

# FICHA DE ATIVIDADE

## Qual a Pegada?

### Informações

**Duração:** 1 hora e 30 minutos

**Local:** Espaço com mesas de trabalho

**Participação:** Patrulha ou equipe de interesse

### Objetivo

Compreender os diferentes tipos de pegada ambiental e como cada um deles contribui para a Sobrecarga da Terra, permitindo que os jovens identifiquem seus próprios impactos e desenvolvam soluções práticas para reduzi-los em sua rotina, na UEL e em suas comunidades.

### Ramos



ESCOTEIRO



SÊNIOR



PIONEIRO

### ODS

Objetivos de Desenvolvimento Sustentável



6 ÁGUA POTÁVEL E SANEAMENTO



12 CONSUMO E PRODUÇÃO RESPONSÁVEIS

### EIXOS E BLOCOS

Programa Educativo



Habilidades para a Vida



Meio Ambiente



aprendizagem contínua e desenvolvimento vocacional



mudanças climáticas

## Qual a pegada?

### Introdução

A Sobrecarga da Terra acontece quando consumimos mais do que o planeta consegue regenerar no mesmo ano. Esse consumo deixa “marcas” chamadas pegadas, que são indicadores dos impactos das nossas escolhas.

Existem vários tipos de pegadas ambientais, vamos citar alguns:

#### 1 - Pegada de carbono

A Pegada de Carbono calcula todas as emissões de gases de efeito estufa (GEE) produzidas por uma atividade, produto, serviço ou pessoa, transformadas em equivalente de CO<sub>2</sub> (CO<sub>2</sub>e);

**Fórmula simplificada:** Pegada de Carbono = Consumo × Fator de Emissão

É a métrica mais conhecida e utilizada, inclusive por organizações como a ONU, IPCC, empresas, governos, entre outros.

[Para mais informações, clique aqui.](#)

#### 2 - Pegada hídrica

Criada pela Water Footprint Network, mede toda a água usada para produzir um bem ou serviço, inclusive a água “invisível” usada ao longo da cadeia produtiva;

**Fórmula simplificada:** Pegada Hídrica = Água Azul + Água Verde + Água Cinza

[Para mais informações, clique aqui.](#)

#### 3 - Pegada ecológica:

Criada pelo Global Footprint Network, mede a quantidade de natureza necessária para sustentar um estilo de vida;

Quando a humanidade demanda mais hectares por pessoa do que o planeta consegue regenerar, ocorre o Earth Overshoot Day, ou seja, a Sobrecarga da Terra.

**Fórmula Simplificada:** Pegada Ecológica individual ≠ Biocapacidade da Terra = Sobrecarga

[Para mais informações, clique aqui.](#)

## Qual a pegada?

### Materiais

- 45 cartões de ação (descritos abaixo)
- 3 placas grandes (Carbono – Hídrica – Ecológica)
- Tabela de referência (breve explicação de cada pegada)
- Cronômetro
- Pontuação impressa ou em flipchart

### Descrição da atividade

#### 1 - Abertura (5min)

O escotista apresenta a regra básica:

“Cada pegada mede um impacto diferente. Seu trabalho será descobrir qual ação pesa em qual pegada, podendo ser em mais de uma.”

Coloque as 3 placas no chão ou penduradas:  
CARBONO | HÍDRICA | ECOLÓGICA

#### 2 - Qual é a pegada? (10 min)

Cada equipe recebe 10 cartões de ações.

Exemplos de cartões de ações:

- Andar 10 km de carro;
- Comer carne bovina;
- Comprar uma blusa nova;
- Lavar roupa com água quente;
- Tomar banho de 15 minutos;
- Comprar frutas importadas;
- Deixar luz acesa o dia inteiro;
- Usar eletrônicos por 3 horas;
- Produzir 1 kg de lixo;
- Usar 1 camiseta de algodão nova.

Cada cartão deve ser colocado junto à placa correspondente. Algumas ações pertencem a mais de uma pegada, e isso é um aprendizado essencial.

## Qual a pegada?

### 3 - O que está sendo calculado? (10 min)

Cada equipe recebe 10 cartões de ações.

Agora as equipes vão responder ao desafio: “EXPLIQUE O QUE ESTÁ SENDO CALCULADO NESSA PEGADA.”

O escotista sorteia cartões e lê o cartão para todas as equipes. Cada equipe escreve em 30 segundos o que está sendo calculado na pegada correspondente.

#### Exemplo:

Cartão sorteado: “Comer carne bovina”

- Carbono: emissões de metano e CO<sub>2</sub> da pecuária e do transporte;
- Hídrica: água usada para produzir o alimento (água verde, azul e cinza);
- Ecológica: área de pasto + área para plantar ração + capacidade do solo para sustentar a produção.

#### Pontuação:

- +2 pontos se identificar corretamente o dado mensurável;
- +1 ponto se identificar parcialmente;
- 0 se errar.

## Qual a pegada?

### 4 - Rodada Final — Criando Meu Mapa de Pegadas

Os jovens criam propostas realistas e mensuráveis, por exemplo:

- Implementar coleta seletiva na escola/bairro;
- Criar campanha permanente contra o desperdício de água;
- Mapear e restaurar área degradada;
- Solicitar poda, plantio de árvores ou manutenção de áreas verdes;

Criar ecoponto ou campanha de resíduos eletrônicos.

Cada proposta deve incluir:

- O que queremos mudar;
- Por que isso é importante;
- Como seria implementado;
- Quem deve ser envolvido;
- Quais benefícios ambientais traz.

**Sugestão:** Utilize a metodologia da insígnia global - Inovadores de Impacto.