

**MESTRADO**  
**DESENVOLVIMENTO E COOPERAÇÃO INTERNACIONAL**

**TRABALHO FINAL DE MESTRADO**  
**DISSERTAÇÃO**

**MOVIMENTO *ZERO WASTE*:  
O SEU IMPACTO EM PORTUGAL**

**BEATRIZ ROLIM ANDRÉ ZOCCOLI**

**NOVEMBRO 2020**

**MESTRADO EM**  
**DESENVOLVIMENTO E COOPERAÇÃO INTERNACIONAL**

**TRABALHO FINAL DE MESTRADO**  
**DISSERTAÇÃO**

MOVIMENTO *ZERO WASTE*:  
O SEU IMPACTO EM PORTUGAL

BEATRIZ ROLIM ANDRÉ ZOCCOLI

**ORIENTAÇÃO:**

PROFESSOR MANUEL FRANCISCO PACHECO COELHO

NOVEMBRO 2020

## **Agradecimentos**

Este trabalho não teria sido possível sem a ajuda e apoio da minha família e dos meus amigos. Agradeço à minha família, especialmente à minha mãe, por me ter acompanhado em todas as fases desta investigação e ter ajudado a desbloquear as ideias que construí para este trabalho. Agradeço à Carolina, por ter acompanhado cada passo dado e por me ter ouvido discutir cada ponto desta investigação ao longo destes meses. Quero agradecer aos meus colegas de trabalho, Ana Paula, Maria João e Pedro, que me apoiaram na demanda de procura de equilíbrio entre horas de trabalho e horas de pesquisa. Quero deixar um agradecimento especial às 6 pessoas – Eunice Maia, Ana Milhazes, Joana Guerra Tadeu, Maria Antunes, Rui Catalão e Catarina Barreiros – que cederam um bocadinho do seu tempo para responder às minhas questões e partilhar as suas experiências, especialmente à Eunice por ter disponibilizado do seu conhecimento para me ajudar a tirar o melhor proveito desta investigação. Agradecer às mais de 900 pessoas que responderam ao questionário e permitiram estudar o Movimento *Zero Waste* em Portugal, como ainda não tinha sido feito. Por fim, agradeço também ao professor Manuel Coelho por ter embarcado nesta investigação comigo.

## **Resumo**

O Desenvolvimento Sustentável é um dos conceitos mais explorados nos dias de hoje, tendo cada vez mais destaque nas agendas internacionais, nacionais e locais. A adoção de escolhas mais conscientes poderá ser uma forma eficaz de concretizar, a nível local, as orientações contidas nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Procura-se, com este trabalho, ter uma perceção do que já está a ser feito na sociedade portuguesa a nível individual e local, na procura de um futuro mais sustentável, nos últimos dois anos. Procura-se também compreender que efeito os projetos desenvolvidos a nível local têm tido na adoção de hábitos de quem procura diminuir o seu impacto, no presente e no futuro do planeta.

Conceitos: Desenvolvimento; Desenvolvimento Sustentável; Objetivos de Desenvolvimento Sustentável; *Zero Waste*; Movimento *Zero Waste*

## **Abstract**

Sustainable Development is one of the most explored concepts nowadays, gaining increased importance on international, national, and local agendas every day. The adoption of more conscious choices can be an effective way to locally achieve the orientations from the Sustainable Development Goals (SDG). This dissertation seeks to have a perception of what is already being done at the individual and local levels within the Portuguese society, over the last two years, in the search of a more sustainable future. Simultaneously, it also seeks to understand the effects that the local projects that already exist, have in the adoption of more sustainable habits to whom wishes to reduce its impact, in the present and future of the planet.

Concepts: Development; Sustainable Development; Sustainable Development Goals; *Zero Waste*; *Zero Waste Movement*

## **Lista de siglas**

BYOC – Bring You Own Container

EUA – Estados Unidos da América

ODS – Objetivos de Desenvolvimento Sustentável

ODM – Objetivos de Desenvolvimento do Milénio

ONU – Organização das Nações Unidas

PIB – Produto Interno Bruto

UE - União Europeia

ZWIA – Zero Waste International Alliance

## Índice

<b>Agradecimentos</b> .....	<b>I</b>
<b>Resumo</b> .....	<b>II</b>
<b>Lista de siglas</b> .....	<b>III</b>
<b>Introdução</b> .....	<b>1</b>
<b>1. Do conceito de Desenvolvimento ao Desenvolvimento Sustentável</b> .....	<b>2</b>
1.1 Desenvolvimento Sustentável .....	3
1.2 ODS: Objetivos para o século XXI .....	5
1.3 Perpetiva crítica .....	7
<b>2. Revisão da Literatura</b> .....	<b>8</b>
2.1 O Movimento <i>Zero Waste</i> em Portugal .....	11
<b>3. Metodologia</b> .....	<b>13</b>
3.1 Entrevistas .....	14
3.2 Questionário .....	15
<b>4. Análise de Resultados</b> .....	<b>16</b>
4.1 Entrevistas .....	16
4.1.1 Os projetos .....	16
4.1.2 Perspetiva do conceito de “Desenvolvimento Sustentável” .....	18
4.1.3 Os projetos e os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) .....	20
4.1.4 Valores que procuram transmitir .....	22
4.1.5 Impacto nos últimos dois anos .....	23
4.2 Questionário .....	25
4.2.1 Perfil da amostra .....	25

4.2.2 Mudanças de hábitos, padrões de consumo e relação com a comunidade .....	26
4.2.3 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS).....	27
4.2.4 Influência global destes projetos .....	27
<b>5. Conclusões, limitações e investigações futuras .....</b>	<b>29</b>
<b>Referências Bibliográficas .....</b>	<b>33</b>
<b>Anexos.....</b>	<b>37</b>

## Introdução

O Desenvolvimento Sustentável tem ocupado um espaço cada vez mais central nas agendas internacionais, nacionais e locais. A adoção, no dia a dia, de rotinas resultantes de escolhas mais conscientes e refletidas, poderá ser uma forma eficaz de concretizar, a nível local, as orientações contidas nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS).

Torna-se assim importante conhecer os esforços que se revelam mais pertinentes e a forma como os mesmos influenciam pares e/ou outros agentes de mudança.

Pretende-se, com este trabalho, ter uma perceção do que já está a ser feito na sociedade portuguesa a nível individual e local, na procura de um futuro mais sustentável, e que efeito, os projetos estudados, têm tido, nos últimos dois anos, na adoção de hábitos de quem procura diminuir o seu impacto, no presente e no futuro do planeta.

O presente trabalho encontra-se dividido em cinco capítulos. No primeiro capítulo são apresentados os conceitos centrais deste trabalho de investigação (Desenvolvimento, Desenvolvimento Sustentável e os ODS) e é feita uma reflexão crítica acerca dos mesmos.

Na mesma linha, o segundo capítulo consiste numa revisão de literatura relativa à temática em estudo, discutindo o aparecimento do conceito de *Zero Waste* a nível internacional e nacional.

No terceiro capítulo são descritos os objetivos da investigação e a metodologia adotada, nomeadamente a aplicação de entrevistas e questionário. De seguida, no capítulo quatro são apresentados e discutidos os resultados dos mesmos.

O quinto e último capítulo apresenta as conclusões retiradas desta investigação, as limitações que condicionaram a mesma e, ainda, oferece potenciais sugestões para investigações futuras.

## 1. Do conceito de Desenvolvimento ao Desenvolvimento Sustentável

A ideia de Desenvolvimento é já antiga, sendo que a sua conceção científica data do fim da Segunda Guerra Mundial. Durante muito tempo o conceito de Desenvolvimento foi apropriado, predominantemente, pela ciência económica.

A autonomização deste conceito adveio de vários fatores, descritos por Roque Amaro (2006), a saber: o processo de independência de grande parte das antigas colónias europeias, no pós-Segunda Guerra Mundial, que aspiravam caminhar para a prosperidade e riqueza total, e procuravam atingir a independência política; os desafios da construção europeia, em que os países afetados pela guerra procuravam retomar os seus caminhos de Desenvolvimento; as exigências da Guerra Fria; a difusão do *keynesianismo* (novo paradigma da Ciência Económica), que implicando o papel da intervenção do Estado, viabilizou o seu papel no bem-estar das sociedades e, também, as novas afirmações saídas da Segunda Guerra Mundial, a favor do progresso e da paz, que puseram o Desenvolvimento no topo da agenda internacional e deram origem a vários compromissos desenvolvidos, quer pela ONU, quer por outros organismos internacionais.

Uma das consequências da estreita ligação entre Desenvolvimento e economia advém do facto de, sistematicamente, se utilizarem indicadores de crescimento económico para aferir o nível de Desenvolvimento de um país, do qual dependeriam melhorias de bem-estar da população a nível da educação, da saúde, da habitação, entre outros. (Amaro, 2006).

Em 1961, na Resolução intitulada “*United Nations Development Decade – A programme for international Economic co-operation*”, a Assembleia Geral das Nações Unidas declarou a década de 1960-1970 como a Década do Desenvolvimento. O objetivo passava por promover o progresso social, atingindo uma melhoria nas condições de vida. Os Estados Membros deveriam intensificar os seus esforços, de maneira a mobilizar as medidas necessárias para acelerar o progresso a nível económico e social nos países desenvolvidos e menos desenvolvidos. Definiriam como meta mínima de crescimento 5% de PIB, por ano, centrando o Desenvolvimento apenas em medidas económicas (Nações Unidas, 1961).

A segunda Década do Desenvolvimento, igualmente proclamada pela ONU, com início em 1971, procurava que os países desenvolvessem políticas para criar um mundo económico e social mais justo e com igualdade de oportunidades. Nesta década, a meta mínima de crescimento passou para os 6%/ano (Nações Unidas, 1971).

Foi durante esta segunda década do Desenvolvimento que assistimos a um ponto de viragem do conceito. Este foi originado a partir da frustração sentida pelos países que tinham mais dificuldade em seguir os modelos de Desenvolvimento que lhes eram propostos e que eram, sobretudo, baseados no exemplo dos países europeus. A esta frustração juntaram-se outros acontecimentos na Europa e nos EUA que demonstravam “mal-estar social”, como as revoltas estudantis de maio de 1968 em França ou os protestos contra a Guerra do Vietname nos EUA. Por último, também contribuiu para este mal-estar, a persistente crise económica e a emergência de uma consciência ambiental (Amaro, 2006).

Estes fatores levaram à procura de um novo paradigma de Desenvolvimento, o que teve, como consequência, o surgimento de diversos subconceitos.

### *1.1 Desenvolvimento Sustentável*

Em 1972, deu-se a Conferência da ONU sobre o Meio Ambiente Humano, de onde resultou um relatório que dá conta da necessidade urgente de proteção do ambiente pelos seres humanos. Chama a atenção para o facto de a sociedade ter capacidade e poder para criar e inventar, e que estas ações trazem grandes benefícios para as pessoas, mas que, quando este poder não é bem aplicado, tem capacidade de provocar danos incalculáveis aos próprios seres humanos e ao ambiente. Este relatório explica que, para se atingir os objetivos ambientais desejáveis, é necessário que haja uma responsabilização por parte dos cidadãos, das instituições e das próprias empresas, aliada a um esforço conjunto e à necessidade de salvaguardar os recursos naturais, para benefício das gerações futuras (Nações Unidas, 1973).

Nesse mesmo ano, foi publicado o livro “*Os Limites do Crescimento*” (de Dennis L. Meadows, Donella Meadows e Jorgen Randers) que defendia que a continuação do crescimento económico, segundo os padrões económicos vigentes, iria colidir com os

recursos finitos da terra, ultrapassando todos os limites e provocando uma futura crise (Sachs, 2017).

A partir desta altura, organizaram-se diferentes conferências e foram produzidos diversos relatórios que procuraram sensibilizar para a consciência ambiental, e que, ao mesmo tempo, permitiram que a perspetiva em relação ao Desenvolvimento, evoluísse para uma abordagem mais prática e mais completa, preconizando a interligação entre o desenvolvimento económico, o ambiente e a própria sociedade (Sachs, 2017).

O conceito “Desenvolvimento Sustentável” foi utilizado pela primeira vez no relatório da Comissão Mundial sobre Ambiente e Desenvolvimento da ONU, em 1987 - também conhecido como Relatório Brundtland, devido ao nome da Primeira Ministra da Noruega, Gro Harlem Brundtland, que chefiou a Comissão - onde se apresentou a definição: “O Desenvolvimento Sustentável é o Desenvolvimento que satisfaz as necessidades do presente sem comprometer a capacidade de as gerações futuras satisfazerem as suas próprias necessidades” (Relatório Brundtland, 1987, p 12).

Este documento (Relatório Brundtland) procurou descrever de que maneira a sociedade, incluindo os grupos privados, os países e os atores internacionais, teria de agir para a humanidade se aproximar de um Desenvolvimento Sustentável.

Em 1992, realizou-se a Cimeira da Terra no Rio de Janeiro<sup>1</sup>, promovida pela ONU, onde foram adotadas a Declaração do Rio sobre Ambiente e Desenvolvimento e também a Agenda-21. Esta Declaração veio reafirmar tudo o que já tinha sido adotado durante a Conferência da ONU sobre o Meio Ambiente Humano em 1972 e, ao mesmo tempo, estabelecer uma nova linha de cooperação e princípios para os Estados. As preocupações mantiveram-se as mesmas: a proteção do ambiente que rodeia o Homem; a necessidade dos Estados de desenvolverem políticas com vista a uma melhor qualidade de vida para a sociedade, aplicando, simultaneamente, legislação ambiental de forma eficaz, e também a necessidade da cooperação entre Estados (Nações Unidas, 1993).

---

<sup>1</sup> Também conhecida como Conferência do Rio

A Agenda-21 procurou propor, aquilo que se chamou “parceria mundial para o Desenvolvimento Sustentável” (Nações Unidas, 1993), procurando assim definir um plano a nível global. Dez anos depois, na Cimeira Mundial sobre o Desenvolvimento Sustentável (ONU) foram reafirmados os princípios da Agenda-21 para o Desenvolvimento Sustentável sendo também apresentado o Plano de Implementação, com o objetivo de manter o trabalho feito até à data e, ao mesmo tempo, permitir que os restantes objetivos fossem atingidos. Foi também neste documento que foram descritos os três pilares do Desenvolvimento Sustentável: o Desenvolvimento económico, o Desenvolvimento social e a proteção ambiental (Nações Unidas, 2002).

No seguimento da Agenda-21, foi adotada a Resolução intitulada “*United Nations Decade of Education for Sustainable Development*”. Esta lançou a década da Educação para o Desenvolvimento Sustentável (2005 a 2014), procurando sublinhar a importância que a educação tem para o Desenvolvimento Sustentável e promover um plano internacional com recomendações para que os Governos conseguissem melhorar a integração deste conceito nos programas de Educação (Nações Unidas, 2002).

Em 2012, no aniversário dos 20 anos da Conferência do Rio, foi produzido o documento “*The Future we Want*”, durante a conferência da ONU para o Desenvolvimento Sustentável (Rio +20). Neste documento foram revistos os princípios e objetivos que tinham sido definidos 20 anos antes, permitindo identificar o progresso feito e, ao mesmo tempo, as áreas em que as ações não tinham sido suficientes (Nações Unidas, 2012).

Em 2015, como resultado da colaboração de vários líderes mundiais, foi desenhado o Acordo de Paris. Neste acordo foi desenvolvido um plano de ação a adotar pelos governos, com uma meta a longo prazo: manter o aumento da temperatura média da Terra abaixo dos 1,5° C, relativamente aos valores pré-industriais. Este foi ratificado por todos os países da UE e entrou em vigor novembro de 2016 (Nações Unidas, 2015).

Mais recentemente, em 2019, a Comissão Europeia apresentou o Pacto Ecológico Europeu (*European Green Deal*), adotando-o como nova estratégia de crescimento. Neste documento foram definidas estratégias concretas: transformar a UE numa sociedade justa e próspera;

com uma economia competitiva e com eficiência de recursos, em que não exista um balanço positivo de emissões de gases efeito estufa em 2050 (impacto neutro) e, ainda, com um crescimento económico dissociado da exploração de recursos. Esta estratégia procura ser uma contribuição para uma solução global (Comissão Europeia, 2019).

### *1.2 ODS: Objetivos para o século XXI*

O conceito de Desenvolvimento Sustentável vem tentar compreender a interação entre a economia, a sociedade e a natureza e estudar as suas limitações para uma convivência pacífica. E por isso, nas palavras de Ban Ki-Moon, “o Desenvolvimento Sustentável é o desafio central dos nossos tempos” (Sachs, 2017, p.I).

Em 2015 foi adotada, pelos países membros da ONU, a agenda dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável. Desta agenda constam 17 Objetivos que procuram indicar as problemáticas em que as ações dos Estados se devem focar para resolver. Estes Objetivos passam por questões como a igualdade de género, a fome e pobreza, focando não só as dimensões económica e social, como também a ambiental (Nações Unidas, 2015).

Em 2000 foram adotados os Objetivos de Desenvolvimento do Milénio (ODM). Estes tinham sido desenhados de maneira diferente, pois apresentavam-se como objetivos que os países deveriam ser capazes de atingir até 2015. Alguns dos objetivos eram, por exemplo, alcançar o ensino primário universal ou garantir a sustentabilidade ambiental. Cada um destes objetivos tinha depois uma meta específica (Nações Unidas, 2000).

Por seu lado, a agenda apresentada em 2015, resultou de uma necessidade de rever a forma como os ODM tinham sido desenvolvidos. De facto, estes Objetivos criaram uma nova sensibilidade política. Após o ano 2000, os ODM passaram a fazer parte de todos os programas ou agendas políticas, como forma de mostrar a sua importância e foco nos problemas que a sociedade enfrentava. No momento de rever os resultados destes Objetivos, percebeu-se que grande parte dos países não tinha conseguido atingir as metas estabelecidas, o que obrigou a repensar a estratégia global.

Da revisão dos ODM nasceu a agenda desenvolvida para 2016-2030, que procurou dar resposta a muitas das críticas ou questões apontadas durante os 15 anos anteriores.

Assim, estes Objetivos foram pensados para o pós-2015, tendo um grande foco na questão do Desenvolvimento Sustentável que, até à data, representava apenas uma pequena parte da agenda global. Nestes Objetivos, o foco está na procura de numa produção e consumo mais responsáveis, de cidades e comunidades pensadas para a sustentabilidade, de ação climática e de sensibilização para a proteção e conservação da fauna e flora (Nações Unidas, 2015).

“Alcançar o Desenvolvimento sustentável no nosso planeta sobrepovoado, desigual e degradado é o desafio mais importante que a nossa geração tem pela frente. Os ODS devem ser a bússola, a estrela polar, para o futuro Desenvolvimento do planeta (...)” (in Sachs, 2017, p.14).

### *1.3 Perspetiva crítica*

O conceito de Desenvolvimento tem progredido a par com as transformações das sociedades. Começou seguindo fatores estritamente económicos, mas desenvolveu-se para um conceito mais humano. Com o passar do tempo ficou evidente que era necessário olhar para as sociedades com mais do que uma perspetiva de riqueza produzida. É necessário olhar para a sua educação, para as suas oportunidades e para os seus comportamentos.

Desde os anos 70 que o movimento de consciência ambiental e ecológica tem crescido. O comportamento em sociedade, tem demonstrado, neste momento, ter um impacto negativo muito grande para o ambiente. Algumas das alterações são já sentidas no dia-a-dia, como o aumento da temperatura média da Terra, que se traduz, entre outros, numa subida do nível das águas do mar, no aquecimento dos oceanos e no aumento de ondas de calor e fenómenos de secas. Assistimos também a um aumento de intensidade e frequência de fenómenos extremos tais como ciclones, furacões e tempestades tropicais (Ferreira, 2017). Tudo isto são resultados da ação humana, ao longo dos anos.

Há assim a necessidade de educar a sociedade para que as escolhas que se fazem em termos de produção e de consumo, sejam feitas de forma cada vez mais consciente. É necessário que as pessoas compreendam o impacto que as suas ações diárias têm para o ambiente, por um lado olhando para aquilo que compram - de onde vem, como é produzido, em que condições,

com que impacto - e, por outro lado, vendo o que descartam: para onde vai, de que maneira vai ser tratado, qual o impacto desse processo de tratamento.

A nível global existem já diversos canais que procuram passar estas informações, sensibilizando as pessoas. Assim, torna-se também muito importante olhar para as ações que são desenvolvidas a nível local.

Estas, feitas em maior proximidade com as pessoas, concretizam-se através de projetos e exemplos vivos daquilo que poderá ser parte importante das ações que levem à mitigação do impacto atual das sociedades humanas.

## 2. Revisão da Literatura

*“Not only is the throwaway society presenting us with a local waste crisis, it is contributing to a global crisis. Global warming is only one manifestation of that crisis. A combination of overpopulation and overconsumption is using up the planet’s resources at an ever-increasing rate, whether we are talking about fossil fuels, available clean water, arable land, rain forest, minerals, or fish. It is important to see what has caused this crisis and how a Zero Waste 2020 strategy can take an important step toward reversing the process.”*

in Connett, 2013, p.4-5

O conceito de *Zero Waste* na sociedade é muito recente e a sua vertente aplicada ao estilo de vida, ainda mais. Não há ainda muita literatura ou projetos de investigação direcionados para este tema, principalmente em Portugal.

O conceito de *Zero Waste* enquadra-se com outras questões que têm ganho relevância na sociedade. A primeira de todas é o aumento da adoção da reciclagem como comportamento. Depois, o desenvolvimento de centros comunitários de reutilização (já desenvolvidos em países como os EUA ou o Reino Unido), que permitem que uma fatia do que seria desperdício, ganhe uma nova vida. Torna-se assim importante o crescimento da compostagem como solução para o desperdício orgânico, levando a uma diminuição do desperdício indiferenciado. Um outro aspeto é a necessidade de reverter o consumo

exagerado, que acaba por forçar a procura de soluções mais responsáveis por parte das indústrias. Por último, a crescente preocupação pela população, das toxinas que, práticas como a incineração, libertam na atmosfera. (Connett, 2013)

A primeira definição do conceito de *Zero Waste* foi apresentada pela *Zero Waste International Alliance* (ZWIA). A ZWIA foi desenvolvida com o objetivo de criar uma referência como guia para o desenvolvimento do *Zero Waste* nas sociedades. Esta organização procurou também apresentar o movimento *Zero Waste* nas suas diferentes vertentes, olhando não só para o problema final (do lixo produzido) como também para o início (produção e consumo). Assim, em 2004, nasceu a primeira definição do conceito, com revisão de pares, ao nível internacional:

*“Zero Waste is a goal that is ethical, economical, efficient and visionary, to guide people in changing their lifestyles and practices to emulate sustainable natural cycles, where all discarded materials are designed to become resources for others to use.*

*Zero Waste means designing and managing products and processes to systematically avoid and eliminate the volume and toxicity of waste and materials, conserve and recover all resources, and not burn or bury them.*

*Implementing Zero Waste will eliminate all discharges to land, water or air that are a threat to planetary, human, animal or plant health.”*

In Zero Waste International Alliance (2018)

Em 2018 foi publicada uma versão atualizada do conceito pela ZWIA, que procurou fundir a primeira definição, com os princípios da hierarquia *Zero Waste*<sup>2</sup>, procurando dar mais importância ao topo da hierarquia – repensar/redesenhar (na produção), reduzir e reutilizar, promovendo uma economia circular: *“Zero Waste: The conservation of all resources by means of responsible production, consumption, reuse, and recovery of products, packaging,*

---

<sup>2</sup> Ver Anexo 1, página 37

*and materials without burning and with no discharges to land, water, or air that threaten the environment or human health.*” (ZWIA, 2018)

A interligação entre o comportamento da sociedade e as alterações climáticas é cada vez mais evidente. Todas as ações têm um impacto quer social, quer económico, quer ambiental. Devido ao agravamento das alterações climáticas, há uma necessidade de promover pegadas ecológicas mais sustentáveis e que protejam o planeta. Esta necessidade interliga-se com questões de energia, produção e consumo alimentar e também de sustentabilidade das cidades. (Ferreira, 2017).

Analisando os setores com um papel mais significativo no agravamento das alterações climáticas, o foco está em três deles: o setor da energia, o da indústria da carne e laticínios e o da moda e vestuário. No setor da energia estima-se que as maiores fontes de poluição sejam as produtoras de petrolíferos, gás e carvão. Em relação à indústria de carne e laticínios, as elevadas emissões de gases efeito estufa estão ligadas com a produção intensiva de animais para consumo alimentar, a desflorestação e a produção agrícola de ração para os alimentar. Na indústria do setor da moda e vestuário, as maiores emissões estão relacionadas com o aparecimento da *fast-fashion*, que levou a um aumento de produção. (Ferreira, 2017)

Assim quando falamos de produção, como por exemplo no caso dos três setores descritos como tendo um papel mais significativo nas alterações climáticas, temos de ter em consideração os seus verdadeiros custos. Para Jeffrey Morris (in Connett, 2013, p.265) a economia do *Zero Waste* é sobre custos financeiros, mas também ambientais. Estes conseguem ser evitados quando os produtos que seriam descartados são reutilizados, reciclados ou vão para o compostor, ao invés de serem queimados ou irem para o aterro. A questão está em prevenir o descarte, reduzindo o consumo de bens e serviços que produzem os descartáveis.

Bea Johnson, porta-voz do movimento internacional *Zero Waste*, descreve este conceito como “(...) uma filosofia baseada num conjunto de práticas destinadas a evitar o desperdício o máximo possível.” (Johnson, 2016, p.31) Para o ambiente doméstico, esta filosofia desenvolvida pela autora procura diminuir o desperdício seguindo 5 passos: recusar o que

não é preciso; reduzir o que é preciso; reutilizar o que consumir; reciclar o que não puder recusar, reduzir ou reutilizar; e compostar tudo o resto. A adoção destas 5 regras diminuiu substancialmente a produção de resíduos em cada habitação (Johnson, 2016).

Quando a questão é “quão longe estamos de chegar a uma sociedade desperdício zero?” Bea Johnson (2016) sublinha o poder da comunidade que passa pelos esforços conjuntos das autoridades eleitas, dos fabricantes, dos professores, dos proprietários de supermercados, entre outros. Nas palavras da autora “(...) compreende que o Desperdício Zero não tem só a ver com a redução de resíduos – que se trata de desfrutar de prazeres simples, de ingerir alimentos locais e sazonais, de fomentar um estilo de vida mais saudável, de aproveitar mais o ar livre, de participar mais na vida da comunidade e de simplificar a vida para dar espaço àquilo que é verdadeiramente importante (...)”.

### *2.1 O Movimento Zero Waste em Portugal*

O conceito de Desperdício Zero começou a aparecer em Portugal através de Associações como a *Zero Desperdício* - que trabalha sobretudo na temática do desperdício alimentar.

O *Zero Waste*, Desperdício Zero, afetando todas as áreas da nossa vida, não estava divulgado em Portugal até recentemente.

Em 2015 Eunice Maia abriu a loja Maria Granel, e um ano depois, com o objetivo de trazer esta vertente do conceito como estilo de vida, convidou Bea Johnson a vir a Portugal para uma palestra. Foi com Bea Johnson que o *Zero Waste* se transformou num movimento internacional de partilhas de pequenas ações que qualquer pessoa poderia adotar para reduzir o seu desperdício. No seguimento da sua visita foi lançada a versão portuguesa do seu livro (*Desperdício Zero*).

Ainda em 2015 nasceu a *ZERO - Associação Sistema Terrestre Sustentável*, que procura intervir na sociedade portuguesa para defender os valores da sustentabilidade. Esta ONG trabalha principalmente através do diálogo, como forma de sensibilizar a população.

Nessa mesma altura nasceu, com expressão no Facebook, o grupo Lixo Zero Portugal - desenvolvido por Ana Milhazes. Ana deu o passo em direção ao Desperdício Zero, em 2016, quando decidiu pesquisar sobre como poderia diminuir os resíduos produzidos na sua casa. Nesta pesquisa encontrou o espaço de partilha de Bea Johnson (blogue “*Zero Waste Home*”). Foi em 2017 que dinamizou o primeiro grande evento *Zero Waste* em Portugal, onde juntou negócios alinhados com esta premissa e também palestras.

No ano de 2020, Eunice Maia lançou o seu livro “Desafio Zero: Guia prático de redução de desperdício, dentro e fora de casa” e Ana Milhazes lançou o livro “Vida Lixo Zero”. Ambos procuram ajudar qualquer pessoa a fazer mudanças na sua vida para diminuir o desperdício e a adotar um estilo de vida mais próximo do *Zero Waste*.

Nas palavras de Eunice Maia (2020) “Precisamos de rever o nosso consumo. Este é um momento extremamente crítico, num planeta cujos recursos exaurimos, provocando a emissão de CO<sub>2</sub> em níveis que excedem há muito o que é considerado seguro, desencadeando alterações climáticas e o aquecimento global. (...)”

Nos últimos anos têm vindo a aparecer em Portugal mais projetos que procuram sensibilizar a população e também procurar soluções. Alguns exemplos destes projetos são a *Zero Waste Youth* Portugal – jovens que procuram sensibilizar para uma sociedade *Zero Waste*, o projeto *É P’ra Amanhã*, que numa série de 5 episódios de documentário mostra diferentes iniciativas ligadas à sustentabilidade em Portugal e o *Zero Waste Lab* – uma associação sem fins lucrativos, que procura mobilizar a sociedade para uma mudança de comportamento em relação aos resíduos.

“A melhor parte de uma comunidade lixo zero é exatamente o seu sentido de comunidade. Trata-se, desde a sua origem, de um movimento *bottom-up*: têm sido os cidadãos os primeiros a assumir (por sua iniciativa) a responsabilidade pelo seu consumo e pelos resíduos gerados por esse mesmo consumo, numa atitude preventiva (que passa por recusar e reusar) e ativa (reduzindo, reciclando e compostando) demonstrando ao poder político que o lixo é um recurso valioso e não deve ser enterrado ou queimado, com custos óbvios para a saúde humana e do planeta, assim como para a saúde da economia.”

In Maia, 2020, p.260

### 3. Metodologia

O foco da investigação foi o de compreender como uma parte da sociedade portuguesa tem evoluído em termos de consciência e responsabilização das suas ações e decisões a nível de impacto ambiental, nos últimos dois anos.

Para melhor compreender este fenómeno, esta investigação foca-se no movimento *Zero Waste* em Portugal, pois é uma comunidade (enquanto conjunto de pessoas e/ou famílias) que procura defender e desenvolver os valores trazidos pelo conceito do Desenvolvimento Sustentável.

A metodologia adotada para atingir os objetivos propostos, está dividida em duas partes. Na primeira foram desenvolvidas entrevistas semiestructuras direcionadas a um conjunto de personalidades pioneiras do movimento *Zero Waste* em Portugal (amostra I).

Durante estas entrevistas procurou-se compreender que perspectiva têm em relação ao conceito de “Desenvolvimento Sustentável”, à sua aplicação no dia-a-dia e como os/as próprios/as chegaram ao movimento *Zero Waste*. O objetivo da entrevista foi também perceber como se inserem os seus projetos nos ODS, que valores procuram transmitir para a sua comunidade, de que maneira o fazem e que impacto pensam ter tido nos últimos dois anos. Para conseguir atingir estes objetivos foi desenvolvido um guião de uma entrevista semiestructurada.<sup>3</sup>

Na segunda parte da metodologia foi desenvolvido um questionário, apenas com perguntas fechadas, direccionado à comunidade que segue cada um dos entrevistados. O objetivo desta fase foi de tentar compreender o efeito que estes projetos têm tido na população portuguesa e nas escolhas feitas no seu dia-a-dia (mudanças e adoção de novos hábitos) (amostra II).

Esta informação foi depois analisada de maneira a procurar compreender as mudanças no comportamento da população portuguesa nos últimos dois anos e o impacto destes projetos. Aquilo que se procurou compreender é se se tem vindo a desenvolver uma nova consciência ambiental, aliada a escolhas mais informadas.

---

<sup>3</sup> Ver anexo 2, página 37

### 3.1 Entrevistas

Uma das primeiras questões que este trabalho levantou foi a definição de “Movimento *Zero Waste*”. Para este trabalho, a definição assumida foi a de um grupo de pessoas que desenvolveu projetos no sentido de sensibilizar, educar e informar para o Desenvolvimento Sustentável, principalmente através da premissa do *Zero Waste*.

A amostra escolhida para as entrevistas representa um grupo de pessoas que tem dado voz ao movimento em Portugal, e que trabalha para conseguir criar uma maior consciência na população portuguesa.

Estas personalidades são (pela ordem das entrevistas):

Eunice Maia – Fundadora da loja *Maria Granel* (1ª loja a *granel zero waste* em Portugal)

Ana Milhazes – Projeto *Ana Go Slowly* e Grupo *Lixo Zero Portugal*

Joana Guerra Tadeu – Projeto *A minimalista*

Maria e Rui – Fundadores do projeto *Kitchen Dates* (1º restaurante sem desperdício em Portugal)

Catarina F.P. Barreiros – Fundadora do Projeto *Do Zero*

Para além destes projetos, procurou-se também entrevistar a Anna Masielo (fundadora do projeto *R-coat*), mas a entrevista acabou por não se realizar, por motivos alheios a esta investigação.

À medida que as entrevistas foram sendo desenvolvidas ficou claro que, apesar de terem objetivos comuns, a definição de Comunidade *Zero Waste* muda de projeto para projeto. Estas diferenças de perspetiva podem dever-se, principalmente, ao facto deste movimento ser ainda muito recente em Portugal e, assim, cada pessoa, desenvolveu o seu projeto baseado nas premissas para as quais estava mais sensibilizada (seja consumo responsável, desperdício de comida ou educação).

### 3.2 *Questionário*

Após desenvolver as entrevistas e ter uma melhor compreensão do trabalho desenvolvido pelos projetos, desenhou-se um questionário que procurou conhecer os hábitos mais sustentáveis, adotados nos últimos dois anos, e a forma como o movimento *Zero Waste* impactou a sua adoção <sup>4</sup>.

Assim, o público-alvo do questionário foram as pessoas que acompanham cada um dos cinco projetos apresentados na amostra anterior. Para chegar ao público-alvo, foi pedido aos entrevistados que partilhassem o questionário ao longo de duas semanas.

O questionário foi organizado em diversas partes: uma primeira com os detalhes que permitem ter uma perspetiva do perfil do público alvo; uma segunda parte focada nas mudanças relativas à alimentação e à redução do desperdício alimentar; uma terceira sobre padrões de consumo e recursos; uma quarta focada na relação com a comunidade e com a educação para a sustentabilidade e uma quinta parte relativa aos ODS. Para finalizar o questionário foi pedido aos inquiridos que identificassem os projetos que acompanham (exemplificando com os da Amostra I deste trabalho, mas dando espaço para serem adicionados mais) e foi também pedido que identificassem o impacto que estes tiveram no seu dia-a-dia, através de algumas frases. Por fim, foi pedido que, numa escala de 1 a 10 identificassem a influência global destes projetos nas suas mudanças de hábitos.

No total foram recolhidas 902 respostas completas.

---

<sup>4</sup> Ver anexo 3, página 38

## 4. Análise de Resultados

### 4.1 Entrevistas

#### 4.1.1 Os projetos

##### *Maria Granel*

A Maria Granel é uma mercearia biológica, 100% a granel (pioneira em Portugal na conjugação do biológico e do granel), que abriu em novembro de 2015, em Alvalade e em 2018 em Campo de Ourique. Em termos de missão centra-se na redução de desperdícios. A Maria Granel foi criada precisamente para incentivar o consumo responsável e mais consciente, permitindo às pessoas abastecerem-se a granel, na quantidade que efetivamente precisam, recusando as embalagens de uso único, que acondicionam os alimentos tradicionalmente. Foram pioneiros na introdução do conceito BYOC, permitindo às pessoas reutilizarem os recipientes que tenham em casa para se reabastecerem. O projeto trabalha essencialmente numa área de *pre-waste*, na prevenção da geração de resíduos.

Além deste trabalho, que leva o consumidor a planificar e a fazer o seu consumo de forma intencional e mais consciente, este projeto atua também numa perspetiva pedagógica, que vai para além da atividade comercial das lojas. Na loja de Campo de Ourique, existe uma zona destinada a workshops, em que acontecem também exposições de documentários, palestras, entre outros eventos que são gratuitos e de acesso livre para a comunidade. Para além desse espaço, também visitam empresas e desenvolvem com algumas escolas o projeto *(Z)hero*. Este é um projeto premiado pela fundação Yves Rocher, que recebeu o prémio *Terre de Femme*, permitindo trabalhar com várias escolas e empresas, sempre no sentido de mostrar como é possível reduzir o desperdício, partindo dos espaços e recursos que já existem. Em março de 2020 foi publicado o livro *Desafio Zero*, com a preocupação de ser uma ferramenta prática para que as pessoas possam implementar pequenos gestos na sua vida, dentro e fora de casa. Ao nível das redes sociais, foi criada uma comunidade, onde é desenvolvida uma comunicação que tem essencialmente o foco na sua função pedagógica (ajudando as pessoas a tomarem decisões conscientes), embora não deixando de existir uma vertente comercial.

### *Ana Go Slowly*

Ana Milhazes lançou o seu blogue “Ana, Go Slowly” em 2012 com o objetivo de partilhar as mudanças que estava a aplicar na sua vida, no sentido de reduzir e simplificar. Em 2016, numa aproximação ao conceito de Desperdício Zero, criou o projeto Lixo Zero Portugal – um grupo no *Facebook* onde pessoas com os mesmos interesses se pudessem encontrar e partilhar informações. Foi também nessa altura que criou o ficheiro que deu origem à plataforma agranel.pt – onde é possível encontrar as lojas a granel que existem em Portugal. Começou também a dar *workshops* sobre o Desperdício Zero aplicado ao dia-a-dia. O seu projeto tenta, de uma forma descomplicada e prática, mostrar como se pode ser mais sustentável tanto para o planeta, como para si próprio – encontrando o equilíbrio entre aquilo que se pode fazer para a sustentabilidade e o bem-estar do próprio.

Este seu projeto permitiu também que passasse a ser um elo de ligação entre pessoas com os mesmos interesses dentro do mundo da sustentabilidade em Portugal.

### *A Minimalista*

Para Joana Guerra Tadeu o foco é o ambientalismo e o minimalismo é a ferramenta que adotou para lá chegar. Acredita que a etiqueta do minimalismo poderá ser uma maneira mais simples de conseguir chegar às pessoas e abordar a questão da redução de consumo. Faz consultorias para projetos eticamente responsáveis e lançou um podcast dedicado à parentalidade para a sustentabilidade (Puericoultura).

Joana sensibilizou-se para o Desenvolvimento Sustentável quando os ODS foram lançados e o Acordo de Paris assinado. A partir daí acompanhou o processo para Portugal. Foi também daqui que partiu a ideia de abrir uma cooperativa, que foi uma das primeiras lojas online de produtos portugueses eticamente responsáveis. Este acabou por se transformar num projeto editorial, blogue, com várias personalidades a escrever sobre diversos assuntos, sempre com o “cabide” da sustentabilidade. Conheceu o movimento *Zero Waste* com a vinda de Bea Jonhson a Portugal em 2016, e foi a partir daí que começou a fazer algumas mudanças e a partilhar. Atualmente procura falar não só sobre Desenvolvimento Sustentável, como

também de ativismo e política. Fala sobre consumo, pois acredita que sustentabilidade tem uma relação direta com o binómio de produção e consumo, desenvolvido pela sociedade.

### *Kitchen Dates*

Os *Kitchen Dates* foram criados pela Maria Antunes e pelo Rui Catalão e começaram como um *hobby*. O interesse pela comida apareceu quando se aperceberam que a maior parte dos alimentos embalados tinham muitos ingredientes que não consideravam necessários, e assim alteraram a sua alimentação e começaram a fazer as refeições em casa. O interesse pelo que cozinhavam cresceu, o que os levou a criar uma conta de *Instagram*, para partilha com pessoas mais próximas. Começaram assim a receber pessoas em sua casa para provarem as receitas e procuraram informar-se cada vez mais.

Com o aumento da procura decidiram abrir um restaurante – o primeiro em Portugal sem caixote do lixo, apenas um compostor. Este é baseado numa série de princípios: 100% vegetal; sem embalagens de utilização única (incluindo o que vem dos produtores); trabalhar com produtores conscientes – que para além da agricultura biológica significa também uma consciência com a terra que trabalham e os recursos que estão a utilizar; transparência total; alimentos e ementas sazonais; base de economia circular – tudo o que entra tem de ser consumido seja pelo cliente, seja por eles ou então reutilizado e trabalhar com produtores de proximidade (raio de 50km para produtos frescos e de 500 km para frutos secos e cereais).

### *Do Zero*

Catarina Ferreira Pinto Barreiros, fundadora do *site Do Zero*, foca o seu trabalho em investigação e comunicação para a sustentabilidade. O seu trabalho passa por dar formação a empresas, workshops para o público em geral, e acompanhar trabalhos de investigação focados na sustentabilidade. Faz também consultorias para marcas, analisando aquilo que podem melhorar a nível de sustentabilidade tanto social como ambiental. Grande parte da investigação que desenvolve, partilha nas suas redes sociais, juntamente com a comunicação de marcas mais responsáveis.

#### 4.1.2 Perspetiva do conceito de “Desenvolvimento Sustentável”

Para Eunice Maia foi sobretudo através dos ODS, onde há uma preocupação de traduzir e comunicar os Objetivos, que a mensagem se tornou mais acessível, ajudando a difundir o conceito e a fazê-lo chegar a mais pessoas, usando sobretudo uma perspetiva de um trabalho mais pedagógico, mostrando às pessoas que caminhos podem ser feitos. Pode-se afirmar que, atualmente, o conceito de Desenvolvimento Sustentável, é algo bastante mais do domínio público, do que era no início no séc. XX.

No caso da Maria Granel, para os projetos que têm fora da loja, recorrem à plataforma *Act Now*, da ONU, que trabalha cada um dos ODS e deixa diferentes caminhos possíveis para atingir cada um deles.

A promoção do “consumo sustentável”, em vez da diminuição de consumo, é para Ana Milhazes uma das grandes questões. Saber diferenciar aquilo que é realmente necessário, e aquilo que continua a ser consumo, na sua versão sustentável, mas que não procura romper com os padrões de consumo da sociedade. Desde 2016 que vê uma diferença nas pessoas, que têm mais conhecimento relativamente ao conceito de Desenvolvimento Sustentável, e principalmente, como aplicar na sua vida. Viu também uma diferença por parte dos negócios, que se aperceberam que o consumidor está a mudar os seus padrões e exigências.

Joana Guerra Tadeu, por seu lado, desenvolve o facto de, tendo o conceito de Desenvolvimento Sustentável ganho mais visibilidade para o consumidor, também o *Green Washing*<sup>5</sup> se torna mais evidente. Este aumento deu-se como resposta ao que o consumidor começou a exigir que o que fosse produzido passasse a ter alguma ligação com as questões do Desenvolvimento Sustentável. Sublinha que muitas pessoas não têm ainda a informação necessária para identificar o que é *Green Washing* e que a maneira de conseguirmos políticas mais transparentes, é sendo exigentes como consumidores.

---

<sup>5</sup> *Green Washing* é uma estratégia de comunicação e marketing que consiste em levar o consumidor a crer que o produto ou serviço que está a adquirir tem uma preocupação ambiental, sem que haja qualquer promoção concreta de ações de mudança. (Vidal de Sousa, 2017)

Para Rui Catalão existem duas dimensões: a de quem efetivamente faz um trabalho sério para a sustentabilidade, e a de quem segue a temática para proveito próprio. Chama também a atenção para o crescente *Green Washing*, pois a sustentabilidade é uma área que tem vindo a despoletar grande interesse. Explica que é preciso que as pessoas tenham consciência do custo daquilo que consomem, não só o custo financeiro, mas também o social e ambiental, o que pode encarecer um produto. Para Maria há também um outro lado bom de caminho a ser trilhado, por empresas que estão a aplicar pequenas ações que efetivamente podem fazer uma pequena mudança. Espera que estas sejam para os consumidores significativas ao ponto de os fazer mudar também os seus comportamentos.

Catarina Barreiros acredita que, apesar de sustentabilidade estar na ordem do dia, é importante compreender que o Desenvolvimento Sustentável é muito mais que a sustentabilidade ambiental. Argumenta que existe um grande uso de recursos de comunicação e sensibilização para a questão do plástico, quando estes recursos poderiam também ser usados para falar sobre capacitação de sociedades tanto dentro como fora da Europa. Exemplifica com a criação de uma rede de energias renováveis, que hoje em dia ainda é muito complicada, pois não existe quase nenhum armazenamento de renováveis. Só através de um esforço conjunto de todos os Estados Membros seria possível vivermos apenas de energias renováveis. Assim, acredita que a maior parte das pessoas não conhece os ODS, nem está alerta para o facto de o problema ser muito maior do que a questão do plástico ou do desperdício alimentar, não sabendo, por exemplo, que erradicar a pobreza é um dos gestos mais impactantes.

#### *4.1.3 Os projetos e os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS)*

A Maria Granel contribui intencionalmente para um dos ODS, o de Produção e Consumo Sustentável (n.º 12). De acordo com a sua fundadora, durante a conceção e desenvolvimento do projeto, este objetivo esteve sempre presente. Nas palavras de Eunice Maia, “A loja nasce para promovermos junto das pessoas e da comunidade em que estávamos enquadrados, precisamente a optar por um consumo mais consciente e mais responsável. (...) quando me apercebi que de toda a cadeia de distribuição e toda a cadeia alimentar, que cerca de 30% de tudo era desperdício a nível doméstico, para mim foi um momento de viragem. Isso significa

que, nós como distribuidores e retalhistas temos responsabilidades, mas, para além de atuarmos nessa dimensão, nós também temos uma responsabilidade acrescida porque lidamos com consumidores - que estão a consumir a granel - e podemos ajudá-los também em casa (...). Temos uma série de serviços que ajudam as pessoas em casa a organizar e a acondicionar os alimentos de forma inteligente, precisamente para não desperdiçar. Mais uma vez, é o mesmo objetivo e está muito centrado também no desperdício alimentar ao nível doméstico.”

Ana Milhazes ajuda a que as pessoas que a acompanham consigam ter um consumo mais sustentável, falando e mostrando aquilo que aplica na sua vida. Acredita que do indivíduo se parte para grande escala, e que comprar é votar – mostrando o poder do consumidor.

Para os projetos desenvolvidos por Joana Guerra Tadeu, os ODS cruzam-se no seu trabalho. Diz que não fala “(...) de desperdício alimentar sem falar do fim da pobreza e do fim da fome (...)”. Faz um trabalho de educação e promoção que procura visar todas as temáticas dos ODS, pois para quem estuda Desenvolvimento Sustentável mais a fundo percebe que as temáticas estão interligadas, não são independentes. “(...) reconhece que se as alterações climáticas continuarem a intensificar-se e houver cada vez mais consequências, também vão existir mais desigualdades, que vão ser exacerbadas e, por consequência, vão existir mais conflitos armados, (...)”. Uma das suas preocupações é mostrar que existe a necessidade das parcerias entre privados, público e privado, privado e comunidade local, para que consigamos atingir os objetivos que queremos. Focando apenas no projeto “A Minimalista”, o trabalho mais desenvolvido é no âmbito do consumo e produção mais sustentáveis.

No trabalho de Rui e Maria o ODS mais presente é o da Produção e Consumo Sustentável (n.º 12), juntamente o das Cidades e Comunidades Sustentáveis (n.º 11) e o da Ação Climática (n.º 13). A ligação entre o seu trabalho e os ODS foi uma coisa que aconteceu de forma natural, pois os Objetivos representam aquilo que é necessário fazer pelo planeta. Acreditam estar completamente alinhados com os ODS. Assumem que poderão ser a materialização dos Objetivos e que, para isso, é necessário sacrificar algumas coisas e trabalhar muito.

Para Catarina Barreiros, compreender a sustentabilidade é compreender que há uma questão muito maior do que os materiais utilizados num determinado produto e o tempo e espaço que despenderam e, por isso, é importante analisar a sustentabilidade como um todo. Esta questão está presente em decisões tão pequenas, como a escolha da escova de dentes: escova de bambu, sendo que a maior parte é produzido na China, com más políticas florestais, energia carbónica e um grande transporte, ou escova de plástico, produzida numa fábrica com energias renováveis, em que é utilizado subproduto da indústria do petróleo e onde as pessoas que trabalham têm condições justas?

Assim, não há como não avaliar uma questão pelo seu impacto em cada uma das áreas dos ODS, seja na escassez de água, no combate à pobreza ou na erradicação da fome.

Catarina Barreiros acredita que, com o seu trabalho individual, contribui principalmente para o ODS de Educação de Qualidade (n.º 4), mas a nível de trabalho com marcas foca em temáticas como a poupança de água ou o desperdício alimentar. Nos seus trabalhos mais recentes tem também trabalhado para o objetivo de Água Potável e Saneamento (n.º 6), para o Acesso a Condições de Trabalho Dignas (n.º 8) e também para a Emancipação Feminina (n.º 5).

#### *4.1.4 Valores que procuram transmitir*

O foco do trabalho da equipa da Maria Granel é partilhar com as pessoas exemplos que inspirem e apostar na multiplicação, cedendo o espaço que têm para utilização da comunidade, “é muito a pedagogia da esperança ativa e da inspiração pelo exemplo silencioso.”

Procuram transmitir que os pequenos gestos têm impacto, que “não podemos abdicar da responsabilidade pessoal, pois uma pessoa com o seu pequeno gesto é um catalisador de mudança.” A própria loja é um exemplo disso, pois teve início numa loja com 100 m<sup>2</sup> e, de acordo com os cálculos feitos há cerca de 2 anos, terão conseguido evitar a utilização de mais de 1 milhão de sacos de plástico de uso único.

Através do seu projeto, Ana Milhazes procura transmitir que aquilo que faz sentido atualmente é voltar a conectar com a natureza, criando uma maior sensibilidade para o

planeta. Esta sensibilidade vai fazer com que as pessoas tenham mais cuidado e atenção às suas escolhas.

Joana Guerra Tadeu procura chegar a mais pessoas através dos trabalhos que vai desenvolvendo, em conjunto com pessoas que sejam especialistas em diversas áreas, como por exemplo engenharia do ambiente, para que exponham as suas temáticas. Quer transmitir que é possível que toda a gente faça alguma coisa para melhorar a situação atual, sensibilizando para aquilo que está mais iminente. Sublinha que não existe ambientalismo sem igualdade e que, por isso, é importante focar também na melhoria de condições de vida das pessoas.

Para o projeto *Kitchen Dates* o grande trabalho é da literacia alimentar, desde desperdício até à própria alimentação de cada um. Procuram transmitir que é importante comer de uma forma mais saudável, consciente e sustentável.

Catarina Barreiros procura mostrar que muitas mudanças são simples e que uma pessoa com um dia-a-dia normalizado e uma família, também consegue fazer mudanças. Quer ter um máximo número de pessoas, ainda que não a fazer tudo correto, mas a fazer aquilo que conseguem – inspirada na frase de Anne Marie Bonneau (*zero waste chef*) “Não precisamos de algumas pessoas a praticar *zero waste* de um modo perfeito. Precisamos de milhões a praticá-lo de um modo imperfeito.”.

A comunicação destes projetos é feita principalmente através das redes sociais e sites/blogues. Procuram também comunicar através de *workshops* ou palestras

Para além disso, Eunice Maia recorre à newsletter e ao Programa Educativo que tem estado a desenvolver (Programa Z(h)ero). A equipa da Maria Granel procura também pôr-se ao serviço das instituições locais como as juntas de freguesia, as paróquias e as escolas.

Durante o ano de 2020, com o confinamento, Ana Milhazes viu-se obrigada a passar alguma das suas iniciativas para o meio digital, apesar de privilegiar o contacto presencial. Aproveita também desafios como o *Plastic Free July*<sup>6</sup> para explorar mais algumas temáticas.

As entrevistas e crónicas são outras formas de Joana Guerra Tadeu chegar a mais pessoas.

Maria e Rui comunicam também através da newsletter e participam em eventos e palestras para as quais são convidados.

#### 4.1.5 Impacto nos últimos dois anos

Nos últimos dois anos Eunice Maia diz ter sentido uma grande diferença ao nível da consciência coletiva. Atribui esta mudança a dois fatores: por um lado a Diretiva (UE) 2019/904 que veio impor a proibição de descartáveis e, por outro lado, a edição de junho de 2018, da Revista *National Geographic*, intitulada *Planet or Plastic*, que traz consigo a sua própria autoridade e credibilidade científica. Estes dois fatores alertaram as pessoas, havendo um crescimento exponencial tanto nas redes sociais, como em termos jornalísticos.

Um exemplo do impacto que Eunice tem sentido nos últimos anos é a iniciativa *Plastic Free July*. Em 2019 foram mais de 60 pessoas ou projetos que se quiseram associar e falar das mudanças que estavam a pôr em prática. No ano de 2020 foram outras 60 pessoas ou projetos que se quiseram associar, diferentes do ano anterior, estando assim mais de 120 projetos diferentes a fazer a mudança.

Ana Milhazes notou uma grande diferença, tanto a nível de negócios disponíveis, como na informação dada pelos meios de comunicação. Sente que as pessoas se começaram a envolver mais na sua comunidade e a desenvolver muitos projetos, partilhando mais informação. Acredita que, com a informação que já existe, toda a gente tem a possibilidade de aplicar algum tipo de mudança na sua vida.

Para Joana Guerra Tadeu, o facto de 2030 estar cada vez mais próximo, é uma das razões para o crescente interesse na temática da sustentabilidade. A isto junta-se Lisboa ser Capital

---

<sup>6</sup> *Plastic Free July* é uma iniciativa que procura sensibilizar a população para a utilização excessiva do plástico, através de partilhas de soluções sem desperdício.

Verde Europeia no ano de 2020 e a legislação que tem sido desenvolvida pelos poderes políticos em Portugal. Acredita que a legislação e regulamentação influenciam tanto o consumidor como as empresas, que precisam de encontrar alternativas.

O aumento de interesse nos últimos 2 anos tem sido sentido de dia para dia por Maria e Rui, que sublinham que passaram a ter público de todas as idades. Nem sempre o motivo de os procurarem é a sustentabilidade, mas acabam por ficar interessados e procuram aprender mais.

Catarina só recentemente começou a dedicar-se exclusivamente ao seu trabalho para a sustentabilidade e diz que isso apenas foi possível devido ao crescente interesse nesta temática. Não só derivado da pressão legislativa, como da pressão por parte dos consumidores. Acredita que as marcas já perceberam que têm de mudar e, sempre que se dá uma destas mudanças, abre-se uma oportunidade para discutir estas problemáticas. O facto de haver uma maior aposta na sustentabilidade, permite que Catarina consiga chegar a mais pessoas e chegando a mais pessoas, mais coisas mudam.

## *4.2 Questionário*

### *4.2.1 Perfil da amostra*

Com a primeira parte do questionário o objetivo foi o de conseguir traçar um perfil das pessoas que acompanham estes projetos e procuram ativamente assumir comportamentos sustentáveis e responsáveis <sup>7</sup>.

A característica mais significativa é a do género. Das 902 respostas, apenas 3.8% não é do género feminino. Isto traduz-se em 31 pessoas do género masculino e 4 que escolheram a opção outro/prefiro não dizer. Constitui-se assim, uma amostra maioritariamente feminina (Gráfico II – Anexo 4).

---

<sup>7</sup> Ver anexo 4, página 42

Relativamente à idade, a maior parte das pessoas encontram-se entre 18 e 29 anos (61.1%), com a segunda maior representatividade no intervalo entre 30 e 49 anos (34.5%). Os menores de 18 anos, e entre 50 e 65 anos representam apenas 4.4% da amostra. Acima de 65 anos não se obteve qualquer resposta (Gráfico I – Anexo 4).

Quanto ao nível de escolaridade 690 pessoas têm nível de universitário concluído, representando 76.5%. A segunda maior fatia é representada pelo nível de ensino secundário concluído, com 18.2%. Não se pode deixar de referir que, neste universo de resposta, há ainda 14 pessoas com conclusão apenas até ao ensino básico (1.5%) (Gráfico III – Anexo 4).

Na situação profissional, 53.1% trabalham por conta de outrem, seguido de 23.4% de estudantes. As restantes opções apresentam números muito similares (Gráfico IV - Anexo 4).

Analisando o rendimento médio mensal individual e o agregado familiar os resultados não apresentam grandes disparidades. No rendimento mensal individual 19.3% preferiu não especificar e os restantes valores têm representações muito idênticas, sublinhando que 23.2% dos inquiridos recebe até 700 euros. Relativamente ao agregado familiar, a grande fatia de inquiridos vive apenas com outra pessoa (28.8%) seguido de 25.2% que vive num agregado com 4 ou mais pessoas (Gráfico V - Anexo 4).

#### 4.2.2 *Mudanças de hábitos, padrões de consumo e relação com a comunidade*

As temáticas focadas no questionário passam principalmente pelas questões abordadas pelos entrevistados no seu trabalho: desperdício alimentar e alimentação, compras a granel, opções de consumo, substituição de descartáveis e gestão dos seus resíduos. Foi pedido aos inquiridos que numa escala de 1 a 5 avaliassem a adoção destes hábitos no seu dia-a-dia<sup>8</sup>.

Destacam-se assim, na **redução de desperdício e alimentação**: a procura de aproveitamento dos alimentos que já têm em casa (média: 4.33); escolhas de soluções que permitem a reutilização (média: 4.30) e a escolha de compra de produtos o menos embalados possível (média: 3.87). O que apresenta um resultado de adoção mais baixo é o relativo ao apoio de projetos para a redução do desperdício (média: 2.40) (Gráfico VII - Anexo 5).

Relativamente ao **consumo e recursos**, os três hábitos que mais foram adotados são: a procura pelo descarte correto para os resíduos produzidos (média: 4.35); procurar reutilizar/reaproveitar o que já se tem em casa (média: 4.16) e a redução deliberada com que se faz compras (roupa, mobiliário, tecnologia) (média: 4.00). Destaca-se o hábito menos adotado pelos inquiridos: compostagem/separação da componente orgânica, com uma média de apenas 2.24 (Gráfico VIII - Anexo 5).

Analisando as respostas relativas à **relação com a comunidade** (Gráfico IX - Anexo 6) fica claro que a procura por informação que permita tomar decisões mais conscientes é amplamente adotada (média: 4.17); que existe uma partilha das mudanças feitas com familiares, amigos e colegas de trabalho (média; 3.89) mas muito menos significativa nas redes sociais (média: 2.57).

---

<sup>8</sup> Ver anexo 5, página 45

### 4.2.3 *Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS)*

Após uma identificação das mudanças nos hábitos do dia-a-dia, procurou-se ter uma perceção do conhecimento que os inquiridos têm sobre os ODS e quais aqueles para os quais procuram contribuir ativamente <sup>9</sup>

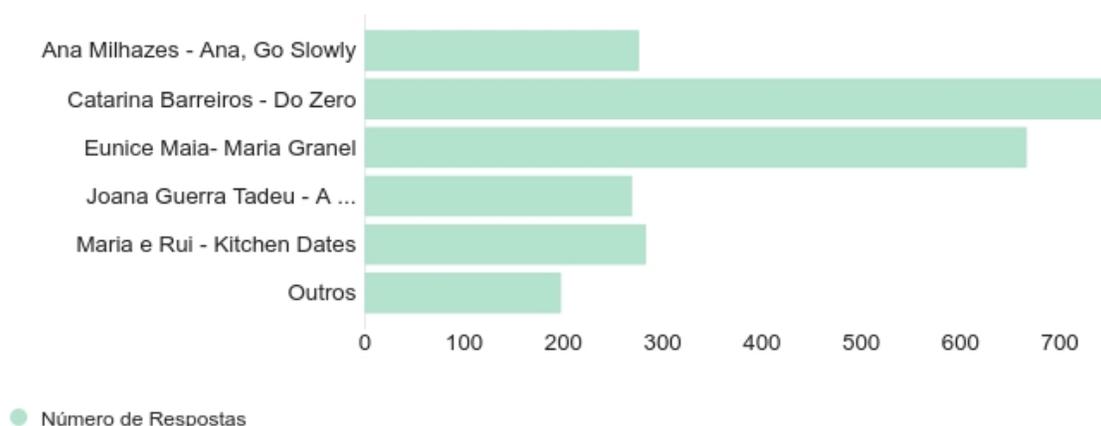
Destaca-se que a resposta que teve uma maior média, de apenas 3.83, é relativa ao reconhecimento da existência dos Objetivos. As restantes opções (contribuição no dia-a-dia; valorização da agenda para 2030 e o impacto e prioridades da agenda nas políticas nacionais) obtiveram resultados abaixo de 3,8 de média (Gráfico X – Anexo 7).

Foi depois dada a opção de identificar de uma lista os ODS para os quais os inquiridos procuram contribuir diariamente. Não sendo uma resposta de cariz obrigatório, os Objetivos mais escolhidos foram o da Produção e Consumo sustentáveis (com 676 escolhas); o da Ação climática (com 671 escolhas) e o da Igualdade de género (com 578 escolhas) (Gráfico XI – Anexo 7).

### 4.2.4 *Influência global destes projetos*

No gráfico apresentado (Gráfico XII, em baixo) é possível ter uma perceção da distribuição da amostra de inquiridos pelos projetos estudados.

Gráfico XII - Projetos da Comunidade Zero Waste que acompanha:



Fonte: elaboração própria

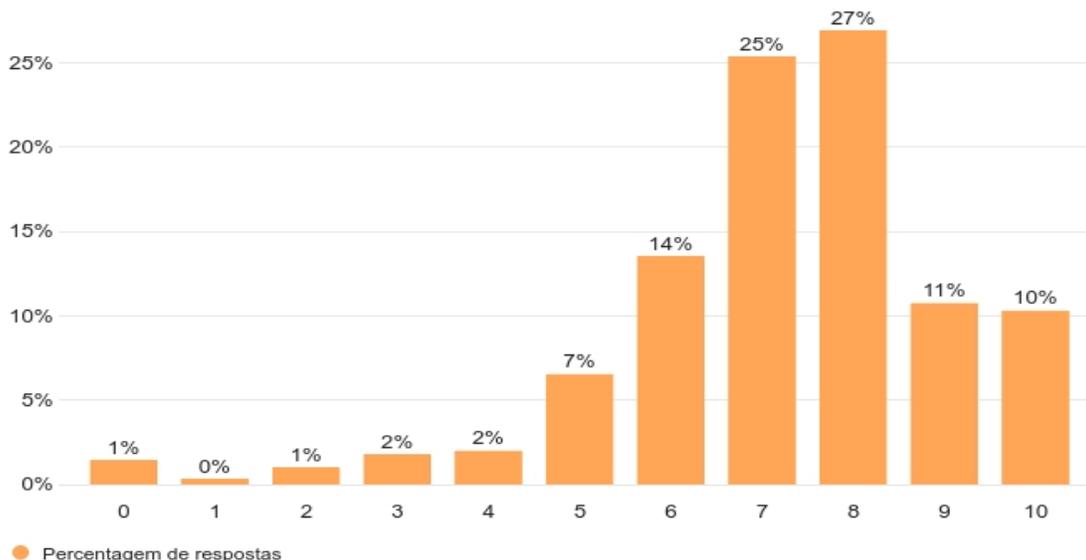
<sup>9</sup> Ver anexo 7, página 47

Os dois projetos mais representados neste questionário são *Do Zero*, com 84% dos inquiridos acompanhar o projeto e *Maria Granel*, com 74% dos inquiridos.

Relativamente ao impacto que estes projetos têm nos inquiridos, mais de 90% concordou que incentivaram a tomar decisões mais conscientes, a adotar hábitos mais sustentáveis e a fazer um consumo mais consciente. Ajudaram também a desmistificar mitos ou dúvidas em relação a uma vida mais consciente e influenciaram na procura de mais informação (Anexo 8). De acordo com os inquiridos, o impacto menor foi na sensibilização para os ODS, com apenas 56% a concordar (Tabela I – Anexo 8).

Na influência global (gráfico XIII), 52% dos inquiridos avaliou a influência destes projetos entre 7 e 8, numa escala de 0 a 10. Os restantes inquiridos estão maioritariamente divididos no 9 (11%), no 10 (10%) e no 6 (14%), na mesma escala.

Gráfico XIII - Influência global que os projetos tiveram nas mudanças de hábitos:



Fonte: elaboração própria

Foram também deixados 33 comentários relativos a este assunto<sup>10</sup>, sublinhando especialmente o conhecimento e sensibilização que os inquiridos têm relativamente a um

<sup>10</sup> Ver anexo 9, página 50

consumo mais sustentável e às maiores dificuldades sentidas (como custo financeiro ou falta de incentivos da parte do Estado).

## 5. Conclusões, limitações e investigações futuras

Relativamente ao conceito de Desenvolvimento Sustentável e ao espaço que tem ganho na sociedade portuguesa, a opinião dos entrevistados é consensual. Na sua perspetiva este conceito tem tido uma importância crescente, principalmente através dos ODS - que acabam por tornar a mensagem mais acessível – através, sobretudo, de uma maior preocupação nos padrões e exigências como consumidores e, também através dos *media*, atribuindo uma maior visibilidade, que por sua vez, tornou também mais evidente a questão do *Green Washing* e a necessidade de políticas mais transparentes.

Foi sublinhada a necessidade de criar consciência do custo do que é consumido pelas pessoas, que, para além de custo financeiro, tem de incluir o custo social e ambiental. É necessário compreender que Desenvolvimento Sustentável é mais que sustentabilidade ambiental.

Parecem existir evidências que todos os projetos contribuem diariamente para, pelo menos, um ODS, sendo o de Produção e Consumo Sustentável (n.º 12) o mais evidenciado. São ainda alvo de atenção os Objetivos das Cidades e Comunidades Sustentáveis (n.º 11), da Ação Climática (n.º 13), de Educação de Qualidade (n.º 4), de Água Potável e Saneamento (n.º 6), Acesso a Condições de Trabalho Dignas (n.º 8) e também para a Emancipação Feminina (n.º 5).

Estes projetos procuram principalmente incentivar o consumo responsável e mais consciente, todos numa perspetiva pedagógica. Trabalham também a literacia alimentar – alimentação consciente e saudável.

A análise feita pelos entrevistados relativa aos últimos dois anos, permite concluir que houve de facto uma mudança. Esta deu-se devido a fatores como o desenvolvimento de legislação, o interesse por parte dos *media* e o galardão Lisboa Capital Verde Europeia. A isto junta-se o facto de o ano de avaliação dos ODS estar cada vez mais próximo (2030), obrigando a uma

revisão dos Objetivos e da sua adoção, assim como a uma crescente pressão por parte dos consumidores.

Relativamente aos questionários, e olhando para os seus resultados, é possível identificar os hábitos que foram amplamente adotados pelos inquiridos e aqueles que não representam ainda uma prioridade ou possibilidade, nas suas vidas.

Podemos assim identificar os hábitos que, na globalidade do questionário apresentam um resultado mais significativo de adoção (>4): Aproveitar os alimentos ao máximo; escolher no dia-a-dia soluções que permitam a reutilização; procurar o descarte correto para os resíduos produzidos; procurar ativamente reutilizar/reaproveitar o que já têm e reduzir deliberadamente a regularidade com que fazem compras (roupa, mobiliário e tecnologia).

O hábito que teve um resultado global mais baixo é o da adoção da compostagem/separação de lixo orgânico – este resultado poderá ser explicado pela falta de soluções disponibilizadas neste momento, por exemplo, na cidade de Lisboa em relação à recolha de resíduos orgânicos domésticos.

Os resultados relativamente à adoção de hábitos não permitem fazer uma diferenciação por grupos etários, dado que existe um grupo etário com maior percentagem de representatividade e para cada resposta não existem diferenças significativas.

Quanto aos ODS parece evidente que não existe ainda um conhecimento generalizado dos mesmos. Parece ser dada pouca valorização à Agenda 2030, ao impacto dos ODS e suas prioridades, a nível nacional.

As pessoas que procuram adotar um estilo de vida mais sustentável deparam-se ainda com algumas dificuldades, muitas delas descritas pelos inquiridos. Sublinha-se o entrave financeiro e a falta de apoios e incentivos por parte do Estado, na escolha de opções mais sustentáveis.

Os inquiridos demonstram ter já algum conhecimento relativo ao Desenvolvimento Sustentável, aplicado ao dia-a-dia. O papel principal dos projetos da Amostra I para os inquiridos passa principalmente por partilhar mais informação, dar visibilidade a marcas e

eventos que estejam alinhados com estes valores e mostrar a sua abordagem relativa aos hábitos e mudanças que podem ser aplicados na vida de todas as pessoas, de uma forma mais simples.

Deste estudo, entende-se que nos últimos dois anos tem havido um aumento de interesse relativamente não só ao tema da sustentabilidade, como à sua aplicação no dia-a-dia.

É também possível concluir que, apesar deste aumento, é ainda perceptível uma falta de difusão de informação, sobretudo de base científica. Parece evidente que a educação da população, por exemplo, em relação ao *Green Washing* seja cada vez mais premente, pois só assim será possível traçar um caminho mais consciente.

Este estudo mostra que é também cada vez mais necessário pensar em maneiras de chegar à população mais velha e a quem não tem acesso às redes sociais, onde grande parte destes projetos, e semelhantes, fazem a sua comunicação.

A sociedade portuguesa tem evoluído tanto em termos de consciência, como de responsabilização das suas ações a nível de impacto ambiental individual. Esta evolução é evidente olhando para os resultados do questionário, que demonstram que a população tem feito mudanças em todas as áreas da sua vida – desde o consumo à procura e partilha de conhecimento.

O desenvolvimento deste trabalho teve diversas limitações, sendo que uma delas foi a amostra das respostas ao questionário, pois o número de respostas foi consideravelmente mais reduzido do que o universo de pessoas que acompanha os projetos, dado que a amostra veio da partilha através de apenas um canal – o *instagram*. Outra das limitações foi o processo de escolha dos projetos da Amostra I – não existindo uma base oficial de projetos que se coadunem com o movimento *Zero Waste* em Portugal, a escolha foi feita seguindo o efeito bola de neve.

Outra limitação sentida foi a dispersão desta temática principalmente a nível académico, tornando um desafio conseguir reunir diversas perspetivas aplicadas à sociedade portuguesa.

Por último, não se poderia deixar de mencionar os efeitos que a pandemia da COVID-19 teve no desenvolvimento das entrevistas deste trabalho. No projeto inicial as entrevistas seriam presenciais, permitindo um maior à vontade da parte dos entrevistados para desenvolver as respostas. Com a pandemia, as entrevistas tiveram de ser marcadas por *zoom*, dificultando a criação de uma relação entre o entrevistado e o entrevistador.

Este trabalho, focando-se apenas numa pequena parte do movimento *Zero Waste* em Portugal e do seu impacto, deixa em aberto várias possibilidades de investigações futuras. Começando por estudar as mudanças de hábitos a que estamos a assistir na população portuguesa, tal como o efeito que estas mudanças têm tido na produção de resíduos. Deixa também caminho para procurar compreender melhor o que cada um destes projetos – e também outros projetos não mencionados neste trabalho – têm vindo a desenvolver e perceber, mais detalhadamente, em que tópicos têm tido maior impacto. Outro caminho será o de estudar o efeito que os movimentos *bottom-up* têm tido na mudança dos padrões de consumo e, conseqüentemente, alterações de produção e na sensibilização de certas marcas e produtos estudando, mais a fundo a relação entre os ODS e a sensibilização para o Desenvolvimento Sustentável.

Para concluir, esperamos que esta investigação possa contribuir para um melhor entendimento deste fenómeno em Portugal e para uma visão mais ampla dos projetos que já existem atualmente. Esta deverá permanecer uma área de grande interesse e investigação nos próximos anos.

### Referências Bibliográficas

- Amaro, Rogério R. (2006). *Desenvolvimento: um conceito ultrapassado ou em vias de renovação? Da teoria à prática e da prática à teoria*, in Romão, António et al (2007) *Ensaio de homenagem a António Simões Lopes*, Lisboa: ISEG: 427-465.
- Connett, Paul H. (2013). *The Zero Waste Solution: untrashing the planet one community at a time*. Vermont: Chelsea Green Publishing.
- European Commission Communication (2019). *Communication from the Commission to the European Parliament, the European Council, the Council, the European Economic and Social Committee and the Committee of the Regions: The European Green Deal* (COM/2019/640). Brussels: European Commission. Disponível em: [https://eurlex.europa.eu/resource.html?uri=cellar:b828d165-1c22-11ea-8c1f-1aa75ed71a1.0002.02/DOC\\_1&format=PDF](https://eurlex.europa.eu/resource.html?uri=cellar:b828d165-1c22-11ea-8c1f-1aa75ed71a1.0002.02/DOC_1&format=PDF)
- Ferreira, Patrícia M. (2017). *Alterações Climáticas e Desenvolvimento*. Lisboa: FEC e IMVF
- Johnson, Bea (2016). *Desperdício Zero: Simplifique a sua vida reduzindo o desperdício em casa*. Lisboa: Editorial Presença
- Maia, Eunice (2020). *Desafio Zero: Guia Prático de redução de desperdício, dentro e fora de casa*. Lisboa: Manuscrito Editora
- Sachs, Jeffrey D. (2017). *A Era do Desenvolvimento Sustentável*. Lisboa: Edições Almedina.
- United Nations. (1973). *Conference on the Human Environment*. New York: United Nations. Disponível em: [https://www.un.org/ga/search/view\\_doc.asp?symbol=A/CONF.48/14/REV.1](https://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/CONF.48/14/REV.1)
- United Nations. (1987). *World Commission on Environment and Development: Our Common Future*. Oslo: United Nations. Disponível em: <https://sustainabledevelopment.un.org/content/documents/5987our-common-future.pdf>

- United Nations. (1993). *Conference on Environment and Development*. New York: United Nations. Disponível em: [https://undocs.org/en/A/CONF.151/26/Rev.1\(vol.I\)](https://undocs.org/en/A/CONF.151/26/Rev.1(vol.I))
- United Nations. (2002). *World Summit on Sustainable Development*. New York: United Nations. Disponível em: [https://www.un.org/ga/search/view\\_doc.asp?symbol=A/CONF.199/20/Corr.1&Lang=E](https://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/CONF.199/20/Corr.1&Lang=E)
- United Nations. (2002). *United Nations Decade of Education for Sustainable Development (A/RES/57/254)*. New York: United Nations. Disponível em: <https://digitallibrary.un.org/record/482207>
- United Nations. (2012). *The future we want - Outcome document of the United Nations Conference on Sustainable Development*. Rio de Janeiro: United Nations. Disponível em: <https://sustainabledevelopment.un.org/content/documents/733FutureWeWant.pdf>
- United Nations (2015). *Paris Agreement*. Paris: United Nations. Disponível em: [https://unfccc.int/sites/default/files/english\\_paris\\_agreement.pdf](https://unfccc.int/sites/default/files/english_paris_agreement.pdf)
- United Nation General Assembly. (1961). *United Nations Development Decade - A programme for international Economic co-operation (A/RES/1710/20 (XIV))*. New York: United Nations. Disponível em: <https://digitallibrary.un.org/record/204609>
- United Nation General Assembly. (1971). *International Development Strategy for the Second United Nations Development Decade (A/RES/2626 (XXV))*. New York: United Nations. Disponível em: <https://digitallibrary.un.org/record/201726>
- United Nation General Assembly. (2000). *United Nations Millennium Declaration (A/RES/55/2)*. New York: United Nations. Disponível em: <https://undocs.org/A/RES/55/2>
- United Nation General Assembly. (2015). *Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development (A/RES/70/1)*. New York: United Nations. Disponível em: [https://www.un.org/ga/search/view\\_doc.asp?symbol=A/RES/70/1&Lang=E](https://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/RES/70/1&Lang=E)
- Vidal de Souza, José F. (2017). Uma abordagem Crítica sobre o Greenwashing na atualidade. *Revista de Direito Ambiental e Socioambientalismo*. v. 3 (n. 2), p. 148 – 172

- Zero Waste international Alliance (2018). *Zero Waste Definition* [Em linha]. Disponível em: <http://zwia.org/zero-waste-definition/> [Acesso em: 2020/09/12]
- Zero Waste international Alliance (2018). *Zero Waste Hierarchy* [Em linha]. Disponível em: <http://zwia.org/zwh/> [Acesso em: 2020/09/12]

## Anexos

### Anexo 1 – Zero Waste Hierarchy



### Anexo 2 - Guião de Entrevistas

1. Poderia apresentar os projetos que tem vindo a desenvolver?
2. Qual é a opinião que tem relativamente ao protagonismo que o conceito de Desenvolvimento Sustentável tem assumido na sociedade portuguesa?
3. De que forma se foi familiarizando com o conceito de Desenvolvimento Sustentável?
4. Os ODS (Objetivos do Desenvolvimento Sustentável) (lançados em 2015) têm um grande foco neste conceito, que até agora representava apenas uma pequena parte da agenda global. O foco está agora na procura de uma produção e consumos mais responsáveis e conscientes, de cidades e comunidades pensadas para a sustentabilidade, ação climática e sensibilização. Como vê o seu projeto inserido/alinhado nesta procura?

5. Como apresentaria a comunidade *Zero Waste* que se tem vindo a desenvolver em Portugal, a alguém que não a conhece?
6. Como/Qual foi o seu percurso até chegar à comunidade?
7. De que forma sente que o teu projeto contribui para fazer chegar a mais pessoas, os valores da comunidade *Zero Waste*?
8. O que procura transmitir a quem acompanha o projeto?
9. Que recursos/canais usa para chegar às pessoas que acompanham os projetos (workshops, newsletters, redes sociais, ...)?

Nos últimos 2 anos:

10. Sentiu um aumento de procura/interesse sobre o projeto/temática em que trabalha?
11. Que retorno lhe tem chegado das pessoas que acompanham o projeto?
12. Como se sentes em relação à comunidade que desenvolveu à volta do seu projeto?

### **Anexo 3 – Questionário**

Questionário desenvolvido no âmbito da Tese de Mestrado em Desenvolvimento e Cooperação Internacional do ISEG - Lisbon School of Economics & Management, da Universidade de Lisboa

Este questionário procura conhecer os hábitos mais sustentáveis adotados nos últimos dois anos, e a forma como o movimento *Zero Waste* (entendido enquanto conjunto de projetos que divulgam estilos de vida com redução de resíduos) impactou a sua adoção. Os dados recolhidos são de carácter anónimo e confidencial, sendo utilizados, exclusivamente, para fins académicos.

Tempo estimado do inquérito: 3-5 minutos

#### **A. Perfil**

##### **1. Idade**

- Menos de 18 anos
- De 18 a 29 anos
- De 30 a 49 anos
- De 50 a 65 anos
- Mais de 65 anos

**2. Género**

- Feminino
- Masculino
- Outro
- Prefiro não dizer

**3. Nível de escolaridade concluído**

- Ensino básico
- Ensino secundário
- Ensino profissional
- Ensino universitário

**4. Situação profissional**

- Trabalho por conta própria
- Trabalho por conta de outrem
- Estudante
- Trabalhador/Estudante
- Reformado
- Desempregado

**5. Rendimento médio mensal individual**

- Até 700 euros
- Entre 701 e 1000 euros
- Entre 1001 e 1500 euros
- Mais de 1500 euros
- Prefiro não dizer

**6. Agregado familiar**

- 1
- 2
- 3
- 4 ou mais

## **B. Mudanças de comportamento**

### **1. Redução de Desperdício e Alimentação**

Numa escala de 1 a 5 avalie as mudanças de consumo verificadas nas suas rotinas, nos últimos 2 anos

Considere 1 o mínimo (não aplico) e 5 o máximo (aplico na totalidade)

- Planeio as minhas refeições, procurando diminuir o desperdício
- Apoio projetos (como a Phenix, Togoodtogo, etc) para a redução do desperdício
- Procuo aproveitar os alimentos que tenho em casa ao máximo
- Escolho comprar produtos o menos embalados possível
- Compro a granel tudo o que é possível
- Escolho, no dia-a-dia, soluções que permitem a reutilização (garrafa de água, copo de café, sacos de compras, guardanapos)
- Consumo deliberadamente mais produtos locais
- Reduzi o consumo de carne e/ou de laticínios
- Procuo fazer uma alimentação, maioritariamente, de base vegetal

### **2. Consumo e Recursos**

**Numa escala de 1 a 5 avalie as alterações nos seus padrões de consumo, nos últimos 2 anos**

- Utilizo deliberadamente transportes públicos ou bicicleta para me deslocar
- Procuo o descarte correto para os meus resíduos
- Faço compostagem/faço separação da componente orgânica dos meus resíduos
- Reduzi deliberadamente a regularidade com que faço compras (roupa, mobiliário, tecnologia)
- Quando preciso de comprar alguma coisa, procuro, primeiro lugar, opções em 2.<sup>a</sup> mão

- Quando compro novo, procuro marcas com valores de sustentabilidade (ao nível da produção, da transparência)
- Procuro ativamente reutilizar/reaproveitar o que já tenho em casa

### 3. **Comunidade e Educação**

Numa escala de 1 a 5 avalie as alterações nos seus padrões de consumo, nos últimos 2 anos  
 Considere 1 o mínimo (não aplico) e 5 o máximo (aplico na totalidade)

- Partilho as mudanças que fiz, com familiares, amigos ou colegas de trabalho
- Procuro apoiar projetos/marcas que estejam alinhados com preocupações de sustentabilidade
- Informo-me para poder tomar decisões mais conscientes
- Uso as minhas contas (redes sociais) para partilhar estilos de vida mais sustentáveis
- Criei uma conta dedicada, numa rede social, com o propósito de divulgar escolhas mais sustentáveis

### **Projetos da Comunidade *Zero Waste***

Por favor identifique os projetos que acompanha

- Ana Milhazes - Ana, Go Slowly (@anagoslowly)
- Catarina F. P. Barreiros- Do Zero (@catarinafpb)
- Eunice Maia- Maria Granel (@mariagranel.lx)
- Joana Guerra Tadeu - A minimalista (@joanaguerratadeu)
- Maria e Rui - Kitchen Dates (@kitchendates)
- Outros

### **Sustentabilidade e Movimento *Zero Waste***

Relativamente aos projetos mencionados acima, e ao impacto no seu quotidiano, por favor responda com “concordo” ou “discordo”:

- Deram-me a conhecer o conceito de Desenvolvimento Sustentável
- Incentivaram a adotar hábitos mais sustentáveis

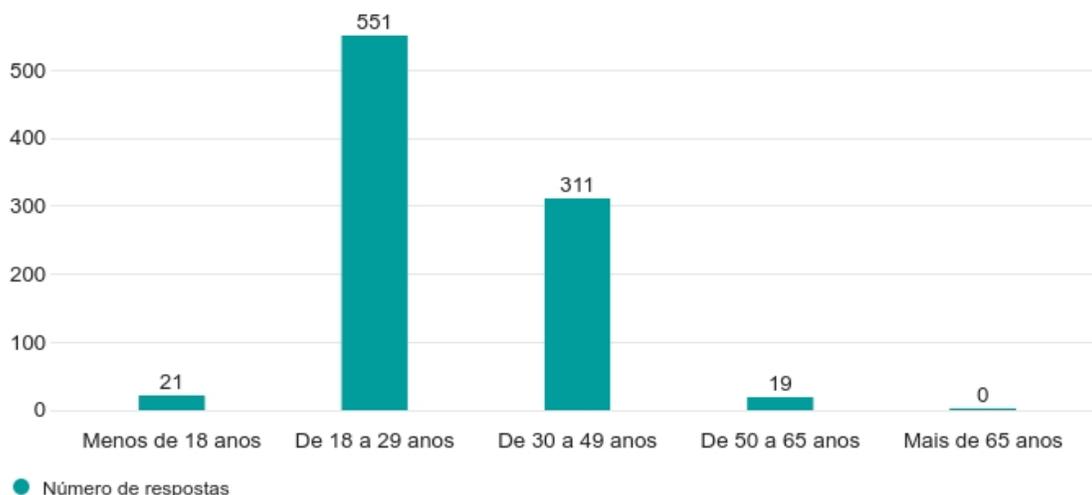
- Ajudaram desmistificar mitos ou dúvidas em relação a uma vida mais consciente
- Incentivaram a tomar decisões mais conscientes
- Disponibilizaram informação pertinente que de outra maneira não teria acesso
- Influenciaram a procurar mais informação sobre sustentabilidade
- Incentivaram a fazer um consumo mais consciente
- Incentivaram a partilhar a informação com outras pessoas
- São a materialização dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável na sociedade

**6. Por favor indique na escala abaixo, a influência que estes projetos tiveram nas suas mudanças de hábitos**

0 (não tiveram influência) 1-2-3-4-5-6-7-8-9- 10 (influenciaram todas as mudanças)

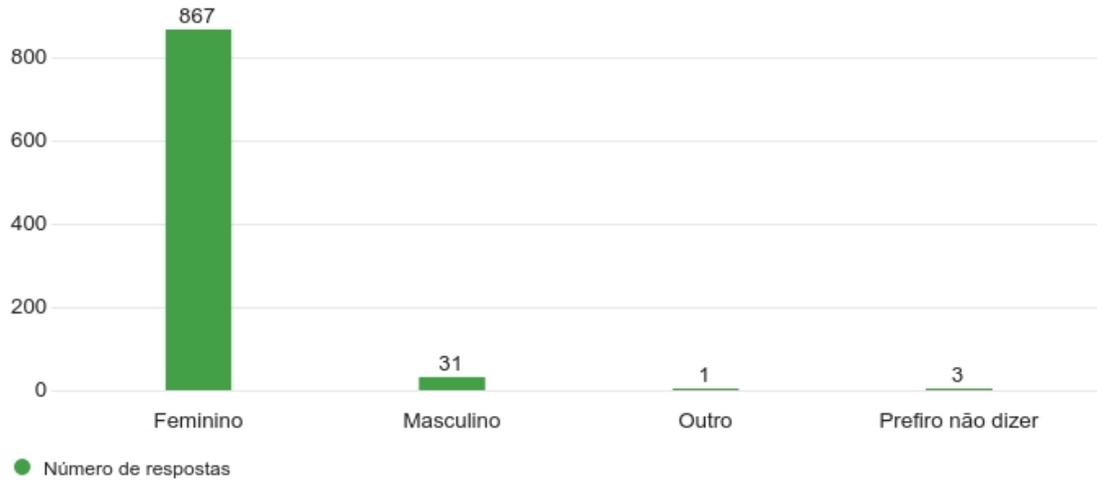
**Anexo 4 –Perfil da amostra**

Gráfico I - Idade:



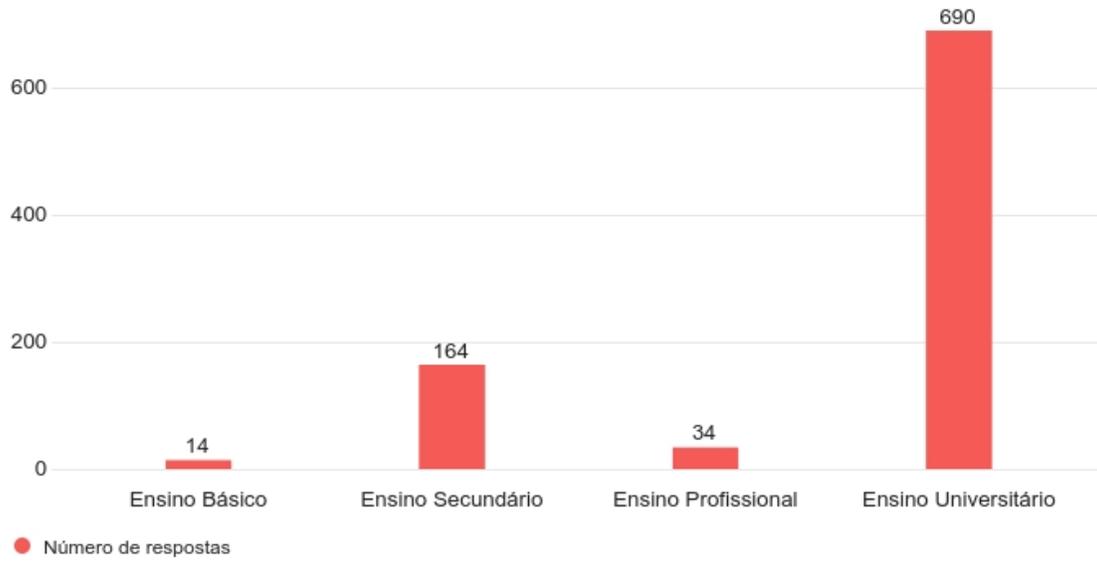
Fonte: elaboração própria

Gráfico II - Género:



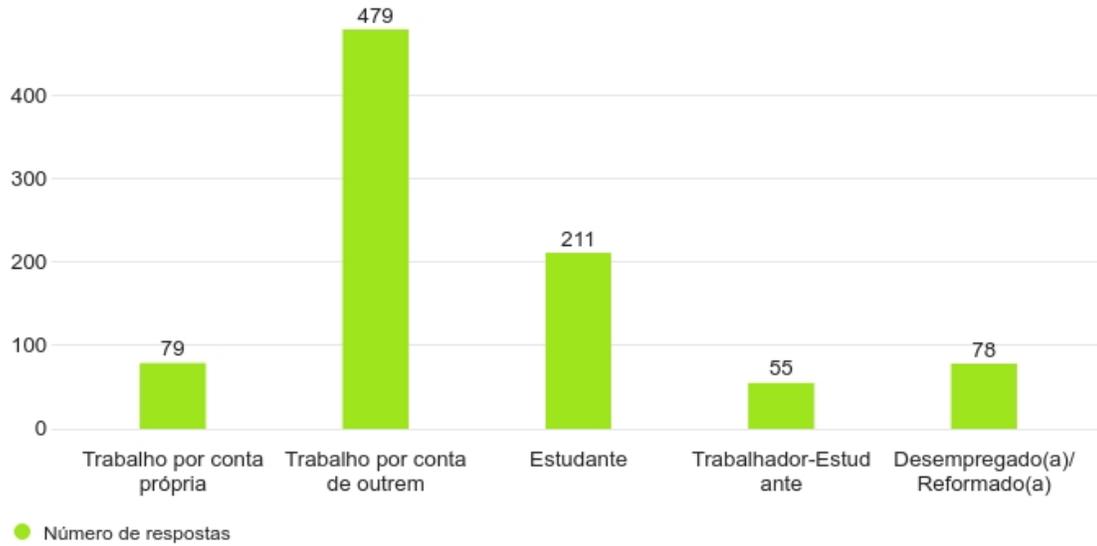
Fonte: elaboração própria

Gráfico III - Nível de escolaridade concluído:



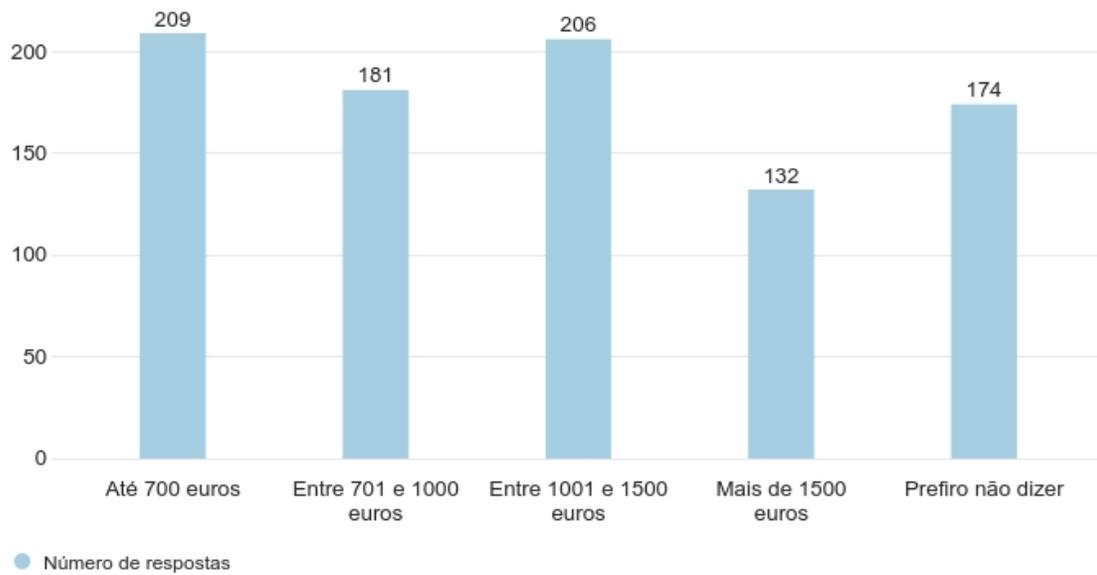
Fonte: elaboração própria

Gráfico IV - Situação Profissional:



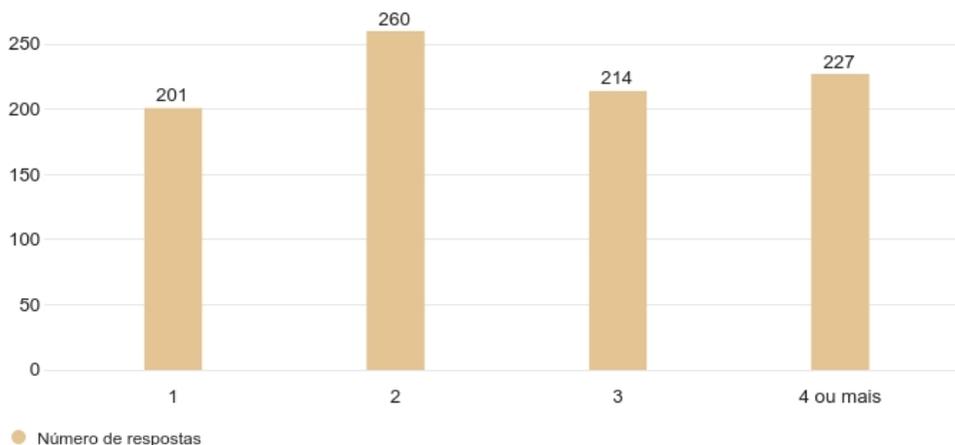
Fonte: elaboração própria

Gráfico V - Rendimento médio mensal individual:



Fonte: elaboração própria

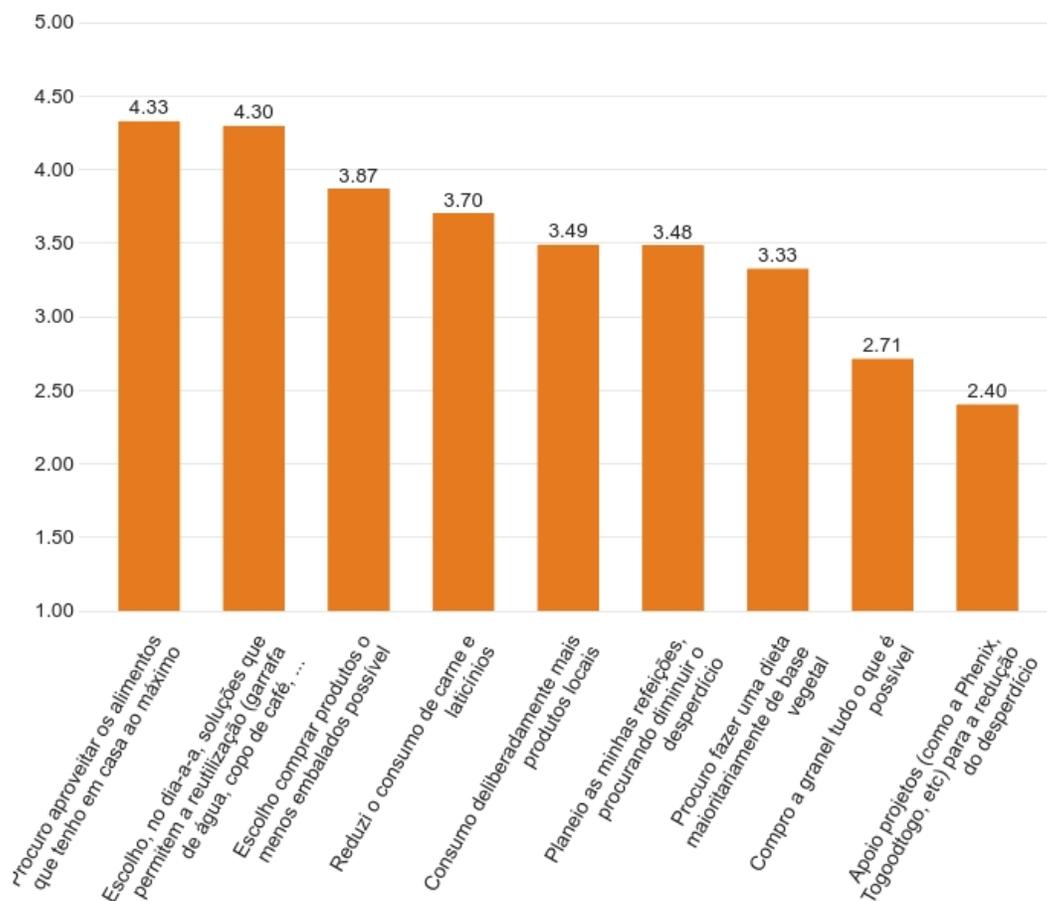
Gráfico VI - Agregado Familiar:



Fonte: elaboração própria

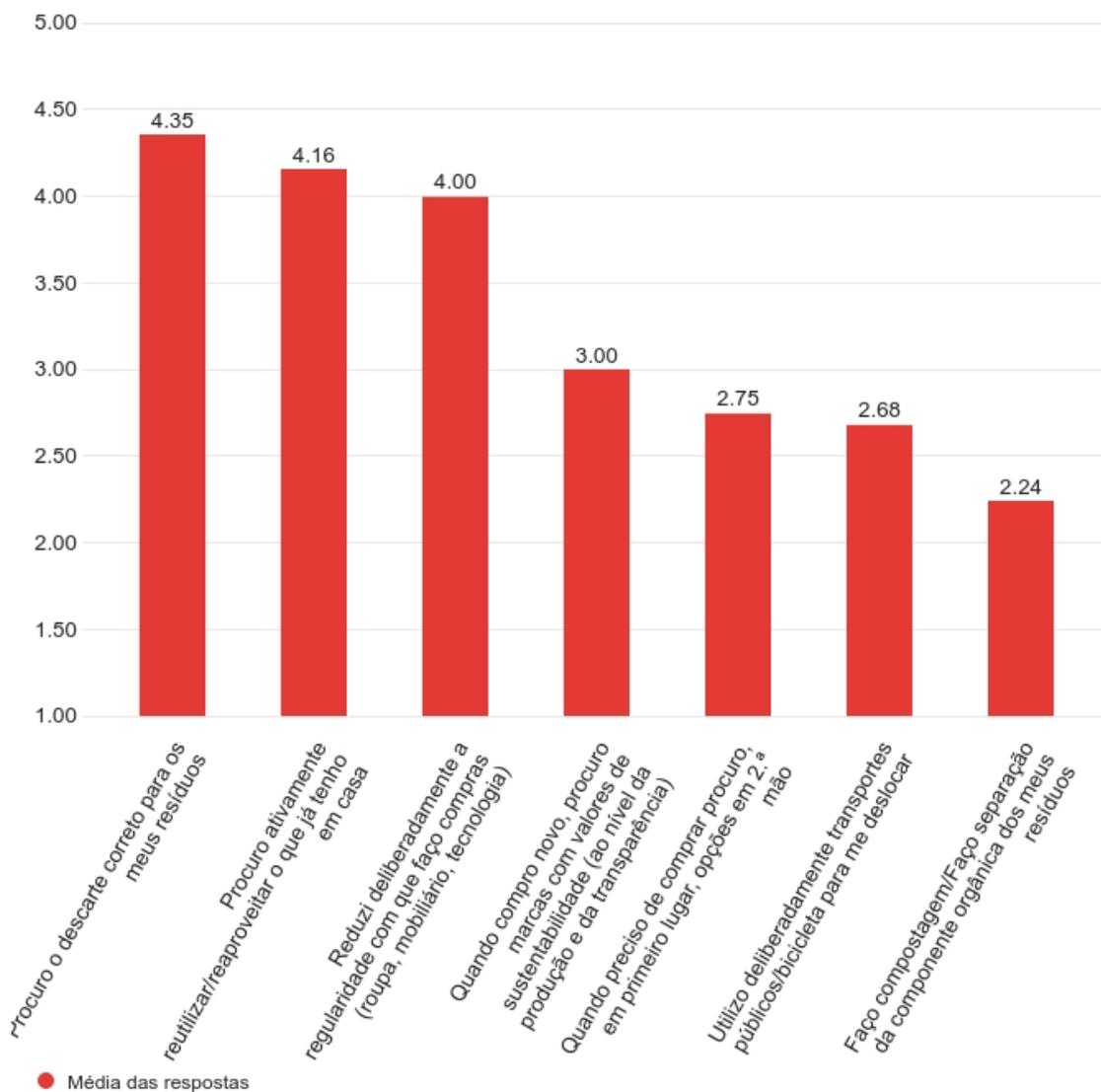
## Anexo 5 – Mudanças de hábitos

Gráfico VII - Redução de Desperdício e Alimentação



Fonte: elaboração própria

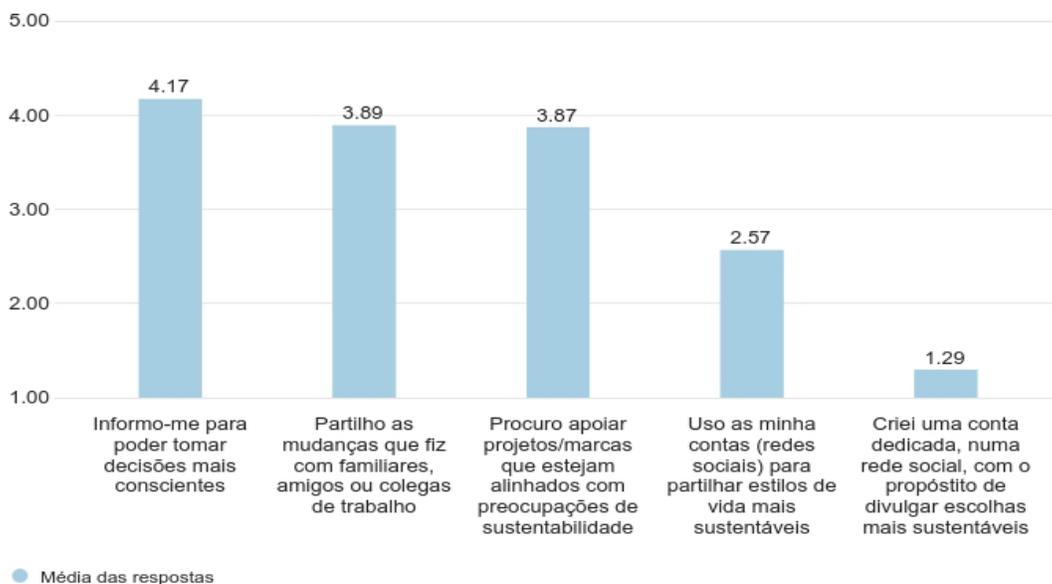
Gráfico VIII - Consumo e Recursos



Fonte: elaboração própria

## Anexo 6 – Comunidade e Educação

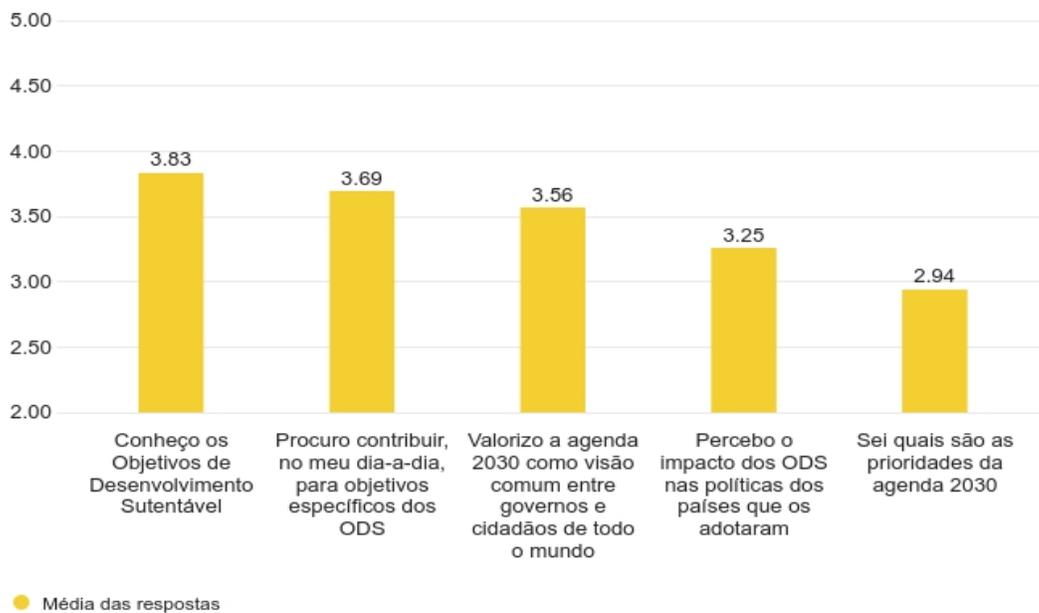
Gráfico IX - Comunidade e Educação



Fonte: elaboração própria

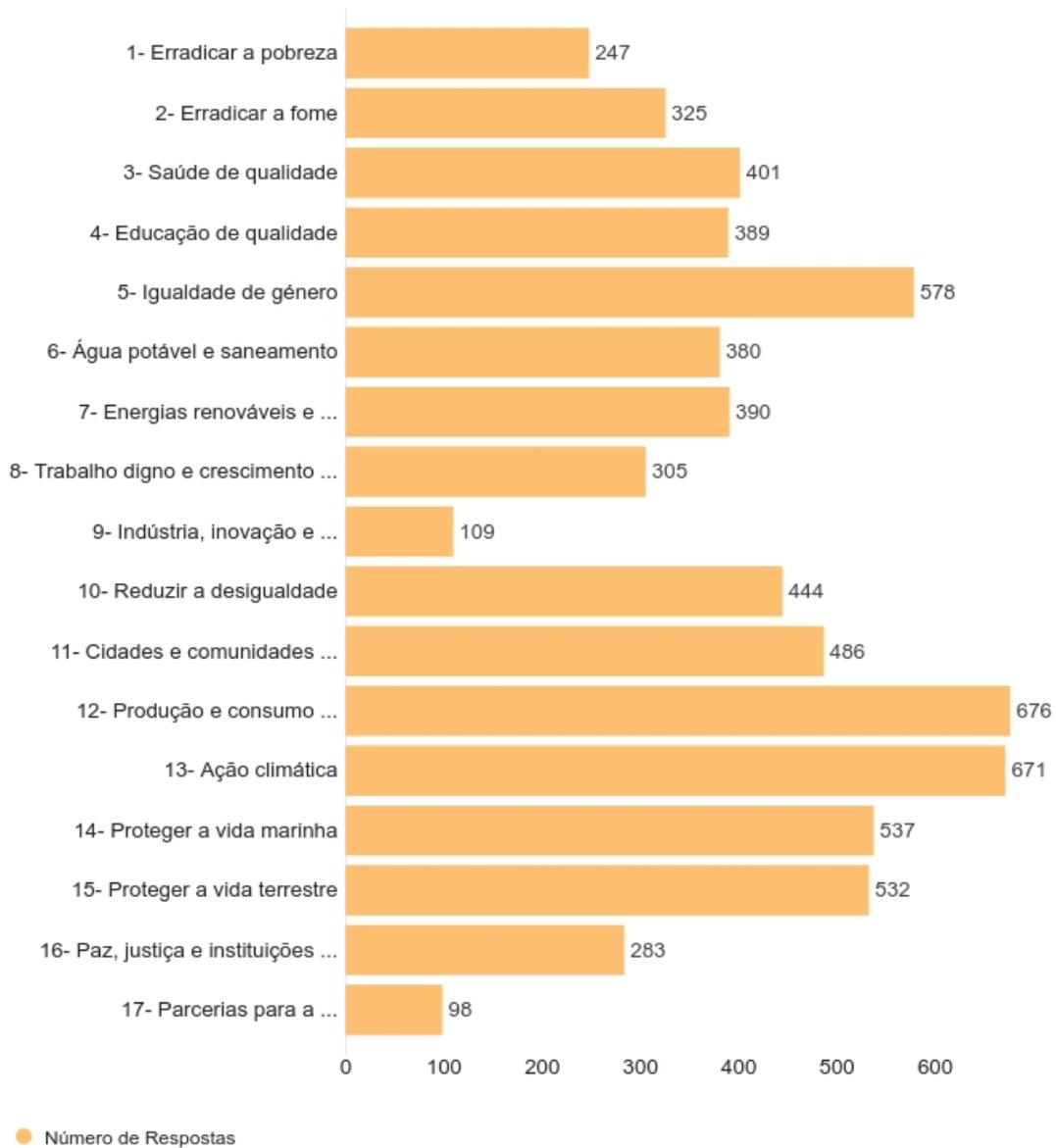
## Anexo 7 - ODS

Gráfico X - Objetivos de Desenvolvimento Sudentável



Fonte: elaboração própria

Gráfico XI - ODS para os quais procura contribuir, no dia-a-dia



Fonte: elaboração própria

## Anexo 8 – Projetos e o seu impacto

Tabela I - Sustentabilidade e Movimento Zero Waste

Os projetos:	Concordo	Discordo	Total
Incentivaram a tomar decisões mais conscientes	97% 879	3% 23	902
Incentivaram a adotar hábitos mais sustentáveis	97% 875	3% 27	902
Incentivaram a fazer um consumo mais consciente	97% 871	3% 31	902
Ajudaram desmistificar mitos ou dúvidas em relação a uma vida mais consciente	96% 867	4% 35	902
Influenciaram a procura de mais informação sobre sustentabilidade	93% 843	7% 59	902
Disponibilizaram informação pertinente que de outra maneira não teria acesso	88% 792	12% 110	902
Incentivaram a partilhar a informação com outras pessoas	88% 791	12% 111	902
Deram-me a conhecer o conceito de Desenvolvimento Sustentável	84% 755	16% 147	902
São a materialização dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável na sociedade	80% 720	20% 182	902
Sensibilizaram-me para os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (Nações Unidas)	56% 506	44% 396	902

*Fonte: elaboração própria*

## Anexo 9 – Comentários deixados pelos inquiridos

### Comentários deixados pelos inquiridos

Deixe aqui qualquer outro comentário que queira sobre esta temática

A mudança maior foi durante a pandemia, ver o planeta respirar por estarmos parados. Desde então venho alterando formas de consumo, mas ainda não houve possibilidade de alcançar a sustentabilidade pretendida. Os produtos são caros e o governo pouco estimula a compra de produtos menos prejudiciais ao ambiente.

A mudança ocorre aos poucos, e estou a começar ainda a pôr em prática

Ainda tenho um grande caminho a percorrer para ser sustentável mas vou fazendo pequenas mudanças

Antes de conhecer estes perfis eu já tinha um estilo de vida zero waste, por isso não me influenciaram tanto, mas os achonkaravilhosos

Aprender sempre mais

Até entrarmos em estado de emergência em Portugal não tínhamos carro. Desde aí temos um carro emprestado sempre disponível (ou dos meus pais ou dos meus sogros). O meu marido ia sempre de bicicleta para o trabalho (há mais de 10anos que só anda de bicicleta, já nos tempos de estudante universitário) e eu andava sempre de transportes, preferência metro. Não planeamos ter carro, escolhemos uma casa com bons transportes perto. Mas com o Covid para me deslocar até ao trabalho, quando não estou em tele-trabalho, tenho ido sempre de carro. Talvez a partir de meio de Outubro/Novembro voltemos à nossas rotinas (metro para mim, bicicleta para ele).

Até à data não me lembro de ter ouvido falar sobre os ODS, pelo menos com esta designação (distração minha, possivelmente). Irei pesquisar sobre o assunto.

Esperança numa nova geração de estudantes inclusivé os do ISEG novos economistas que encontrem novos modelos outras políticas que possam ajudar a endireitar este mundo!!!

Este tipo de projecto veio ajudar mas na realidade eu já estava a fazer este caminho e já procurava mais informação por mim própria.

Eu já estava a fazer mudanças e acabei por encontrar estes projectos durante a minha pesquisa, que me ajudaram muito. Mas conhecidos depois de já ter começado as minhas mudanças

Falta consciencialzaao da populacao mais velha que nao usa app.

Felizmente cedo contactei com propósitos de sustentabilidade antes de ser "moda" e cedo tomei decisões responsáveis em relação ao planeta e ao como o cuidar na generalidade

Foi através da plataforma do YouTube que comecei a ouvir sobre o movimento zero waste e entretanto conheci um ou outro projeto desta temática em Portugal. No entanto, a existência de tão poucos projetos deste género mostra o quanto ainda temos que trabalhar em sociedade não só a nível de mudança de hábitos mas também na melhoria do acesso a estes serviços (aumentar o número de lojas).

Gostava de poder alterar mais o meu estilo de vida para ser mais sustentável, mas vivo com os meus pais e é difícil fazê-los concordar com muitas coisas, principalmente quando implica gastar mais dinheiro

Infelizmente ainda não nos é possível, com os ordenados face ao custo de vida em Portugal, adquirir bens totalmente sustentáveis. Na verdade, vens como roupas, decoração, e até pimenta-dos-negros biológica são ainda vendidos a preços exorbitantes para a nossa capacidade financeira e económica.

Ja tinha conhecimento da ods a através do meu curso de faculdade à cerca de 5-6

Já deixei atrás obrigada

Já estava sensibilizada para esta temática, fui eu que procurei mais fontes de informação. Ajudam a encontrar marcas ou a procurar opções nas quais não tinha pensado.

Na vertente minimalismo/compras conscientes também ajudaram imenso. Bem como na divulgação de eventos de trocas de roupas, sugestões de produtos, etc.

Não acompanho nenhum dos nomes acima

O Instagram supra identificado e que acompanho revela-se uma fraude porque apela constantemente ao consumo - o que é incompatível com a ecologia e sustentabilidade necessárias

O mais importante é que as pessoas percebam que não são apenas uma gota de água no oceano. Todas estas gotas de água são um oceano inteiro.

Outro projeto importante, a ReFood, onde sou voluntária

Penso que falta MUITA informação nestes projectos. Informação mais técnica, mais números, pensar mais no futuro.

Projeto louvável!

Promover mais o veganismo

Relativamente ao transporte seria importante neste questionário perceberem se quem responde, vive ou não numa cidade. Fora da cidade, muitas vezes somos obrigados a recorrer ao carro.

Sigo a página há pouco tempo, por isso tive que discordar por não ter conhecimento ainda

Sou da área da engenharia do ambiente e portanto tenho contacto e apreço por esta área quotidianamente

Tem algumas respostas que dei negativamente porque não se adequam a minha situação, uma vez que moro fora do país

Tendo tirado o curso em engenharia do ambiente já tinha noção do tema da sustentabilidade, mas os projectos mencionados acima facilitam a abordagem de como colocar em prática no dia a dia

Tentar numa linguagem mais acessível para a população explicar o "como" as escolhas impactante o planeta e seus recursos

Tudo o que mudei e quero mudar foi graças à Catarina Barreiros