

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DO RIO GRANDE DO SUL
UNIDADE HORTÊNSIAS
BACHARELADO EM GESTÃO AMBIENTAL**

ANDERSON LAUXEN DA SILVA

**CONEXÃO ESPORTE E SUSTENTABILIDADE: *PLOGGING* COMO
FERRAMENTA DE GESTÃO AMBIENTAL**

SÃO FRANCISCO DE PAULA

2022

ANDERSON LAUXEN DA SILVA

**CONEXÃO ESPORTE X SUSTENTABILIDADE: *PLOGGING* COMO
FERRAMENTA DE GESTÃO AMBIENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial para a
obtenção do título de Bacharel em Gestão
Ambiental na Universidade Estadual do
Rio Grande do Sul.

Orientador: Prof. Msc. Daniel Brinckmann
Teixeira

SÃO FRANCISCO DE PAULA

2022

Catálogo de publicação na fonte (CIP)

S586c Silva, Anderson Lauxen da

Conexão esporte e sustentabilidade: *plogging* como ferramenta de gestão ambiental / Anderson Lauxen da Silva. – São Francisco de Paula: Uergs, 2022.

30 f. il.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Estadual do Rio Grande do Sul, Curso de Gestão Ambiental (Bacharelado), Unidade Hortênsias, 2022.

Orientador: Prof. Me. Daniel Brinckmann Teixeira

1. Gestão ambiental. 2. *Plogging*. 3. Resíduos Sólidos. 4. Monografia. I. Teixeira, Daniel Brinckmann. II. Universidade Estadual do Rio Grande do Sul, Curso de Gestão Ambiental (Bacharelado), Unidade em São Francisco de Paula, 2022. III. Título.

Bibliotecário Marcelo Bresolin CRB 10/2136

ANDERSON LAUXEN DA SILVA

**CONEXÃO ESPORTE X SUSTENTABILIDADE: *PLOGGING* COMO
FERRAMENTA DE GESTÃO AMBIENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial para a
obtenção do título de Bacharel em Gestão
Ambiental na Universidade Estadual do
Rio Grande do Sul.

Orientador: Prof. Msc. Daniel Brinckmann
Teixeira

Aprovado em: __/__/__

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Msc. Daniel Brinckmann Teixeira
Universidade Estadual do Rio Grande do Sul – UERGS

Prof^a. Dr^a. Suzana Frighetto Ferrarini
Universidade Estadual do Rio Grande do Sul – UERGS

Prof^a. Dr^a. Marcia Berreta
Universidade Estadual do Rio Grande do Sul – UERGS

RESUMO

Atualmente, há uma grande preocupação com a degradação do ambiente no meio urbano e rural, que vem sofrendo com a questão da falta de gerenciamento adequado dos resíduos sólidos. Com o intuito de amenizar esse impacto, surge a presente proposta de projeto envolvendo o estímulo a prática do *plogging*. Aliando esporte e sustentabilidade, o desenvolvimento do *plogging* consiste em realizar a prática de exercícios físicos enquanto estimula a coleta de resíduos sólidos descartados pelo caminho onde a atividade física é executada. É uma prática aplicável na comunidade local (ações de ensino e pesquisa que resultem em atividades de extensão práticas) visando somar na gestão integrada dos resíduos sólidos. Para que a população participe mais ativamente na resolução de problemas de ordem ambiental no município de São Francisco de Paula, RS, Brasil, o presente trabalho propõe a utilização do *plogging* como ferramenta de gestão desse problema através do desenvolvimento de algumas ações pontuais em locais específicos (Lago São Bernardo, Parque Natural Municipal da Ronda e na Barragem do Salto). Os resíduos que forem coletados devem ter como destino as centrais de triagem e a correta disposição conforme o previsto na Política Nacional de Resíduos Sólidos (lei nº12305/2010). Destinar corretamente os resíduos sólidos coletados ao mesmo tempo em que conseguimos melhorias no bem-estar físico, mental e social da população local, é a maneira mais efetiva de visualizar a eficácia dessa ferramenta de gestão ambiental. Com a aplicação do projeto proposto pretende-se divulgar, praticar e consolidar o *plogging* enquanto ferramenta prática de gestão ambiental, ao mesmo tempo que incentiva à prática da limpeza urbana e pontos de proteção ambiental.

Palavras chave: *Plogging*, Gestão Ambiental, Resíduos Sólidos.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Grupo <i>Plogging</i> na Suécia	7
Figura 2 - Grupo de <i>Plogging</i> na Colômbia	8
Figura 3 - Mapa do Sedentarismo	8
Figura 4 - Grupo <i>Plogging</i> em Piracicaba (SP)	10
Figura 5 - Vista aérea do Lago São Bernardo - São Francisco de Paula	14
Figura 6 - Parque Natural Municipal da Ronda (PNMR)	15
Figura 7 - Barragem do Salto	16
Figura 8 - Erik Ahlström.....	20
Figura 9 - Grupo de <i>Plogging</i> Poconé (MT).....	21
Figura 10 - Coleta de lixo com Stand UP Paddle na Suécia	21
Figura 11 - Grupo <i>Plogging</i> Maresias (SP).....	22

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	7
2	JUSTIFICATIVA	11
3	OBJETIVOS	12
3.1	OBJETIVO GERAL	12
3.2	OBJETIVO ESPECÍFICO.....	11
4	METODOLOGIA.....	12
4.1	DELINEAMENTO E CONCEPÇÕES DE AÇÃO DE EXTENSÃO.....	12
4.2	PLANEJAMENTO DA AÇÃO	13
4.3	MARKETING E VIABILIZAÇÃO DA AÇÃO DE EXTENSÃO.....	15
5	REFERENCIAL TEÓRICO	18
5.1	Educação Ambiental.....	18
5.2	Histórico e Conceito: <i>Plogging</i>	19
5.3	Resíduos Sólidos (PNRS 12305/2010)	22
6	RESULTADOS	26
6.1	Resultados Esperados	26
7	DISCUSSÕES FINAIS.....	27
	REFERÊNCIAS.....	28

1 INTRODUÇÃO

A sustentabilidade é um dos temas mais discutidos no mundo todo, e está tendo uma crescente relevância nos últimos anos devido à preocupação com a degradação da qualidade ambiental. A inserção da sustentabilidade, em praticamente todos os setores do nosso dia-a-dia, vem mostrando aos seres humanos uma forma de tentar amenizar os danos já causados ao planeta.

O esporte é um bom caminho para demonstrar à população mundial que todos podem colaborar, de alguma forma, para termos um mundo mais sustentável e, assim, proporcionar uma melhor qualidade de vida.

Figura 1 - Grupo de *Plogging* na Suécia



Fonte: Linke (2018).

O esporte, além de trazer resultados positivos para a saúde física, pode, também nos favorecer em muitos outros aspectos como: autoconfiança, bom humor, concentração, redução do estresse do dia a dia, aumento da autoestima, melhora na saúde mental, regulamentação do sono, entre tantos outros benefícios.

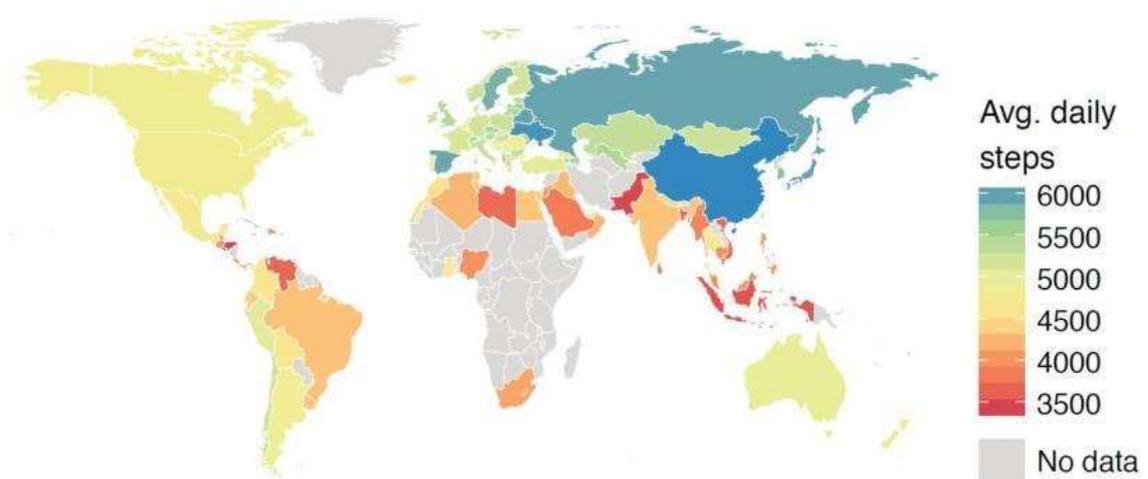
Figura 2 - Grupo de *Plogging* na Colômbia

Fonte: Univasf (2019).

Relacionado à saúde física, a Figura 3, indica resultados do estudo da Universidade de Stanford, nos Estados Unidos, representando o grau de obesidade e sedentarismo em cento e onze países, esses considerados os mais sedentários do mundo. Uma triste realidade é o Brasil estar entre eles.

Esse mapa mundial foi criado por meio de um aplicativo usado em smartphones que conta os passos (pedômetro), medindo a distância percorrida por sensores de movimento.

Figura 3 - Mapa do Sedentarismo



Fonte: Tim Althoff (2017).

Quanto mais azul, mais passos dados em um dia. Quanto mais vermelho, menor atividade registrada pelo smartphone. Analisando o mapa, a classificação dos mais eficazes é liderada pelos chineses, seguidos dos ucranianos, japoneses e russos. Os menos ativos são os habitantes da Indonésia, com quase metade dos passos diários dos chineses.

Notamos, ainda, que o Brasil está em uma linha intermediária no nível de sedentarismo, comparando-o aos dois extremos analisados no gráfico. Outro dado, bastante relevante, é que países árabes e países como Canadá, Austrália, Nova Zelândia e EUA, ocupam os últimos postos, ou seja, menos ativos e mais obesos, devido a sua má-alimentação e sedentarismo.

Pensando em buscar uma melhora da saúde mundial, aliando isso aos cuidados com o meio ambiente, podemos, por meio de um dos esportes mais praticados do planeta, (que é uma febre entre os esportistas e não para de crescer) associar o *Running* ao nosso projeto. Diante disso, o sueco Erik Ahlström deu origem ao *Plogging*, que aproveita o *Running* e outros esportes ao ar livre para recolher lixo por onde estiverem praticando essa modalidade.

Tendo por base, o aplicativo Strava, que é um dos mais utilizados por atletas do mundo, podemos obter um dado de extrema relevância ao projeto: em 2018, cerca de 36 milhões de usuários utilizaram o aplicativo, chegando a percorrer 1,52 bilhões de quilômetros, o equivalente a 38.000 mil voltas ao planeta. Imagina quantas toneladas de lixos poderiam ser recolhidas se essas atividades estivessem associadas ao *plogging*?

Figura 4 - Grupo *Plogging* em Piracicaba (SP)



Fonte: Rosa (2019).

Como percebe-se nas imagens acima, ainda os grupos de *plogging* são poucos e com raros adeptos. A divulgação é importante para que cresça esse esporte e consiga alcançar cada vez mais municípios, estados e assim, contribuir para o meio ambiente e a saúde em conjunto.

Aqui, no nosso município ainda não existe um grupo de *plogging*, pode-se justificar isso à falta de conhecimento do esporte, uma vez que é pouco divulgado.

2 JUSTIFICATIVA

É com o objetivo de movimentar-se que o ser humano cria e participa de várias formas de esportes, várias modalidades. Praticar, sobretudo, é conhecer, expandir perspectivas, viabilidades, explorar suas habilidades. Há uma infinidade de possibilidades que circulam no mundo, e cada esporte é lido conforme a fase da vida do atleta, a maturidade, a história clínica e afetiva e acima de tudo a motivação do praticante frente ao desafio proposto.

O esporte pode não aparecer em forma tão intensa: pode ser uma caminhada, uma pedalada, uma remada, entre outros. No entanto, acrescentamos que o importante não é a forma, e sim a movimentação. A partir disso, percebemos que o nosso corpo se expressa a todo instante, dando sinais quando apresenta alguma instabilidade: seja emocional, seja racional. Alguns sinais básicos podem ser notados, como: cansaço, insônia, estresse, dores sem causa.

Ao iniciar um esporte, o praticante pretende que, com ele, descubra como dirimir ou suavizar os seus sintomas. Notamos, portanto, a importância de uma prática de esportes periodicamente.

O esporte tornou-se, um dos principais suportes para tratar muito sintomas de doenças. Ressaltamos, também, que o atleta, que realiza as modalidades, seja ele: adulto, criança ou idoso, deve, ao saber do caráter da categoria, atentar para o seu estado clínico anterior à realização. Avaliando, dessa forma, a gravidade de cada caso, e, caso precisar, suspender ou reorganizar sua atividade.

Ao notar os lixos acumulados nas vias, percebemos que se fazia necessário tomar alguma medida para obter um resultado eficaz para auxiliar o meio ambiente. A partir de pesquisas sobre iniciativas sustentáveis descobrimos a prática do *Plogging* como ferramenta para socorrer o meio ambiente.

O *Plogging* serve como um incentivo na prática de um esporte para auxiliar a coleta do lixo em determinadas localidades. A partir dessa constatação, podemos perceber que esse esporte pode ser inserido na nossa comunidade e assim, melhorar a qualidade de vida dos praticantes e, sobretudo, ajudar com a limpeza da nossa cidade, além de contribuir com a satisfação em fazer a sua parte por um meio ambiente mais sustentável.

3 OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL

Estruturar ações de extensão que promovam e consolidem a prática do *plogging* em pontos específicos do município de São Francisco de Paula, RS, Brasil

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Divulgar o conceito de *plogging*;
- b) Estimular a prática de exercícios físicos por parte da comunidade local.

4 METODOLOGIA

4.1 DELINEAMENTO E CONCEPÇÕES DE AÇÃO DE EXTENSÃO

Realizar ações de extensão envolvendo o *plogging* no município, estimulando ao primeiro passo e, posterior, tentar ter uma continuidade nessas ações (Realizar o 1º São Chico *Plogging*). As ações para o início desse projeto poderão ser realizadas no lago São Bernardo, que é um ponto turístico muito importante da cidade de nosso município. Próximos pontos seriam na Barragem do Salto e no nosso Parque Natural Municipal da Ronda.

Para que essas atividades possam ser realizadas, deverão ser solicitadas liberações para as autoridades e secretarias competentes. Sendo assim, além da cedência do espaço, deverá ser questionado quanto à possibilidade de fornecimento de um veículo de carga que possa acompanhar as ações e após o término do recolhimento de todo o lixo, faça o transporte para o destino final do lixo municipal.

A grande esperança é de que com a criação de um grupo para essa modalidade, possamos ter cada vez mais adeptos dessa prática esportiva em prol do meio ambiente, e assim elaborar um calendário do *Plogging*, para que haja pelo menos uma vez por mês uma ação em locais alternados dentro de nosso município.

A elaboração de um material de apoio será muito importante para a divulgação dos eventos e, assim, demonstrar para a comunidade, do que se trata o projeto e de que forma será realizado, tais como: (folders, banners e panfletos);

A tecnologia através das redes sociais será uma ferramenta importantíssima para a divulgação e apresentação do *Plogging* para a comunidade, assim como, a

rádio que poderá ajudar na divulgação, uma vez que o esporte ainda é pouco conhecido na nossa região;

Comercializando os resíduos coletados, (RECICLAGEM), pode-se demonstrar o valor do que colocamos no lixo; Com o material recolhido, apresentar soluções onde a comercialização desses resíduos se transforme em benefícios para a comunidade podendo ajudar entidades da mesma.

Obter êxito no projeto, e como objetivo maior, socorrer o meio ambiente, deixando nossa cidade ainda mais linda e limpa.

4.2 PLANEJAMENTO DA AÇÃO

Buscar um maior alcance de informação para a população de quais formas pode colaborar com o meio ambiente, conseguindo, ao mesmo tempo, cuidar da saúde física e mental. Mostrando que o esporte pode ser um grande aliado do meio ambiente.

Fazer com que esse esporte, (*plogging*), (que está crescendo muito rapidamente por todo o mundo), tenha maior visibilidade e que chegue aqui em nossa comunidade também, com o intuito de agregar aliados para a criação de um grupo de *plogging*.

Um grande objetivo a ser alcançado é de conseguirmos obter êxito em nosso projeto de limpeza urbana, e principalmente de pontos turísticos e parques naturais de nossa cidade. Recolhendo todo o resíduo que é deixado ou esquecido nas vias e matas de nosso município. Uma vez que, sabemos que apenas o serviço de coleta do município não é suficiente para uma limpeza mais ampla. Então, essa é uma boa oportunidade para quem ama a natureza e a comunidade onde vive, fazer a sua parte nesse processo. Assim, podendo unir esporte a essa atividade simples e fácil, mas que para o meio ambiente tem uma importância enorme. Os locais indicados para iniciar, com base em caráter de urgência, seriam: entornos do Lago São Bernardo; arredores do Parque Natural Municipal da Ronda (PNMR); entornos das rodovias que circundam o município; a Barragem do Salto, na localidade Vila Eletra. Seguem abaixo imagens dos locais:

Figura 5 - Vista aérea do Lago São Bernardo - São Francisco de Paula



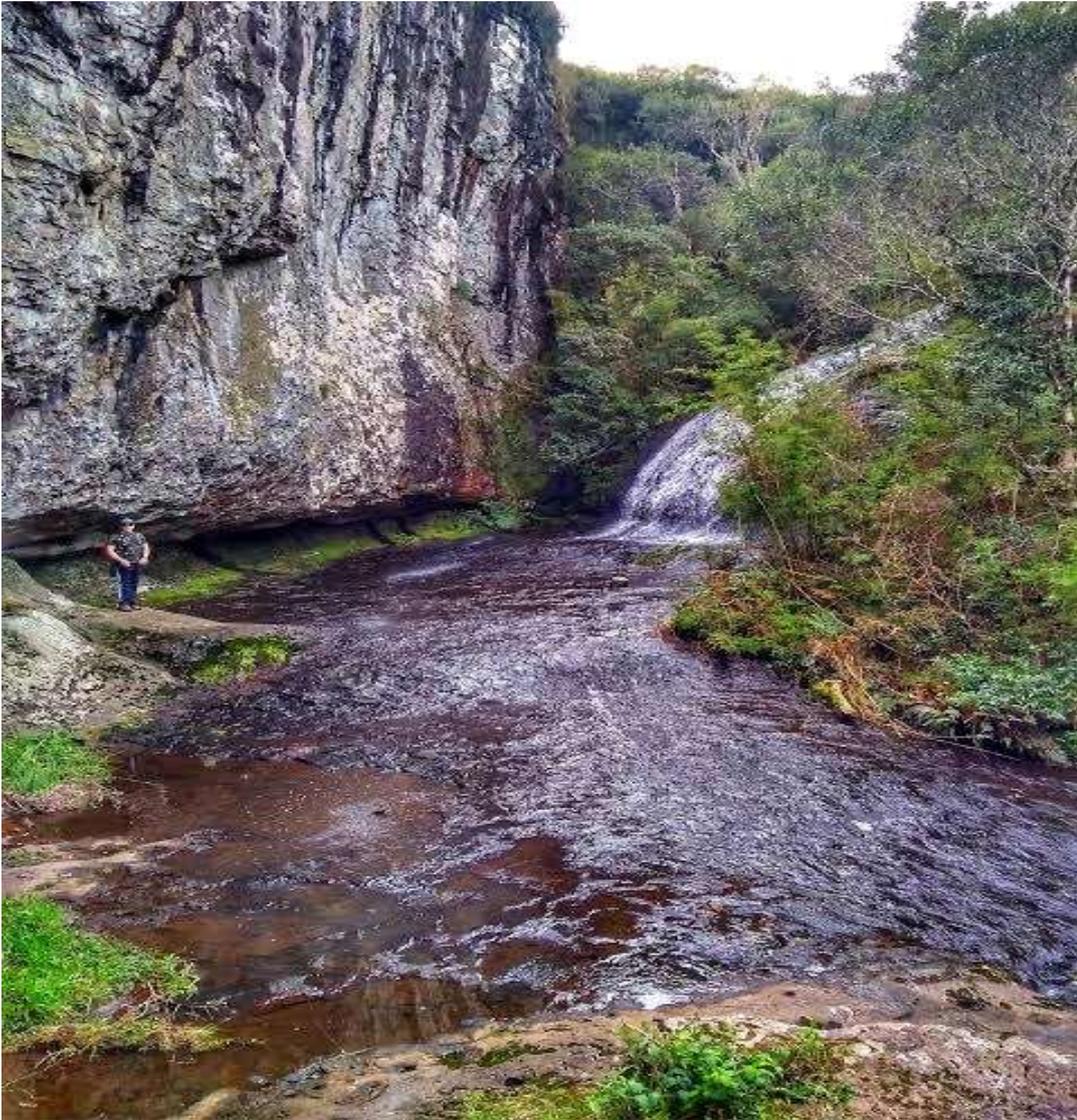
Fonte: Prandi (2017).

O lago São Bernardo é um dos pontos turísticos mais importantes da nossa cidade, ele serve de cenário para muitas sessões fotográficas, para eventos, para caminhadas e de cartão postal de São Francisco de Paula. Sua apresentação precisa ser sempre preservada, para que nunca perca sua naturalidade e encanto.

O Parque Natural Municipal da Ronda é um parque ecológico que poderia ser bem mais explorado diante das suas possibilidades. O PNMR possui cachoeiras, uma beleza natural inigualável, arborismo e fauna abundantes, o que pode atrair facilmente turistas e grupos de estudos da fauna e flora brasileira, porém isso causa preocupação sobre a educação ambiental dos visitantes, uma vez que, esse ambiente natural precisa ser conservado, e, normalmente, os turistas não tem esse cuidado.

A Barragem do Salto é dona de uma beleza espetacular, sua visita é constante e liberada. Ela é palco de esportes náuticos, turismo, pesca e acampamentos, o que pode originar acúmulo de resíduos esquecidos ou deixados.

Figura 6 - Parque Natural Municipal da Ronda (PNMR)



Fonte: Rossa (2018).

Figura 7 - Barragem do Salto

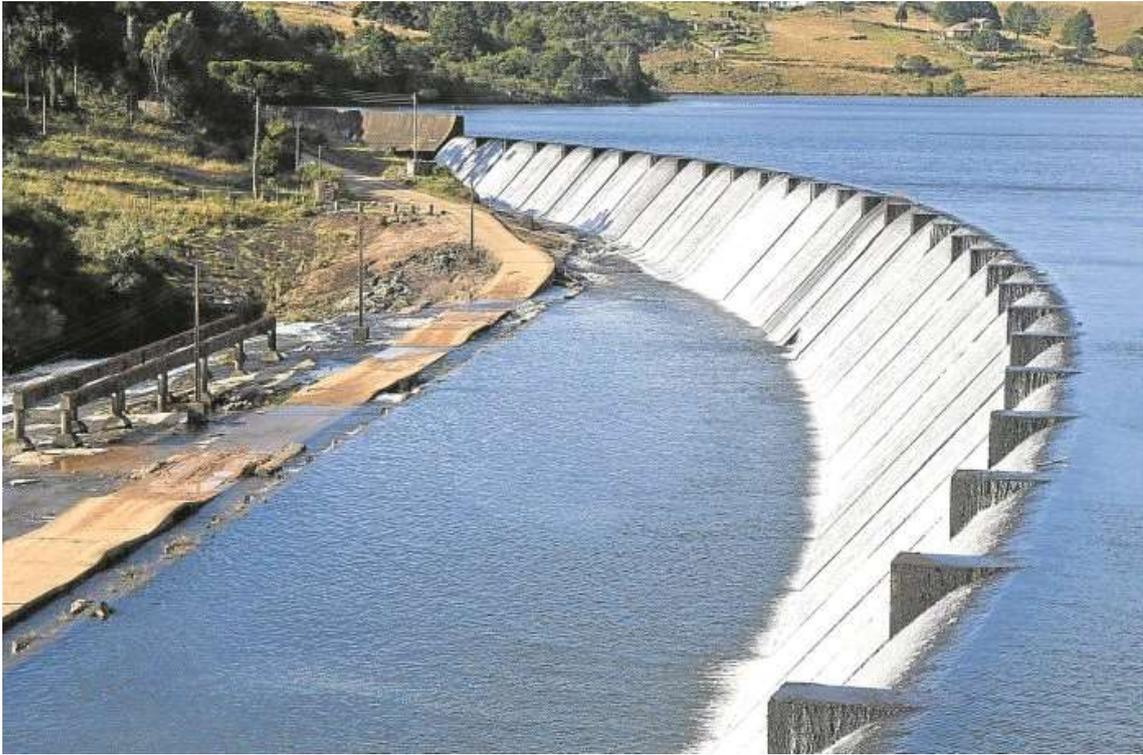


Foto: Folha de Canela (2020).

Por todos esses motivos, percebe-se que os três pontos seriam excelentes cenários ao *Plogging* em São Francisco de Paula. Não precisam ser os únicos pontos, mas, podem ser o início dessa caminhada.

4.3 MARKETING E VIABILIZAÇÃO DA AÇÃO DE EXTENSÃO

A partir do conhecimento desse esporte, e da ciência da sua real importância para o meio ambiente, pretende-se:

Apresentar modalidades de esportes sustentáveis pesquisadas para a população;

Divulgar por meio de redes sociais, entre outros meios de comunicação, da existência do *Plogging* no município;

Criar grupos de *Plogging* e marcar datas para que sejam feitas as atividades;

Buscar o maior alcance de informação sobre os esportes sustentáveis para que a aceitação e o crescimento de adeptos e praticantes sejam consideráveis;

Tentar parcerias para a divulgação e também para adquirir os materiais precisos para a prática como: sacos para a coleta de resíduos, que de preferência sejam material reciclável; e

Procurar apoio com os órgãos públicos quanto ao transporte e destinação final dos resíduos coletados pelos grupos de *Plogging*.

5 REFERENCIAL TEÓRICO

5.1 EDUCAÇÃO AMBIENTAL

A atualidade vem buscando formas de unir o esporte e a educação ambiental para minimizar os problemas ambientais, que estão cada vez mais graves. Podemos enumerar alguns, como: o efeito estufa, o buraco na camada de ozônio, drásticas mudanças climáticas, vendavais e tornados, enxurradas, dentre outros sintomas da destruição ambiental. A grande quantidade de problemas ambientais vem mobilizando diferentes áreas, nessa linha, buscaram-se ações para tentar solucionar, de forma prática, os decorrentes efeitos da devastação climática.

Entre essas ações, Dias (2001), destaca a Educação Ambiental como uma possibilidade, com objetivo de proporcionar conhecimento sobre o meio ambiente e alterar a atual relação de destruição entre ser humano e natureza. A Educação Ambiental deveria vir desde a infância, poderia ser instituída na escola, porém, acredita-se que possa ter alguma modificação significativa na situação atual, se, utilizarmos a educação ambiental fora dos âmbitos escolares, associando ela ao esporte, para atrair crianças, jovens e adultos, assim, tentando alcançar diferentes faixas etárias para um objetivo comum.

As colaborações da Educação Ambiental são muitas, em diversos níveis da formação do ser humano, seja ela escolar ou não escolar. Percebe-se que ela mobiliza diferentes áreas, dessa forma, não pode ser vista como uma ação isolada ou disciplinar. Nesse sentido, buscam-se fundamentos e princípios para pensar em uma formação ambientalista articulada com a educação física.

Partindo para o campo de formação de professores em Educação Física, pode-se destacar uma particularidade pertinente ao trabalho pedagógico e a Educação Ambiental: o conteúdo esportivo, que associado à disciplina escolar, tem grande influência na história e na vida cotidiana dos brasileiros, o que pode ser unido com a Educação Ambiental, relacionando esporte e natureza de forma consciente.

No entanto, destaca-se a falta de tentativas de aproximação entre a formação de professores em Educação Física e a Educação Ambiental. Um dos princípios da Educação Ambiental seria que o processo pedagógico proporcionasse a conscientização ambiental. Sendo que esta é uma das principais formas de incentivo à mudança de atitude do ser humano com a natureza. Com a conscientização

ambiental, sabe-se quais são os impactos de cada ação praticada e que estas influenciam o meio e o global.

Com isso, acredita-se que o esporte pode ser um meio de incentivo à conscientização ambiental, de modo que não seja simplesmente uma reprodução técnica de gestos assistida.

Para Gadotti (2000), a Educação Ambiental deve atuar pedagogicamente para alterar a cultura, o que significa primeiramente reconhecer as atuais relações dos seres humanos entre si e com a natureza, identificá-las como predatórias para posteriormente buscar relações menos degradantes entre o ser humano e a natureza.

Portanto, nessa perspectiva ambiental, devem-se analisar os elementos culturais, para assim descobrir o que realmente faz sentido em cada localidade a fim de conseguir, assim, atingir os objetivos ambientais.

5.2 HISTÓRICO E CONCEITO: *PLOGGING*

O *Plogging* tem origem na Suécia, surgiu em 2016, quando o seu criador Erik Ahlström, mudou-se para Estocolmo e começou a praticar o *running* pelas ruas da localidade, e notou que poderia fazer mais nas suas atividades. Assim, resolveu ir coletando os resíduos que encontrava pelas ruas. Achando isso muito satisfatório, resolveu criar um grupo nas redes sociais para impulsionar a atividade e incentivar outras pessoas para fazer o mesmo, onde se deu o nome a essa prática: *Plogging*, que vem do sueco *PlockaUpp* (Recolher) e do inglês *Jogging* (Correr).

Figura 8 - Erik Ahlström



Foto: LSM.LV (2019).

A atividade fez sucesso rapidamente e atingiu facilmente vários países, pois precisa somente de vontade de correr, um saco ou sacola para recolher o lixo, tênis, e meia hora diária disponível. Durante a corrida, podem-se alternar movimentos de agachamento ou flexões, dentre outros, para assim melhorar seu condicionamento físico.

Essa modalidade não se limita à corrida, pode ser aliada a outros esportes, como caminhada, remada ou ciclismo. Além de beneficiar o meio ambiente, essa prática pode trazer grandes satisfações pessoais, algumas delas podem ser: elevação da autoestima, positividade para o coração, melhora no rendimento, fortalecimento dos ossos e redução de peso.

Figura 9 - Grupo de Plogging Poconé (MT)



Fonte: G1MT (2021).

Figura 10 - Coleta de lixo com Stand UP Paddle na Suécia



Fonte: Women's Health (2020).

No Brasil começam a surgir grupos difundindo o esporte. Ações coletivas em Maresias (SP) foram registradas:

Figura 11 - Grupo Plogging Maresias (SP)



Fonte: Univast (2019).

O satisfatório é perceber que, no Brasil, já existem alguns grupos, (mesmo que pequenos), participando dessas modalidades e divulgando-as. Assim, acredita-se que esse seja apenas o começo de um potencial sucesso futuro aqui também.

5.3 RESÍDUOS SÓLIDOS (PNRS 12305/2010)

Segundo a Lei 12305/2010, que trata sobre a Política Nacional de Resíduos Sólidos (PNRS), resíduo sólido é o material, substância, objeto ou qualquer bem descartado que seja resultante das atividades humanas na sociedade.

A responsabilidade compartilhada é um conceito abordado na PNRS, em que, a sociedade passa a ser responsável pela gestão adequada dos seus resíduos sólidos. Sendo assim, o cidadão é responsável pela eliminação correta dos seus resíduos sólidos; o setor privado deve gerenciar ambientalmente correto os resíduos sólidos pela sua reincorporação na cadeia produtiva e pelas inovações nos produtos recicláveis; já, os governos federais, estaduais e municipais, devem criar os planos e manejos dos resíduos sólidos, indicando o destino final correto.

Segundo a norma brasileira NBR 10004, de 1987 – Resíduos sólidos – classificação, resíduos sólidos são: “aqueles resíduos nos estados sólido e semi-sólido, que resultam de atividades da comunidade de origem industrial, doméstica,

hospitalar, comercial, agrícola, de serviços e de varrição. Ficam incluídos nesta definição os lodos provenientes de sistemas de tratamento de água, aqueles gerados em equipamentos e instalações de controle de poluição, bem como determinados líquidos cujas particularidades tornem inviável o seu lançamento na rede pública de esgotos ou corpos de água, ou exijam para isso soluções técnicas e economicamente inviáveis em face a melhor tecnologia disponível”.

Levando em conta a Norma NBR 10004, nota-se que os resíduos sólidos urbanos (RSU), são aqueles provenientes das atividades desenvolvidas em diversas áreas da cidade, englobando resíduos de várias origens, tais como: residencial, comercial, de estabelecimentos de saúde, industrial, de limpeza pública, de construção civil, e até, os agrícolas. Esses resíduos são normalmente encaminhados para aterros sob responsabilidade do poder público municipal.

Há vários tipos de classificação dos resíduos sólidos, estas se baseiam em determinadas características ou propriedades identificadas. A identificação é relevante para a escolha da classificação e destino mais viável. A norma NBR 10004, de 1987, trata da classificação de resíduos sólidos quanto a sua periculosidade. De acordo com sua periculosidade os resíduos sólidos podem ser enquadrados como:

Classe I - resíduos Perigosos: São aqueles que apresentam periculosidade, ou uma das características seguintes: inflamabilidade, corrosividade, reatividade, toxicidade ou patogenicidade.

Classe II- resíduos não-inertes: São aqueles que não se enquadram na classe I ou III. Os resíduos classe II podem ter as seguintes propriedades: combustibilidade, biodegradabilidade ou solubilidade em água.

Classe III- resíduos inertes: São aqueles que, por suas características não oferecem riscos à saúde e ao meio ambiente. Além disso, quando amostrados de forma representativa, segundo a norma NBR 10007, e submetidos a um contato estático ou dinâmico com água destilada ou deionizada, a temperatura ambiente, conforme teste de solubilização segundo a norma NBR 10006, não têm nenhum de seus constituintes solubilizados a concentrações superiores aos padrões de potabilidade da água, conforme listagem no 8, constante do Anexo H da NBR 10004, excetuando-se os padrões de aspecto, cor, turbidez e sabor.

Abaixo, segue uma tabela demonstrativa de exemplos de resíduos que compõem cada classe abordada acima. Assim podemos identificar em qual categoria o resíduo se encaixa e, dessa forma, descartá-lo de maneira correta.

Quadro 1 - Exemplos básicos de cada categoria de resíduos sólidos urbanos:

Categoria	Exemplos
Matéria orgânica putrescível	Restos alimentares, flores e podas de árvores.
Plástico	Sacos, sacolas, embalagens de refrigerantes, água e leite, recipientes de produtos de limpeza, esponjas, isopor, utensílios de cozinha, látex.
Papel e papelão	Caixas, revistas, jornais, cartões, papel, pratos, cadernos, livros, pastas.
Vidro	Copos, garrafas de bebidas, pratos, espelho, embalagens de produtos de limpeza, embalagens de produtos de beleza, embalagens de produtos alimentícios.
Metal ferroso	Palha de aço, alfinetes, agulhas, embalagens de produtos alimentícios.
Metal não-ferroso	Latas de bebidas, restos de cobre, restos de chumbo, fiação elétrica.
Madeira	Caixas, tábuas, palitos de fósforo, palitos de picolé, tampas, móveis, lenha.
Panos, trapos, couro e borracha	Roupas, panos de limpeza, pedaços de tecidos, bolsas, mochilas, sapatos, tapetes, luvas, cintos, balões.
Contaminante químico	Pilhas, medicamentos, lâmpadas, inseticidas, raticidas, colas em geral, cosméticos, vidros de esmaltes, embalagens de produtos químicos, latas de óleo de motor, latas de tintas, embalagens pressurizadas, canetas com carga, papel-carbono, filme fotográfico.
Contaminante biológico	Papel higiênico, cotonetes, algodão, curativos, gazes e panos com sangue, fraldas descartáveis, absorventes higiênicos, seringas, lâminas de barbear, cabelos, pelos, embalagens de anestésicos, luvas.
Pedra, terra e cerâmica	Vasos de flores, pratos, restos de construção, terra, tijolos, cascalho, pedras decorativas.

Diversos	Velas, restos de sabão e sabonete, carvão, giz, pontas de cigarro, rolhas, cartões de crédito, lápis de cera, embalagens longa vida, embalagens metalizadas, sacos de aspirador de pó, lixas e outros materiais de difícil identificação.
----------	---

Fonte: adaptado de Pessin, et al. (2002).

A prática do *plogging* é de suma importância para colaborar para se ter um meio ambiente saudável, sendo assim, lembra-se que é uma prática segura, pois os resíduos sólidos urbanos a serem coletados pelos praticantes serão apenas aqueles que não oferecem riscos à saúde humana, os resíduos que possam ser recolhidos pelos praticantes durante a atividade e percurso são como, por exemplo: plásticos, papéis, latas de alumínio dentre outros. Para a realização da atividade seria de muita valia o acompanhamento de um Gestor Ambiental, para que o mesmo possa dar o suporte necessário para que nada de errado aconteça.

Outro fator importantíssimo seria uma parceria e colaboração dos órgãos municipais como: Secretaria Educação, Secretaria do Meio Ambiente, Poder Legislativo e também do Poder Executivo, para que ocorram os eventos de forma transparente e dentro das possibilidades.

Esses órgãos municipais serão muito importantes para a destinação final desses resíduos coletados, será necessário um veículo de carga para o transporte adequado e destino final para os mesmos, e com isso, a prefeitura poderia colaborar, para assim facilitar a atividade sócio ambiental, onde visa melhorias ao meio ambiente e a toda a comunidade da cidade. Há também uma possibilidade, de alguma empresa, que faça triagem ou até mesmo utilize os resíduos como combustíveis em suas dependências, fecharem essa parceria e união, podendo também haver uma maneira de repassar esses resíduos aos catadores da comunidade que transformam o lixo em sustento de suas famílias.

6 RESULTADOS

6.1 RESULTADOS ESPERADOS

- Obter um maior controle quanto a resíduos espalhados pelo município e no PNMR;
- Melhor qualidade de vida para a população humana e animal através da limpeza da cidade;
- Tentar manter eternizado este programa e estas atividades sustentáveis na cidade;
- Indicar um destino adequado aos resíduos coletados na prática do *plogging*;
- Melhorar a estrutura dos esportes sustentáveis no município;
- Buscar cada dia mais adeptos para a prática de esportes que venham amenizar os danos causados no meio ambiente pela ação do homem;
- Conquistar a parceria e o apoio permanente da administração do município.
- Criar eventos para estimular a prática do *plogging* pela população do município.

7 DISCUSSÕES FINAIS

Os vínculos entre o humano e o Meio Ambiente necessitam ser estimulados, precisam existir elos que facilitem a aproximação entre ambos. Nesse sentido, pode-se mencionar que o Esporte e o Lazer podem facilitar esse processo. No entanto, essa relação deve respeitar os direitos e deveres, para que com responsabilidade essa união possa executar um brilhante futuro nas seguintes gerações.

Além da Educação Ambiental, a Educação Física também deve participar desse debate. Entretanto, é imprescindível que os organizadores dos cursos de Educação Física atentem para a importância e sutileza dessa combinação, nunca esquecendo de que o esporte deve vir como um aliado à sustentabilidade, facilitando o convívio do homem com o meio ambiente e, não, ocasionando alguma destruição ambiental.

Através de estratégias para tentar minimizar os danos causados pelo humano ao meio ambiente, procura-se concretizar ações de percepção, conscientização e participação do homem no processo de resolução dos problemas ambientais. Diante disso, busca-se, por meio da implantação dessa atividade, contribuir para o desenvolvimento social e sustentável da nossa geração.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 10004**: Resíduos sólidos – Classificação. Rio de Janeiro: ABNT, 1987.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 13896**: aterros de resíduos não perigosos: critérios para projeto, implantação e operação. Rio de Janeiro: ABNT, 1997.

BRASIL. **Lei nº 12.305, de 2 de agosto de 2010**. Institui a Política Nacional de Resíduos Sólidos; altera a Lei no 9.605, de 12 de fevereiro de 1998; e dá outras providências. Brasília, Diário Oficial da União, de 3 de agosto de 2010.

CENTRO ESTADUAL DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE – CEVS. **Resíduos Sólidos**. Disponível em: <https://cevs.rs.gov.br/residuos-solidos>. Acesso em: 19 jun. 2021.

DIAS, G. F. **Educação Ambiental**: Princípios e. 6. ed. Revisado e Ampliado pelo autor. São Paulo: Gaia, 2001.

DOMINGUES, S. C.; KUNZ, E.; ARAUJO, L. C. G. DE. Educação Ambiental e Educação Física: Possibilidades para a formação de professores. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Florianópolis, v. 33, n. 3, p. 559-571, jul./set. 2011.

FOLHA DE CANELA. **São Francisco de Paula – Marinha irá investigar acidente que resultou na morte de Jussara Coronas na Barragem do Salto**. 11 mar. 2020. Disponível em: <https://portaldafolha.com.br/2020/03/11/sao-francisco-de-paula-marinha-ira-investigar-acidente-que-resultou-na-morte-de-jussara-coronas-na-barragem-do-salto/>. Acesso em 19 jun. 2021.

G1 MT. **Voluntários recolhem mais de 150 kg de lixo em ruas no Dia do Meio Ambiente em MT**. 6 jun. 2021. Disponível em: <https://g1.globo.com/mt/mato-grosso/noticia/2021/06/06/voluntarios-recolhem-mais-de-150-kg-de-lixo-em-ruas-no-dia-do-meio-ambiente-em-mt.ghtml>. Acesso em: 19 jun. 2021.

GADOTTI, M. **Pedagogia da terra**. São Paulo: Petrópolis, 2000.

IBERDROLA. **'Plogging': o 'running' que mistura ecologia e esporte**. Disponível em: <https://www.iberdrola.com/compromisso-social/o-que-e-plogging>. Acesso em: 19 jun. 2021.

INÁCIO, H. L. D. Lazer, educação e meio ambiente: uma aventura em construção. **Revista Pensar a Prática**, Goiânia, v. 9, n. 1, 45-63, jan./abr., 2006.

LEIS, H. R. **A Modernidade Insustentável**: as críticas do ambientalismo à sociedade contemporânea. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 1999.

LINKE, A. **A moda de correr catando lixo**. DW, 20 jun. 2018. Disponível em: <https://www.dw.com/pt-br/a-moda-de-correr-catando-lixo/a-44244885>. Acesso em: 19 jun. 2021.

LSM.LV. **'Plogga' founder Erik Ahlströmtospeak in Rīga**. 18 set. 2019. Disponível em: <https://eng.lsm.lv/article/culture/sport/plogga-founder-erik-ahlstrom-to-speak-in-riga.a332402/>. Acesso em: 19 jun. 2021.

PÉ NA TRILHA. **Corrida**. Disponível em: <https://www.penatrilha.com.br/blog/corrida/>. Acesso em: 19 jun. 2021.

PESSIN, N. et al. Monitoramento do processo de digestão anaeróbia dos resíduos sólidos dispostos em duas células-piloto de aterramento In: **Alternativas de disposição de resíduos sólidos urbanos para pequenas comunidades**. Rio de Janeiro: RiMa/ABES, 2002.

PRANDI, J. **São Francisco de Paula – O que fazer e pontos turísticos**. Viagens e Caminhos, 2017. Disponível em: <https://www.viagensecaminhos.com/2017/03/guia-de-sao-francisco-de-paula-rs.html>. Acesso em: 20 mai. 2021.

ROCCA, A. C. et al. **Resíduos sólidos industriais**. São Paulo: Cetesb, 1993.

ROSA, M. **Moradores de Piracicaba se unem para coletar lixo das ruas enquanto caminham**. Ciclo Vivo, 25 jun. 2019. Disponível em: <https://ciclovivo.com.br/inovacao/inspiracao/moradores-de-piracicaba-plogging>. Acesso em: 10 jun. 2021.

ROSSA, L. **Parque da Ronda: opção de lazer para quem quer respirar natureza**. Jornal NH, 13 abr. 2018. Disponível em: https://www.jornalnh.com.br/_conteudo/2018/04/noticias/regiao/2256651-parque-ronda-opcao-de-lazer-para-quem-quer-respirar-natureza.html. Acesso em: 30 mai. 2021.

TAFFAREL; C. N. Z.; LACKS, S. Formação Humana e Formação de Professores: Contribuições para construção do projeto histórico socialista. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 15., 2007, Recife. **Anais..**, Recife, 2007. Disponível em: <http://www.cbce.org.br/cd/resumos/188.pdf>. Acesso em: 19 mai. 2021.

TIM ALTHOFF. **O mapa dos países mais sedentários do mundo: o Brasil está entre eles**. El País, 13 jul. 2017. Disponível em: https://brasil.elpais.com/brasil/2017/07/13/tecnologia/1499928198_952249.html. Acesso em: 25 mai. 2021.

UNIVASF. **Plogging: conheça a corrida sustentável**. 15 jun. 2019. Disponível em: <https://portais.univasf.edu.br/sustentabilidade/noticias-sustentaveis/plogging-conheca-a-corrida-sustentavel>. Acesso em: 25 mai. 2021.

WOMEN'S HEALTH. **Plogging, a corrida que pode salvar o planeta**. 28 set. 2020. Disponível em: <https://www.womenshealth.pt/plogging-corrida-salvar-planeta/running/15007/>. Acesso em: 25 mai. 2021