





### **Expediente**

Material de educação  
ambiental do CEIVAP.  
Ensino Médio (15 a 17 anos)

**Produção:** Prefácio Comunicação | [www.prefacio.com.br](http://www.prefacio.com.br) | (31) 3292-8660  
**Jornalista responsável:** Ana Luiza Purri • **Coordenação:** Débora Silva e Santana  
**Conteúdo:** Juliana Silviano Brandão • **Formatação:** Bruno Fernandes  
**Ilustração:** Maurício Manzo • **Revisão técnica:** Marina Assis  
**Revisão pedagógica:** Clara de Souza • **Revisão de texto:** Luciana Oliveira • 2018

# Já parou para pensar como seria o mundo sem água?

Não haveria plantas, animais, pessoas...  
Não existiria a vida! Você não estaria  
aqui, estudando.

Por isso, a água é muito importante e precisa  
ser preservada.

Vamos aprender um pouco mais, nos  
conscientizar e ajudar a cuidar desse  
recurso natural!

## Boa leitura!

# Só de pensar na falta de água, já nos dá sede, não é?

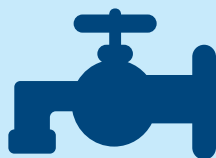
Ela é realmente importante...



**Só 2,5%  
dela é  
potável**

Aproximadamente 70% da superfície da Terra, o Planeta Azul, é coberta por água. Mas isso não significa que todo esse recurso seja adequado ao nosso consumo. Só cerca de 3% desse total é de água doce, e somente 2,5% é potável.

A água é usada para produzir alimentos.  
Veja quanto de água é necessário para produzir:



1 quilo de **arroz**:  
**2.500 litros de água**



1 quilo de **carne de boi**:  
**17.100 litros de água**



1 quilo de **manteiga**:  
**18.000 litros de água**



1 litro de **leite**:  
**712 litros de água**



1 **calça jeans**:  
**10.855 litros de água**



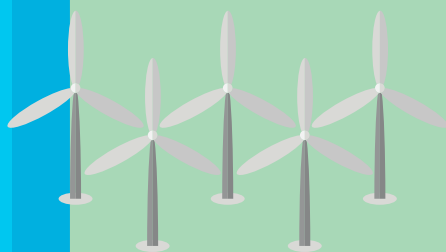
1 **carro**:  
**400.000 litros de água**



É...  
Na vida em  
sociedade  
precisamos  
de água para  
muita coisa:



Processos  
industriais



Produção  
de energia

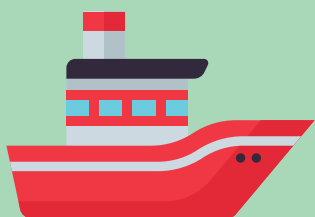
Produção  
de alimentos



## O que é saneamento básico?

É o conjunto de cuidados que se tem com a água, o esgoto, a drenagem e o lixo. Esses cuidados são fundamentais para a manutenção da saúde e do bem-estar da população. Afinal, todos nós gostamos de um ambiente saudável, limpo e organizado!

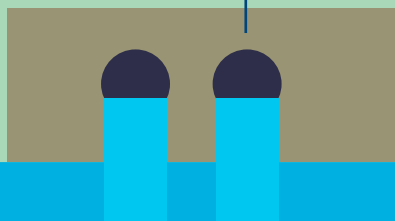
**Transporte de  
cargas e pessoas**



**Pesca**



**Saneamento  
básico**



# E para nosso corpo? Qual é o papel da água?

Ela é muito importante. Compõe 70% do nosso organismo!

## Curiosidade:

Um ser humano consegue viver até cerca de um mês sem comida, mas não sobrevive uma semana sem água.





**Mas sua importância  
vai além disso!**

**A água ajuda em  
muitos processos  
que permitem que  
as pessoas vivam.  
Conheça alguns:**

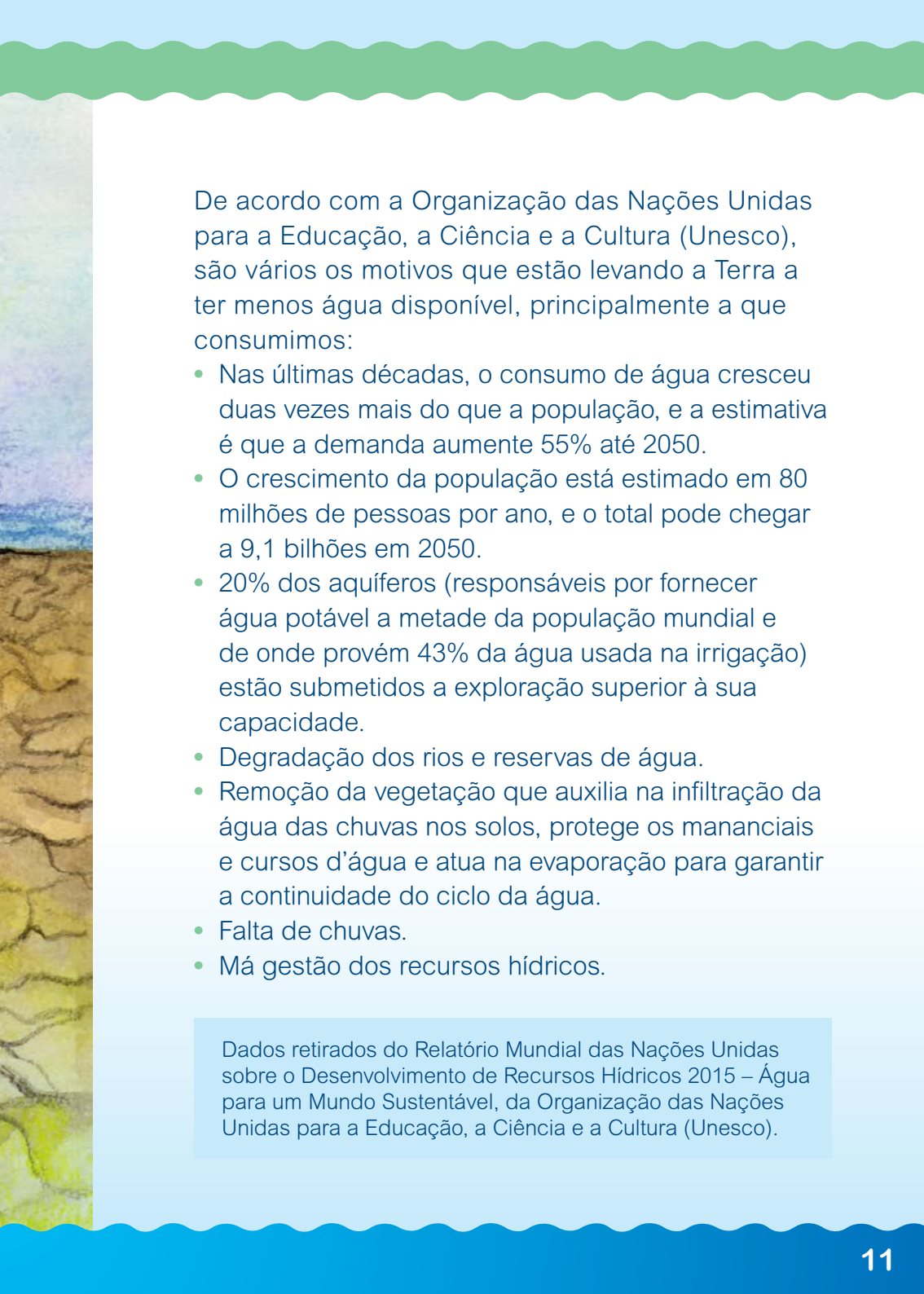
- Regula a temperatura do corpo
- Carrega nutrientes e oxigênio para as células
- Protege tecidos e órgãos
- Ajuda a converter comida em energia



# Sinal de alerta!

A água é um recurso natural renovável. Seu movimento no mundo é infinito, mas ela não é! Se não for preservada, ela pode desaparecer. Por quê?






De acordo com a Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco), são vários os motivos que estão levando a Terra a ter menos água disponível, principalmente a que consumimos:

- Nas últimas décadas, o consumo de água cresceu duas vezes mais do que a população, e a estimativa é que a demanda aumente 55% até 2050.
- O crescimento da população está estimado em 80 milhões de pessoas por ano, e o total pode chegar a 9,1 bilhões em 2050.
- 20% dos aquíferos (responsáveis por fornecer água potável a metade da população mundial e de onde provém 43% da água usada na irrigação) estão submetidos a exploração superior à sua capacidade.
- Degradação dos rios e reservas de água.
- Remoção da vegetação que auxilia na infiltração da água das chuvas nos solos, protege os mananciais e cursos d'água e atua na evaporação para garantir a continuidade do ciclo da água.
- Falta de chuvas.
- Má gestão dos recursos hídricos.

Dados retirados do Relatório Mundial das Nações Unidas sobre o Desenvolvimento de Recursos Hídricos 2015 – Água para um Mundo Sustentável, da Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco).





# O que pode ser feito para preservar a água?

**Toda vez que você for comprar ou consumir algum produto, você deve se perguntar: será que preciso mesmo disso?**

Isso porque, como já dito, todos os produtos, para serem fabricados, precisam de muita água, o que gera impacto na natureza. Pensar antes de comprar ou usar alguma coisa é praticar o consumo consciente.

Além disso, uma série de outras pequenas atitudes pode ajudar.

**Vamos colocar em prática!?**

# Preserve no dia a dia!

Veja algumas dicas de como usar a água sem desperdiçá-la.



## Comece com estas atitudes:



Aproveite a água do chuveiro enquanto a espera esquentar. Use um balde para juntar a água fria que cai, e depois sua família pode utilizá-la para limpar a casa, lavar a roupa ou molhar as plantas.



Tome banhos rápidos, sem se distrair brincando. Para economizar mais, feche o chuveiro enquanto se ensaboa.



Faça xixi no banho. Ao adquirir esse hábito, você economiza a água da descarga.



Não deixe a torneira aberta ao lavar a louça. Abra-a apenas para molhar e enxaguar as vasilhas.



Feche a torneira enquanto escova os dentes. Além disso, utilize um copo d'água para enxaguar a boca.



Não molhe as plantas se estiver ameaçando chover.



Ao limpar a calçada ou o quintal, use vassoura e balde. Não utilize mangueira nem brinque com a água.



Utilize as roupas mais de uma vez antes de colocá-las para lavar.



Fale com sua família para juntar um grande volume de roupa e colocar para lavar de uma só vez.



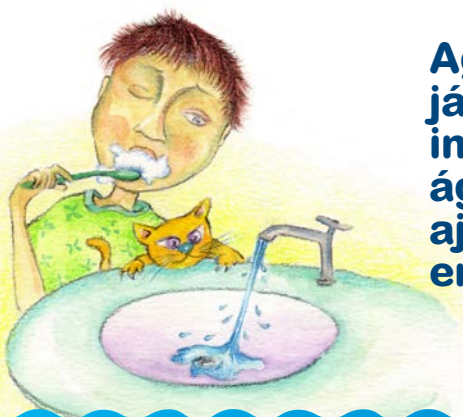
Quando você e seus pais vão ao supermercado, vocês devem escolher produtos que são facilmente reaproveitados ou reciclados.



Compre apenas aquilo que é realmente necessário.



Converse com seu colega na escola sobre o assunto.



**Agora, que você já conhece a importância da água e sabe como ajudar, é só colocar em prática!**



# Você sabe o que é uma bacia hidrográfica?

É uma região que contém diversos rios que chegam a um rio principal. O fim da bacia hidrográfica é a foz, ou seja, o encontro do rio principal com o oceano. A cidade na qual você mora faz parte da Bacia Hidrográfica do Rio Paraíba do Sul. Aprenda um pouco sobre ela!



Os rios, lagos e riachos são algumas das fontes que levam água para sua casa e escola, para os hospitais e empresas.

# Quem cuida das nossas águas?

Você, seus colegas, sua família, os professores, todos devem cuidar. E há também instituições como o CEIVAP!



O CEIVAP é um comitê, um grupo que discute e decide sobre os usos da água da Bacia Hidrográfica do Rio Paraíba do Sul. Ele cuida dos nossos rios e precisa da participação de todos para preservá-los.



A Bacia Hidrográfica do Rio Paraíba do Sul possui microbasins de rios afluentes. Cada uma delas é gerida por um Comitê que atua na promoção de melhorias ambientais em seu respectivo território. Quais são os Comitês afluentes do CEIVAP?

Comitê da Bacia da Região Hidrográfica do Médio Paraíba do Sul | Comitê da Bacia Hidrográfica do Rio Piabanha e Sub-Bacias Hidrográficas dos Rios Paquequer e Preto | Comitê de Bacia da Região Hidrográfica do Rio Dois Rios | Comitê de Bacia da Região Hidrográfica do Baixo Paraíba do Sul e Itabapoana | Comitê da Bacia Hidrográfica dos Afluentes Mineiros dos Rios Preto e Paraibuna | Comitê da Bacia Hidrográfica dos Afluentes Mineiros dos Rios Pombo e Muriaé | Comitê das Bacias Hidrográficas do Rio Paraíba do Sul



Instituição responsável por executar as decisões do CEIVAP de acordo com o planejamento estabelecido e aprovado pelo Comitê. Além disso, dá apoio técnico e operacional à gestão integrada de recursos hídricos.



O CEIVAP NA ESCOLA é um projeto do Comitê de Integração da Bacia Hidrográfica do Rio Paraíba do Sul (CEIVAP), que tem como objetivo promover a conscientização de crianças e jovens do Ensino Fundamental e Médio sobre a importância da água, por meio da distribuição de cartilhas nas redes pública e particular de ensino dos municípios que estão no território de abrangência da bacia. Os educadores das escolas contempladas também recebem um material específico, produzido de acordo com as diretrizes do MEC, para trabalhar os conteúdos dentro de sala de aula.

#### O KIT EDUCATIVO É COMPOSTO POR QUATRO CARTILHAS

Cartilha 1: A água e a nossa vida, para crianças de 6 a 10 anos

Cartilha 2: A água e a nossa vida, para crianças de 11 a 14 anos

Cartilha 3: A água e a nossa vida, para adolescentes de 15 a 17 anos

Cartilha 4: Educadores e o mundo da água, para professores

O material também está disponível em  
formato digital no site do CEIVAP:

**<http://bit.ly/ceivapnaescola>**

Acesse e conheça toda a coleção!



**CEIVAP**  
COMITÉ DE INTEGRAÇÃO  
DA BACIA HIDROGRÁFICA  
DO RIO PARAIBA DO SUL  
SP | RJ | MG



[www.ceivap.org.br](http://www.ceivap.org.br)



[facebook.com/ceivap](https://facebook.com/ceivap)



[www.agevap.org.br](http://www.agevap.org.br)



[facebook.com/agevap](https://facebook.com/agevap)



(24) 3355-8389

**Rua Elza da Silva Duarte, nº 48, loja 1A – Manejo | Resende/RJ – CEP: 27520-005**