

## O que é a Pegada Ecológica?

O uso excessivo de recursos naturais, o consumismo exagerado, aliado a uma grande produção de resíduos, são marcas de degradação ambiental das sociedades humanas actuais que ainda não se identificam como parte integrante da Biosfera. Foi a pensar na dimensão crescente das marcas que deixamos e na forma de quantificá-las, que os especialistas William Rees e Mathis Wackernagel desenvolveram, em 1996, o conceito de Pegada Ecológica. A Pegada Ecológica foi criada para nos ajudar a perceber a quantidade de recursos naturais que utilizamos para suportar o nosso estilo de vida, onde se inclui a cidade e a casa onde moramos, os móveis que temos, as roupas que usamos, o transporte que utilizamos, o que comemos, o que fazemos nas horas de lazer, os produtos que compramos, entre outros.

A Pegada Ecológica não procura ser uma medida exacta mas sim uma estimativa do impacto que o nosso estilo de vida tem sobre o Planeta, permitindo avaliar até que ponto a nossa forma de viver está de acordo com a sua capacidade de disponibilizar e renovar os seus recursos naturais, assim como absorver os resíduos e os poluentes que geramos ao longo do anos.

No conceito de Pegada Ecológica está implícita a ideia de que dividimos o espaço com outros seres vivos e um compromisso geracional, isto é, "capacidade de uma geração transmitir à outra um planeta com tantos recursos como os que encontrou" (Relatório Brundtland).

{mospagebreak title=Como se calcula a Pegada Ecológica?}

Como se calcula a Pegada Ecológica?

A Pegada Ecológica é pois um indicador que procura avaliar a sustentabilidade dos territórios, comparando a utilização dos serviços e recursos naturais com a capacidade que a Natureza tem para efectuar a sua reposição. Por outras palavras, traduz em hectares (ha) a área em média que um cidadão ou sociedade necessitam para suportar as suas exigências diárias.

O cálculo tem por base diferentes categorias de consumo, como sejam a alimentação, a casa, os transportes, os bens de consumo, a energia, a água, entre outros. Este consumo é convertido em área bioproductiva, segundo várias parcelas de terreno (terra e mar) necessárias para produzir/repôr os recursos utilizados e assimilar os resíduos e os poluentes produzidos por uma dada unidade de população. A conversão dos consumos em áreas bioproductivas recorre a uma tabela específica segundo a seguinte tipologia:

Área de energia fóssil – Corresponde a uma área virtualmente necessária para absorver as emissões de CO<sub>2</sub> resultantes da queima de combustíveis fósseis.

Área arável – superfície em que o Homem desenvolve actividades agrícolas, retirando produtos como alimentos, fibras, azeite, entre outras, para suprir as suas necessidade alimentícias.

Área de pastagem - Área dedicada a pastos, de onde se obtêm determinados produtos animais como carne, leite, pele e lã.

Área de bosques - superfície ocupada pelos bosques, de onde advêm principalmente produtos derivados da madeira, utilizados na produção de bens, e também combustíveis como a lenha.

Área de mar – A superfície marinha biologicamente produtiva aproveitada pelo Homem para obter pescado e marisco.

No cálculo tradicional da Pegada Ecológica normalmente não são contabilizados os serviços prestados pela

biodiversidade, a perda de bio-capacidade resultante da emissão de resíduos sólidos, líquidos e gasosos, para além do CO<sub>2</sub>, ou a sobre-exploração ecológica por parte da economia humana e os seus significativos impactos na biodiversidade. Todavia, e dado que a contabilização dos impactos das actividades do Homem sobre a biodiversidade é de uma enorme complexidade e é muito controversa no âmbito da metodologia aplicável, considera-se que a porção mínima de área necessária para a manutenção dos serviços vitais prestados pelos ecossistemas deve ser contabilizada no cálculo da Pegada Ecológica de um país através da subtracção de 12% à área bioprodutiva desse mesmo país.

{mospagebreak title=A quem se destina?}

A quem se destina?

Inicialmente associada ao cálculo da Pegada Ecológica do cidadão, ou de determinada sociedade, recentemente passou recentemente a ser utilizada também por empresas e outras organizações. Neste âmbito, o principal objectivo da Pegada Ecológica é determinar a superfície necessária para manter os consumos de recursos e a produção de resíduos por uma dada organização. Desta forma permite avaliar o impacto da actividade sobre a Natureza, assim como quantificar e prever o êxito e o fracasso de possíveis medidas adoptadas que permitam uma melhoria da eco-eficiência produtiva da mesma.

No caso de uma empresa ou organização se mostrar interessada em estabelecer com a Quercus um compromisso de redução do uso e degradação dos bens comuns, baseado na melhoria contínua, deverá a mesma entrar em contacto connosco. Neste compromisso deverão estar previstas acções de reposição ou contra-pegada, através de investimentos em conservação e recuperação de ecossistemas, numa lógica de compensação em metros quadrados ou hectares, com base na fórmula de cálculo da pegada ecológica. São particularmente incentivados compromissos plurianuais que compensem os 12% da reposição dos serviços dos ecossistemas e compensação dos impactes na biodiversidade obtidos após o cálculo da pegada ecológica da organização. Todavia, este programa não deve ser encarado como uma certificação, mas sim como um compromisso voluntário, em que as organizações envolvidas assumem um verdadeiro sistema de progresso onde a melhoria contínua, a auto-avaliação e a responsabilidade serão palavras-chave.

Para que possa ter uma ideia, como cidadão ou cidadã do impacto do seu estilo de vida no planeta Terra, disponibilizamos aqui pequena uma calculadora para que, de forma simples e rápida, faça uma primeira avaliação.

Qual é a minha Pegada Ecológica?

Para que possa ter uma ideia do impacto que o teu estilo de vida tem sobre os recursos naturais do planeta, fornecemos uma pequena ferramenta que permite fazer uma estimativa, em função de algumas categorias. Para tal, basta que responda a algumas questões.

{mospagebreak title=Como reduzir a pegada ecológica?}

Como reduzir a minha pegada ecológica?

Para reduzir a Pegada Ecológica é fundamental adoptar comportamentos mais amigos do ambiente que, directa ou indirectamente, permitem reduzir a quantidade de recursos necessários às nossas actividades diárias. Não se trata de adoptar um comportamento radical, mas sim de efectuar uma gestão mais eficiente dos recursos. No seu dia-a-dia poderá seguir algumas das seguintes sugestões:

- Pondere a necessidade real de adquirir determinados produtos. Lembre-se da regra dos três R's (Reduzir, Reutilizar, Reciclar).

- Invista na redução dos consumos energéticos, utilizando aparelhos eléctricos e electrónicos de baixo consumo. Não deixe os aparelhos ligados, por exemplo, televisão e computador, sem estarem a ser utilizados.

- Reduza a utilização dos sistemas de climatização, investindo em bons isolamentos na habitação, como, por exemplo, em janelas com vidro duplo.
- Reduza o consumo de água. Substitua o banho de imersão por um duche rápido, instale redutores de caudal, repare pequenas fugas e regule as descargas do autoclismo.
- Minimize a produção de resíduos sólidos, poupando dinheiro ao adquirir embalagens com maior capacidade e produtos com pouca embalagem, sempre que possível recicláveis. Evite as garrafas de vinho que utilizam rolhas de plástico. Escolha produtos ecológicos ou com etiqueta ou rótulo ecológicos. Para o transporte das compras opte por reutilizar os sacos.
- Sempre que possível, adquira produtos produzidos localmente, pois consomem menos combustível no seu transporte, produzindo menos emissões e contribuem para a manutenção do emprego e para o desenvolvimento da economia regional.
- Consuma produtos frescos em detrimento dos congelados ou enlatados. Aumente a proporção de vegetais em relação aos produtos derivados de carne consumidos a cada refeição.
- Deixe o veículo automóvel em casa, utilize mais a bicicleta e os transportes públicos. A utilização do comboio é um meio de transporte muito recomendado. Se utilizar o seu automóvel, procure partilhar com mais pessoas as deslocações para o local de trabalho. Faça uma verificação periódica do veículo, um veículo desafinado consome e polui mais. Lembre-se que o avião é o meio que mais impacte produz.
- Utilize papel 100% reciclado e livre de cloro. Consuma o menor volume de papel possível e utilize sempre as duas faces das folhas. Utilize as folhas que não são necessárias para rascunho. Por fim, coloque todos os resíduos de papel no ecoponto azul. Seja responsável com as suas compras e em especial com a madeira: nunca compre madeiras exóticas não certificadas ou de proveniência duvidosa.
- Repare os equipamentos avariados antes de comprar um novo. Não deite para o lixo um equipamento que funciona, procure encaminhá-lo para quem o possa utilizar.
- Evite comprar produtos de usar e deitar fora, tais como papel de cozinha, guardanapos, toalhas de papel, talheres e copos de plástico, etc... Guarde os alimentos fatiados em caixas em vez de utilizar papel de alumínio ou película de plástico.
- Utilize os contentores de recolha selectiva, evitando colocar no lixo produtos potencialmente tóxicos, como por exemplo pilhas. Em relação ao óleo usado de cozinha, entregue-o em locais de recolha. Caso a sua localidade não seja abrangida por uma rede de recolha, coloque o mesmo numa garrafa junto com o seu lixo normal. Nunca despeje o óleo usado no esgoto.
- Relembre que o desenvolvimento sustentável não é só ambiental: preocupe-se com a sociedade onde se encontra inserido, ao nível local e nacional. Colabore com Organizações Não Governamentais (ONG) locais. Deixe a indiferença de lado e seja crítico com as injustiças sociais. Se já alcançou os seus objectivos de bem-estar, lembre-se que existem muitos milhões de pessoas que lutam para satisfazer os níveis mais básicos de subsistência. Com o desenvolvimento sustentável todos poderemos ganhar.

{mospagebreak title=Como compensar a pegada ecológica?}

Como compensar a pegada ecológica apoiando os projectos da Quercus?

Complementarmente, poderá investir em capital natural através do seu apoio a Projectos de Conservação da Natureza. O seu investimento reverterá como contra-pegada, contribuindo para a diminuição da sua Pegada Ecológica. Caso o faça, a Quercus fornecerá um CD com uma ferramenta pormenorizada de cálculo da Pegada Ecológica, para que possa calcular a sua pegada ecológica e ou a da sua família e avaliar os efeitos das acções de redução que vá adoptando ao longo dos meses.

A Quercus tem como compromisso para os próximos cinco anos, através da gestão de acções de criação e conservação de bosques autóctones, restauração de diversos habitats e recuperação de flora e fauna ameaçadas, os seguintes objectivos:

- Atingir um mínimo de 1 000 000 de árvores autóctones plantadas e cuidadas;
- Conseguir o sequestro de 5 000 toneladas de CO2 ao fim de 5 anos;
- Preservar 6 espécies em risco de extinção;
- Proteger 50 hectares de zonas húmidas;
- Restaurar 10 Km de rios e ribeiras;

A Quercus sugere que para compensar os impactos associados à sua Pegada Ecológica, se comprometa de forma voluntária a investir em projectos de Conservação da Natureza e da Biodiversidade. O seu gesto será contabilizado como uma contra-pegada.

Calcule de que forma o seu contributo poderá diminuir a sua pegada!

Se investir Euros em:

Bosques,  
Formações herbáceas e matos,  
Pauis, charcos temporários e turfeiras,  
Sapais,  
Rios e lagos,  
ou Ecossistemas agro-pastoris,

pode ajudar a reduzir a sua pegada ecológica. Calcule como o seu investimento em "capital natural" pode ser valorizado em metros quadrados de espaços naturais e como o seu contributo para nos ajudar a salvar habitats e espécies em perigo valoriza os serviços ecológicos vitais prestados pelos ecossistemas e pela biodiversidade.

m2