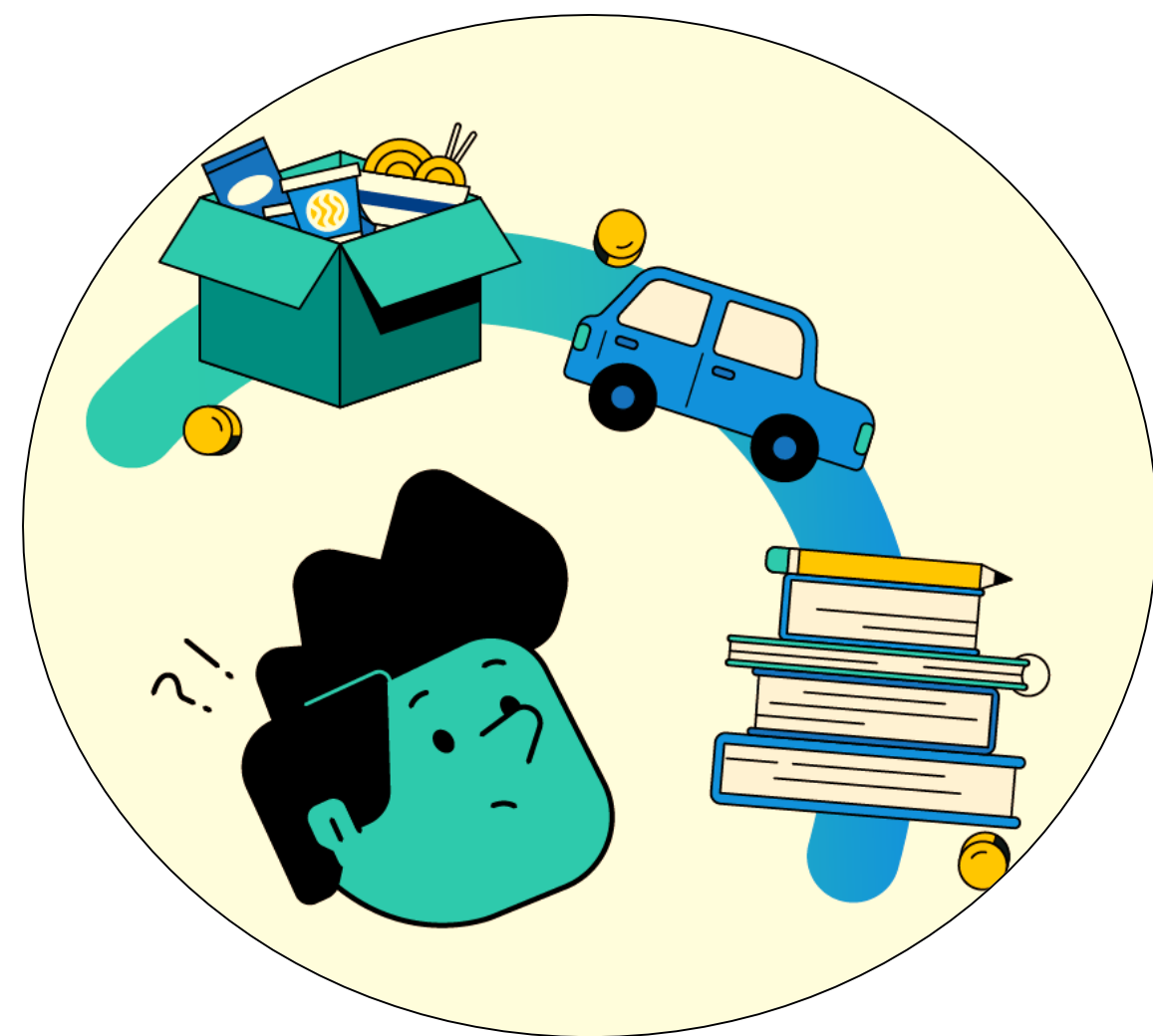




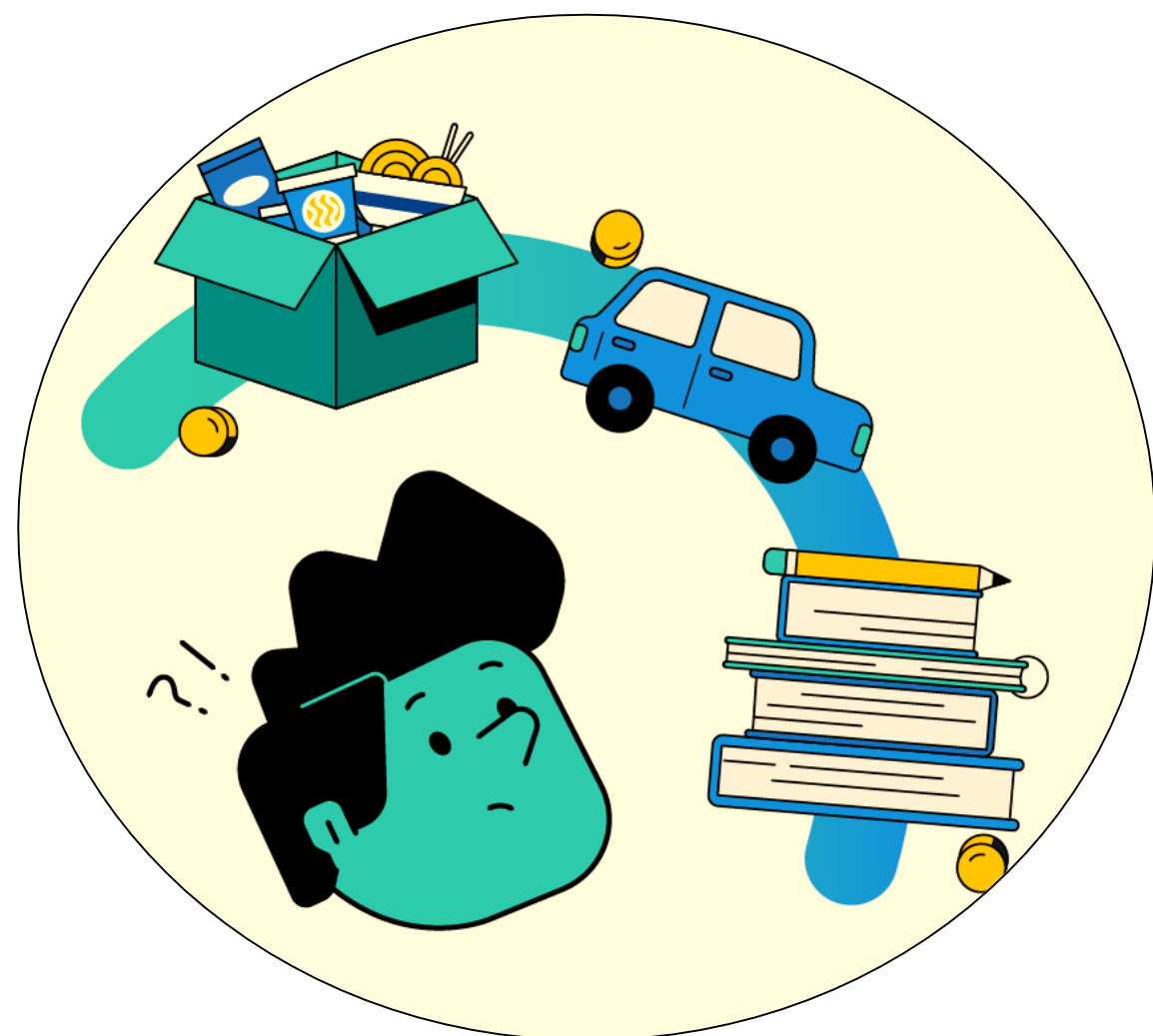
DIVERSIDADE E
INCLUSÃO

CONSUMO FAMILIAR





A etimologia da palavra "consumo" vem do latim *consumere* (esgotar) e é formada por *com*, mais *suemere* (apoderar-se, gastar, agarrar). Há outras definições também um pouco assustadoras: gastar ou corroer até a destruição, anular e destruir.



Consumo é o ato de utilizar um produto ou serviço para satisfazer uma necessidade pessoal ou de um grupo. Desta maneira, a ação de comer, se vestir e até mesmo o lazer, são atos de consumo.

Podemos consumir bens materiais de longa ou curta duração. Um exemplo são os alimentos: as frutas devem ser ingeridas imediatamente; já os grãos, como o arroz e o feijão, podem ser guardados por mais tempo.

COMO É O **CONSUMO FAMILIAR**
EM SUA CASA?



CONSUMO *FAMILIAR*

- O que é consumo?
- Tipos de consumo
- Fatores que determinam o consumo
- O papel do consumo na sociedade
- Sociedade de consumo
- Consumismo
- O consumo familiar é um dos principais vilões do desperdício de alimentos
- Orçamento familiar: como organizar

Depois de assistir ao vídeo, qual a mensagem que ele transmitiu a você?



O que é consumo?



Consumo é o ato de adquirir bens ou serviços por meio da compra e pode ser compreendido como uma das etapas da atividade econômica. Nesse sentido, o consumo seria o último estágio, sendo precedido da produção e da distribuição.

O consumo, portanto, é a fase em que os bens e serviços chegam ao consumidor final, que irá adquiri-los para a satisfação de suas necessidades - este é o final desse ciclo econômico.

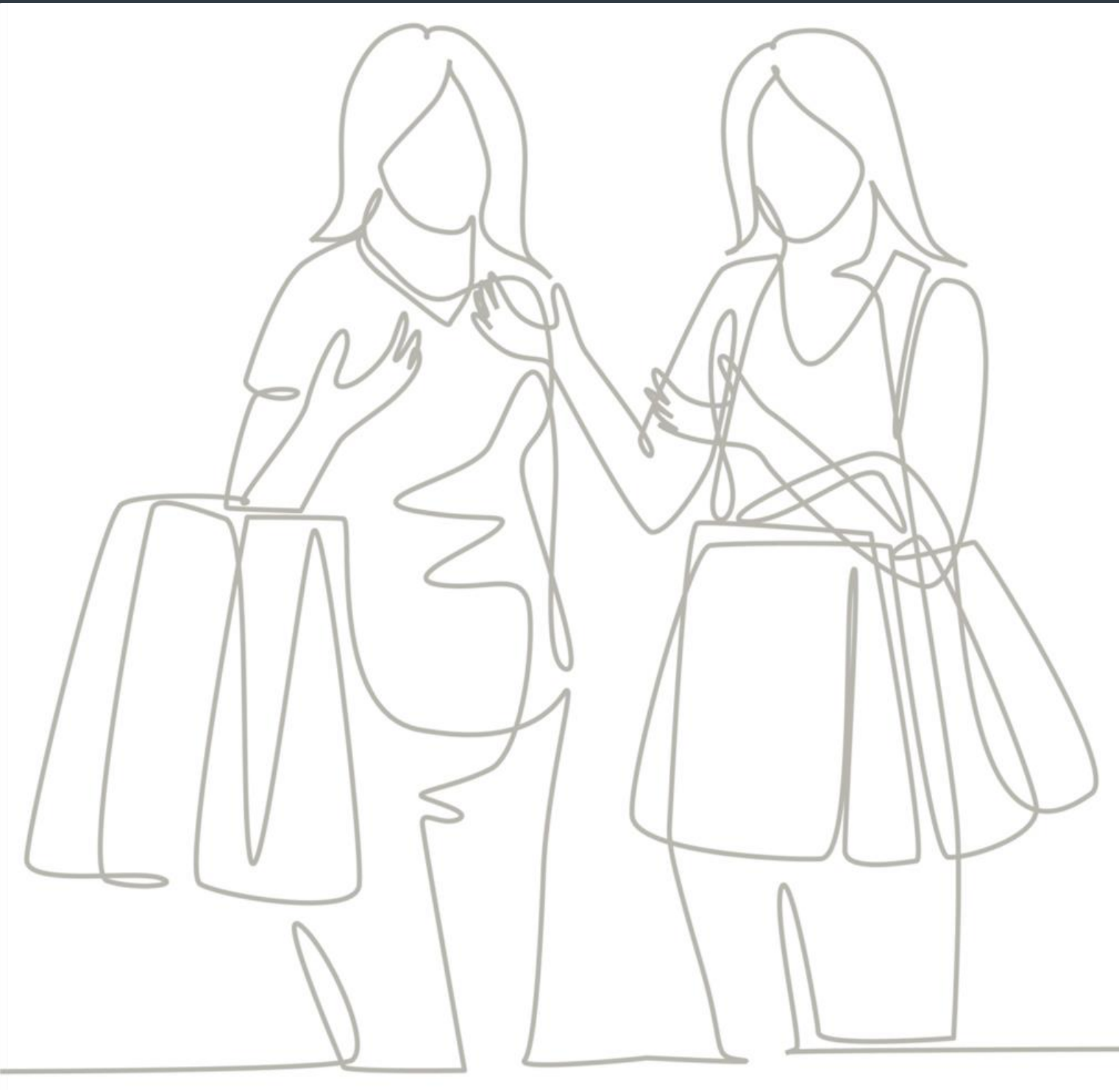
O consumo é realizado por pessoas individualmente, pelas famílias e até mesmo pelo Estado e empresas, que adquirem bens e serviços para desempenhar suas atividades.

Tipos de consumo

O consumo ainda pode ser classificado segundo as necessidades, seja da pessoa ou grupo, sendo que há:

Consumo essencial e consumo supérfluo

O consumo essencial se trata do gasto com coisas que são essenciais, tais como: comida, vestuário, gastos com saúde, entre outros. Enquanto isso, o consumo supérfluo se trata de tudo o que não é prioridade, ou seja, se uma pessoa ficar sem esse consumo não deixará de viver bem;



Tipos de consumo



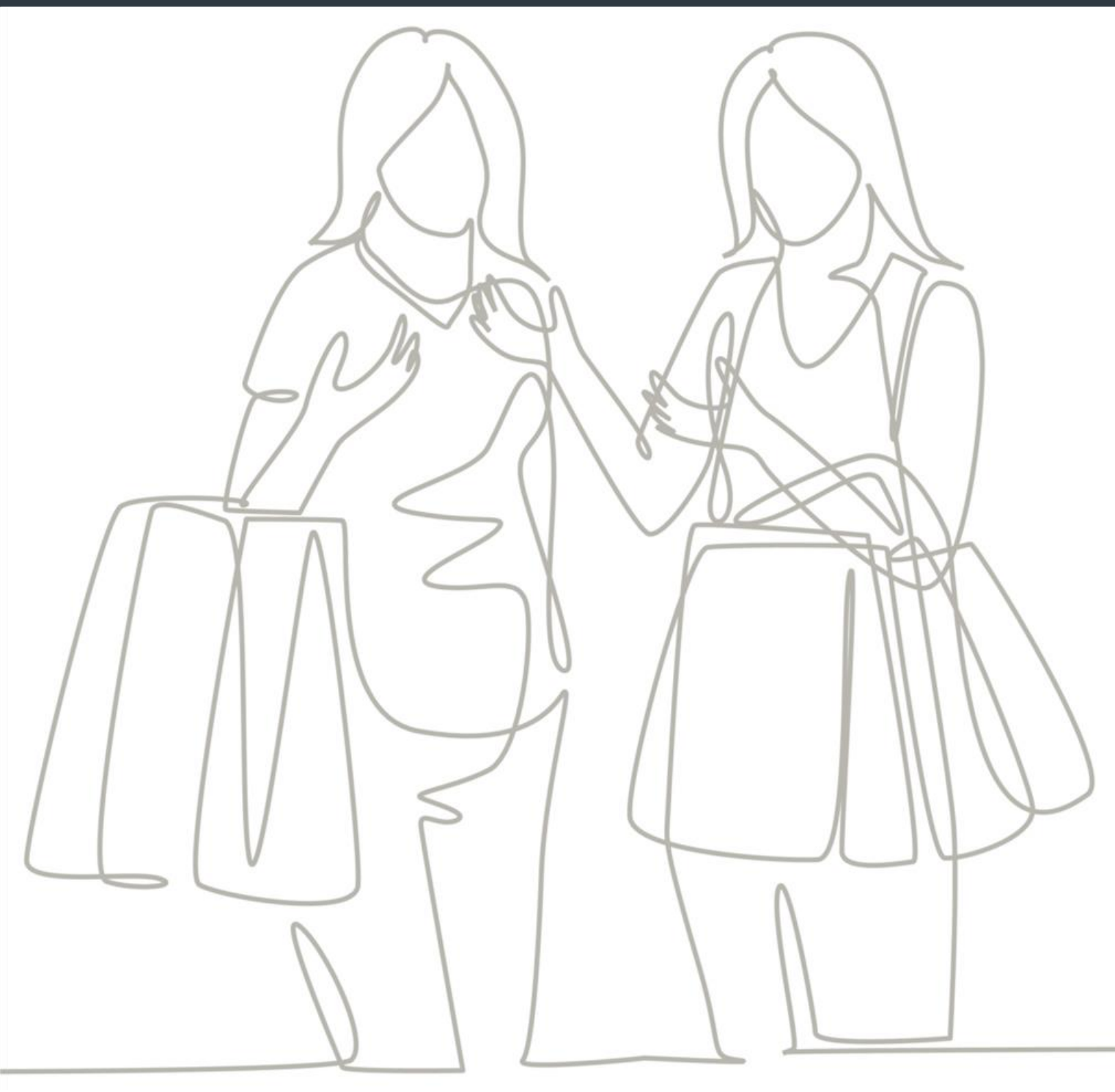
Consumo individual e coletivo:

O consumo individual, como o nome sugere, é voltado para apenas uma pessoa, desse modo, essa pessoa adquire serviços e produtos para si apenas. Mas o consumo coletivo é quando são adquiridos bens para todos, que pode ser um consumo que diz respeito a custos com saúde ou educação, por exemplo;

Tipos de consumo

Consumo intermediário e consumo final

Já esses referem-se ao destino de um bem. No caso do consumo intermediário, ele se configura no processo onde um bem ainda passará por outro procedimento para ser convertido em algo, por exemplo: quando uma empresa adquire farinha de trigo para a produção de pães e bolos. Mas quando já é comprado o pão pronto, por exemplo, isso será direcionado ao consumidor final, sendo esse o consumo final;



Tipos de consumo

Consumo sustentável

O consumo realizado pensando-se na sustentabilidade. É esse o que é feito tendo respeito com o meio-ambiente. Aqui o consumidor faz a aquisição apenas de itens produzidos por meio de processos que não causem danos para a natureza;

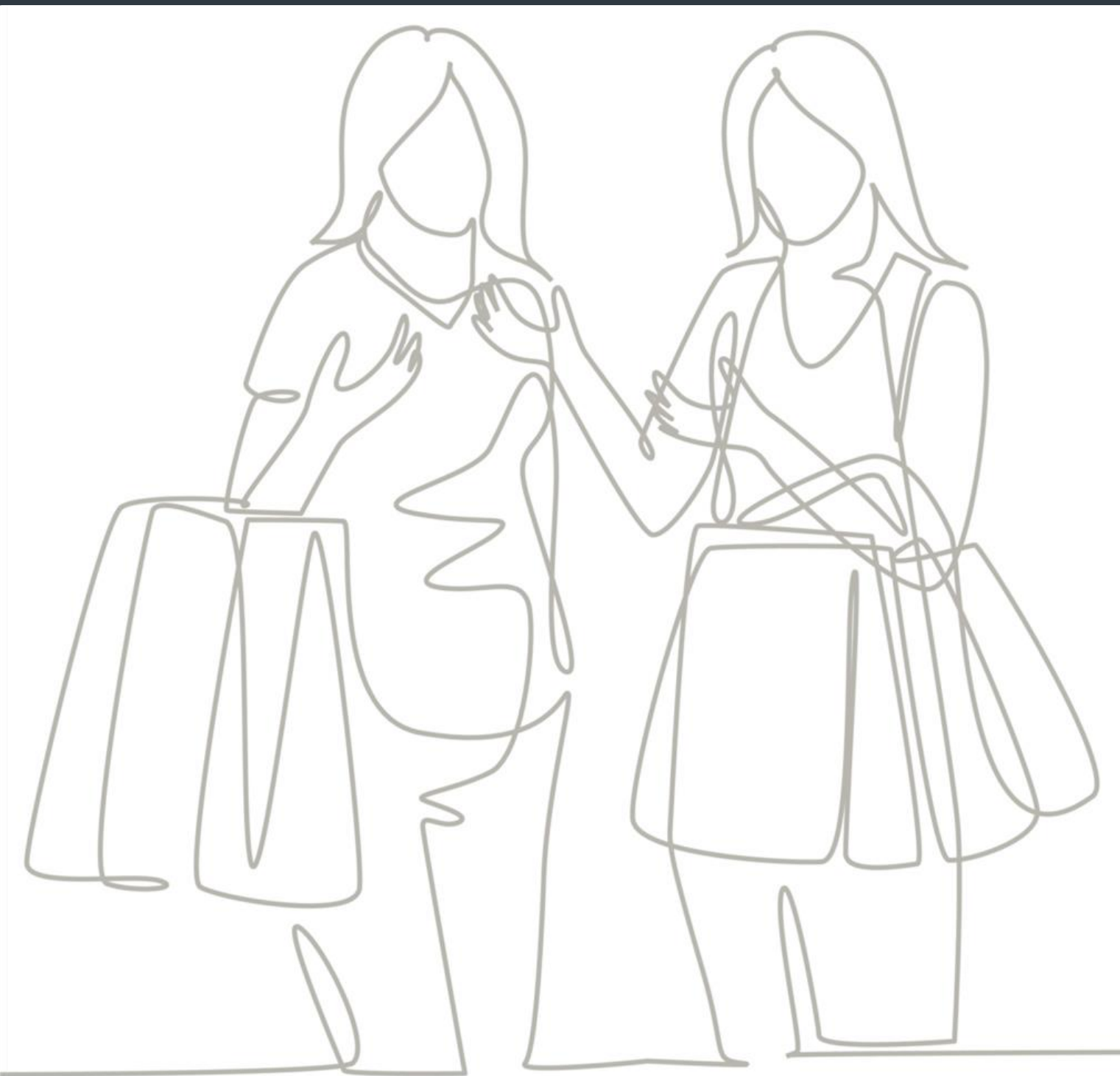


Tipos de consumo

Consumo consciente

Muitos confundem esse com o consumo sustentável, mas a diferença é que o consumo consciente é aquele onde o foco é gerar menos impactos negativos no meio ambiente e também nas finanças de uma ou mais pessoas.

Quem adota o consumo consciente não apenas ajuda o planeta, mas ainda ajuda a manter os seus gastos controlados, evitando adquirir aquilo que não é realmente necessário. Com isso as compras por impulso são reduzidas.



Fatores que determinam o consumo



Os tipos de bens e serviços que serão consumidos pelos agentes econômicos dependem de vários fatores, como a renda, o preços dos bens, os hábitos de consumo e a cultura.

Por essa razão, o consumo varia consideravelmente entre indivíduos de diferentes regiões do globo e também entre indivíduos e famílias de um mesmo país ou região, mas pertencentes a classes sociais diferentes.

Fatores que determinam o consumo



Uma família com menor poder aquisitivo, por exemplo, vai optar por bens de valores mais acessíveis e priorizará o suprimento das necessidades básicas como alimentação, higiene e saúde. Famílias de classes sociais mais altas costumam consumir produtos mais caros e podem ter mais condições de adquirir bens supérfluos.

O consumo é classificado como uma atividade econômica, integrando as demais que fazem parte de um processo essencial para a economia, que são: a produção, a distribuição e também a acumulação de bens.

Consumir, nesse caso, seria utilizar, destruir ou adquirir bens ou mesmo serviços. E quem pode realizar esse ato são: várias pessoas ou apenas uma pessoa ou, ainda, uma ou mais empresas. E quem consome bens e serviços é chamado de consumidor. Com o consumo muitas necessidades podem ser atendidas.

O papel do consumo na sociedade



Para entender melhor esse conceito, vejamos o exemplo a seguir:

- Uma empresa se responsabiliza por produzir um produto, então esse produto é colocado no mercado, posteriormente surge o consumidor e consome esse produto depois que o adquire. Isso é o que se chama de ciclo econômico.

O consumo é algo essencial para a sociedade, pois é por meio dele que o dinheiro pode circular, fazendo com que haja emprego e também renda para um país ou uma nação.

O papel do consumo na sociedade



Sociedade de consumo



Entende-se por sociedade de consumo a era contemporânea do capitalismo em que o crescimento econômico e a geração de lucro e riqueza encontram-se predominantemente pautados no crescimento da atividade comercial e, conseqüentemente, do consumo. Para manter esse desenvolvimento, incentiva-se o consumo de várias maneiras, principalmente a fetichização das mercadorias e o crescimento dos meios publicitários.

Sociedade de consumo



A partir da Revolução Industrial no século XVIII, grande parte do mundo se transformou numa "sociedade de consumo".

Vários artefatos começaram a ser fabricados em grande escala e o custo se abaratóu. Com isso, mais pessoas tiveram acesso à mercadorias que antes só eram destinados a uma pequena parte da população.

Sociedade de consumo



Os índices de consumo ainda servem para revelar o grau de desenvolvimento de um país, pois a produção de artigos gera riqueza para o mesmo. Igualmente, o acesso aos bens de consumo nos mostra a capacidade de compra dos seus habitantes.

No entanto, a publicidade e o estímulo ao consumo também dão origem a uma sociedade onde as coisas tem mais valor que as pessoas.

Sociedade de consumo



Podemos dizer que o ápice do consumismo encontra-se nos dias atuais, mas que o ponto máximo para o seu desenvolvimento ocorreu ao longo do século XX, quando o sistema fordista de produção e a necessidade de absorver a produção industrial em massa desse modelo demandaram um aumento do nível de consumo.



O QUE É CONSUMISMO PRA VOCÊ?

Type something...

CONSUMISMO

O Consumismo é o ato que está relacionado ao consumo excessivo, ou seja, à compra de produtos ou serviços de modo exagerado.

O consumismo é característico das sociedades modernas e da expansão da globalização.

Ele está inserido na denominada: “Sociedade do Consumo”, onde ocorre o consumo massivo e desenfreado de bens e serviços que visa, sobretudo, o lucro das empresas e o desenvolvimento econômico.

CONSUMO



CONSUMISMO



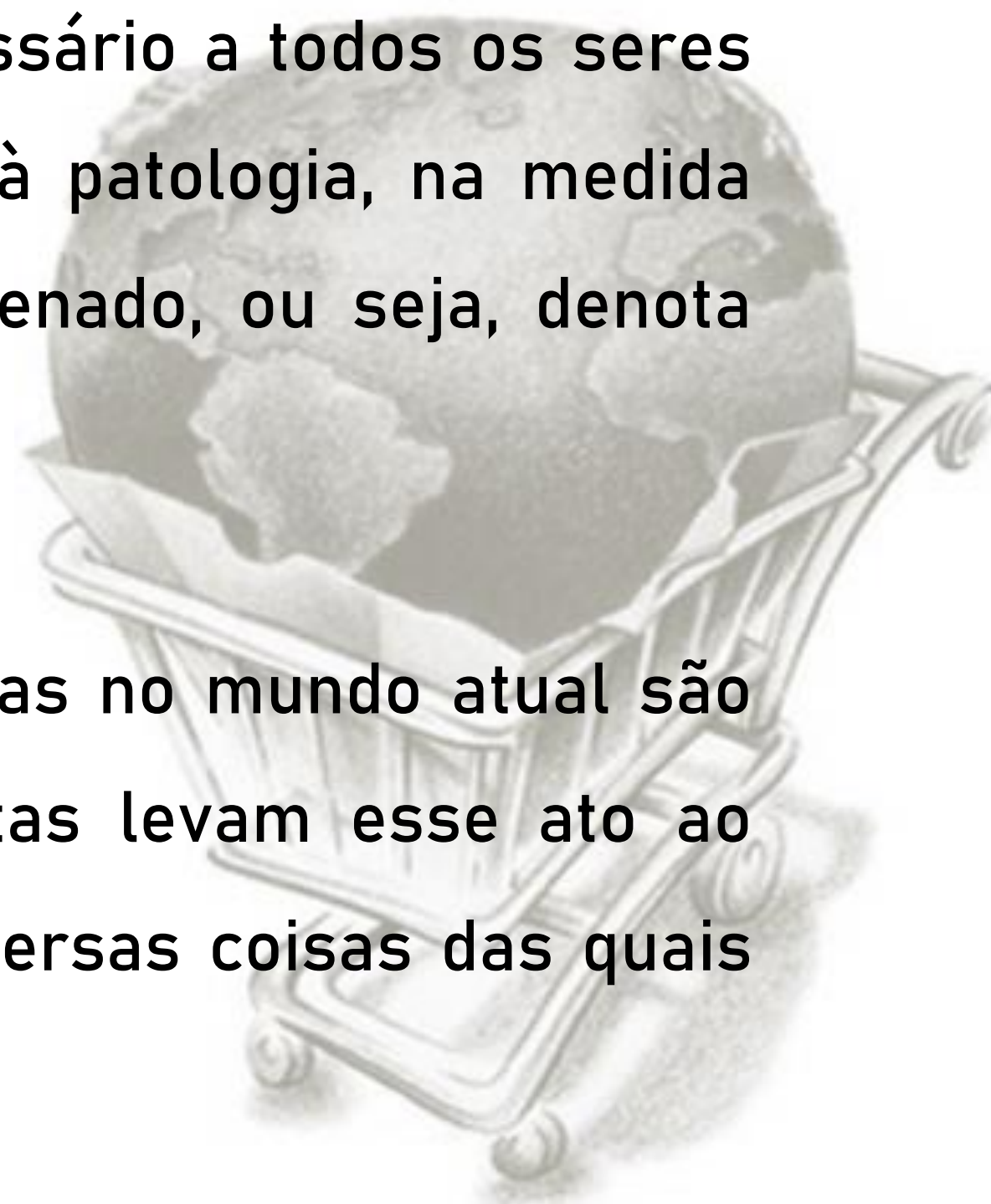
CONSUMO



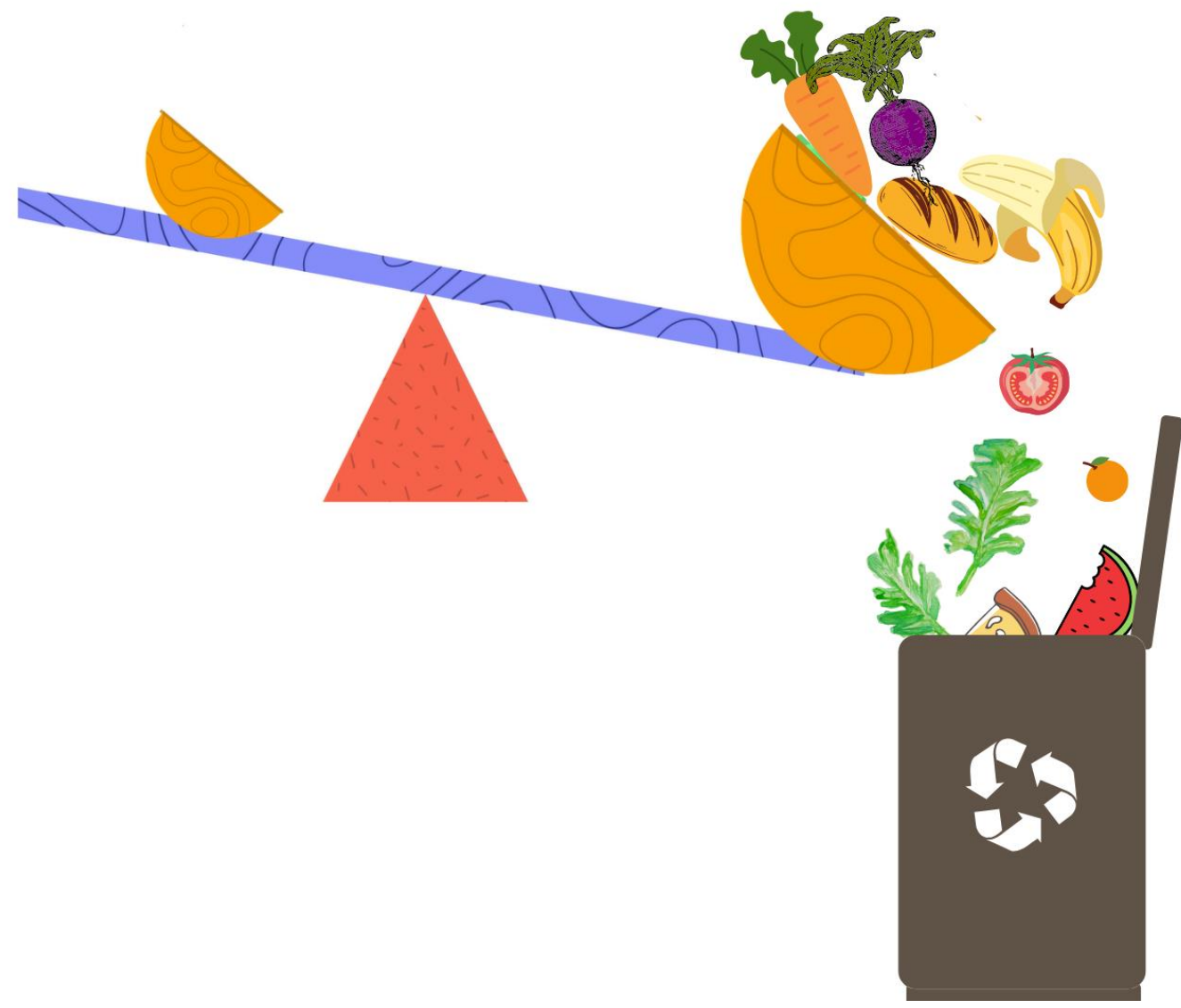
CONSUMISMO

Os termos “consumo” e “consumismo” são distintos. O primeiro está associado ao ato de consumir, necessário a todos os seres humanos. Já o segundo está associado à patologia, na medida que remete ao consumo excessivo e alienado, ou seja, denota uma perturbação mental.

De tal maneira, todas as pessoas inseridas no mundo atual são consumidoras, no entanto, os consumistas levam esse ato ao extremo, comprando deliberadamente diversas coisas das quais geralmente não necessitam.



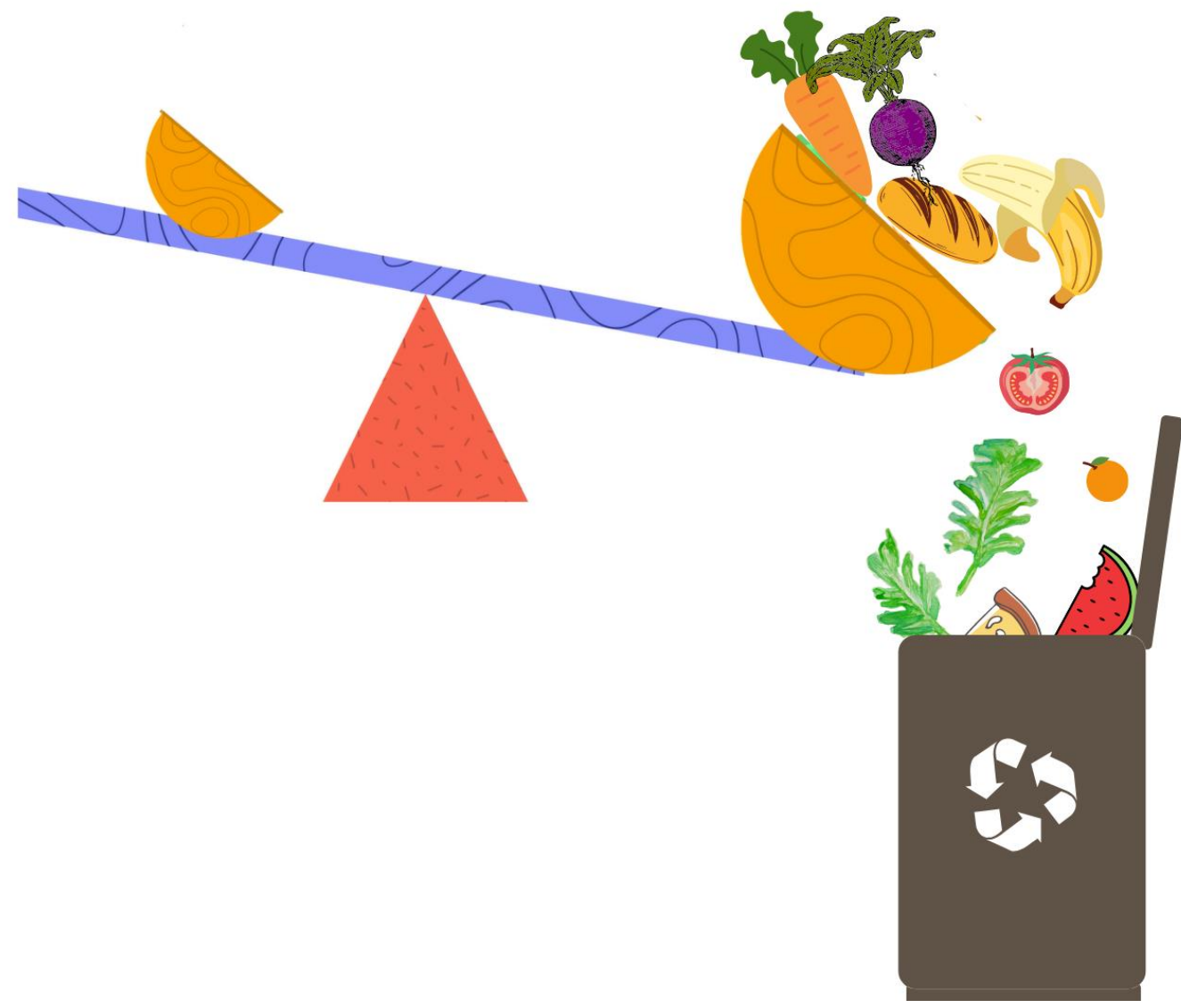
O consumo familiar é um dos principais vilões do desperdício de alimentos



Em 2019, 17% da produção total de alimentos do mundo foi para o lixo, sendo que as famílias responderam por 61% dessa perda, conforme levantamento da ONU.

Estima-se que algo em torno de 25% a 33% dos alimentos produzidos anualmente se perdem por motivos diversos (produção, pós-colheita, armazenamento e logística) ou são desperdiçados.

O consumo familiar é um dos principais vilões do desperdício de alimentos

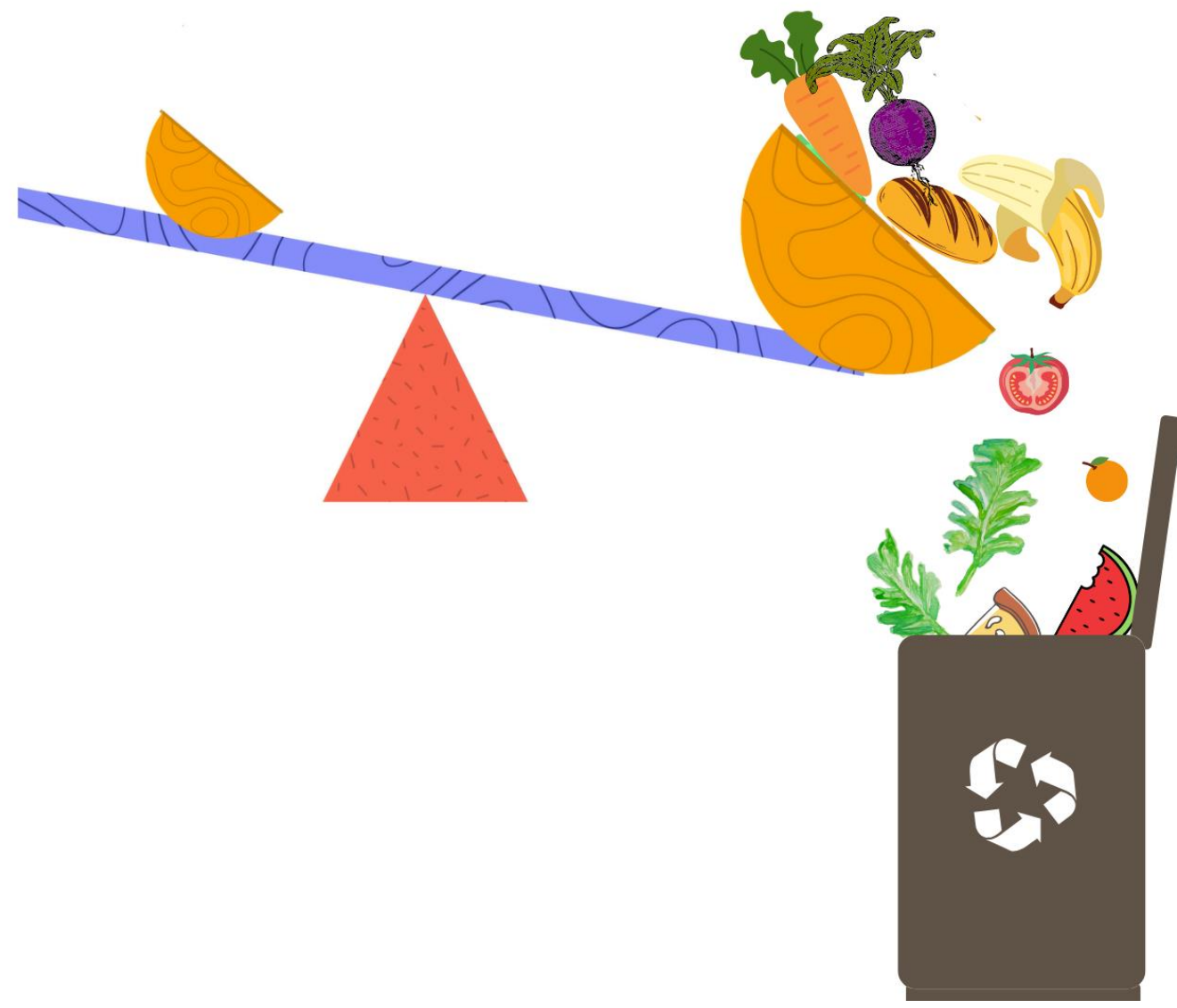


E há um paradoxo a ser solucionado: enquanto os alimentos são perdidos nas residências, existe uma margem de pessoas que vivem em situação em insegurança alimentar.

Somente no Brasil, 19 milhões de pessoas viviam em condição de fome, segundo o Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no ano de 2020.

Conforme a FAO, o aproveitamento desses alimentos permitiria ao país reduzir a fome para 95% das pessoas nesse quadro.

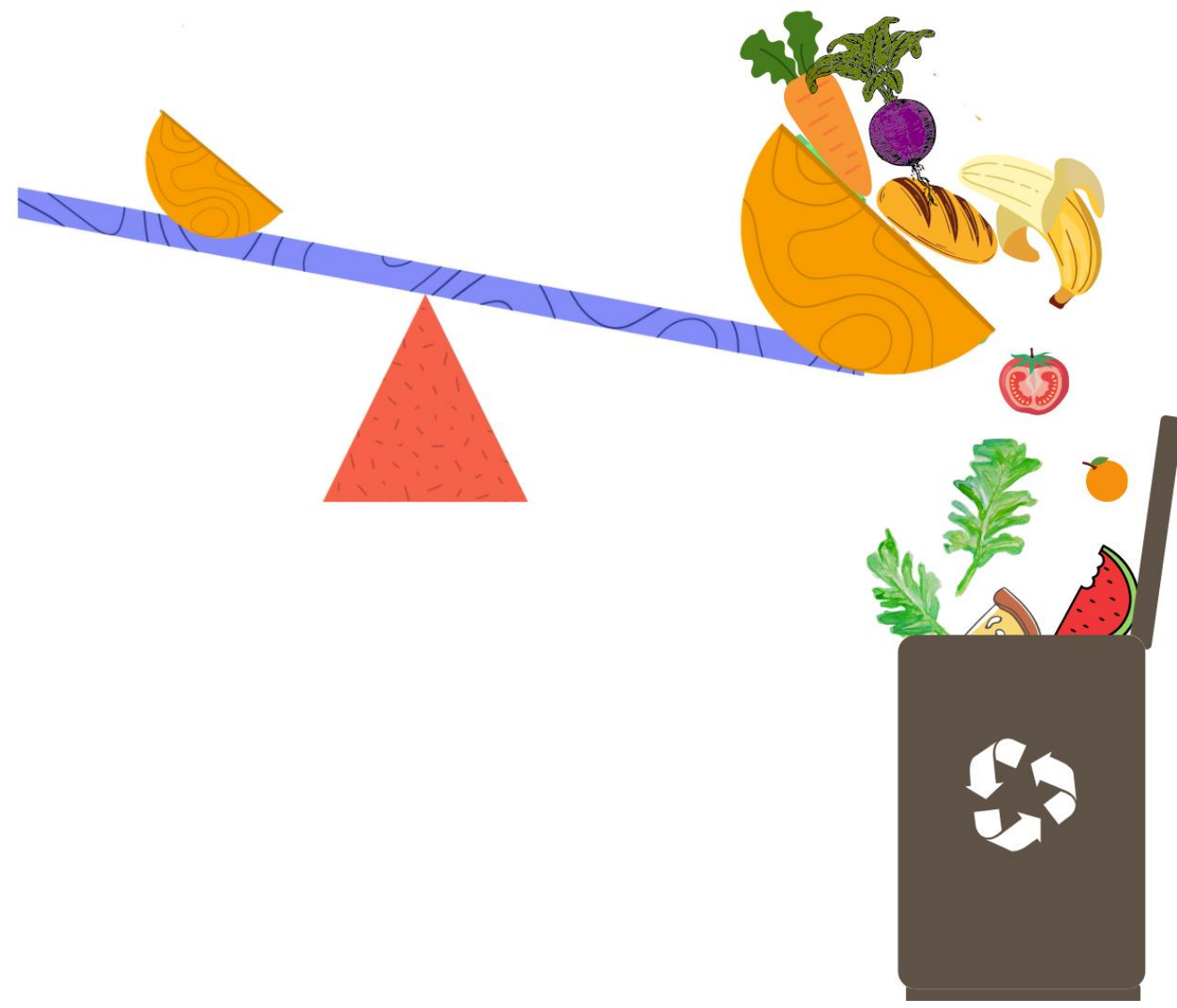
O consumo familiar é um dos principais vilões do desperdício de alimentos



#Dicas

- 1) Organize sua rotina – Ao ter uma rotina mais planejada e constante, torna-se mais simples aproveitar todos os alimentos comprados e evitar o desperdício.
- 2) Não compre alimentos já picados – Muitos supermercados vendem frutas já cortadas. Apesar da facilidade, não é uma prática sustentável. Além de estarem em embalagens com isopor e plástico, as frutas já cortadas envelhecem mais rápido, vão oxidando e perdendo os nutrientes.

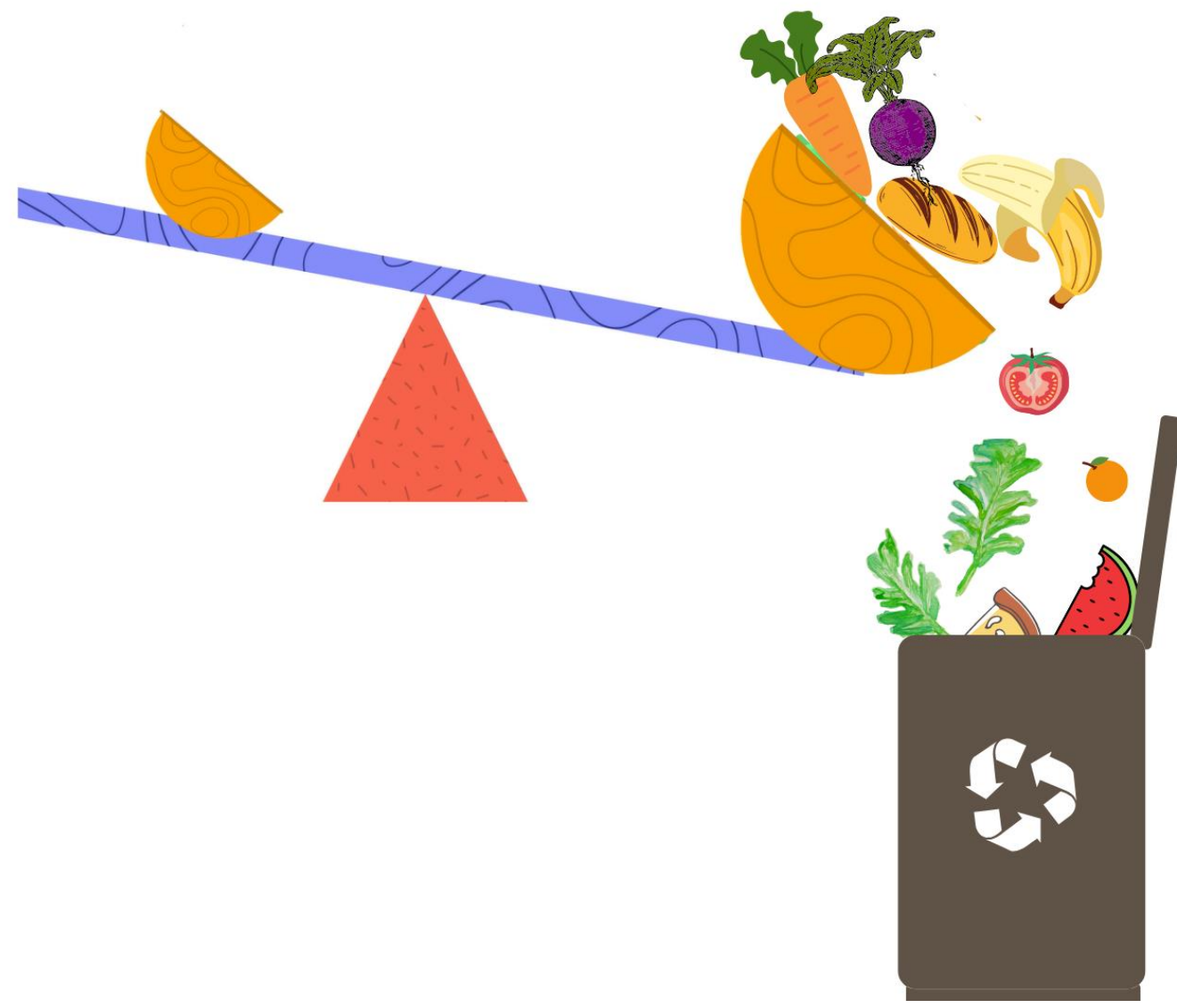
O consumo familiar é um dos principais vilões do desperdício de alimentos



#Dicas

3) Aposte nas frutas e verduras da estação – Procure descobrir quais são os vegetais da estação. Caso desconheça, basta prestar atenção nos orgânicos. “Eles prezam pela sazonalidade”, esclarece a nutricionista. “As frutas e verduras em grande escala imitam condições ideais para que ela cresça ao longo do ano”, ressalta.

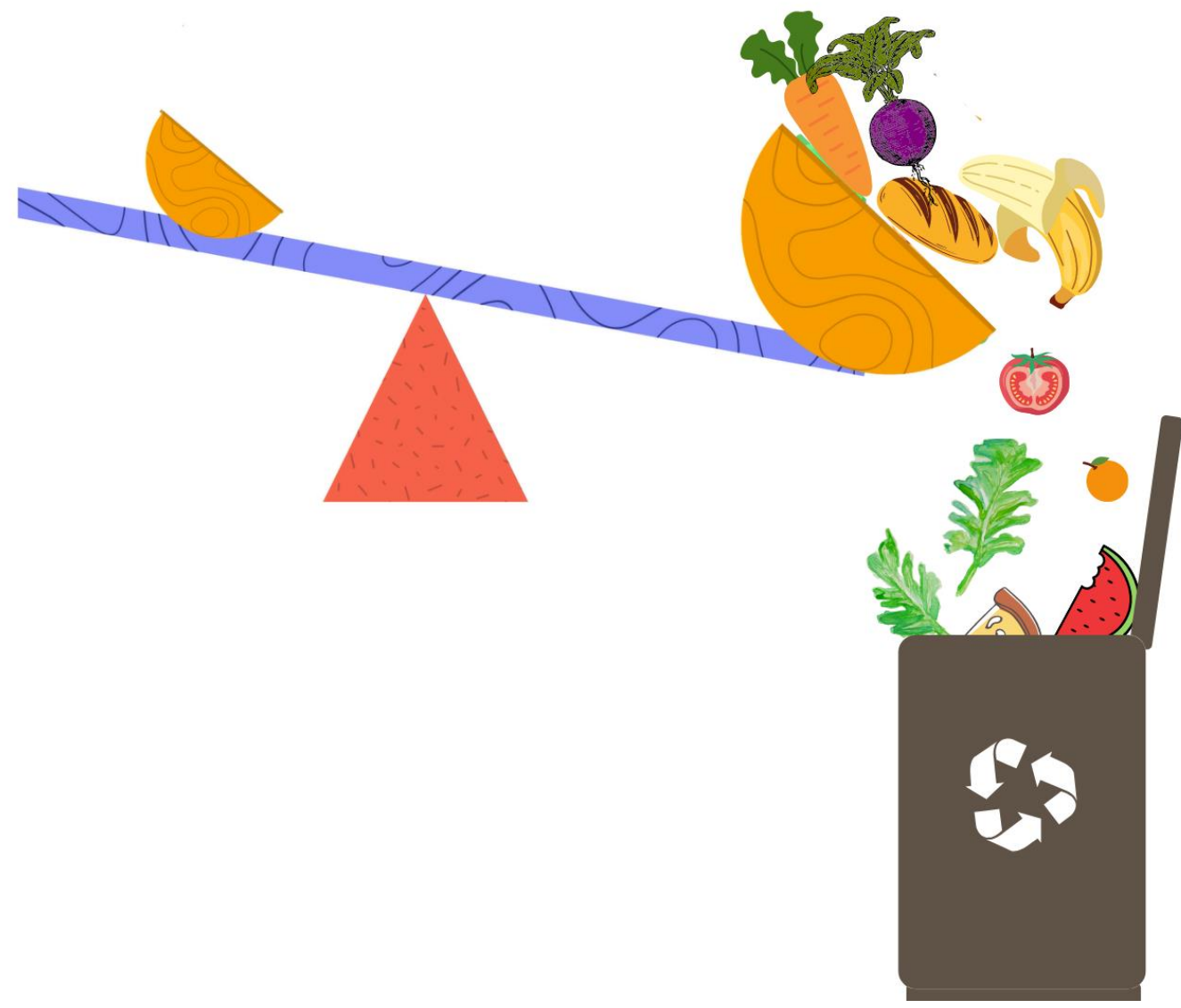
O consumo familiar é um dos principais vilões do desperdício de alimentos



#Dicas

4) Congele os alimentos – Caso algum alimento esteja começando a passar do ponto, é possível congelá-los. Segundo a nutricionista, se forem congelados crus, os vegetais e frutas duram até 6 meses. Os já cozidos podem ser mantidos entre 6 e 10 meses. Alimentos já prontos – como marmitas caseiras – podem ser reservados por até três meses.

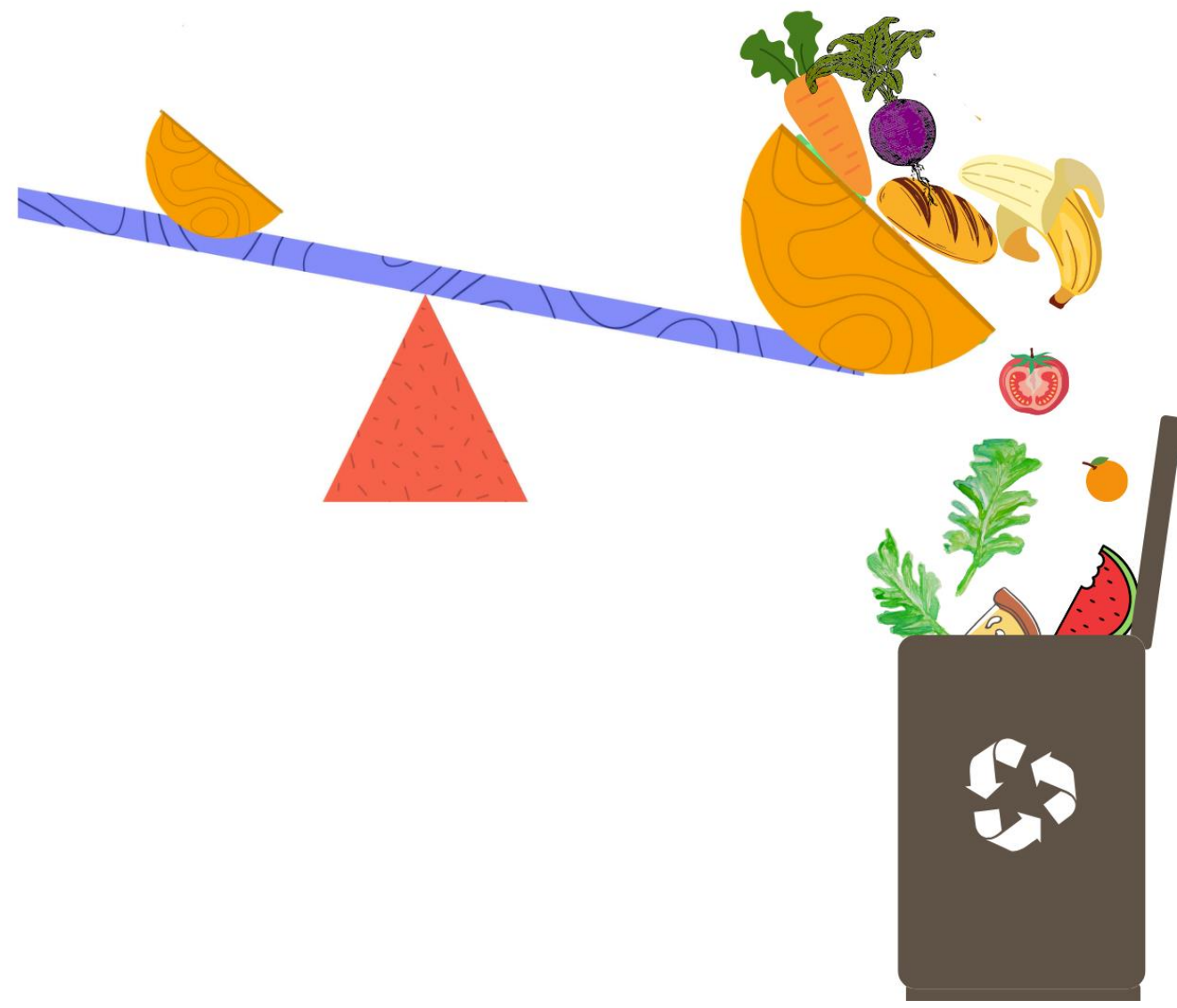
O consumo familiar é um dos principais vilões do desperdício de alimentos



#Dicas

4) Congele os alimentos – Caso algum alimento esteja começando a passar do ponto, é possível congelá-los. Segundo nutricionista, se forem congelados crus, os vegetais e frutas duram até 6 meses. Os já cozidos podem ser mantidos entre 6 e 10 meses. Alimentos já prontos – como marmitas caseiras – podem ser reservados por até três meses.

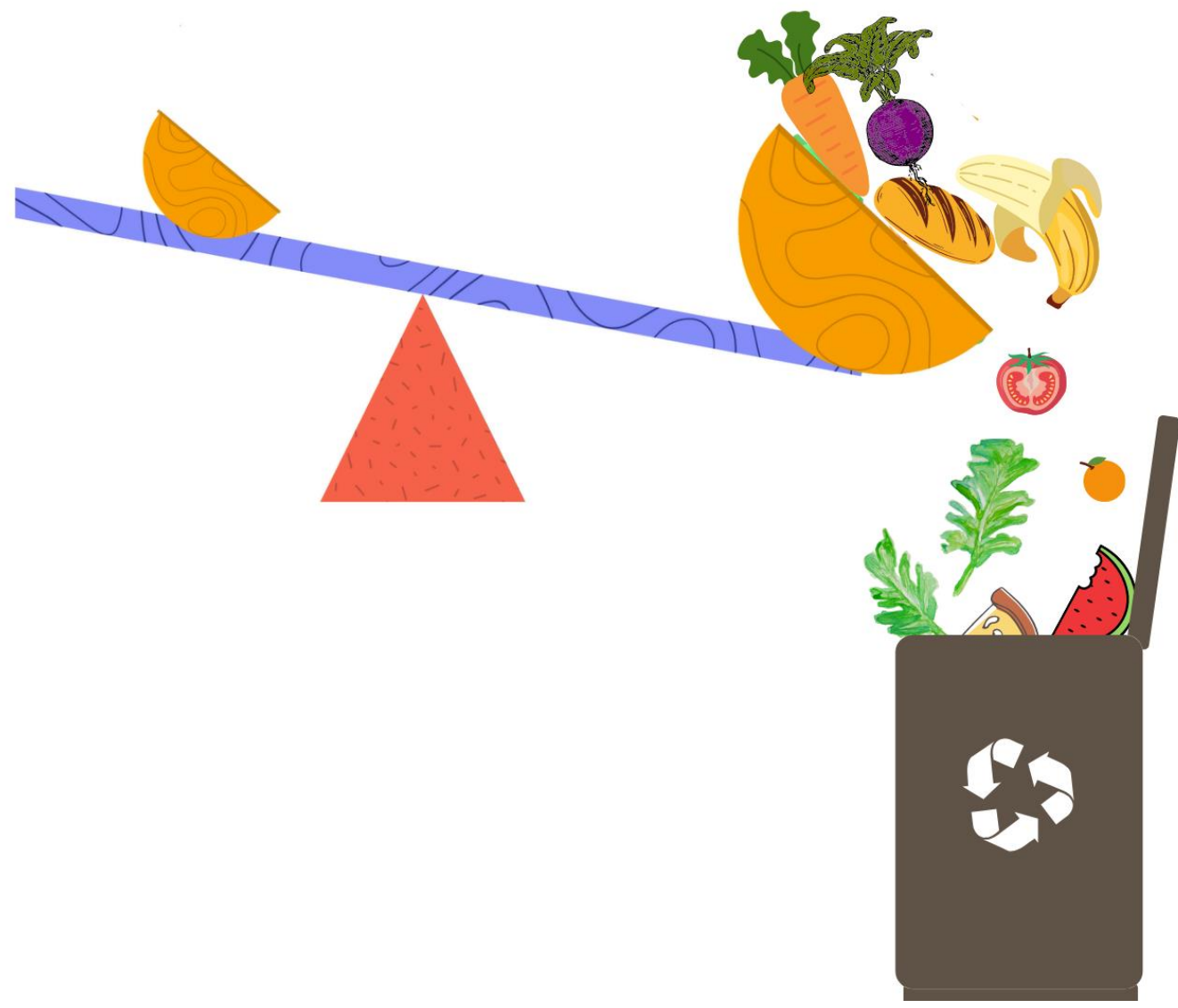
O consumo familiar é um dos principais vilões do desperdício de alimentos



#Dicas

5) Aproveite as cascas – Verduras e frutas com cascas mais ralas – como cenoura e batata – não precisam ser descascadas. As cascas mais grossas – como da laranja ou limão – podem ser secas ao ar livre ou ao forno e se tornarem chás. No caso dos ovos, é possível fazer compostagem e até mesmo aplicar nas plantas de sua residência, inclusive nos temperos.

O consumo familiar é um dos principais vilões do desperdício de alimentos



#Dicas

6) Invista em temperos caseiros – Mesmo em apartamentos pequenos, é possível ter vasos com os temperos mais usados na cozinha.

7) Aproveite os talos e as ramas – É mais fácil de encontrá-las nas feiras do que em supermercados. No caso de brócolis e couve-flor, o talo em cubos pode ser usado em sopas, refogado de legumes ou em uma torta.

Orçamento familiar: como organizar

#1 – ANOTE TODOS OS GASTOS

O primeiro passo para estabelecer um orçamento familiar é anotar todos os gastos realizados pela família.

Não adianta passar batido por esse ponto.

É preciso ser bastante minucioso na hora de detalhar e levar em conta todos os gastos de todos os integrantes da casa.

Para nossa sorte, há uma forma muito fácil de lidar com essa atividade: separar todos os gastos em despesas fixas e despesas variáveis.

Orçamento familiar: como organizar

#1 – ANOTE TODOS OS GASTOS

- Despesas fixas: alimentação básica, aluguel do imóvel, financiamento da casa própria, condomínio, mensalidade da academia, conta de água, conta de luz, conta de gás, mensalidade da escola/colégio/faculdade, salário da empregada, seguro do carro, seguro de vida, seguro residencial e despesas com o transporte.

Orçamento familiar: como organizar

#1 – ANOTE TODOS OS GASTOS

- Despesas variáveis: idas ao cinema/shopping, refeições fora de casa, gastos com passeios, mensalidade da internet e TV a cabo, produtos e serviços de beleza (salão, perfumes, cremes), despesas com animais de estimação, lazer de uma forma geral (futebol de final de semana, viagens de férias ou feriados, festas e reuniões com os amigos) e conta do cartão de crédito.

**Orçamento
familiar:
como
organizar**

Você vai usar uma planilha, um pedaço de papel ou aplicativo para smartphones, o importante é anotar todos os gastos e não perder nada de vista.

Orçamento familiar: como organizar

#2 – CORTE DESPESAS

Essa com certeza é a parte mais difícil do orçamento familiar. É complicado abrir mão de alguns supérfluos, especialmente quando eles já fazem parte de sua rotina. Entretanto, cortar as despesas vai ficando mais fácil à medida que você anota os gastos com mais frequência.

Existem dois argumentos, o primeiro é que estamos falando de **DESPESAS VARIÁVEIS**, ou seja, uma das opções é **REDUZIR**, já a o outro fator é o **IMPACTO** de determinada conta dentro do orçamento familiar.

Por exemplo negociar o valor do plano com a operadora.

Orçamento familiar: como organizar

#3 – ESTABELEÇA METAS DE CURTO, MÉDIO E LONGO PRAZO

Você está controlando todos os seus gastos e limitou todas as possibilidades de despesa. Contudo, sua família está tendo dificuldades de colaborar e você não está vendo o dinheiro sobrar no orçamento familiar.

A falta de metas claras que vão ajudar a motivar os esforços de sua família. Esse é o passo do orçamento doméstico que realmente dá um norte para todo o planejamento.

Orçamento familiar: como organizar

#3 – ESTABELEÇA METAS DE CURTO, MÉDIO E LONGO PRAZO

Até o momento, podemos dizer que a estratégia ensinou a família a remar da forma correta e parar de desperdiçar energia. Agora é preciso direcionar o barco para a direção correta. Para fazer isso, estabeleça metas que atendam às necessidades de cada um dos integrantes da sua família. Um bom exemplo de metas bem definidas:

- Curto prazo (daqui a 1 ou 2 anos)
- Médio prazo (daqui a 3 a 5 anos)
- Longo prazo (daqui a 6 a 10 anos)

Orçamento familiar: como organizar

#4 – GERENCIE O ORÇAMENTO FAMILIAR

Esta etapa consiste em você fazer uma manutenção do orçamento familiar. Simplesmente lembrar os seus familiares de controlar os gastos, cortar despesas sempre que necessário e ressaltar as metas de curto, médio e longo prazo.

Para atender o quarto passo, você precisa se certificar de que está atendendo os três primeiros. Simples assim!

Porém, essa simplicidade só é conquistada com o grande esforço que foi despedindo por toda a família.

Orçamento familiar: como organizar

No final das contas, o orçamento é familiar porque envolve todos os integrantes.

Todos precisam pegar o remo e levar o barco na direção correta.

Ao final da jornada, a recompensa é de todos.

www.consumidormoderno.com.br

REFERÊNCIAS

www.todamateria.com.br

<https://clubedovalor.com.br>

www.gazetadopovo.com.br

<https://conceito.de/>

www.nurap.org.br



*DIVERSIDADE E
INCLUSÃO*

