ECOS

Espaço de Comunicação Organizacional SPDM Edição **327** | 15 outubro de 2026

Dia do Consumo Consciente

O **dia 15 de outubro** é marcado pelo Dia do Consumo Consciente no Brasil, uma data dedicada à reflexão sobre nossos hábitos de consumo e seus impactos no meio ambiente e na sociedade.

O consumo consciente consiste em fazer escolhas responsáveis, considerando não apenas nossas necessidades, mas também os impactos ambientais, sociais e econômicos de nossas decisões. Trata-se de consumir de forma equilibrada, evitando desperdícios e priorizando práticas mais sustentáveis. Nesse contexto, é fundamental colocar em prática os 3 Rs da sustentabilidade: **Reduzir, Reutilizar e Reciclar**. Isso significa evitar desperdícios, diminuir a geração de resíduos, priorizar produtos duráveis, reutilizar materiais sempre que possível, realizar a separação correta dos recicláveis e refletir sobre a real necessidade de cada compra.

Pequenas atitudes fazem a diferença! Por isso, as unidades afiliadas à SPDM desenvolvem, ao longo de todo o ano, diversas iniciativas voltadas à conscientização ambiental e à promoção de hábitos mais sustentáveis.

Na Rede das Unidades de Atendimento Integrado **(UAIs)**, localizadas em Uberlândia e gerenciadas pela SPDM, são realizadas ações que, embora possam parecer simples, contribuem significativamente para a preservação ambiental quando praticadas coletivamente.

Entre elas, destacam-se o incentivo ao uso de garrafas e canecas reutilizáveis, por meio da campanha **"Adote sua Caneca",** a redução do consumo de copos descartáveis, o uso consciente da água e da energia elétrica, a separação correta dos resíduos, especialmente dos materiais recicláveis, que podem retornar ao ciclo produtivo, e o reaproveitamento de papéis e outros materiais sempre que possível.

O consumo consciente é uma forma de cuidar do planeta hoje e contribuir para um futuro mais sustentável, promovendo qualidade de vida para as gerações atuais e futuras.

Imagens: As imagens apresentadas neste ECOS referem-se às ações e campanhas de conscientização ambiental realizadas, incluindo o projeto "Adote sua Caneca", o incentivo à redução do uso de copos descartáveis, o consumo consciente de energia, a divulgação de informativos ambientais afixados em salas e setores, além da campanha de recolhimento de óleo de cozinha usado..

O consumo consciente é uma forma de cuidar do planeta hoje e contribuir para um futuro mais sustentável, promovendo qualidade de vida para as gerações atuais e futuras.

Produção: Unidade de Gestão de Pessoas Compartilhada | SPDM
Texto: Taynara Lais Martins de Oliveira (Engenheira Ambiental) e Renan Aprigio Menezes (Técnico Ambiental), ambos das UAIS de Uberlândia.
E-mail para contato: ecos@spdm.org.br

Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU: Essas iniciativas estão alinhadas aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Organização das Nações Unidas (ONU), com destaque para o **ODS 6 —** Água Potável e Saneamento; **ODS 11** Cidades e Comunidades Sustentáveis; **ODS 12** — Consumo e Produção Responsáveis; e **ODS 13** — Ação Contra a Mudança Global do Clima.