

# O Idoso e o Meio Ambiente



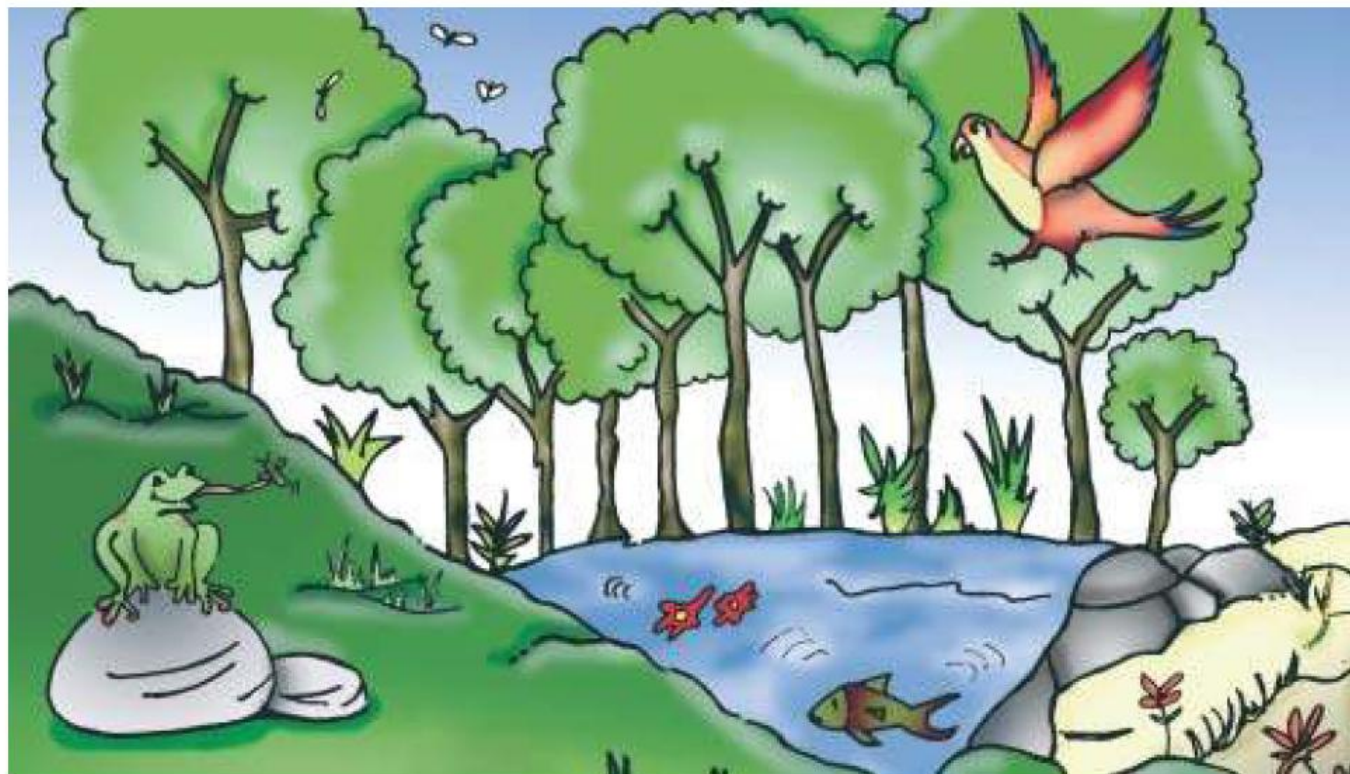
## Apresentação

A preservação do meio ambiente é hoje tema constante na vida das pessoas, principalmente nos grandes centros urbanos, onde o crescimento desordenado leva, de modo geral, à degradação da qualidade de vida. Com o passar dos anos e a exploração predatória dos recursos naturais, mostrou-se necessário o desenvolvimento de uma reflexão sobre como tratar o meio ambiente em que vivemos.

Este é um problema compartilhado por pessoas de todas as idades, pois aos adultos cabe modificar atitudes que levaram ao atual estado de degradação e, aos jovens, cultivar uma nova postura que leve à convivência mais equilibrada com os recursos naturais de nosso planeta.

Nesse sentido, o acesso à informação qualificada é fundamental para que comecemos já a cuidar do meio ambiente, garantindo a nossos filhos e netos uma vida mais saudável no futuro. Assim, foi com imensa satisfação que recebemos o pedido do Grande Conselho Municipal do Idoso e de sua Comissão de Habitação e Meio Ambiente para elaborar este material, proporcionando aos interessados oportunidade de entender e participar das discussões sobre meio ambiente.

Que esta cartilha sirva para despertar nas pessoas o desejo de cuidar de nosso planeta e contribuir para que uma melhor qualidade de vida possa ser alcançada por todos nós.



## **Mas afinal, o que é meio ambiente?**

Meio ambiente, diferente do que muita gente pensa, não são só as coisas da natureza.

Diz respeito, também, ao ambiente em que vivemos: o ar que respiramos, as ruas, as casas, a cidade.

**Meio ambiente natural** é aquele formado por todas as paisagens que conhecemos, onde as ações do homem não produziram grandes modificações: florestas, mares, rios, montanhas, desertos, etc

**Meio ambiente construído** são todos os lugares que o homem transformou em novas paisagens: agricultura, pastagens, cidades, estradas, etc.







## O que está acontecendo com o nosso planeta?

Nosso planeta vem passando, ao longo dos últimos anos, por grandes transformações, e as conseqüências desse processo já se fazem notar. Grandes cidades e indústrias são símbolos do desenvolvimento econômico e do consumo, mas também da desigualdade social que este modelo pode provocar. Essa desigualdade se traduz em miséria, falta de oportunidade, aumento da distância entre ricos e pobres e destruição do meio ambiente.

Os seres humanos estabeleceram relações que privilegiam o bem estar material, individual e de curto prazo, sem se preocupar em preservar o meio ambiente para as gerações que virão no futuro.



## Nossa relação com a natureza



Desde o início da história humana, nossos antepassados agiram sobre a natureza modificando os espaços e usando os recursos naturais segundo suas necessidades.

Com o passar do tempo, o modo como as pessoas se relacionavam com a natureza foi se alterando, tornando-se cada vez mais predatório, até afetar negativamente todos os elementos do planeta.

A história do Brasil, por exemplo, traz, desde a chegada dos europeus, cicatrizes desta ocupação de grande exploração. A exploração comercial de recursos naturais como o pau-brasil e a cana-de-açúcar promoveu alterações irreversíveis não só no ambiente natural, como também na vida dos habitantes originais da terra. Os índios cultivavam até então uma relação mais equilibrada com a natureza.

Em São Paulo, a cultura da cana-de-açúcar e do café substituiu quase todas as espécies vegetais e animais da Mata Atlântica, provocando a extinção e comprometendo o equilíbrio natural.

Com a crescente industrialização, a depredação da natureza cresceu ainda mais. O crescimento desordenado e a impermeabilização do solo aumentaram progressivamente. O uso voraz dos recursos naturais e a conseqüente produção de resíduos em larga escala leva à extinção de animais e plantas, comprometendo a continuação da vida no planeta.

### ***O que isso nos ensina?***

Que existe um limite de uso e exploração da natureza que, quando ultrapassado, pode levar ao esgotamento dos recursos naturais e colocar em risco a vida de todos os seres vivos na Terra.

#### ***Saiba Mais***

*- A Mata Atlântica correspondia originalmente a uma área superior a 1,3 milhão de km<sup>2</sup> distribuída ao longo de 17 estados brasileiros. Resta hoje apenas 7,3% deste total. (Fundação SOS Mata Atlântica)*





## O que nós temos a ver com as mudanças no planeta?

Nossa responsabilidade é muito grande, porque se nosso modo de vida continuar baseado em consumo acelerado, desperdício e destruição da natureza, só vamos contribuir negativamente para as mudanças do planeta.

Quem tem o poder de usar bem os recursos ou desperdiçá-los e descartá-los?

TODOS NÓS, com nossos hábitos e costumes.

Num passado não muito distante, nosso modo de vida era mais simples. A maioria das pessoas vivia no campo e as cidades eram menores. As pessoas se ajudavam mais e se faziam companhia, tinham um contato mais próximo com a natureza e consumiam menos.

*Elas mesmas produziam  
boa parte do que precisavam.*







Com o desenvolvimento de novas tecnologias para a agricultura, as pessoas foram deixando o campo. O surgimento de indústrias e estabelecimentos comerciais nas cidades aumentou a oferta de trabalho e emprego e atraiu muita gente.

Nas grandes cidades as pessoas têm dificuldade para cultivar amizades e ajudar seus vizinhos. Estranhos são vistos com desconfiança e o desejo da maioria é ter sempre mais bens materiais.

Somos levados a acreditar que a felicidade está em **ter** e não em **ser**.

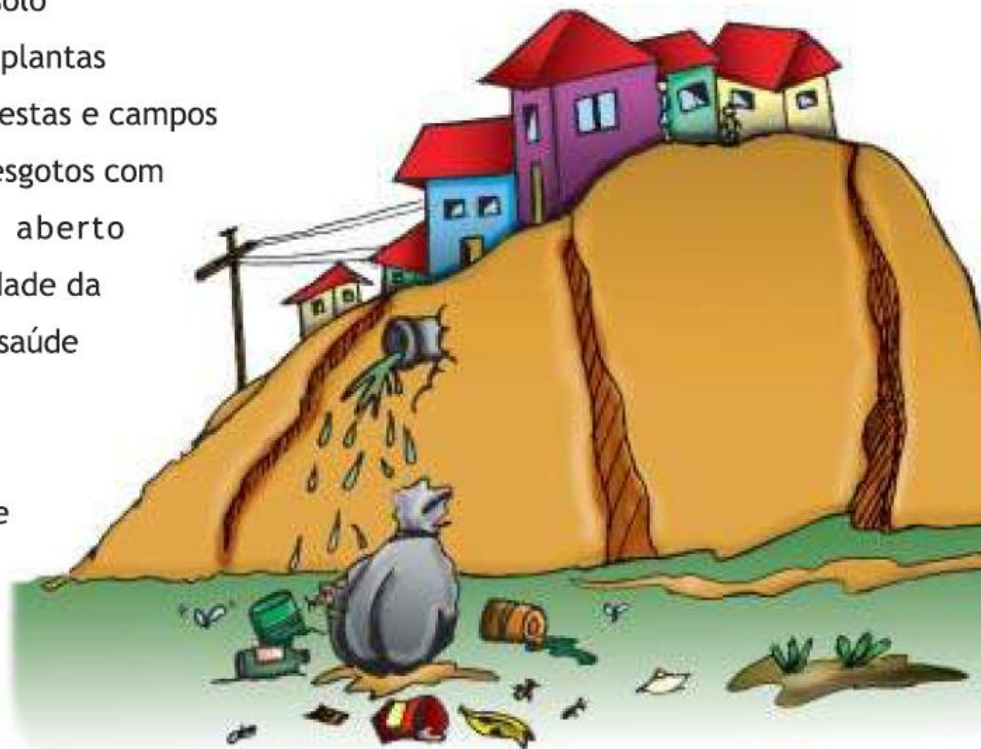
Será que precisamos de tudo isso para sermos felizes?

## E por que isso acontece?

Porque é necessária uma exploração muito grande da natureza para manter o modo de vida urbano, gerando grande consumo de energia, de alimentos e de água, provocando impactos ambientais dentro e fora da cidade.

Como pudemos perceber, a maioria de nós passou a morar nas cidades e é nelas que estão concentrados os grande problemas ambientais:

- Poluição do ar, água e solo
- Extinção dos animais e plantas
- Desmatamento das florestas e campos
- Aumento do lixo, e de esgotos com lançamento a céu aberto comprometendo a qualidade da água, do ar e do solo e da saúde da população
- Falta de áreas verdes
- Assoreamento dos rios e desmatamento de suas margens.





## Nossa Saúde

Não são só o ambiente físico - água, solo e ar -, as plantas e os animais que sofrem com a deterioração do meio ambiente. Esses problemas são também a causa de vários danos à saúde, alterando significativamente a qualidade de vida. A Poluição do ar pode causar graves problemas respiratórios, como pneumonia, enfarto, tosses e bronquites.



Em São Paulo, a causa maior da poluição do ar é a emissão de poluentes por carros e veículos em geral. Para resolver o problema, precisamos:

- implantar a inspeção veicular;
- ampliar e melhorar o transporte coletivo;
- incentivar o uso de bicicleta;
- melhorar a qualidade das calçadas.

### Saiba Mais

*"As conseqüências da poluição à saúde ainda são alarmantes e é preciso mais medidas para enfrentá-las" ( Prof. Paulo Saldiva- USP ).*

*"A pneumonia, inclusive, foi a terceira principal causa de morte na capital no ano em (2004). O número de casos da doença resultando em óbito aumentou 11% de 2003 a 2004 ." (Coordenação de Epidemiologia e Informação da Secretaria Municipal de São Paulo)*

*"Quem mais tem problema de saúde decorrente da inalação de poluentes são idosos, que acabam sendo vítimas principalmente de pneumonia, infarto agudo do miocárdio e enfisema. Em São Paulo, vive-se em média 1 ano e meio a menos por causa da poluição. No caso de idosos e crianças, são 4 ou 5 anos de vida a menos." (Prof. Paulo Saldiva-USP)*

## Que fazer?

Sabemos que não existe uma solução “mágica” para resolver os problemas ambientais. Por mais que a ciência desenvolva soluções e tenhamos acesso a novas tecnologias, os problemas ambientais são complexos e têm várias dimensões: mexem com a economia, com os espaços onde vivemos e também dependem das relações sociais e políticas que estabelecemos.

Portanto, para conseguirmos ter um meio ambiente melhor, necessitamos de soluções conjuntas entre governos, iniciativa privada e população.





## O que o governo deve fazer?

- Criar regras e padrões que garantam a qualidade do meio ambiente e fiscalizar de que todos contribuam para sua manutenção;
- Criar meios de informar a todos sobre as condições reais da sociedade e do meio ambiente, utilizando a televisão, o rádio, as escolas, os conselhos, as associações de moradores, clubes, igrejas etc, para transmitir esses conhecimentos ambientais;
- Incentivar a participação de todos em conselhos, fóruns e outros grupos que lutem pela melhoria da qualidade ambiental;
- Estimular a participação da população nas reuniões - Audiências Públicas - que decidirão sobre a realização de obras que afetarão a todos, seja para recuperar ou impedir a degradação dos ambientes.

### **Saiba Mais**

*A constituição de 1988 em seu artigo 225 diz "Todos têm direito ao meio ambiente equilibrado, bem de uso comum do povo e essencial à sadia qualidade de vida, impondo-se ao poder público e à coletividade o dever de defendê-lo e preservá-lo para as presentes e futuras gerações. "*

## E as empresas?

- Evitar o uso indiscriminado dos recursos naturais pois estes promovem a devastação de grandes reservas naturais;
- Manter um processo de produção mais limpo, que evite ao máximo a poluição atmosférica e o descarte de resíduos;
- Informar à sociedade a política de preservação adotada e os recursos destinados para ela;
- Responder, perante toda a sociedade, pelos impactos sociais e ambientais causados por seus atos, atitudes e produtos.

## E o que nós podemos fazer?

Tanto os grupos, como as pessoas individualmente, podem realizar ações que ajudem a melhorar e preservar o meio ambiente.

- Economizar água e energia;
- Cuidar das árvores e plantas;
- Consumir com consciência, procurando entender o que estamos consumindo e de onde vêm os produtos;
- Optar por produtos que não agriam o ambiente quando são produzidos, usados ou descartados.

*Dê preferência aos alimentos orgânicos que são produzidos sem agrotóxicos, portanto, fazem bem para a saúde e não agriam o meio ambiente!*





## Agenda 21



Nos últimos anos vem aumentando a consciência de que os danos ao meio ambiente são muito grandes e perigosos. Os governos e as sociedades têm buscado soluções para todos esses problemas. Nesse sentido, foram realizados vários encontros mundiais, entre eles o que ocorreu no Rio de Janeiro, chamado Eco 92, que deu origem a um programa de ações para cuidar do planeta, denominado Agenda 21.

A Agenda 21 é um plano de ação que busca a participação de todos - governo, empresas e sociedade - para a solução dos problemas ambientais e sociais, sejam eles do bairro, da cidade, do país ou do planeta. Trata-se de construir estratégias de sobrevivência para todos os seres que habitam a terra.

Em cada cidade, e em alguns casos até mesmo em bairros, existem núcleos da Agenda 21, onde a sua participação será fundamental para cuidar do meio ambiente.

## Como Começar

A melhoria da qualidade ambiental depende de práticas do dia a dia, que podem ir pouco a pouco mudando atitudes em relação ao cuidado com nosso meio ambiente. Adotar um novo estilo de vida, baseado em princípios como “3R”, pode ser fundamental para diminuir a degradação do meio ambiente:



- Reduzir o consumo
- consumir somente o necessário, sem desperdícios.

- **Reutilizar materiais:**

dar novas utilidades aos materiais já utilizados.



- **Reciclar o que for possível:** procurar fazer a separação do lixo de forma que tudo o que tiver condições possa ser reciclado. As donas de casa desempenham um papel importante nessa história.

Quem melhor do que elas para entender do combate ao desperdício?





## Economia de água

A água é um bem precioso, indispensável à vida e finito. Ou seja: pode acabar! A sua preservação é fundamental para a nossa sobrevivência, e sua economia em casa pode ser feita com medidas simples, tais como:

- Evitar vazamentos e goteiras;
- Evitar o uso excessivo da mangueira, recolhendo o lixo e limpando as calçadas e quintais com vassouras;
- Evitar gasto desnecessário da água na higiene pessoal, limitando o tempo dos banhos e da torneira aberta .

### Saiba Mais

*- Do total das águas existentes no mundo, 97,4% encontram-se nos oceanos e são impróprias ao consumo ( salgadas ). Do restante 1,8% está congelada em montanhas altas e apenas 0,8% está disponível como água potável e acessível ao consumo.*

*- O custo da água é muito elevado, porque seu fornecimento para as cidades depende de fontes, córregos, riachos, rios e represas que se encontram distantes das grandes cidades. A água que chega a nossas casas faz um longo percurso até as estações de tratamento para posterior distribuição à população.*



## Economia de eletricidade

Para economizar energia elétrica podemos adotar as seguintes medidas:

- Evitar acender as luzes durante o dia, aproveitando ao máximo a luz natural;
- Tomar banhos rápidos e diminuir o uso do chuveiro em temperaturas muito quentes, que afetam a saúde da pele e cabelos;
- Evitar deixar a porta da geladeira aberta por muito tempo;
- Ligar a televisão apenas quando estiver assistindo a algum programa;
- Sempre que ligar o ferro, passar o máximo de roupas possível.



*Ao adquirir um novo eletrodoméstico verifique se possui o selo PROCEL. É um selo concedido pelo INMETRO para produtos que economizam energia.*

### *Saiba Mais*

*A energia elétrica custa muito caro à natureza, porque a construção de barragens e usinas agride o meio natural, destruindo florestas e campos, modificando o clima local e comprometendo o equilíbrio da vida existente.*

## Economia de Gás

Economizar o gás também é importante pois é uma fonte de energia que se acaba.

Para tanto, podemos:

- Manter o fogão em perfeito estado;
- Manter o máximo de ventilação possível nos locais onde há instalação de gás, diminuindo a probabilidade de acidentes e até de possíveis explosões,
- Evitar cozinhar alimentos em panelas destampadas, pois assim consumimos mais gás, mais energia, e ainda prejudicamos os nutrientes dos alimentos.





## Tratamento do lixo

Esse é um dos problemas mais sérios e que mais incomodam a todos.

Para diminuir ao máximo a quantidade de lixo, podemos:

- Criar ou participar de programas de coleta seletiva;
- Separar os materiais recicláveis e entregar para os catadores ou nos postos de coleta.

Contribuir para a diminuição do lixo é evitar que se retire da natureza mais matéria prima para a produção dos bens, que podem ser feitos com materiais recicláveis.

### **Saiba Mais**

*- Cada tonelada de papel reciclado evita a derrubada de 16 a 30 árvores em média.*

*- Evite produtos descartáveis como os copos plásticos, garrafas de vidro sem retorno, produtos com excesso de embalagens. Prefira utilizar produtos com embalagens recicláveis.*



## Resgatando bons hábitos e costumes

No início do século passado, nossa cidade tinha o ar menos poluído. Havia menos carros nas ruas e andávamos de bonde. Assistíamos às regatas no Rio Tietê...



Converse com seus filhos e netos sobre as condições ambientais da cidade em sua juventude. Comparar hábitos e costumes de diferentes gerações é fundamental para refletirmos sobre o meio ambiente que temos e o que queremos.

## Bibliografia

SECRETARIA MUNICIPAL DO VERDE E MEIO AMBIENTE. *Agenda 21 do Pedacço de São Paulo: Compromisso do Município de São Paulo*. São Paulo: 1997.

SECRETARIA MUNICIPAL DO VERDE E MEIO AMBIENTE. *Agenda 21 - Do Global ao Local*. São Paulo: 1998.

WALDMAN, Maurício e SCHNEIDER, Dan. *Guia Ecológico Doméstico*. São Paulo: 2004. Ed. Contexto.  
DIAS, Genebaldo Freire. *Atividades Interdisciplinares em Educação Ambiental*. Ed. São Paulo: 1993. Ed. Global.

. *Educação Ambiental: Princípios e Práticas*. 2ª ed. São Paulo: 1993. Ed. Gaia

— *Eco Percepção - um resumo didático dos desafios Sócio Ambientais*. São Paulo: 2004. Ed. Gaia.

CARVALHO, Isabel Cristina de Moura. *Educação Ambiental: a formação do sujeito ecológico*. São Paulo: 2004. Ed. Cortez.

GADOTTI, Moacir. *Pedagogia da terra*. São Paulo: 2000. Ed. Peirópolis.

PEREIRA, Flávia. *Consumo Responsável para uma Cidade Sustentável, Caderno Cidadania n.2*. Publicação do Mandato de Vereadora. São Paulo: 2004.



## Informações Adicionais – Onde saber mais?

### Órgãos Governamentais

- Ministério do Meio Ambiente:

[www.mma.gov.br](http://www.mma.gov.br)

- Secretaria Estadual do Meio ambiente de São Paulo

[www.ambiente.sp.gov.br](http://www.ambiente.sp.gov.br)

- Secretaria Municipal do Verde e Meio Ambiente do São Paulo

[www.prefeitura.sp.gov.br](http://www.prefeitura.sp.gov.br)

- Ibama - Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e dos Recursos Naturais Renováveis.

[www.ibama.gov.br](http://www.ibama.gov.br)

- Informe-se na Subprefeitura de seu bairro sobre a modalidade de Coleta Seletiva disponível.

[www.prefeitura.sp.gov.br](http://www.prefeitura.sp.gov.br)

### Órgãos não Governamentais

- Greenpeace

[www.greenpeace.org.br](http://www.greenpeace.org.br)

- ISA - Instituto Sócio Ambiental

[www.socioambiental.org](http://www.socioambiental.org)

- Instituto ECOAR para a Cidadania

[www.ecoar.org.br](http://www.ecoar.org.br)

- Instituto de Educação e Pesquisa Ambiental 5 Elementos

[www.5elementos.org.br](http://www.5elementos.org.br)

- Fundação SOS Mata Atlântica

[www.sosmatatlantica.org.br](http://www.sosmatatlantica.org.br)

- Mais Ambiente

[www.maisambiente.com.br](http://www.maisambiente.com.br)

## **Prefeitura do Município de São Paulo**

**Secretaria Municipal do Verde e Meio Ambiente**

**Grande Conselho Municipal do Idoso - Comissão de Habitação e Meio Ambiente**

### **Elaboração:**

André Luiz Moura de Alcântara - Divisão de Educação Ambiental - SVMA

Maria Alice Nelli Machado - CEA Ibirapuera

Sônia Regina Ribeiro de Carvalho - CEA Ibirapuera

### **Diagramação, Ilustrações e Arte:**

Fábio Augusto Lopes da Silva - Assessoria de Comunicação - SVMA

Silvia Costa Glueck - Assessoria de Comunicação - SVMA

### **Revisão de Texto:**

Vânia Nelize Ventura - Assessoria de Comunicação - SVMA

### **Revisão Final:**

Mônica Ribeiro - Assessoria de Comunicação - SVMA

### **Colaboradores:**

Eliana Sapucaia Rizzini - Coordenadora do CEA Ibirapuera

Vera Lúcia dos Santos Gonzalez - Coordenadora do CEA Nabuco

Olga Quiroga - Conselheira do Grande Conselho Municipal do Idoso

*A Secretaria do Verde e do Meio Ambiente está incentivando a formação, em cada Subprefeitura da cidade, do Conselho de Meio Ambiente, voltado para Arborização e Agenda 21. Informe-se na Subprefeitura de sua região ou na Secretaria do Verde.*

*São Paulo, 2006*



**PREFEITURA DA CIDADE DE**

**SÃO PAULO**

**SECRETARIA DO VERDE  
E MEIO AMBIENTE**