

Manual de

Boas práticas socioambientais na UFF

*uso de materiais de consumo
de forma sustentável*



UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE

Reitor

Antonio Claudio Lucas da Nóbrega

Vice-Reitor

Fabio Barboza Passos

Pró-Reitora de Extensão

Leila Gatti Sobreiro

Coordenador de Integração Acadêmica

André Augusto Pereira Brandão

Chefe da Divisão de Articulação de Parcerias de Extensão

Paulo Márcio da Silva Schiffini

Seção de Articulação de Ações de Sustentabilidade SAAS/DAPE

Amanda Lacerda Jorge

Amanda Mello Andrade de Araujo

Camila Soares Silvestre Tolêdo

Carla Caroline Bastos Nunes

Cleyciara dos Santos Garcia Camello

Graciella Faico Ferreira

Isabella Milli Brossmann

Maria Rita Resende Martins da Costa

Rejane Aires Lemes Verneck da Costa

Concepção da Cartilha e Pesquisa

Amanda Lacerda Jorge

Carla Caroline Bastos Nunes

Projeto Gráfico

Bárbara da Paz Ferraz Santos

363.7
M294

Manual de Boas práticas socioambientais na UFF uso de materiais de consumo de forma sustentável / Universidade Federal Fluminense; Jorge Amanda Lacerda, et. al. ; projeto gráfico: Bárbara da Paz Ferraz Santos. - Niterói, RJ: UFF, 2025.

15 f.: il.

Bibliografia: f. 15.

ISBN: 978-65-01-52938-7

1. Sustentabilidade 2. Material de consumo 3. Proteção ambiental – Participação do cidadão I. Universidade Federal Fluminense. II. Lacerda, Jorge Amanda. III. Santos, Bárbara da Paz Ferraz. IV. Título.

Sumário

APRESENTAÇÃO	5
Práticas sustentáveis no uso de materiais de consumo na UFF	6
Como podemos fazer escolhas conscientes e sustentáveis quanto ao uso de materiais de consumo na UFF?	7
Sugestões: O que fazer com materiais de consumo que não estão sendo utilizados?	10
Conclusão	14
REFERÊNCIAS	15

Apresentação

Consumo ético, consumo responsável e consumo consciente são três palavras-chave fundamentais para exercermos boas práticas ambientais na Universidade Federal Fluminense (UFF) quando levamos em consideração o uso de materiais de consumo.

Isso significa que todos nós devemos incluir, em nossas escolhas, seja de compra ou seja de consumo de maneira geral, um compromisso com a preservação da natureza e responsabilidade com as gerações futuras.



Dessa forma, a Universidade Federal Fluminense, ciente da importância da preservação ambiental e do impacto das mudanças climáticas, tem como objetivo, por meio desta cartilha, orientar a toda a comunidade acadêmica sobre o uso sustentável de materiais consumidos na Universidade, com foco na redução de desperdícios, no reaproveitamento e na escolha de alternativas que minimizem o impacto ambiental.

*Saiba que a sua escolha
faz a diferença!*

*Colabore e cuide do meio ambiente
na sua rotina de trabalho e no seu dia a dia!*

Práticas sustentáveis no uso de materiais de consumo na UFF

Práticas sustentáveis no uso de materiais de consumo na UFF referem-se às decisões e ações que visam minimizar o impacto ambiental e social gerado pelo uso de materiais no nosso dia a dia. Isso quer dizer que todos nós podemos e devemos buscar reduzir o desperdício, promover

o reaproveitamento e incentivar a reciclagem.

Ao adotar práticas sustentáveis, a Universidade não apenas contribui para o meio ambiente, mas também se coloca como um exemplo para a comunidade e para a sociedade.

O que são materiais de consumo?

MATERIAL DE CONSUMO

É todo aquele que, em razão de seu uso corrente, perde normalmente a sua identidade física e/ou tem sua utilização limitada a dois anos, tais como: lápis, borracha, grampeador, etc.

Fonte: Glossário do Patrimônio UFF

LISTA EXEMPLIFICATIVA DE MATERIAIS DE CONSUMO

- cartucho
- gêneros de alimentação
- material de áudio, vídeo e fotografia
- material de escritório
- material de laboratório
- material de informática
- material descartável
- material para manutenção predial
- material de limpeza

Fonte: Glossário do Patrimônio UFF



Utilizar apenas o essencial, de forma eficiente, e evitar desperdícios são princípios fundamentais quando se trata de recursos naturais e bens públicos. Torna-se urgente a implementação de práticas que incentivem a preservação do meio ambiente e o respeito à vida, começando pelo nosso ambiente de trabalho na UFF.



*Por isso, a sua
colaboração é
de fundamental
importância!*



Como podemos fazer escolhas conscientes e sustentáveis quanto ao uso de materiais de consumo na UFF?

Você sabia que atitudes sustentáveis quanto ao uso de materiais de consumo na UFF estão diretamente relacionadas aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável?



12**PRODUÇÃO
E CONSUMO
RESPONSÁVEIS**

Veja: O ODS 12, por exemplo, busca assegurar padrões de consumo e produção sustentáveis. O uso racional de materiais na Universidade, como a redução do desperdício, o reaproveitamento de recursos, a escolha de produtos recicláveis, e a destinação correta no descarte são ações diretamente relacionadas a esse objetivo!

PREVENÇÃO, REDUÇÃO, RECICLAGEM E REUTILIZAÇÃO!

Diante disso, listamos para você algumas ações importantes que podem ser adotadas na sua rotina e que podem colaborar com uma atitude ética, consciente e responsável com o meio ambiente quando pensamos nos materiais de consumo:



Priorize:

na compra ou aquisição para o setor, prefira materiais recicláveis e reutilizáveis



Compra consciente:

verifique os materiais existentes no setor e a necessidade de comprá-los, assim como a quantidade correta quando solicitá-los. Evite desperdícios e acúmulos desnecessários



Evite o uso excessivo de plásticos: troque, por exemplo, o uso de copos plásticos por garrafas ou canecas. Na aquisição de pastas, envelopes, cartões e outros materiais, prefira aqueles confeccionados com papel ou a partir de recicláveis

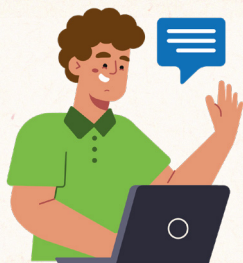


Diga não ao desperdício de papel: utilize a impressora apenas quando necessário, utilizando os dois lados da folha. Priorize a digitalização dos documentos



Reutilize materiais de escritório:

canetas, lápis, borrachas, pastas e outros itens podem ser reutilizados para prolongar sua vida útil



Renove na sua escolha:

prefira o uso de ferramentas de comunicação e aprendizado online. Dessa forma, você minimiza o uso de materiais impressos, caneta e papel



Incentive o uso de e-mail nas comunicações

internas: dessa forma, você evita impressões e uso de papel



Busque colocar no seu setor caixas coletoras de

papel para rascunho: utilize as folhas excedentes ao invés de destiná-las à lixeira



Tenha cuidado com o manejo da impressora e com a configuração do aparelho: evite perdas de impressões e de papel. Este deve ser armazenado por pouco tempo, para evitar “atolamentos” nas impressoras. Além disso, verifique a configuração do aparelho e priorize a impressão nos dois lados da mesma folha



Utilize papel toalha nos banheiros com moderação:

após a lavagem das mãos, é importante chacoalhá-las para tirar todo o excesso de água, possibilitando a utilização de apenas UMA folha para cada lavagem! Caso necessário, a utilização de DUAS folhas é suficiente!



Evite desperdícios! Seja consciente!

Você sabia?

Na UFF existe um grande consumo e desperdício de toalhas de papel nos banheiros, assim como de papéis higiênicos!



Sugestões:

o que fazer com materiais de consumo que não estão sendo utilizados?

Saiba que o consumo consciente passa pela guarda e uso responsável dos materiais de consumo no seu setor. Materiais guardados por muito tempo em gavetas e armários podem perder a validade e afetar o seu uso, e comprovam a falta de planejamento na requisição.

Por isso, antes de solicitar materiais de consumo para o seu setor, verifique o que já constam no local e avalie

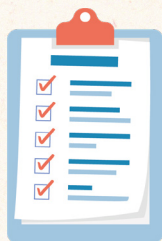
a real necessidade dos mesmos!

Caso você identifique que o seu setor possui materiais de consumo que não estão sendo mais utilizados e que se encontram no prazo de validade e em bom estado de conservação, uma boa dica seria destiná-los a outros setores que podem estar precisando deles. Você pode colaborar promovendo o uso consciente e sustentável desses bens de consumo!

A seguir apresentamos algumas ideias práticas!

O que você pode fazer com o material excedente ou que não está mais em uso?

1 Realize um inventário dos materiais disponíveis



Faça um levantamento detalhado de todos os materiais armazenados no seu setor, identificando os que estão em excesso, próximos do vencimento ou sem uso há muito tempo.

2 Verifique a validade e as condições dos materiais



Avalie o estado de conservação dos materiais. Caso estejam em boas condições e dentro do prazo de validade, eles podem ser repassados para outros setores.

3 Organize campanhas de redistribuição



Proponha ações periódicas e entre em contato com setores que possam ter interesse em receber ou trocar materiais de consumo.

4 Estabeleça um ponto de coleta interno



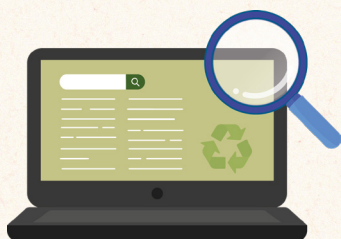
Talvez você tenha algum material de consumo no seu armário que não esteja sendo utilizado e que pode ser útil para outro colega de trabalho! Uma boa dica é criar um espaço comum no local de trabalho onde os materiais em excesso possam ser deixados e retirados por outros colegas quando precisarem.

5 Comunique-se



Envie um e-mail ou use canais internos de comunicação para informar a disponibilidade de materiais de consumo para troca ou compartilhamento entre diversos setores da UFF. Inclua detalhes como quantidade, fotos, estado de conservação e propósito do material. Organize-se com o outro setor para a destinação do material de consumo solicitado.

6 Pesquise projetos ou instituições que possam ajudar no destino correto do descarte ou reciclagem do material de consumo



Na UFF, diversos projetos de extensão e pesquisa atuam na orientação sobre a destinação adequada de materiais descartáveis, reaproveitáveis ou recicláveis. Além disso, algumas instituições externas à Universidade também desenvolvem iniciativas com o mesmo propósito. Busque informações, explore novas parcerias e contribua para a destinação correta dos materiais de consumo excedentes ou fora da data de validade no seu setor!

→ Você sabia?



No ano de 2024 foi implantado o projeto de gestão de resíduos na Reitoria da UFF com a previsão futura de que toda a comunidade acadêmica tenha acesso a essa ação! Coletores foram readaptados para a coleta de recicláveis que estão sendo recolhidos semanalmente pela Companhia de Limpeza de Niterói (CLIN) e destinados às cooperativas de catadores.

Que tal se informar sobre quais materiais podem ser reciclados e verificar a disponibilidade de entrega na Reitoria para a recolha dos resíduos pela CLIN enquanto o projeto gestão de resíduos não chega ao seu campus?

Para mais informações sobre o projeto gestão de resíduos na Reitoria, procure na página da UFF.

LEMBRE-SE

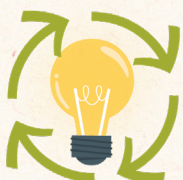
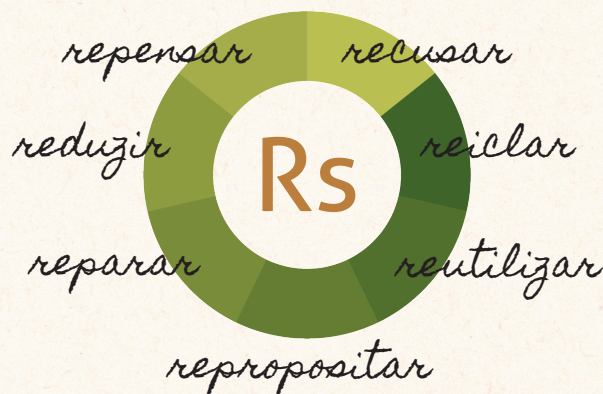


Solicite materiais de consumo de forma consciente e alinhada às necessidades reais do setor. Ao planejar suas requisições, procure avaliar cuidadosamente a quantidade e os tipos de materiais necessários para evitar desperdícios, compras desnecessárias e o acúmulo de excedentes.

Colabore com atitudes sustentáveis!

Resumindo

No seu dia a dia, não se esqueça dos Rs da Sustentabilidade :



Repensar

Refleta sobre os seus hábitos de consumo e o impacto das suas escolhas para o meio ambiente.



Recusar

Evite produtos ou serviços que gerem desperdício ou impacto negativo para o meio ambiente.



Reparar

Procure maneiras de maximizar a vida útil do produto, por meio de reparos preventivos, restaurações e consertos.



Reproporitar

Proporcione um novo uso ao item, adaptando partes ou o todo de sua estrutura para outra função útil.



Reduzir

Busque diminuir o consumo de recursos e a geração de resíduos.



Reutilizar

Pense em um novo uso para objetos e materiais antes de descartá-los.



Reciclar

Busque descartar os materiais de forma correta, para que sejam transformados em novos produtos.

Conclusão

A implementação de práticas sustentáveis no uso de materiais de consumo na UFF é essencial para que a Universidade se torne cada vez mais um modelo de responsabilidade ambiental. Com a colaboração de todos, é possível reduzir os impactos ambientais e promover um futuro mais sustentável para as gerações vindouras.

Ao integrar práticas sustentáveis ao seu cotidiano e conectar es-

sas ações aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, a UFF contribui para a criação de um ambiente acadêmico mais responsável e alinhado aos desafios globais da sustentabilidade. Esse engajamento não só impacta diretamente o meio ambiente, mas também forma cidadãos conscientes para atuarem de forma diferenciada em suas vivências dentro e fora da Universidade.



Referências

BRASIL. Ministério do Meio Ambiente. Manual de Educação para o Consumo Sustentável. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/publicacao8.pdf>. Acesso em 08 de out de 2024. Brasília 2005.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE (UFF). Glossário do Patrimônio. Niterói: UFF, 2024. Disponível em: <https://www.uff.br/wp-content/uploads/2024/05/Glossario-do-Patrimonio.pdf>. Acesso em: 17 jun. 2024.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO VALE DO SÃO FRANCISCO (UNIVASF). O que é consumo sustentável?. Disponível em: <https://portais.univasf.edu.br/sustentabilidade/noticias-sustentaveis/o-que-e-consumo-sustentavel#:~:text=Reciclar%20o%20lixo%20dom%C3%A9stico%2C%20poupar,de%20praticar%20o%20consumo%20sustent%C3%A1vel>. Acesso em: 17 jun. 2024.

FUNDAÇÃO INSTITUTO DE ADMINISTRAÇÃO (FIA). Consumo sustentável: o que é, exemplos e como praticar?. Disponível em: <https://fia.com.br/blog/consumo-sustentavel/>. Acesso em: 17 jun. 2024.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA (UFSC). Dicas – UFSC Sustentável. Disponível em: <https://ufscsustentavel.ufsc.br/tag/dicas/>. Acesso em: 17 jun. 2024.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA (UFSC). Campanha Materiais de Expediente – UFSC Sustentável. Disponível em: <https://ufscsustentavel.ufsc.br/campanha-materiais-de-expediente/>. Acesso em: 17 jun. 2024.

ECONOMIA CIRCULAR COMO ALTERNATIVA SUSTENTÁVEL: Uma revisão narrativa do conceito, da sua trajetória e das suas críticas e barreiras, Leandro Schneider Alves Parreira e Alexandre Queiroz Guimarães, Revista de Desenvolvimento Econômico – RDE - Ano XXV - N. 54 - Jan./Dez. 2023 – Salvador-BA – p. 111 – 135.