# Desenvolvimento Sustentável — Resumo

1.º Ciclo | Cidadania e Desenvolvimento | 2 páginas

> **Resumo:** o que significa viver de forma sustentável, porquê os oceanos e a biodiversidade são importantes, os três Rs do dia a dia e o que mudar em casa, na escola e no bairro.

## 1. O que é sustentabilidade?

- É usar as coisas de forma a **aindar restar para os que vêm depois** — hoje, amanhã e daqui a muitos anos.
- Sustentável é o que **pode durar**: o que se gasta tudo de uma vez, não.
- Na prática é pensar antes de gastar: apagar a luz, fechar a água, não deitar fora o que ainda serve.
- Não é só «não poluir»: é também tratar bem as pessoas e gastar o dinheiro com sensatez.

## 2. Os oceanos: o coração do planeta

- Os mares dão **comida** a milhões de pessoas e regulam o **clima** de todo o mundo.
- Produzem boa parte do ar que respiramos — respiramos o que os oceanos ajudam a fazer.
- O plástico e os resíduos chegam sempre lá: o que atiras no rio acaba no mar.
- Cuidar do mar é cuidar da casa de milhões de peixes, aves e plantas — e nossa também.
- O mar está a ficar mais quente e a receber mais plástico — quando o clima muda, muda a chuva e o calor de toda a gente.

## 3. Biodiversidade: a variedade da vida

- **Biodiversidade** é a quantidade de plantas, animais e insectos que vivem juntos.
- Cada espécie tem um trabalho: polinizar, limpar, servir de alimento a outra — **se uma falta, falta tudo**.
- Desapareceram espécies por poluição e por destruir florestas — e o equilíbrio ficou mais frágil.
- Como ajudar: plantar, deixar cantos de jardim «selvagens», não apanhar animais nem ovos.

© 2026 Estudantices

## 4. Os três Rs, em ordem

| Ação | O que é | Exemplo |
|---|---|---|
| **Reduzir** | Consumir menos — é o mais importante dos três. | Levar lanche sem plástico de usar e deitar fora. |
| **Reutilizar** | Dar nova vida à mesma coisa. | Um frasco passa a guardar massa de modelar. |
| **Reciclar** | Separar para virar matéria-prima nova. | Papel e garrafas nas corretas, para voltarem a ser usados. |

## 5. Qualidade de vida: o que todos precisam

- **Necessidades básicas**: comer, dormir seguro, ir à escola, saúde, afeto — todos têm direito.
- **Desejos** são mais: podem esperar, as necessidades não.
- Há crianças no mundo sem o básico — melhorar a vida de todos é também uma decisão de todos.
- Em casa nota-se: ajudar nas tarefas e poupar recursos melhora a vida da família inteira.
- Uma regra prática: **o que dura vale mais** do que o que se compra outra vez.

## 6. Mudanças em casa, na escola e no bairro

- **Em casa:** separar o lixo, fechar a torneira ao ensabonar, reaproveitar caixas e sacos.
- **Na escola:** cantina com menos desperdício, recolha de papel e campanhas de sensibilização.
- **No bairro:** limpezas de rua, mais árvores e contentores que toda a gente respeita.
- Uma mudança pequena feita por muita gente deixa de ser pequena — **esse é o truque todo**.
- Parques e rios limpos não acontecem sozinhos: há sempre alguém a começar — e os outros juntam-se.

## 7. Pontos-chave

> **Para não esquecer:** sustentável = pode durar para os que vêm depois · oceanos dão comida, ar e clima · biodiversidade é uma rede — se uma falta, falta tudo · reduzir > reutilizar > reciclar · necessidades antes de desejos · muitas mudanças pequenas fazem uma mudança grande.

© 2026 Estudantices