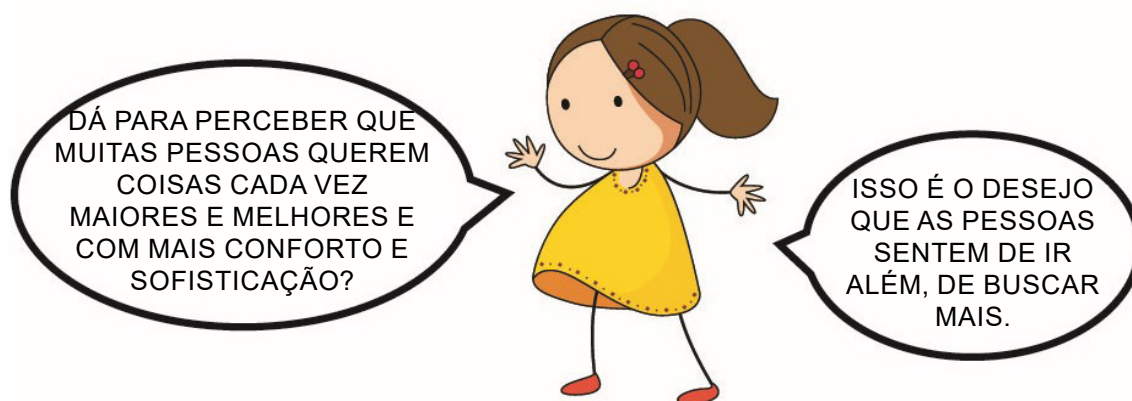
A necessidade diz respeito a tudo aquilo de que realmente preciso, como ter uma casa para me abrigar, proteger-me do sol, do vento, da chuva; necessito de roupas para vestir e de sapatos para calçar; preciso me locomover, ou seja, ir de um lugar para outro; preciso de alimentos para que não fique com fome e de água para que não tenha sede; preciso me relacionar com outras pessoas; necessito de descanso e de várias outras coisas.

Essas são coisas necessárias ao ser humano, porém muitas pessoas não querem apenas suprir as suas necessidades, querem coisas cada vez mais sofisticadas, mais requintadas, para ter sempre mais.

Elas necessitam de casa, porém desejam mansões, casas cada vez mais amplas; necessitam de alimentos, mas desejam comidas sofisticadas; necessitam se locomover, mas desejam meios de transportes cada vez mais rápidos, confortáveis, sofisticados e seguros.



Fonte: FREEPIK (2021).

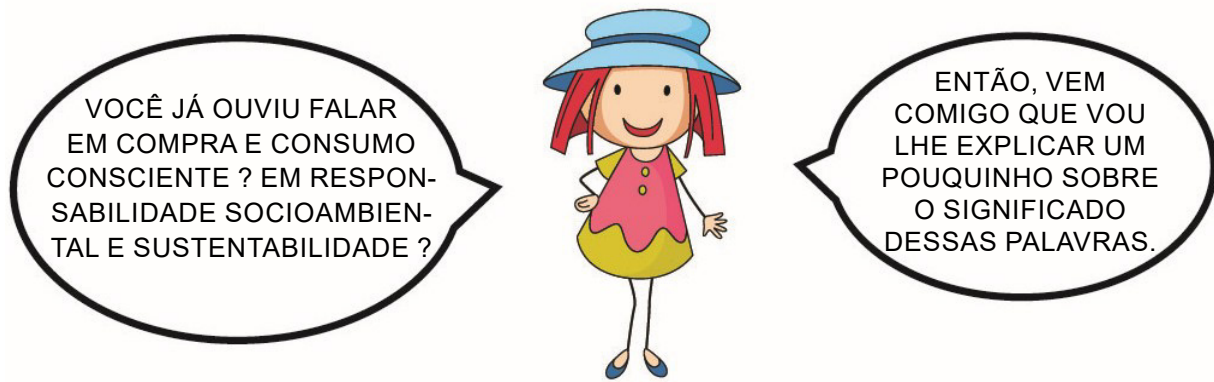


Fonte: FREEPIK (2021).

O desejo faz com que as pessoas busquem superar as necessidades. Esse desejo nasce de uma insatisfação, quando não se quer só suprir a necessidade, mas se quer ir além; é uma força que faz com que as pessoas busquem maior satisfação, maior conforto, maior comodidade. Sendo assim, a necessidade supre o mínimo, atende àquilo que se precisa, já o desejo se torna a busca por superar a necessidade, de ir além.

Muitas vezes, para atender aos seus desejos, as pessoas saem comprando tudo o que veem pela frente e acabam nem usando o que foi comprado. Compram pelo prazer de ter, pelo prazer da compra, por isso é importante se perguntar: será que eu realmente preciso disso ou apenas desejo ter?

**Será que comprar somente por comprar é uma coisa boa?**



Fonte: FREEPIK (2021).



Fonte: FREEPIK (2021).

O consumo consciente diz respeito a ter consciência daquilo que se consome, compra ou faz uso. Tornar-se consciente não quer dizer parar de consumir, de comprar, mas, sim, ter equilíbrio em relação à quantidade que se compra e se consome. É evitar compras e o uso de recursos de forma excessiva, é comprar de organizações que se preocupam com a sustentabilidade e o meio ambiente.

Consumir de forma consciente significa comprar algo ou fazer uso de um produto ou serviço, pensando sempre nos efeitos que esses terão sobre o meio ambiente, bem como nos estragos que eles poderão provocar no futuro.

É ter a consciência do mal que isso pode causar, e mudar os hábitos, os costumes. É pensar sobre a compra e o uso de produtos que causam danos para o meio ambiente, que desperdiçam água e energia, que prejudicam o solo, que causam poluição.

É começar a olhar para produtos recicláveis e ecologicamente corretos, pois eles causam menos impactos ao meio ambiente. Da mesma forma, devemos pensar em utilizar os produtos até o final de sua vida útil e procurar comprar mercadorias ou adquirir serviços de empresas sustentáveis.



Fonte: FREEPIK (2021).

Consumir de forma consciente é repensar sobre os seus hábitos, é recusar produtos que sejam feitos por organizações que prejudicam o meio ambiente, é reduzir a quantidade das compras, é reciclar o lixo, e reutilizar produtos, como, por exemplo, a água da máquina de lavar roupa para limpar o quintal.

### A política dos cinco “Rs”



Pensando dessa forma, acho que encontramos os cinco “Rs” de consumo consciente: **repensar, recusar, reduzir, reutilizar e reciclar** o seu lixo. Vamos conhecer?

Fontes: Os autores (2021).

**REPENSAR** - Você precisa repensar seus hábitos de consumo e evitar gastar seus recursos com compras desnecessárias, gerando mais lixo.

**RECUSAR** - Recuse-se a comprar de empresas que prejudicam o meio ambiente e que não oferecem boas condições de trabalho para seus funcionários. Não consumindo dessas empresas, você as obriga a rever suas práticas.

**REDUZIR** - Prefira sacolas de pano em vez de sacolas de plástico. Em suas festas, prefira copos, pratos e talheres não descartáveis. Toda vez que for comprar qualquer coisa, pense: preciso disso MESMO? Preciso HOJE? Você ficará espantado ao perceber que as respostas para essas perguntas poderão ser muito mais NÃO do que SIM.

**REUTILIZAR** - Vamos dar outra função às coisas? É assim que uma garrafa colorida vira um vaso de flor e que caixas de sapatos ou latas de doces

passam a guardar fotografias, chaves ou qualquer coisa que sua imaginação possa criar. E não se esqueça da água: captar a água das chuvas para regar o jardim ou lavar o chão é uma das maneiras de reaproveitar esse precioso recurso.



Fonte: FREEPIK (2021).



Fonte: FREEPIK (2021).

**RECICLAR** - Finalmente, quando não é possível reutilizar, alguns descartes podem ser reciclados, ou seja, transformados. Você sabia que com as embalagens de garrafas pet podem ser fabricados roupas e móveis?

Depois de conhecer um pouquinho sobre o **consumo consciente** e a sua importância para a preservação do meio ambiente, a respeito da política dos cinco “Rs” e de ouvir falar sobre empresas sustentáveis e sustentabilidade, será que você sabe definir o termo sustentabilidade? Vamos lá!

**Sustentabilidade** é a qualidade do que é sustentável, do que é necessário à conservação da vida. Ela é a capacidade de criar meios para suprir as necessidades básicas que temos no presente, sem prejudicar o futuro e, normalmente, está relacionada a ações ambientais, econômicas, sociais e culturais. É preservar a vida das gerações futuras.

PARA QUE POSSA ENTENDER MELHOR, VOU EXPLICAR DE UMA FORMA BEM SIMPLES:



Fonte: FREEPIK (2021).



Fonte: FREEPIK (2021).

Sustentabilidade é desenvolver ações, é agir de forma que se possa atender as necessidades da sociedade, das pessoas, mas sem prejudicar o meio ambiente; é cuidar hoje para ter amanhã, para que as gerações futuras também possam fazer uso dos recursos naturais e ter um planeta saudável.

Pensando em sustentabilidade, na preservação da vida e nas gerações futuras, é importante refletir a respeito de como é possível preservar com qualidade, buscando diminuir as consequências sobre a forma descontrolada de explorar o meio ambiente, para que todas as pessoas possam viver melhor.

Se as pessoas começarem a mudar pequenos hábitos diários, teremos um desenvolvimento mais sustentável e com melhor qualidade de vida para a sociedade.

É preciso cuidar do nosso planeta, pois ele é a nossa casa. Temos que cuidar da fauna, da flora, evitar o desmatamento, a poluição, a extinção de espécies animais, vegetais e fazer um uso consciente dos recursos naturais, como: água, vento, luz solar, ar, florestas, vegetais, minerais, solo, entre outros.

Para conseguirmos isso, é necessário que as pessoas comecem a mudar a sua forma de agir, de consumir; é preciso ter mais consciência, mais equilíbrio. Se cada pessoa fizer a sua parte, tiver responsabilidade em suas ações para atender as necessidades da geração atual com equilíbrio e responsabilidade, estará preservando as necessidades das gerações futuras.



Fonte: FREEPIK (2021).

Se as pessoas realmente consumirem de forma consciente, atendendo às suas necessidades e pensando no coletivo, estarão cuidando do meio ambiente, sem destruir os recursos naturais. É necessário ter equilíbrio no momento de decidir sobre comprar ou utilizar um serviço industrializado ou natural, pensando na satisfação pessoal, no coletivo e na preservação do meio ambiente, pois as ações das pessoas refletem no meio em que elas vivem.

Para termos um desenvolvimento sustentável, não basta apenas que as pessoas comuns mudem os seus hábitos, pois elas não são as únicas responsáveis pelos estragos que vêm ocorrendo no meio ambiente; os governos, as empresas e as organizações também são responsáveis. Por isso, todos devem mudar os seus hábitos e desenvolver uma cultura de cuidado, de preservação, para que as gerações futuras tenham qualidade de vida.



Fonte: FREEPIK (2021).

Os cidadãos, governos e organizações devem ter mais consciência de suas ações, tornando-se consumidores mais responsáveis. Cada um de nós precisa fazer a sua parte, tendo responsabilidade e cuidando do mundo onde vivemos.

As pessoas, buscando realizar os seus desejos ou suprir as suas necessidades, acabam usando de forma irresponsável os recursos da natureza, causando um desequilíbrio, ameaçando a todos. É preciso agir com mais responsabilidade.

E falando em responsabilidade: você sabe o que significa ter responsabilidade socioambiental?

A responsabilidade socioambiental se refere à responsabilidade e ao cuidado com o social e com o ambiente em que vivemos. É importante reflorestar, reciclar, não poluir, não desmatar e não desperdiçar os recursos naturais.



Fonte: FREEPIK (2021).

## Vamos conhecer um pouquinho mais?

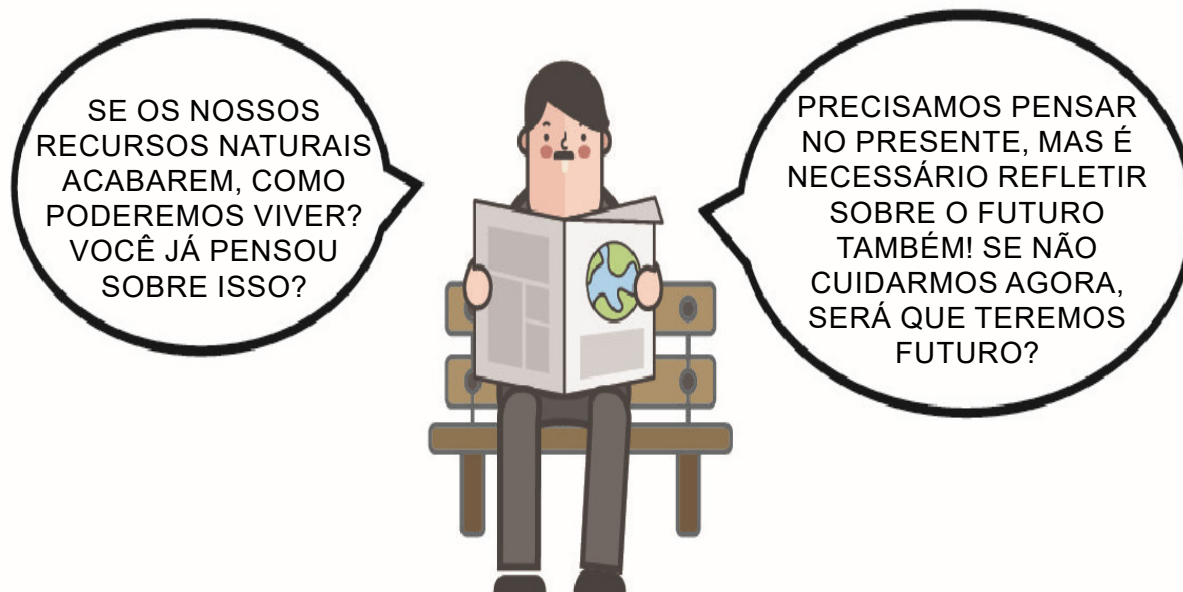
Já falamos anteriormente sobre empresas e organizações que devem ter preocupações com o meio ambiente. Se comprarmos produtos de empresas que causam danos a ele, estamos estimulando-as a prejudicá-lo. Por isso precisamos pensar com consciência sobre o que e de quem compramos. Devemos realizar compras conscientes.

As empresas e organizações que fabricam os produtos que compramos, ou os serviços que utilizamos, precisam ter responsabilidade e cuidado com as pessoas e com o meio ambiente, têm que ter o cuidado de preservar, de não ficar gastando água, energia, bem como não devem poluir o ar, a água, o solo e desmatar.



Fonte: FREEPIK (2021).

Pensando em nosso futuro, vemos a importância de as empresas e organizações terem cuidado e comportamento responsável com o meio ambiente e com as pessoas. Elas precisam ter ética e respeito aos direitos humanos e ambientais e ser comprometidas com a vida das pessoas e do planeta, adotando atitudes ecológicas.



Fonte: FREEPIK (2021).



Fonte: FREEPIK (2021).

Assim como as empresas devem ter responsabilidade e comprometimento com a preservação do meio ambiente e da sociedade, nós também devemos ter. Sendo assim, devemos continuar cuidando e pensando sobre a forma como nos relacionamos com o meio ambiente, com a cultura, com a sociedade, com o nosso modo de ser, de viver e de produzir no planeta.

Temos que ser espertos: devemos cuidar do nosso planeta, do nosso lar!



Fonte: FREEPIK (2021).



Fonte: FREEPIK (2021).

Agora, uma dica muito valiosa: antes de realizar qualquer compra, esteja atento e reflita sobre esses nove pontos importantes:

O que comprar?

Por que comprar?

Como comprar?

De quem comprar?

Eu preciso comprar?

Preciso comprar agora?

Eu tenho condições de pagar?

Como descartar?

Como usar?



Fonte: FREEPIK (2021).

Chegou o momento de refletirmos sobre o que estudamos. Vamos lá!

Você acha importante ser consciente, responsável e sustentável? Por quê?

Ter bons hábitos pode ajudar as pessoas a viver em uma sociedade mais sustentável? Por quê?

O que os 5 Rs representam para você? Você acha importante fazer uso deles?



Você acha importante consumir de forma consciente? Por quê?

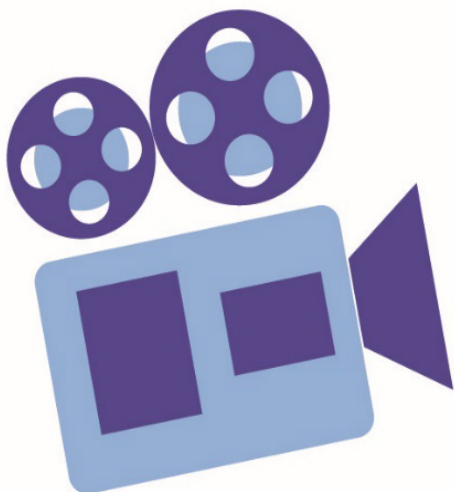
Você compraria de uma empresa que polui o meio ambiente, mesmo que ela ofereça um preço mais barato? Por quê?

Se não formos conscientes, responsáveis e sustentáveis hoje, o que poderá acontecer no futuro?

Fonte: FREEPIK (2021).

**Depois de muito estudo e reflexão, que tal um pouco de diversão?**

Assista aos vídeos para ampliar os seus conhecimentos:



- **Necessidade ou desejo.** Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=VfcnZ4LFN8k>
- **Sustentabilidade, conscientização.** Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=01hHBcihhrE>
- **O futuro que queremos.** Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=dr5dueiANhl>

Fonte: FREEPIK (2021).

## Continuando a diversão:

Que tal assistir a um filme muito legal? Tenho certeza de que você irá gostar!

**Wall-e** é um filme de animação americano de 2008, produzido pela Pixar Animation Studios e dirigido por Andrew Stanton. Wall-e é um robô que foi criado no ano de 2100 para limpar a Terra, pois ela estava coberta por lixo, resultado de décadas de consumismo em massa. Então, os humanos se mudam para o espaço, pois o ar da Terra se tornou muito tóxico para suportar a vida. Ao longo do filme, vão acontecendo muitas coisas interessantes. Inclusive, em certo momento, a robózinha Eva vem para a Terra e conhece o Wall-e.

Por ora, só contarei um pouquinho para não ficar dando *spoiler*. Assista lá! Tenho certeza de que irá gostar!

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Julia de Moraes; MANTELLI, Gabriel. Direitos humanos e desenvolvimento socioambiental. **Instituto Ethos**. São Paulo, 09 jun. 2020. Disponível em: <https://www.ethos.org.br/conteudo/opinioes-e-analises/direitos-humanos-e-desenvolvimento-socioambiental/>. Acesso em: 02 set. 2021.

BOLOTARI, Márcia Maria Azzi. **Alunos competentes, consumidores conscientes**: uma proposta para o ensino da Matemática Financeira na Educação Básica. 2015. 120 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Matemática) – Instituto de Ciências Exatas, Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2015.

BORGER, Fernanda Gabriela. Responsabilidade social empresarial e sustentabilidade para a gestão empresarial. **Instituto Ethos**. São Paulo, 19 jun. 2013. Disponível em: <https://www.ethos.org.br/cedoc/responsabilidade-social-empresarial-e-sustentabilidade-para-a-gestao-empresarial/>. Acesso em: 02 set. 2021.

BUSCH, Susanna Erica; RIBEIRO, Helena. Responsabilidade socioambiental empresarial: revisão da literatura sobre conceitos. **INTERFACEHS - Revista de Gestão Integrada em Saúde do Trabalho e Meio Ambiente**. São Paulo, v. 4, n. 2, 2009.

CONHEÇA as 6 perguntas do consumo consciente que ajudam a diminuir impactos negativos no meio ambiente. **Instituto Akatu**. São Paulo, 30 mai. 2017. Disponível em: <https://akatu.org.br/release/conheca-as-6-perguntas-do-consumo-consciente-que-ajudam-diminuir-impactos-negativos-no-meio-ambiente/>. Acesso em: 21 set. 2021.

CONEF. **Educação financeira nas escolas**: ensino fundamental: livro do aluno. Brasília: CONEF, 2014. (Série Educação financeira nas escolas; v. 4).

DESEJO. *In*: **DICIO, Dicionário Online de Português**. Porto: 7Graus, 2021. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/desejo/>. Acesso em: 02 set. 2021.

FREEPIK. **Freepik Company SL**, 2021. Disponível em: <https://www.freepik.com/vectors>. Acesso em: 21 set. 2021.

LIMA, Greyson de. Sustentabilidade, conscientização. 2013. 1 vídeo (5:25 min). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=01hHBcihhrE>. Acesso em: 03 set. 2021.

NECESSIDADE ou Desejo. 24 nov. 2020. 1 vídeo (3:21 min). Publicado pelo canal Cedemp SJC. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=VfcnZ4LFN8k>. Acesso em: 03 set. 2021.

NECESSIDADE. *In*: **DICIO**: Dicionário online de Português. Porto: 7Graus, 2021. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/necessidade/>. Acesso em: 02 set. 2021.

O FUTURO que queremos. 2013. 1 vídeo (7:44 min). Publicado pelo canal INPEvideoseduc. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=dr5dueiANhl>. Acesso em: 03 set. 2021.

RESPONSABILIDADE SOCIAL. *In*: **Significados**. 2014. Disponível em: <https://www.significados.com.br/responsabilidade-social/>. Acesso em: 02 set. 2021.

SILVA, Fábio Gomes; ZAMBON, Marcelo Socorro. Atributos valorizados pelos clientes. *In*: SILVA, Fábio Gomes; ZAMBON, Marcelo Socorro. **Gestão do relacionamento com o cliente**. 3. ed. São Paulo: Cengage, 2017. p. 37- 53.

SILVA, Minelle Enéas da; GÓMEZ, Carla Regina Pasa. Consumo Consciente: o papel contributivo da educação. **Revista Reuna**. Belo Horizonte, v. 15, n. 3, p. 43-54, set./dez. 2010.

SUSTENTABILIDADE. *In*: **DICIO**: Dicionário online de Português. Porto: 7Graus, 2021. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/sustentabilidade/>. Acesso em: 03 set. 2021.



**UENP**