

Manual de
**Boas Práticas
Sustentáveis**



Pra tudo que
importa

- 3 Apresentação
- 4 O que é Sustentabilidade?
- 5 A Política Nacional dos Resíduos Sólidos

Resíduos Sólidos

- 6 Entendendo os Resíduos Sólidos
- 6 Produtos de Seguros BB Seguros com Atributos Ambientais
- 7 Os Resíduos gerados em sinistros
- 7 Práticas de Manuseio e Acondicionamento
- 7 Dicas de separação
- 8 Acondicionamento de Lâmpadas Fluorescentes
- 8 O transporte e a destinação final dos resíduos de sinistros
- 8 Conheça seu “lixo” e faça o certo

Resíduos Recicláveis

- 9 Papel
- 9 Metal
- 9 Plástico
- 9 Vidro
- 9 Orgânicos

Resíduos de logística reversa

- 10 Lâmpadas fluorescentes
- 10 Remédios
- 10 Resíduos de Pilhas e Baterias
- 11 Resíduos de produtos eletroeletrônicos
- 11 E o Rejeito?

Redução do consumo de água

- 12 Confira essas dicas
- 12 Diminua seu tempo no banho
- 12 Escolha um chuveiro que economize água e energia
- 12 Troque a sua descarga por uma de duplo fluxo
- 12 Faça xixi durante o banho
- 12 Feche a torneira ao escovar os dentes
- 12 Coloque um aerador e um temporizador na torneira
- 12 Colete água da chuva
- 12 Reaproveite a água da máquina de lavar roupa
- 12 Limpe antes de lavar a louça
- 12 Cuide da água da piscina

Redução do consumo de energia

- 13 Confira essas dicas
- 13 Invista em energia solar em sua casa ou condomínio
- 13 Utilize o calor do sol para aquecer a água de sua casa
- 13 Dê preferência às lâmpadas LED
- 13 Utilize e abuse da iluminação natural
- 13 Desligue a TV quando ninguém estiver assistindo
- 13 Escolha onde instalar o ar-condicionado, prefira local com boa circulação de ar
- 13 Não use a geladeira para secar roupas
- 13 Máquina de lavar e ferro de passar roupa: planeje o uso
- 14 Prefira o uso de notebook

Construções sustentáveis

- 14 Construções Sustentáveis
- 15 Confira essas dicas
- 15 Iniciando o Projeto – Posicionando os ambientes, você ganha em conforto
- 15 Materiais de construção – compre tudo no mesmo lugar
- 15 Use materiais de demolição
- 15 Use tijolo de solo-cimento (ecológico)
- 15 Use argamassa de areia reciclada
- 15 Use cerâmicas e ladrilhos (ecológicos)
- 15 Use piso emborrachado
- 15 Use telhas tetra-tubo
- 16 Use tintas naturais
- 16 Saiba escolher as cores
- 16 Para saber mais

17 Referências Bibliográficas

Este guia orientativo foi pensado com o objetivo de contribuir com a formação de uma educação e consciência ambiental que nos faça refletir sobre o impacto das nossas ações no meio ambiente, além de dar a oportunidade para que sejamos multiplicadores desses conhecimentos nos locais em que vivemos e no nosso ambiente social (família, amigos, vizinhos etc.).

As temáticas trazidas neste Manual foram escolhidas e organizadas de forma a aproximar o conteúdo tratado e a realidade do dia a dia, tornando, desta forma, possível transformar essa realidade em ações concretas para a solução das problemáticas de poluição ambiental que derivam dos nossos hábitos de consumo.

Esse material e dicas não têm a pretensão de esgotar a extensa relação de formas possíveis de contribuição para a preservação do meio ambiente, mas com certeza fará com que pequenas mudanças e simples atitudes, uma vez incorporadas ao nosso dia a dia, possam disseminar uma prática benéfica de cidadania.



Podemos definir Sustentabilidade como a busca pelo equilíbrio entre o suprimento das necessidades humanas e a preservação dos recursos naturais, sem comprometer a possibilidade de as gerações futuras também satisfazerem suas necessidades.

Ou seja, o grande desafio da humanidade é promover o desenvolvimento do nosso planeta de forma sustentável para que as gerações futuras possam usufruir daquilo que a natureza nos dá hoje.

É um desafio, porque os principais obstáculos do desenvolvimento sustentável, estão relacionados à mudança de conduta da sociedade como um todo, considerando que existe uma forte mobilização econômica, influenciando o consumismo desmedido que, continuamente, nos remete a uma degradação ambiental.

Não podemos nos concentrar apenas nas nossas necessidades, precisamos adotar e divulgar o conceito de desenvolvimento sustentável em todos os segmentos da sociedade.

E o caminho para essa conquista é a educação ambiental, como um instrumento de melhoria da qualidade de vida, formando cidadãos conscientes de sua participação local, no contexto da conservação ambiental global.

A **BB Seguros** por meio deste Manual dá mais um passo em contribuição com o **Desenvolvimento Sustentável**.



E como colocar tudo isso na prática?

O objetivo aqui é apresentar ideias de ações simples que contribuam com a Sustentabilidade, incentivando a mudança de comportamento no nosso dia a dia de maneira que possamos efetivamente preservar e proteger o meio ambiente.

Essas dicas serão apresentadas em quatro capítulos:

Resíduos, Redução do consumo de água, Redução do consumo de energia e Construções sustentáveis.



A Política Nacional de Resíduos Sólidos

A Política Nacional de Resíduos Sólidos – Lei 12.305/2010 foi publicada com o objetivo de promover a consciência ambiental e ressaltar a responsabilidade de todos nós nesse contexto.

Na prática, isso significa que, a partir dessa Lei, consumidores, produtores e fabricantes, entre outros atores sociais precisarão se engajar e adotar uma participação efetiva no processo de gestão dos resíduos.

Isso quer dizer que a responsabilidade é compartilhada, ou seja, desde a criação de um produto ou realização de um serviço, até o término da sua vida útil falando de produto, ou conclusão do serviço, em todas essas etapas, somos responsáveis pela correta destinação dos resíduos e respectiva disposição dos rejeitos.

A presente Lei procurou abranger todos os envolvidos com a geração de resíduos, porque a destinação inadequada deles pode causar inúmeros impactos socioambientais negativos, tais como: emissão de gases de efeito estufa, degradação e contaminação do solo, poluição da água, proliferação de vetores de importância sanitária, como é o caso do *Aedes aegypti* (vetor da dengue), enfim, não há distinção quando falamos em poluição ambiental - todo mundo é afetado.

Dito isso, una-se a essa ideia e seja um agente transformador, faça sua parte no cumprimento dessa Lei tão importante, adotando as práticas e dicas que esse manual traz.

Entendendo os Resíduos Sólidos

A Lei da Política Nacional de Resíduos Sólidos (PNRS) define resíduo sólido como “todo material, substância, objeto ou bem descartado resultante de atividades humanas em sociedade...”.

A denominação “resíduo sólido” é usada para designar o “lixo” sólido ou semissólido, proveniente das residências, das indústrias, dos hospitais, do comércio, dos serviços de limpeza urbana ou mesmo da agricultura. Os resíduos sólidos podem ser classificados em lixo comum ou domiciliar, público e especiais.

O resíduo comum considerado pela PNRS como Rejeito é o que comumente chamamos de “lixo” – proveniente das residências, dos prédios públicos, do comércio e das escolas, e em sua maioria é composto por matéria orgânica.

Faz parte ainda desse resíduo uma variedade de materiais recicláveis (papel, papelão, plásticos, latinhas, vidro etc.), que possuem valor econômico, muitas vezes desperdiçado pela ausência de segregação adequada. Os resíduos gerados em serviços públicos são aqueles resultantes das atividades de limpeza urbana de ruas e praças (entre eles: folhas e galhos, lixo recolhido dos córregos, rios, lagos, entre outros).

Os resíduos considerados especiais pela PNRS são aqueles gerados na construção civil (entulhos), os resíduos biológicos, químicos infectantes ou rejeitos radioativos, provenientes de equipamentos usados nos serviços de saúde, e o resíduo industrial formado por resíduos corrosivos, inflamáveis, tóxicos, perigosos, entre outros. Nesse contexto, relacionamos ainda os resíduos, especificamente, provenientes dos sinistros (acidente que causa danos e/ou prejuízos a um bem segurado constante na apólice do seguro), conforme descritos a seguir.



Produtos da BB Seguros com Atributos Ambientais

A **BB Seguros** conta com um portfólio atrelado a serviços voltados à gestão de riscos socioambientais e ao incentivo à adoção de práticas mais saudáveis, responsáveis e sustentáveis entre seus clientes. O perfil Ambiental, Social e de Governança (ASG) dos produtos inclui serviços de descarte inteligente e caçamba, além de consultoria ambiental, com dicas e orientações para que a residência esteja em sintonia com boas práticas de sustentabilidade, focando a redução de gastos com energia elétrica, água e reciclagem do lixo.

O descarte sustentável de móveis e eletrônicos ajuda a reduzir o impacto ambiental causado por peças e componentes destes itens. Já o fornecimento de peças e materiais nos principais serviços de ambos os planos é um diferencial exclusivo da **BB Seguros**.



Os Resíduos gerados em sinistros

Quando ocorre um sinistro, são gerados materiais e/ou bens danificados considerados lixo (resíduo), em decorrência de um evento previsto na cobertura da sua apólice (por exemplo fogo, curto-circuito, inundações etc.), e você, segurado, acaba por participar desde o início do processo que promoverá a destinação final (tratamento, reciclagem, compostagem, valorização térmica, reutilização, logística reversa) ou disposição final (envio para aterro) destes resíduos.

Por isso, achamos importante trazer para seu conhecimento algumas práticas que, uma vez adotadas, poderão minimizar os riscos de afetar a saúde das pessoas ou o meio ambiente, além de propiciar, na prática, a tão incentivada conduta sustentável.

Práticas de Manuseio e Acondicionamento

Em um primeiro momento, é preciso acondicionar (inserir) os resíduos em recipientes destinados ao armazenamento desse material, como lixeiras, caçambas, entre outros. A correta segregação e o acondicionamento dos resíduos possibilitam o melhor aproveitamento nos processos de reutilização e reciclagem, já que, se “forem misturados” (acondicionados de forma incorreta), podem ficar irrecuperáveis. Esse acondicionamento deve ser realizado de forma a garantir a preservação das características dos produtos e as condições de higiene.

Dicas de separação

A separação deve ser realizada no local do sinistro.

Para auxiliar neste processo, preparamos abaixo uma lista dos resíduos comuns em sinistros habitacionais:

- Resíduos perigosos: lâmpadas fluorescentes, compressores de geladeira que contêm óleos lubrificantes, os recipientes de gás do ar-condicionado, os produtos de limpeza como limpa-forno, água sanitária, removedor de cera, os produtos de higiene, como acetonas, desodorantes sprays, as tintas e solventes usados na reforma, as baterias de lítio dos celulares ou aparelhos eletrônicos e telhas ou caixas d'água de amianto.
- Resíduos não perigosos: aparelhos eletrônicos em geral, lâmpadas de led, produtos de limpeza não citados acima, telhas de cerâmica, concreto, restos de paredes, pisos, concreto, madeiras, gesso, sucatas metálicas, plásticos, papéis, vidros, resíduos não recicláveis, móveis, colchões e embalagens (sem material residual), trapos contaminados com óleos e graxas, eletroeletrônicos contendo baterias e telas, embalagens e peças contaminadas com óleo lubrificante e solo contaminado com óleos, graxas e combustíveis.

Acondicionamento de Lâmpadas Fluorescentes

Para o caso específico do acondicionamento de lâmpadas fluorescentes, é recomendável envolvê-las em plástico bolha ou papelão, evitando sua ruptura e liberação no meio ambiente do mercúrio, um poluente ambiental e componente tóxico para as pessoas. E, se essas lâmpadas estiverem quebradas, recomenda-se que sejam acondicionadas em bombonas ou tambores vedados e identificados.

Por outro lado, de acordo com a legislação, para transportar um resíduo ou produto perigoso, é obrigatória a utilização de embalagens certificadas pelo Instituto Nacional de Meteorologia, Qualidade e Tecnologia (Inmetro).

Portanto, se o resíduo gerado oriundo ou não de um sinistro for transportado para a destinação final em um local fora da sua propriedade, o tambor, bombona ou bigbags adquiridos para embalar os resíduos devem conter o selo de conformidade do Inmetro estampado. Estas embalagens são mais resistentes e seu uso é obrigatório.

O transporte e a destinação final dos resíduos de sinistros

Quando for escolher um transportador e um destinador para os resíduos gerados no seu sinistro (desde que ele não seja atendido pela Assistência Técnica de acordo com o descrito na sua apólice), lembre-se de exigir sempre as licenças ambientais deste tipo de fornecedor, isto minimiza o risco deste resíduo ser disposto em áreas inapropriadas. Em todas as capitais brasileiras e nas grandes cidades, é exigida a licença ambiental para o transportador e destinadores de entulho, este é um importante documento e, como é uma exigência legal, o consumidor tem a obrigatoriedade de usar somente empresas licenciadas para tanto.

Lembre-se de utilizar as opções de logística reversa para os resíduos possíveis, veja abaixo quais os resíduos podem ser destinados neste tipo de sistema.

Conheça seu “lixo” e faça o certo

Vimos acima qual o conceito de resíduos sólidos de acordo com a Política Nacional de Resíduos Sólidos e como eles são classificados.

Agora, com esse conhecimento, a primeira coisa a fazer para produzir menos resíduos é descobrir quais os tipos de “lixo” você produz. O importante é parar para se dar conta do que está sendo gerado e depois descobrir qual a sua maior fonte produtora de resíduos e, então, pensar na solução e começar a fazer diferente.

Algumas respostas simples, como recusar, reduzir, reutilizar, reciclar e compostar os resíduos, é o caminho para a Sustentabilidade na prática. E, apesar de só reciclar não ser suficiente, ainda é uma atitude importantíssima para o Brasil.

Afinal, hoje, mesmo com a instituição da Política Nacional de Resíduos Sólidos, a quantidade de resíduos que passa por esse processo (reciclagem) é de apenas 3% do total de resíduos produzidos.

A maior parte do nosso sistema de coleta seletiva presente nas cidades é de porta em porta: deixamos o lixo na frente da casa, na rua, e o caminhão passa para buscar. Por esse processo, só o que precisamos fazer é separar o que é reciclável do que não é. Importante: se sua cidade ou bairro não possuir coleta seletiva, leve os resíduos recicláveis até um Ecoponto. Ecopontos são locais de entrega voluntária e gratuita de pequenos volumes de entulhos (até 1 m³ em São Paulo), grandes objetos (móveis, poda de árvores etc.) e resíduos recicláveis.

No site da Ecycle (<https://www.ecycle.com.br/postos/reciclagem.php>), você encontra vários locais que promovem a reciclagem dos resíduos, o que pode ser uma boa dica.

Resíduos Recicláveis

Papel

Você sabia? É reciclável: papel de caderno, de escritório, jornais, revistas e panfletos; embalagens; papel de seda; papel-toalha, higiênico e lenços de papel limpos; cartões e cartolinas; caixas de papelão; papel Kraft, de desenho. **Não reciclável:** papel-vegetal, celofane, carbono, papéis sujos ou engordurados, revestidos com cera, parafina ou silicone; fotografias, fitas e etiquetas adesivas, papel de extrato bancário.

Metal

Você sabia? É reciclável: alumínio (latas de bebidas, tampa de iogurte, papel-alumínio, sachês de café); folha-de-flandres ou aço revestido com estanho (latas de óleo, sardinha, de conservas em geral); ferragens; fio de cobre; panela sem cabo plástico; arame. **Não reciclável:** esponja de aço, lata de aerossol; lata de tinta ou verniz.

Plástico

Você sabia? É reciclável: embalagens plásticas de todos os tipos (garrafas pet, xampu, detergente etc.); tampas plásticas de produtos; embalagens de ovos, frutas e legumes; utensílios plásticos, como canetas, escovas de dente, copos, sacolas; isopor; embalagens plásticas. **Não reciclável:** plástico tipo celofane; acrílico; plásticos sujos.

Vidro

Você sabia? É reciclável: garrafas de bebidas; potes em geral (molhos, produtos de limpeza, perfumes, remédios); embalagens quebradas. **Não reciclável:** espelhos; vidros de carro ou janelas; lâmpadas; cristal; vidros temperados ou de utensílios domésticos.

Orgânicos

Você sabia? É reciclável: o lixo orgânico é qualquer resíduo que tenha origem vegetal ou animal, do tipo que produzimos todos os dias em nossas residências. São basicamente compostos por restos de alimentos, como carne, cascas de frutas, borra de café e arroz e pode ser reciclado de duas formas: a compostagem, gerando adubo para ser usado em plantações, e a reciclagem por meio da produção de biogás (combustível).

O processo de compostagem pode ser definido como a reciclagem de matéria orgânica e ajuda a diminuir o impacto em aterros sanitários. A compostagem é um processo muito simples e pode ser feita em casa.

Um dos sistemas de composteira doméstica mais famoso hoje é a composteira com minhocas. Ela é pequena, não tem cheiro ruim, cabe em qualquer cantinho, como a área de serviço, e a decomposição acontece mais rápido. Esse tipo de composteira é ótimo para quem mora em apartamento.

As composteiras domésticas podem ser compradas pela internet em sites próprios. Mas, se você gosta de se aventurar desenvolvendo novas habilidades, pode escolher uma composteira com baldes e você mesmo criá-la, existem vários tutoriais na internet (<https://www.ecycle.com.br/compostagem/>).



Logística Reversa

A **logística reversa** é um instrumento de desenvolvimento econômico e social elaborado por um conjunto de ações, permitindo que a coleta do que foi consumido seja restituído (resíduos sólidos) ao setor empresarial, para reaproveitamento no mesmo ciclo produtivo ou em outros ciclos. Trata-se do caminho de volta que o produto percorre após ser vendido e consumido. Ou seja, o completo reaproveitamento do resíduo.



Lâmpadas fluorescentes

Você sabia? As lâmpadas fluorescentes não podem ser descartadas no lixo reciclável e nem no comum porque possuem gases tóxicos. Se precisar descartar, procure um PEV – Ponto de Entrega Voluntário do projeto RECICLUS e entregue o resíduo para ser descartado corretamente (<https://reciclus.org.br/sobre/>).

Caso a lâmpada tenha quebrado, tome alguns cuidados importantes: abra as janelas e ventile o local, para retirar os cacos, espere a poeira baixar (fumaça branca), use luvas e coloque os cacos em um recipiente que possa ser lacrado (garrafa pet, por exemplo).

A reciclagem desse material consiste em retirar o mercúrio da lâmpada fluorescente, eliminando, dessa forma, a possibilidade de contaminação humana e do meio ambiente.

Remédios

Você sabia? Esse tipo de resíduo não pode ser descartado como lixo reciclável, no lixo comum (aquele que colocamos para a coleta pública) e nem mesmo no vaso sanitário, porque possui contaminantes.

Sendo assim, se você gerar medicamentos vencidos, sugerimos que você os descarte em farmácias ou postos de saúde (<https://www.roche.com.br/pt/por-dentro-da-roche/descartes-de-medicamentos.html>).

Se a geração for de agulhas, seringas e outros instrumentos usados por pessoas com doenças crônicas, é preciso ter uma caixinha de lixo infectante em casa para acondicioná-los e, posteriormente, levar até um posto de saúde ou um hospital quando estiver cheia. Esses estabelecimentos darão o destino adequado e ambientalmente correto.

Resíduos de Pilhas e Baterias

Você sabia? As pilhas comuns e as pilhas alcalinas estão sujeitas a regras legais que estabelecem limites de concentração dos metais pesados que as compõem, e as baterias possuem constituição distinta das pilhas, essencialmente, pelos sistemas como níquel-cádmio, níquel-metal-hidreto, íons de lítio e outros compostos.

No Brasil, existe o programa GREEN ELETRON da ABINEE – Associação Brasileira da Indústria Elétrica e Eletrônica, para a logística reversa de pilhas e baterias portáteis (<https://greeneletron.org.br/blog/>) (<http://www.abinee.org.br/>).

Isso permite que o consumidor possa levar as pilhas e baterias até um estabelecimento comercial que seja ponto de coleta. O estabelecimento comercial armazena temporariamente as pilhas e as baterias de forma adequada e, quando está com o conteúdo cheio, solicita que uma empresa gestora do programa retire as pilhas e baterias. Essa empresa gestora do programa recolhe as pilhas nos pontos de recebimento, efetua uma triagem por marca e encaminha para a destinação final ambientalmente adequada.

Resíduos de produtos eletroeletrônicos

Você sabia? Os produtos eletroeletrônicos foram agrupados pelas instituições setoriais em conjuntos denominados “linhas” com cores que as identificam.

As linhas são definidas como verde, marrom, branca e azul. As linhas brancas, marrom e azul são representadas pela Associação Nacional de Fabricantes de Produtos Eletrônicos (Eletros) e a linha verde pela Associação Brasileira da Indústria Elétrica e Eletrônica (Abinee) (<https://eletros.org.br/>) (<http://www.abinee.org.br/>).

Veja o quadro abaixo:

Linha Verde	Linha Marrom	Linha Branca	Linha Azul
<ul style="list-style-type: none">• Desktop• Notebooks• Impressoras• Aparelhos celulares	<ul style="list-style-type: none">• TV (tubo e monitor)• TV Plasma• LCD / Monitor• DVD / VHS• Produtos de áudio	<ul style="list-style-type: none">• Geladeiras• Refrigeradores e Congeladores• Fogões• Lava-roupas• Ar-condicionado	<ul style="list-style-type: none">• Batedeiras• Liquidificadores• Ferros elétricos• Furadeiras
Vida útil curta (2 a 5 anos)	Vida útil média (2 a 13 anos)	Vida útil longa (10 a 15 anos)	Vida útil longa (10 a 12 anos)
Equipamentos de pequeno porte (0,09 kg - 30 kg)	Equipamentos de médio porte (1 kg - 30 kg)	Equipamentos de grande porte (30 kg - 70 kg)	Equipamentos de pequeno porte (0,5 kg - 5 kg)
Grande diversidade de componentes	Composto principalmente de plástico e vidro.	Menor diversidade de componentes	Composto principalmente de plástico
Composto principalmente de metais e plásticos.		Composto principalmente de metais	



E o mais importante em relação aos produtos elétricos e eletrônicos é que são considerados bens de consumo, de propriedade de quem os adquiriu, o que torna o proprietário e possuidor do bem responsável pela disposição dos resíduos após o término de seu uso.

Desta forma, se você tem um resíduo dessa natureza para dispor, seja pelo tempo de uso ou mesmo oriundo de um sinistro, deverá proceder a entrega em um PEV – Ponto de Entrega Voluntário próximo de sua casa (<https://www.greeneletron.org.br/localizador>).

Dentro de alguns produtos do nosso portfólio temos Assistências para Descarte Sustentável. Se precisar, acione os canais competentes e informe-os sobre a geração do respectivo resíduo.

E o Rejeito?

Alguns resíduos chamados de rejeitos precisam ir para o aterro como destinação final. Nessa classificação, entram todos os resíduos não recicláveis, como, por exemplo, fraldas descartáveis, absorventes femininos, embalagens de papel engorduradas, dejetos animais embrulhados em jornais e/ou em sacos plásticos, resíduos de banheiros e de varrição etc.



Redução do Consumo de Água

Há bem pouco tempo, acreditávamos que a água era um recurso inesgotável, podendo ser utilizada à vontade. Isso acontecia porque vemos água por toda parte na natureza: rios, lagos, cachoeiras, entre outros. Sem falar que a maior parte da superfície do planeta é composta por água, cerca de 70% (setenta por cento) dela, muito embora, acredite, apenas 2,5% (dois e meio por cento) é constituído por água doce (a que utilizamos em nossas casas).

A verdade é que ao longo dos anos transformamos essa realidade (“água farta”), e esse recurso é cada vez mais escasso. Esse cenário preocupante é fruto das ações do Homem que provocam grandes mudanças no meio ambiente e desencadeiam contaminação.

Por isso, é muito importante praticar o consumo consciente do uso da água potável do planeta e ajudar a preservar os mananciais, sem falar que a diferença e transformação também se dão no valor final da sua conta de água.

Em nosso portfólio, possuímos alguns produtos com coberturas por **Danos causados por Água.**

Confira essas dicas:

Diminua seu tempo no banho

Você sabia? Um minuto a menos no banho todo dia economiza o suficiente para manter seu celular carregado por 100 dias sem deixar de usá-lo (Instituto Akatu).

Escolha um chuveiro que economize água e energia

Você sabia? O chuveiro eletrônico oferece uma diversidade de temperaturas para serem misturadas na hora de regular o chuveiro, o que evita desperdício de água e diminui a conta de luz.

Troque a sua descarga por uma de duplo fluxo

Você sabia? Em média, uma descarga gasta 6 litros de água quando acionada.

A descarga de duplo fluxo possui um botão menor que libera menos água, e o maior, mais água, de acordo com a necessidade.

Faça xixi durante o banho

Você sabia? Fazendo xixi no banho, uma pessoa que tome um banho por dia poupará, em um ano, 2.190 litros de água (Revista Exame).

Feche a torneira ao escovar os dentes

Você sabia? Pode-se economizar até 12 litros de água em casas e até 80 litros de água em apartamentos com o simples ato de fechar a torneira ao escovar os dentes.

Coloque um aerador e um temporizador na torneira

Você sabia? Uma pessoa gasta para lavar louça, com a torneira aberta por 15 minutos, 117 litros de água. Um aerador e/ou um temporizador ajuda a diminuir o consumo da água.

Colete água da chuva

Você sabia? Coletar água da chuva é uma das melhores formas de reaproveitamento da água, que pode ser utilizada nas tarefas domésticas de lavar o carro, lavar a calçada, molhar as plantas e até dar descarga no vaso sanitário. Mas não se esqueça: água da chuva não é para beber – não é potável.

Reproveite a água da máquina de lavar roupa

Você sabia? A água da máquina de lavar pode ser utilizada para lavar pisos de cerâmica, granito, porcelanato e outros revestimentos externos, além de ser ótima para dar uma faxina geral no banheiro, lavando box, as paredes e os azulejos e tudo que estiver no ambiente.

Limpe antes de lavar a louça

Você sabia? Eletrodomésticos “inteligentes”, como a “máquina lava-louça”, economizam água por causa do modo como fazem a lavagem. Portanto, pode usá-los, mas lembre-se de retirar o excesso de sujeira dos pratos, copos, talheres e panelas a seco, isso vale se for lavar a louça na pia também, antes de abrir a torneira e mantenha-a fechada.

Cuide da água da piscina

Você sabia? Manter a piscina coberta quando não estiver utilizando-a, diminui em até 90% a evaporação. Estima-se que uma piscina de tamanho médio pode ter uma perda de 3.785 litros por mês, o que seria suficiente para o consumo de quatro pessoas por um ano.

Redução do Consumo de Energia

Você já reparou que sempre que passamos por um período longo de estiagem o “fantasma” do apagão ressurge para nos assombrar? Isso se dá porque os reservatórios de água que concentram algumas das principais hidrelétricas sofrem um “esvaziamento”, tornando a produção de energia mais difícil e mais cara, afinal, mais de 70% da eletricidade gerada no País vem de hidrelétricas. Por essa razão, é fundamental o consumo consciente de energia elétrica e consumir de forma consciente não significa deixar de consumir, mas consumir de uma forma diferente. Isso com certeza ajudará você a economizar, proporcionando uma mudança positiva na sua rotina, além de contribuir com o meio ambiente.

Confira essas dicas:

Invista em energia solar em sua casa ou condomínio

Você sabia? A energia solar é chamada de energia limpa e renovável porque não afeta o meio ambiente e nem a nossa saúde. Em fevereiro de 2018, uma matéria do Globo anunciou uma queda de 50% no valor dos equipamentos necessários para a utilização de energia solar. Fazendo a mudança do uso de hidrelétrica em nossas casas ou nos condomínios, menos locais da natureza terão que ser alagados para novas construções e queimaremos menos combustível fóssil para produzir energia.

Utilize o calor do sol para aquecer a água de sua casa

Você sabia? O aquecimento solar (placas coletoras da radiação solar instaladas no telhado) é diferente da energia solar fotovoltaica (placas solares que transformam a irradiação diretamente em energia elétrica). O sistema fotovoltaico é formado por células solares que transformam a luz do sol em energia elétrica. Por outro lado, o sistema de aquecimento solar tem a função de absorver a radiação solar, transferindo o calor para a água que circula em uma tubulação. Com o aquecimento solar, você poderá aquecer a água do banho ou da piscina.

Dê preferência às lâmpadas LED

Você sabia? Uma lâmpada LED com um consumo de 120 horas ligadas por mês gasta R\$ 0,82 (oitenta e dois centavos), enquanto uma lâmpada fluorescente gasta pelo mesmo período, gasta o equivalente a R\$ 1,44 (um real e quarenta e quatro centavos).

Utilize e abuse da iluminação natural

Você sabia? O custo com iluminação em uma residência é responsável por mais de 10% (dez por cento) do valor da conta. Sendo possível, prefira a iluminação natural e apague as luzes quando não estiverem em uso.

Desligue a TV quando ninguém estiver assistindo

Você sabia? O televisor é um eletrodoméstico usado, em média, de 4 a 5 horas por dia nas casas brasileiras, e a sua potência média é de 150 watts. O consumo mensal de energia elétrica de um televisor fica entre 10 e 30 kwh, e ele é responsável por 6% (seis por cento) do valor da conta mensal (CPFL). Ah, vale lembrar para não deixar os aparelhos ligados em stand by (indicador de Led = embora temporariamente desligado, o aparelho continua recebendo energia).

Escolha onde instalar o ar-condicionado – prefira local com boa circulação de ar

Você sabia? O ar-condicionado pode representar até 15% (quinze por cento) do valor da sua conta de luz. Portanto, use-o racionalmente e mantenha portas e janelas fechadas, evitando a entrada de ar do ambiente externo. Limpe sempre os filtros.

Não use a geladeira para secar roupas

Você sabia? A geladeira é um dos equipamentos que mais consome energia em uma residência, ela representa em média de 25% a 30% do valor da conta de energia elétrica. Portanto, não utilize a parte traseira da geladeira para secar panos ou roupas. Degele e limpe a geladeira com frequência.

Máquina de lavar e ferro de passar roupa: planeje o uso

Você sabia? Uma máquina de lavar roupa representa em torno de 3% do valor da conta de energia elétrica. Para se ter uma ideia, uma máquina de 10 kg automática gasta por ciclo 0,31 kWh. Faça um exercício e multiplique a quantidade de horas mensais de uso da máquina de lavar e multiplique pelo valor da tarifa da energia elétrica da concessionária da sua região e descubra o seu gasto médio. Garanto que você ficará bem surpreso.

Ah, não se esqueça do ferro elétrico a vapor que consome em média 7,2 kWh/mês (considerando uso de 12 horas mensais). Ou seja, junte o máximo de roupas possível para otimizar o uso da máquina de lavar em sua capacidade máxima.

Faça o mesmo quando for usar o ferro de passar roupas. O ideal mesmo é você usar uma ou duas vezes por semana estes equipamentos.

Prefira o uso de notebook

Você sabia? O notebook é mais econômico que o computador de mesa. Um computador de mesa consome em média 15,12 kWh considerando o uso de oito horas/dia, podendo chegar até 250 kWh.

De qualquer forma, se você não tem um notebook, não se desespere! Se for possível, utilize o recurso de “dormir” ou “hibernar” e coloque-o nessa função após 20 minutos sem usar o computador, isso lhe trará economia, com certeza. Desligue o computador da tomada quando não estiver usando.

Construções Sustentáveis:

Um dado importante sobre a indústria da construção civil é que é o setor que mais consome recursos naturais e utiliza energia de forma intensa. Além disso, estima-se que mais de 50% (cinquenta por cento) dos resíduos sólidos gerados pelo conjunto das atividades humanas é proveniente da construção civil.

Talvez isso explique a urbanização desordenada, que causa uma série de problemas sociais e ambientais, sem falar na falta de planejamento urbano, que nos levou ao adensamento do solo, encarecendo o m² dos terrenos.

Esse aumento significativo da população por m², sem dúvida alguma, distanciou a relação do Homem com a terra e a natureza. À medida que as edificações foram crescendo e prédios e mais prédios sendo construídos, mais afastados da natureza e do meio ambiente ficamos.

Nesse contexto, a sociedade assumiu mais um grande desafio: introduzir na área urbana um novo conceito de habitação e construção, que oferecesse mais qualidade de vida aos habitantes das grandes cidades com menor impacto ao meio ambiente, praticando o consumo sustentável na hora das construções e obras particulares, usando com mais eficiência os recursos e os materiais necessários para a construção ou reforma, diminuindo o desperdício, além de desenvolver projetos que utilizem a iluminação e a ventilação naturais e outras vantagens que o meio ambiente dispõe.

Hoje, temos várias matérias-primas, processos, técnicas e produtos acessíveis para quem quiser e para “qualquer bolso”, são soluções sustentáveis utilizadas até mesmo em moradias populares, práticas desenvolvidas para contribuir com esse novo conceito.

Sendo assim, que tal aplicar algumas destas ideias em sua obra?

Mas lembre-se: o primeiro passo do sonho da casa própria ou da reforma e um dos pilares da Sustentabilidade é a viabilidade econômica, tenha controle do seu orçamento em todas as etapas da obra.



Confira essas dicas:

Iniciando o Projeto – Posicionando os ambientes, você ganha em conforto

Você sabia? A disposição dos ambientes em uma residência pode criar condições prévias de conforto ou desconforto. A face Norte da casa é a melhor face da edificação em climas mais frios (quartos, salas, áreas de elevada permanência); a face Sul é boa para luz uniforme, ventos frios de inverno (corredores, escadas, garagem, depósitos, despensa); a face Leste Nascente (quartos, salas, áreas de elevada permanência); a face Oeste Poente, ideal para plantio de árvores (área de serviço, banheiros, áreas de baixa permanência).

Materiais de construção – compre tudo no mesmo lugar

Você sabia? Concentre os seus pedidos de materiais de construção, sempre que possível, em um mesmo lugar e combine a entrega na mesma remessa, isso reduz a circulação de veículos, com menos poluente na atmosfera.

Use materiais de demolição

Você sabia? É muito comum hoje em dia as pessoas procurarem madeiras, portas, janelas e outros materiais em imóveis demolidos. Isso traz uma grande vantagem para o meio ambiente e para quem usa. Você pode usar a madeira de demolição na decoração da casa, para construir uma escada interna ou externa, usar as toras como corrimão da escada, na construção de pergolado, como piso de madeira (inclusive mais resistente), como decoração de jardim vertical, na fabricação de novas mobílias, na colocação do forro, como cabeceira de cama, painel de TV, na bancada da pia do banheiro. Enfim, é só usar a criatividade.

Use tijolo de solo-cimento (ecológico)

Você sabia? O tijolo de solo-cimento é produzido sem o processo de queima, evita o desmatamento e a poluição do ar. Para a sua produção, é utilizada a própria terra do local, o que gera economia de energia, graças à ausência de deslocamento e transporte. Esse tipo de tijolo também facilita a instalação hidráulica e elétrica, já que não é necessário cortar a parede para passar as instalações, que são feitas por meio dos próprios furos dos tijolos, economizando no que seria destinado para a compra de conduítes, por exemplo.

Use argamassa de areia reciclada

Você sabia? Existe uma areia reciclada que é produzida a partir de entulhos de obra, moídos e secos com exceção do gesso. Posteriormente, a areia reciclada é usada para a fabricação de argamassa de assentamento, revestimento e para reboco (ecomassa).

Use cerâmicas e ladrilhos (ecológicos)

Você sabia? Existem cerâmicas consideradas de baixo impacto, que utilizam matérias-primas minerais reaproveitadas, sem pigmentos de metais pesados, com água tratada e reciclada dentro da própria empresa.

Um outro bom exemplo são as pastilhas de bambu produzidas a partir do bambu, formadas por placas de 20 X 20 cm com 3 mm de espessura e fixadas com cola branca, que permitem a criação de belas composições rústicas para a criação de ambientes contemporâneos.

As pastilhas de coco também são uma excelente opção, já que são produzidas a partir dos resíduos da agroindústria de coco, são formadas por placas de 40 X 40 com 4 mm de espessura e fixadas com branca e combinam com muitos estilos decorativos.

Use piso emborrachado

Você sabia? As sobras de pneus de borracha reciclados, misturadas com resina à base de poliuretano pigmentado, formam pisos emborrachados, produzidos em placas de 50 X 50 cm com 8 e 9 mm de espessura, que podem ser usadas tanto em exterior quanto em interior, principalmente, em playgrounds e academias, e, ainda, tem a vantagem de serem antiderrapantes e amortecedores de impactos.

Use telhas tetra-tubo

Você sabia? As telhas feitas com tetra Pak estimulam a reciclagem, contribuindo essencialmente para a sustentabilidade, em especial o meio ambiente, já que deixam de ter como destino aterros sanitários ou até mesmo lixões. Essas telhas são produzidas com 75% de embalagem com leite longa vida e 25% de tubos de creme dental. São ideais para o uso em cobertura de residências, galpões, barracões e canteiros de obra, sendo ainda mais resistentes que as telhas convencionais.

Use tintas naturais

Você sabia? Existem tintas que são fabricadas a partir de matérias-primas naturais, sem componentes sintéticos derivados do petróleo. Elas se dividem em:

- a. Tintas minerais.
- b. Tintas vegetais.
- c. Insumos de animais.
- d. Tintas acrílicas à base de água e podem ser usadas para áreas internas e externas.
- e. Tintas sem solvente.
- f. Hidrofunjantes: impermeabilizantes de tijolos e cerâmicas à base de água.
- g. Esmalte sintético à base de água.

Saiba escolher as cores

Você sabia? Os tons escuros absorvem mais o calor dos raios solares, aumentando a temperatura da casa. Paredes que recebem grande quantidade de sol durante o dia devem ter cor clara, deixando para as faces menos ensolaradas da casa as tonalidades mais escuras.

Por fim, lembre-se:

todos os ecomateriais apresentados acima, além das suas características sustentáveis, têm um grau de índice de reaproveitamento em caso de demolição de uma obra.

Para saber mais:

O que é energia:

<https://queconceito.com.br/energia>

A política dos 5 R's:

<http://www.mma.gov.br/informma/item/9410-a-pol%C3%ADtica-dos-5-r-s>

Resíduos:

<https://portalresiduossolidos.com/desafios-da-gestao-de-residuos-solidos-para-novos-prefeitos-em-2021/>

Comércio de recicláveis:

<https://portalresiduossolidos.com/comercio-de-reciclaveis-o-mercado-completo-e-o-ciclo-de-vida-do-produto/>

Cálculo de água gasta nas atividades diárias:

<https://exame.com/ciencia/a-matematica-e-clara-urinar-no-banho-pode-salvar-o-mundo/>

PDF da Abrelpe com o panorama dos resíduos sólidos no Brasil:

<https://abrelpe.org.br/panorama/>

Vantagens e desvantagens de energia solar:

<https://mundoeducacao.uol.com.br/geografia/vantagens-desvantagens-energia-solar.htm>

10 dicas de construções sustentáveis:

<https://sustentarqui.com.br/10-dicas-simples-ao-construir/>

Como fazer a sua própria composteira com galões de água:

https://www.youtube.com/watch?v=P-kJf_Ut3MB

Logística reversa: o que é e importância:

<https://www.ecycle.com.br/logistica-reversa/>

Referências Bibliográficas:

Instituto Akatu.org.br

Infomoney.com.br

Casas Práticas Qualitá

CorreioBraziliense.com.br

CPFL.com.br/energias-sustentáveis

IDEC – Instituto de Defesa do Consumidor

Reciclasampa.com.br

Abetre – Associação Brasileira de Tratamento de Resíduos e Efluentes

Ministério do Meio Ambiente

CETESB – Companhia Ambiental do Estado de São Paulo

Chega de Plástico – 101 maneiras de se livrar do plástico e salvar o planeta – Editora

Sextante, 2019 (“PDF 'Chega De Plástico: 101 Maneiras De Se Livrar Do ...”)

Uma vida sem lixo – Cristal Muniz – Editora Alaúde, 2021

Direito Ambiental – Anderson Furlan, William Fracalossi – Editora Forense, 2010

Resíduos Sólidos – Telma Bartholomeu Silva – Editora Nova Onda, 2016

Logística Reversa – Paulo Roberto Leite – Editora Saraiva, 2017

Ecycle.com.br





Pra tudo que
importa

SAC: **0800 729 7000** | SAC para deficientes auditivos ou de fala: **0800 962 7373**
Ouvidoria: **0800 880 2930** | Ouvidoria para deficientes auditivos ou de fala: **0800 775 7003**

 **11 4004.7000**

 /bbseguros

 @bbseguros

 @bbseguros

bbseguros.com.br