

**CENTRO PAULA SOUZA**  
**ESCOLA TÉCNICA PROFESSOR MASSUYUKI KAWANO**

**TÉCNICO EM ADMINISTRAÇÃO**

**ANA LETÍCIA FORMENTI**  
**ANGÉLICA REDI**  
**BRUNA APARECIDA CORREA**  
**DÉBORA MARTINUCCI BELIZARIO**  
**ROSANGELA PEREIRA DOS SANTOS SILVA**  
**THAYLA NOGUEIRA JULIO**

**GERENCIAMENTO SUSTENTÁVEL: INCLUINDO A ALIMENTAÇÃO ORGÂNICA**  
**NA SOCIEDADE**

**Tupã – SP**  
**2015**

**CENTRO PAULA SOUZA**  
**ESCOLA TÉCNICA PROFESSOR MASSUYUKI KAWANO**

**TÉCNICO EM ADMINISTRAÇÃO**

**ANA LETÍCIA FORMENTI**  
**ANGÉLICA REDI**  
**BRUNA APARECIDA CORREA**  
**DÉBORA MARTINUCCI BELIZARIO**  
**ROSANGELA PEREIRA DOS SANTOS SILVA**  
**THAYLA NOGUEIRA JULIO**

**GERENCIAMENTO SUSTENTÁVEL: INCLUINDO A ALIMENTAÇÃO ORGÂNICA  
NA SOCIEDADE**

Trabalho apresentado à ETEC Prof. Massuyuki Kawano, como requisito parcial para obtenção do título de Técnico em Administração.

Orientadora: Evelyn Ingrid da Costa Sarquis Pinto.

**Tupã- SP**  
**2015**

**ETEC PROF. MASSUYUKI KAWANO**

**TÉCNICO EM ADMINISTRAÇÃO**

**ANA LETÍCIA FORMENTI**

**ANGÉLICA REDI**

**BRUNA APARECIDA CORREA**

**DÉBORA MARTINUCCI BELIZARIO**

**ROSANGELA PEREIRA DOS SANTOS SILVA**

**THAYLA NOGUEIRA JULIO**

**GERENCIAMENTO SUSTENTÁVEL: INCLUINDO A ALIMENTAÇÃO ORGÂNICA  
NA SOCIEDADE**

Dissertação para obtenção do título de Técnico em Administração.

BANCA EXAMINADORA:

---

Prof<sup>a</sup>. Evelyn Ingrid da Costa Sarquis Pinto  
Orientadora

---

Prof. Esp. Dercílio Volpi Júnior  
Avaliador

---

Prof<sup>a</sup>. Caroline Penteado Manoel  
Avaliadora

---

Nivaldo Pettenuci  
Avaliador

**Tupã, 23 de Junho de 2015.**

Dedico a todos aqueles que estiveram ao nosso lado nos apoiando, a todos os professores a ajuda do Professor Charles Cid por ter nos dado uma força na realização deste trabalho.

Em nome da equipe D'BRAAT agradecemos primeiramente a Deus por este momento tão esperado, principalmente por ter colocado boas pessoas em nosso caminho, que nos auxiliou a vencer este desafio, dando força para superar as dificuldades. Ao Professor Dercílio Volpi Júnior e Evelyn Sarquis pelas orientações, apoio e confiança na elaboração deste trabalho e principalmente pelo suporte no pouco tempo que lhe coube, pelas correções e incentivos.

Agradecemos a todos os professores por nos proporcionar o conhecimento não apenas racional, mas a manifestação do caráter e afetividade da educação no processo de formação profissional. A palavra mestre, nunca fará justiça aos professores dedicados aos quais sem nominar terão os nossos eternos agradecimentos.

Agradecer a nos mesma pelos trabalhos em equipe, por cada reunião, conversa, troca de conhecimento, risadas, brigas, choro entre muitas coisas que passamos juntas... Pois tudo isso nos levou a formação de uma família e uma amizade em que sempre podemos contar uma com a outra.

Os sinceros agradecimentos aos nossos familiares que nos ajudou, incentivando nas horas mais difíceis de desânimo e cansaço nos fortalecendo, dando força para seguir em frente para que possamos conseguir vencer nossos objetivos e ter chegado até aqui.

“A tarefa não é tanto ver aquilo que ninguém viu, mas pensar o que ninguém ainda pensou sobre aquilo que todo mundo vê.”

**(Arthur Schopenhauer)**

CORTEZ, Ana Letícia Formenti; REDI, Angélica; CORREA, Bruna Aparecida; BELIZÁRIO, Débora Martinucci; SILVA, Rosangela Pereira dos Santos; JULIO, Thayla Nogueira. **Gerenciamento Sustentável: Incluindo a Alimentação Orgânica na Sociedade**. 2015. Trabalho de Conclusão de Curso (Técnico em Administração) – Centro Paula Souza – Etec Prof. Massuyuki Kawano – Tupã, 2015.

## RESUMO

A proposta do presente trabalho foi abordar o tema sobre alimentação orgânica, visando que muitas pessoas que consomem alimentos orgânicos não ligam para seu processo de produção, ou seja, não se importa de saber se ele é natural ou não, sabendo-se também que esses alimentos têm um equilíbrio e moderação para que assim tenham um bom senso alimentar ligado à educação e a respeito próprio de sua saúde. A diferença sobre os alimentos orgânicos, é que os que contêm agrotóxico são diferenciados dos alimentos naturais sem agrotóxicos, pois eles respeitam o meio ambiente, além de serem rico em vitaminas e mais saborosos, sem falar que são produtos saudáveis e não são prejudiciais para a saúde do nosso organismo. O foco maior é na alimentação orgânica sem agrotóxico, voltado à área da sustentabilidade, ponto de partida para passar conhecimento ao público que muitos sabem mais pouco pesquisa sobre sua própria alimentação. Sendo assim para aplicar a proposta do trabalho foi criado um restaurante que oferecesse em seu cardápio apenas alimentação orgânica, levando em consideração que um dos diferenciais desse negócio é o sabor. Desmistificando a ideia de que comida orgânica não possa ser saudável. Para estruturação do negócio foi utilizada a ferramenta Canvas para definição das estratégias de Marketing, Finanças, Logística, Fornecedores e parceiros, etc. Bem como a elaboração e análise do plano de negócios como pano de fundo para o funcionamento do empreendimento criado. Foi feita também uma pesquisa de campo para entender melhor sobre a opinião dos consumidores e aceitabilidade quanto à ideia de aderir à alimentação orgânica. Válido ressaltar que o negócio possui também uma estrutura sustentável, ou seja, buscando recursos, tecnologias e práticas sustentáveis, a fim de enfatizar a importância não somente com o cuidado com a alimentação e saúde, mas também com o meio ambiente. Dessa forma conclui-se que os consumidores acham que por não terem nenhuma doença grave não há necessidade de ter tanta preocupação com a saúde. Entretanto muitos não sabem como seu organismo esta por ingerir alimentos transgênicos que contêm agrotóxicos e desconhecem o quanto prejudiciais produtos prejudicam o meio ambiente e os seres em geral. Portanto chegamos à seguinte conclusão que há muita falta de conhecimento sobre a produção orgânica, por isso decidimos falar sobre este aspecto, pois além de englobar sobre alimentos transgênicos, abrange uma enorme participação da sustentabilidade. Destacando uma ampla proteção nos cuidados do meio ambiente e o bem estar humano, no intuito de promover a cidadania e a melhoria na qualidade de vida das pessoas.

**Palavras-chave:** Alimentos Orgânicos; Sustentabilidade; Reeducação Alimentar; Qualidade de Vida.

CORTEZ, Ana Letícia Formenti; REDI, Angélica; CORREA, Bruna Aparecida; BELIZÁRIO, Débora Martinucci; SILVA, Rosangela Pereira dos Santos; JULIO, Thayla Nogueira. **Sustainable Management: Including the Organic Food in Society**. 2015. Work Course Conclusion (Technical Administration) - Centro Paula Souza - Etec Prof. Massuyuki Kawano - Tupã, 2015.

## ABSTRACT

The focus of this issue was to talk about organic food, informing that many people who eat organic food don't know about the procedures, that is, they don't matter if the product is natural or not. It's necessary to use this food with balance and moderation in order to have good health. The difference of organic food is that which contains pesticides are differentiated from natural foods without pesticides because they are environmentally friendly as well as being rich in vitamins and tastier, not to mention that products are healthy and are not harmful to health of our body. The biggest focus is on organic food without pesticides, focused on the area of sustainability. find out a point starting to pass knowledge to the public that many know little more research on your own feed. And thus to enforce and proposal of work It was created a restaurant that offers set menus only organic food, taking in consideration one of differential this business is the flavor. Demystifying the idea that organic food cannot be healthy. To organization from business it was used the appliance Iona to definition strategies Marketing, Finance, logistics, suppliers and partners, etc. As well as and development and business plan analysis as background to the operation of the created enterprise. It was also made a field research to understand more about consumer opinion and acceptance on the idea of joining the organic feed. Worth noting that the business also has a sustainable structure, that is, seeking resources, technologies and sustainable practices in order to emphasize the importance not only with attention to diet and health, but also to the environment. Thus it appears that consumers feel that because they have no serious illness do not need to have as much concern about health. However many do not know how your body this by eating GM foods containing pesticides and are unaware of how much harm such products harm the environment and beings in general. Wherefore we reached the following conclusion e noticed that there is lack of knowledge about organic food production, the reason we decided to talk a write about this subject. because besides encompass about transgenic foods, covers a huge participation of sustainability. Highlighting a wide environmental protection are very important, and human well-being, in order to promote citizenship and improvement inequality life.

**Keywords:** Organic Food; Sustainability; Food Reeducation; Quality of life.



## LISTA DE GRÁFICO

<b>Gráfico 01</b> - Preocupação com a saúde .....	35
<b>Gráfico 02</b> - Pessoas que frequentaria um restaurante de alimentação orgânica ..	36
<b>Gráfico 03</b> - Pessoas que consumiria uma alimentação orgânica .....	36
<b>Gráfico 04</b> - Pessoas que pediria uma alimentação orgânica pelo Delivery .....	37
<b>Gráfico 05</b> - Mudança no habito alimentar .....	37
<b>Gráfico 06</b> - Alimentação do dia a dia .....	38
<b>Gráfico 07</b> - Valores que daria em um prato de alimentação orgânica.....	38

## LISTA DE IMAGEM

<b>Imagem 01</b> – Pirâmide Alimentar.....	34
<b>Imagem 02</b> – Planta baixa da empresa .....	47
<b>Imagem 03</b> – Planta alta da empresa .....	48

## LISTA DE TABELA

<b>Tabela 01</b> – Alimentos e seus Nutrientes .....	30
<b>Tabela 02</b> – Tipos de Vitaminas de acordo com as cores dos alimentos .....	31
<b>Tabela 03</b> –Fundadores e Empresários.....	40
<b>Tabela 04</b> – Capital Social .....	42
<b>Tabela 05</b> –Análise dos Correspondentes .....	44
<b>Tabela 06</b> – Análise dos Fornecedores .....	45
<b>Tabela 07</b> – Preço.....	46
<b>Tabela 08</b> – Localização da Empresa.....	47
<b>Tabela 09</b> – Necessidades de Pessoal.....	49
<b>Tabela 10</b> – Custo Fixo.....	49
<b>Tabela 11</b> –Custo Variáveis.....	50
<b>Tabela 12</b> – Custo do produto vendido .....	50
<b>Tabela 13</b> –Margem de Contribuição.....	51
<b>Tabela 14</b> – Avaliação Estratégica.....	52

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	14
<b>2. CONCEITO DE SUSTENTABILIDADE</b> .....	18
2.1. COMO SER SUSTENTÁVEL .....	20
2.2. SUSTENTABILIDADE E SUAS DIMENSÕES .....	20
2.3. IMPORTÂNCIAS DA SUSTENTABILIDADE EMPRESARIAL .....	22
2.3.1. Vantagens das práticas empresariais sustentáveis .....	23
2.4. AGRICULTURA SUSTENTÁVEL E RENOVÁVEL .....	24
2.4.1. Agricultura sustentável no Brasil .....	25
2.4.2. O Consumidor .....	26
<b>3. ALIMENTOS ORGÂNICOS</b> .....	27
3.1. COMO SABER SE UM ALIMENTO É ORGÂNICO .....	28
3.2. A IMPORTÂNCIA DOS ALIMENTOS ORGÂNICOS .....	28
3.3. AS VANTAGENS DOS ALIMENTOS ORGÂNICOS .....	29
3.3.1 Escolha dos melhores produtos orgânicos .....	31
<b>4. PESQUISA DE CAMPO</b> .....	35
<b>5. PLANO DE NEGOCIO</b> .....	39
5.1. SUMÁRIO EXECUTIVO .....	39
5.2. DESCRIÇÃO DA EMPRESA .....	40
5.2.1. Dados dos Fundadores e Empresários .....	40
5.2.1.1. Experiência Profissional .....	41
5.2.2. Dados do Empreendimento .....	41
5.2.2.1. Missão e Visão da Empresa .....	41
5.2.2.2. Setor de Atividade .....	42
5.2.2.3. Forma Jurídica .....	42
5.2.2.4. Enquadramento Tributário .....	42
5.2.4. Fonte de Recursos .....	42
5.3. ANÁLISE DE MERCADO .....	43
5.3.1. Análise dos Clientes .....	43
5.3.2. Análise dos Concorrentes .....	44
5.3.3. Análise dos Fornecedores .....	45
5.4. PLANO DE MARKETING .....	46
5.4.1. Descrição dos Principais Produtos ou Serviços .....	46

5.4.2. Preço .....	46
5.4.3. Estratégias Promocionais .....	46
5.4.4. Estrutura de Comercialização .....	47
5.4.5. Localização da Empresa .....	47
5.5. PLANO DE OPERACIONAL .....	47
5.5.1. Layout ou Arranjo Físico.....	47
5.5.2. Capacidade Produtiva .....	48
5.5.3. Necessidade de Pessoal .....	49
5.6. PLANO FINANCEIRO .....	49
5.6.1. Custos Fixos.....	49
5.6.2 Custos Variáveis .....	50
5.6.3. Custos Produto Vendido.....	50
5.6.4. Margem de Contribuição .....	51
5.6.5. Ponto de Equilíbrio .....	51
5.7. AVALIAÇÃO ESTRATÉGICA.....	52
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>53</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>54</b>
<b>APÊNDICE A - DOCUMENTAÇÃO DE ABERTURA DA EMPRESA .....</b>	<b>55</b>
<b>APÊNDICE B – QUADRO DE MODELAGEM DE NEGÓCIO – CANVAS .....</b>	<b>58</b>
<b>APÊNDICE C – MODELO DO QUESTIONÁRIO DA PESQUISA .....</b>	<b>59</b>

## 1. INTRODUÇÃO

Uso de produtos orgânicos de forma sustentável para uma alimentação saudável da população de Tupã foi o tema escolhido pela equipe.

Um desenvolvimento sustentável é uma forma de desenvolvimento que não agride o meio ambiente, é uma forma de desenvolver sem criar problemas que possam atrapalhar e ou impedir o desenvolvimento no futuro, porém não deve ser visto como uma “revolução” e sim como uma medida lenta e que exige rápida adaptação, desenvolvendo a sustentabilidade sem agredir o meio ambiente.

Podendo conscientizar a população dos seus direitos e deveres dentro da sociedade, introduzindo o bem estar à humanidade criando uma vida mais saudável, pois as maiorias das grandes empresas estão se importando com os valores e os lucros, quando deveriam colocar em primeiro lugar um planeta sustentável e renovável, evitando futuros descartes ambientais indevidos.

A população deve aprender a importância de ter um país sustentável e uma vida saudável, sem o uso de agrotóxico nos alimentos.

Os alimentos transgênicos podem ter uma boa aparência, mas prejudicam o organismo do ser humano. A Humanidade, também pode ter uma boa aparência, mas não sabem como sua saúde está por causa de ingerir alimentos transgênicos e nem como prejudica o planeta Terra com o uso dos mesmos.

Como a produção de alimentos orgânicos pode melhorar o ramo alimentício?

A Humanidade sabe de quem forma os alimentos orgânicos ajudam na sustentabilidade?

As pessoas estão conscientizadas do problema que a produção de produtos tóxicos traz ao planeta?

Sabem qual é importância da sustentabilidade para a saúde?

Demonstrar para a população que a sustentabilidade é uma nova forma de pensar, que ajudará no futuro do Planeta Terra e evitará futuros problemas para todos nós, como por exemplo, doenças causadas por ingestão de alimentos com agrotóxicos.

Através da influencia da produção de alimentos orgânicos pode-se melhorar a vida alimentar e preservar a terra, e usar a mesma para a plantação de

mais alimentos, sendo assim algo sustentável e renovável; e um planeta melhor e preservado.

Este trabalho tem como objetivo criar um restaurante totalmente sustentável e renovável; cuidando bem do Planeta e do meio ambiente; sem se esquecer de que nosso segundo objetivo principal é uma alimentação de qualidade, saudável, sem agrotóxico.

Para a realização deste trabalho buscam-se dados e informações que demonstrem ao público como ser sustentável e ter uma boa alimentação; mostrando a importância que existem nos alimentos orgânicos. Informando-lhes que esses alimentos têm um equilíbrio, uma variedade e uma moderação para que assim tenham um bom senso alimentar ligado à educação e a respeito próprio de sua saúde.

As integrantes que definiram o tema conhecem pessoas que não gostam e também não são acostumados a comer adequadamente. Esse é o motivo pelo qual resolvemos inovar, criar algo que incentive de certa forma a se alimentar bem e promover a sustentabilidade.

Existem vários tipos de alimentação, mas há poucas pessoas que gostam de certas comidas que trazem benefício a sua saúde alimentar e que também ajuda no meio ambiente.

Será desenvolvido um novo método para que seja atingido o principal objetivo, o de criar algo sustentável e renovável pensando no meio ambiente, oferecendo o que eles querem e necessitam: ter uma alimentação saudável e saborosa.

Existe uma grande biodiversidade onde a sociedade só utiliza poucas espécies de animais, vegetais, e de microrganismos para satisfazer de suas necessidades para sua alimentação; e mantimentos como: trigo, arroz, milho, feijão, soja; e animais como: suínos, gado de corte, aves, cabra e ovelha passaram a ser domesticados.

Foram caracterizados como melhor consumo para os humanos as frutas, sementes maiores e animais com maior produção de carne e leite, que são importantes estar nas condições naturais do seu ambiente, se perde cultivações da agropecuária pela tentativa de diminuição da resistência às pragas com uma enorme utilização de agrotóxicos.

Trabalhar com a sustentabilidade é algo essencial a sobrevivência da sociedade, porém não é nada simples, nem fácil, mas existem algumas maneiras simples que a população já pode começar a ajudar, como a mudança em supermercados e por parte dos consumidores, ajudando no destino dos resíduos para reciclagem, a compra dos produtos com selo verde, já são pequenos atos que sendo realizados por um grande número de consumidores já contribui para a melhoria do ar, e gera novas chances de emprego sustentável.

Já nos dias atuais a sustentabilidade abrange três conceitos essenciais, são eles: a parte econômica, social e a ambiental; não sendo mais somente observados os critérios ambientais.

Com o aumento acelerado da urbanização, as pessoas estão deixando de lado a forma da sustentabilidade e de recursos naturais e passando a ter o hábito de ter tudo facilitado; como por exemplo: alimentos de supermercados, onde está ocorrendo graves problemas ambientais e na saúde.

Temos que ter consciência em fazer uma escolha de produtos, serviços que colabore com uma condição de vida ambientalmente adequada e justa. Busca-se contribuir para um mundo melhor, preocupando com o consumo sobre o meio ambiente, onde buscando o melhor preço, qualidade e atitudes em produtos, serviços e recursos naturais.

Tendo uma garantia de produtos adequados e uma qualidade específica de certificação, o produto orgânico tem um grande valor para a saúde do ser humano e para a conservação do meio ambiente; além de, fornecer grandes benefícios a sociedade.

A natureza sempre foi um meio sustentável para o ser humano se alimentar, pois através dele, comiam frutas silvestres, raízes, nozes e carnes de animais que eles próprios caçavam, sem destruir e nem modificar.

Após a humanidade passar a domesticar os animais e a plantar mesmo em pequenas quantidades, foram supridas suas necessidades básicas. Apesar do tempo, surgiram técnicas apropriadas para manejo da terra para não ficar pobre em nutrientes; até o esterco era de forma sustentável, através de fezes de animais e de outros materiais orgânicos como: as folhas, galhos e cascas eram utilizados como fertilizantes naturais.



Ao surgir cidades, houve o aumento dos alimentos e com isso começaram ocorrer o desmatamento com consequências graves para o meio ambiente.

Hoje a maioria dos consumidores brasileiros encontra os alimentos nos supermercados, aonde não se preocupa saber de onde vem ou como são produzidos ou preparados para o consumo, e fazendo com que a agricultura, uma fonte alimentícia, não pare de crescer.

Passou-se utilizar os fertilizantes, pesticidas, manipulação genética, irrigação e hormônios para ter um crescimento rápido dos animais tendo assim um lucro com a produção, mas causando sérios danos ao meio ambiente e aos seres humanos.

Por notar que a fertilidade esta presente no solo e não no alimento produzido, os produtores passaram a utilizar os fertilizantes, como um processo produtivo, porém na produção de alimentos a fertilidade do agro ecossistema esta presente no sistema produzido e não apenas no solo.

Dessa forma é sugerida a utilização do processo de compostagem de resíduos orgânicos, pois substitui a adubação química, e não oferece perigo para os consumidores, sendo conduzido e utilizado da forma correta.

Existem também vários tipos de agrotóxicos, sendo mais usados os de inseticidas por controlar os insetos, os herbicidas que controlam as ervas daninhas e os fungicidas que controla os fungos tendo uma origem biológica ou química, tendo um tempo de permanência de acordo com o produto.

Ir à busca de uma agricultura sustentável não é nada fácil, pois não há como abandonar totalmente o uso de agrotóxicos, fertilizantes entre outros, assim de uma hora para outra, para oferecer os alimentos em uma grande quantidade para toda a população. Isso também levava grandes perdas na produtividade das lavouras onde acarretaria o aumento dos custos dos alimentos, e a falta de alimentos para a classe menos favorecidas que não poderiam comprar os produtos.

Portanto para adquirir uma agricultura sustentável, é preciso a colaboração do consumidor na pesquisa e na construção de políticas sustentáveis, porém é importante divulgar os conceitos que auxiliam no processo que resgata os valores culturais e aumentam os serviços na área rural.

O presente trabalho será realizado de forma bibliográfica, através de livros, revistas, artigos e sites; e também de forma descritiva, realizando uma

pesquisa com questionário, com o foco no tema de alimentos orgânicos sem agrotóxico, voltado à área da sustentabilidade, sendo o objetivo adquirir mais conhecimento do público.

Os dados coletados serão apresentados através de gráficos, contendo todas as apurações. Nosso público alvo será alunos da Escola Técnica Prof. Massuyuki Kawano, com o objetivo de identificar os lugares que costumam frequentar quando decidem comer fora de casa.

O público alvo do nosso trabalho será pessoas que necessitam e desejam uma alimentação saudável, das Classes Média, Média Alta e Classe Alta. A Classe baixa, não será nosso público-alvo, pois os produtos e serviços oferecidos são de alta qualidade e o custo elevado.

## **2. CONCEITO DE SUSTENTABILIDADE**

A crise ambiental que a humanidade vem enfrentando a partir do século XX, fez com que encontros internacionais viessem a surgir para discutir e compreender as consequências causadas na natureza pelo homem e assim buscar soluções para a resolução desses danos.

Em 1987 o conceito de desenvolvimento sustentável surgiu pela “Comissão Mundial sobre Meio Ambiente e Desenvolvimento” ao elaborar o relatório de Brundtland, chamado Nosso Futuro Comum que tem como definição o desenvolvimento capaz de suprir as necessidades de geração atual sem afetar a capacidade das gerações futuras de suprirem as suas próprias demandas.

O relatório de Brundtland estabelece algumas condições para o desenvolvimento sustentável (GADOTTI, 2009, p.43):

- A participação efetiva da população para tomada de decisões através de um sistema;
- Elaboração de um sistema econômico que gere superávit e informações técnicas com informações confiáveis e constantes;
- Resoluções sociais que possam resolver as tensões que são causadas por um desenvolvimento não equilibrado;
- Surgimento de um sistema de produção que respeite e preserve as bases ecológicas;

- Tecnologias que busque novas soluções;
- Sistemas internacionais que elaborem padrões sustentáveis de comércio e financiamento;
- Um sistema administrativo que tenha flexibilidade e capacidade de auto correção.

O conceito de sustentabilidade está ligado à melhor qualidade de vida dentro dos limites ambientais respeitando as três esferas da sustentabilidade (recursos e fragilidade do ambiente físico), sociedade (incluindo cultura, participação, opinião pública e mídia) e econômica (o crescimento econômico e seu impacto na sociedade e no meio ambiente). (GADOTTI, 2009, p.43).

De acordo com Garcia (2000), a adaptação das empresas frente ao tema de desenvolvimento sustentável ao meio ambiente vem ocorrendo pela conscientização da sociedade. E para que a mesma seja vista como sustentável ambientalmente e socialmente é necessários que algumas atitudes sejam tomadas, atitudes essas como ética, não agredir o meio ambiente e colaboração para o desenvolvimento sustentável.

Segundo Gadotti (2009) ao aderir à sustentabilidade como meio de respeito à natureza a empresa terá sua imagem vista de forma positiva frente aos seus clientes, pelo fato dos mesmos estarem mais conscientes dos números elevados dos agravos ambientais e por isso buscam serviços de empresas sustentáveis.

As medidas adotadas pelas empresas têm que apresentar resultados importantes para a sociedade e ambiente como um todo e não atitudes irrelevantes que buscam apenas o marketing da onda ambiental.

Deduz-se, dessa situação, que o conceito de meio ambiente construído com a concepção de sustentabilidade forte é sistêmico e global, onde a dependência do ecossistema é fundamental para a ocorrência da sustentabilidade. (GARCIA, 2000, p.476)

## 2.1. COMO SER SUSTENTÁVEL

De acordo com o site sua pesquisa com algumas atitudes sustentáveis ao longo da vida como reciclagem de embalagens; descarte correto de lixo; economia de água e energia elétrica e recusar-se a consumir mercadorias que não tenha comprovação de sua origem (extraídas ou fabricadas) influenciará a sociedade e as empresas a mudar a forma de como tratar o meio ambiente.

Ao aderir os princípios da sustentabilidade na empresa poderão ganhar na economia de matérias-primas, de energia e água, produção e descarte adequado dos lixos e as questões sociais estão ligadas a relação com consumidores reforçando boas práticas e cidadania.

## 2.2. SUSTENTABILIDADE E SUAS DIMENSÕES

O desenvolvimento sustentável vem com o intuito de pensarmos na maneira sustentável e rever iniciativas, bem como sobre as estratégias para preservar (nossa saúde pensando nas futuras gerações que pode nos trazer)

Diante do Desenvolvimento Sustentável, é preciso analisar as oportunidades que surgem para escolher o melhor caminho a ser percorrido, já que vivenciamos um rápido esgotamento dos recursos, aliado a uma maior urbanização/industrialização e um crescimento explosivo da população.

Segundo Sachs (1993), para melhor entender a sustentabilidade em sua plenitude, é preciso olhar para o processo de desenvolvimento a partir de dimensões variadas, que analisaremos a seguir:

- Sustentabilidade Social: a preocupação e nos cuidados em preservar o meio ambiente e o bem estar humano, promovendo a cidadania e o melhoramento na qualidade de vida. Trata-se de produzir e consumir de forma a garantir que os ecossistemas possam manter sua reparação ou capacidade de resistência;
- Sustentabilidade Ecológica: mencionar a si mesmo que necessitamos de um corretor para melhorar o desenvolvimento comum entre a preservação da natureza, em busca de novas tecnologias limpas que propiciem uma gestão ambiental para que mantenha a deterioração em um nível mínimo. Trata-se

daquilo que alguns denominam com eco eficiência, que supõe uma contínua inovação tecnológica.

- **Sustentabilidade Cultural:** manter-se a cultura dos povos para poder falar de desenvolvimento sustentável, neste ponto será possível preservar as raízes culturais da cidadania, propiciando para outras dimensões.
- **Sustentabilidade Ambiental:** trata-se de respeitar e realçar a capacidade de autodepuração dos ecossistemas naturais.
- **Sustentabilidade Territorial:** refere-se a configurações urbanas e rurais balanceadas (eliminação das inclinações urbanas nas alocações do investimento público), melhoria do ambiente urbano, superação das disparidades inter-regionais e estratégias de desenvolvimento ambientalmente seguras para áreas ecologicamente frágeis.
- **Sustentabilidade Econômica:** desenvolvimento econômico equilibrado, com segurança alimentar, capacidade de modernização contínua dos instrumentos de produção, razoável nível de autonomia na pesquisa científica e tecnológica e inserção soberana na economia internacional.
- **Sustentabilidade Política (Nacional):** democracia definida em termos de apropriação universal dos direitos humanos, desenvolvimento da capacidade do Estado para implantar o projeto nacional, em parceria com todos os empreendedores e um nível razoável de coesão social.
- **Sustentabilidade Política (Internacional):** baseada na eficácia do sistema de prevenção de guerras da ONU, na garantia da paz e na promoção da cooperação internacional, baseado no princípio da igualdade (regras do jogo e compartilhamento da responsabilidade de favorecimento do parceiro mais fraco), controle institucional efetivo do sistema internacional financeiro e de negócios, controle institucional efetivo da aplicação do Princípio da Precaução na gestão do meio ambiente e dos recursos naturais, prevenção das mudanças globais negativas, proteção da diversidade biológica (e cultural), gestão do patrimônio global, como herança comum da humanidade, sistema efetivo de cooperação científica e tecnológica internacional e eliminação parcial do caráter commodity da ciência e tecnologia, também como propriedade da herança comum da humanidade.

Ao enfatizar estas dimensões, Sachs deixa claro que, para alcançarmos a sustentabilidade, temos de valorizar as pessoas, seus costumes e saberes.

Fica evidente que se deve ter uma visão holística dos problemas da sociedade, para além de focar apenas na gestão dos recursos naturais. É um pensamento muito mais profundo, que visa uma verdadeira metamorfose do modelo civilizatório atual.

Portanto a sustentabilidade e suas dimensões não significam na forma de agregar valor, e sim preservar o meio ambiente, mas também repensar o consumo e as necessidades que levam a comprar, durante dos pressupostos do desenvolvimento sustentável temos que analisar as estratégias de oportunidades que surgem ao caminho percorrido, pois vivenciamos muito rápido os esgotamentos dos recursos, portanto falar de desenvolvimento sustentável é ter uma interdisciplinaridade enorme, o que muitas vezes é difícil devido a uma dificuldade de atingir o objetivo de tantas mentes pensantes em diversas áreas com conhecimentos individuais.

Ao abordar as dimensões da sustentabilidade é possível concluir que as dimensões são extremamente interligadas. Na cidadania a dimensões social, psicológica e cultural e responsável pela mudança do comportamento das pessoas que influencia na dimensão política, caracterizada principalmente, pelos jogos de poder e pela dimensão econômica, tudo visando o paradigma de consumo e trabalhos imposto pela sociedade capitalista.

### 2.3. IMPORTÂNCIAS DA SUSTENTABILIDADE EMPRESARIAL

Sustentabilidade empresarial é um conjunto de ações que uma empresa toma, visando o respeito ao meio ambiente e o desenvolvimento sustentável da sociedade. Logo, para que uma empresa seja considerada sustentável ambientalmente e socialmente, ela deve adotar atitudes éticas, práticas que visem seu crescimento econômico; porém sem agredir o meio ambiente e também colaborar para o desenvolvimento da sociedade.

Além de respeitar o meio ambiente, a sustentabilidade empresarial tem a capacidade de mudar de forma positiva a imagem de uma empresa junto aos consumidores. Com o aumento dos problemas ambientais gerados pelo crescimento

desordenado nas últimas décadas, os consumidores ficaram mais conscientes da importância da defesa do meio ambiente. Cada vez mais os consumidores vão buscar produtos e serviços de empresas sustentáveis.

As práticas adotadas por uma empresa devem apresentar resultados práticos e significativos para o meio ambiente e a sociedade como um todo e não apenas atitudes superficiais que visam o marketing.

Um dos setores que tem grande responsabilidade ambiental é o de comércio e serviços, pois são consumidores, vendedores e repassadores de produtos industrializados, que podem desenvolver programas especiais de conservação de energia e água, reutilização de embalagens, reciclagem de papel ou qualificação de consumo para produtos mais saudáveis, melhorando assim seu desempenho ambiental.

### 2.3.1. Vantagens das práticas empresariais sustentáveis

Segundo o site sua pesquisa as empresas que aderem as praticas sustentáveis tem os seus custos reduzidos com relação ao:

- A participação efetiva da população para tomada de decisões através de um sistema;
- Consomem menos água, pelo uso adequado;
- Consomem menos energia, pela redução do desperdício;
- Utilizam menos matéria-prima, pela racionalização do seu uso;
- Geram menos sobras e resíduos, pelo uso de insumos;
- Reutilizam, reciclam, ou vendem resíduos, quando possível;
- Menos gastos com controle de poluição.

Segundo o site Suapesquisa.com: a redução dos preços e demonstração de responsabilidade ambiental as empresas conquistam novos consumidores e os conscientizam a respeito de consumo de alimentos orgânicos, efeitos ambientais e seus processos produtivos e pagam um valor maior por marcas associadas a uma atitude positiva em proteção ao meio ambiente.

- Melhoria da imagem da empresa junto aos consumidores e comunidade em geral.
- Melhoria nas condições ambientais do planeta. Afinal de contas, os empresários possuem filhos e netos que viverão num mundo futuro melhor ou pior, dependendo do que for feito na atualidade.
- Satisfação dos funcionários e colaboradores. Em função da consciência ambiental varias pessoas tem satisfação em trabalhar em empresas sustentáveis.
- Valorização das ações em bolsas de valores. Cada vez mais, investidores procuram dar mais atenção para a compra de ações de empresas sustentáveis.

#### 2.4. AGRICULTURA SUSTENTÁVEL E RENOVÁVEL

Segundo o site *Ética Ambiental* nos informa que: “A Agricultura sustentável é aquela que respeita o meio ambiente, é justa do ponto de vista social e consegue ser economicamente viável. A agricultura para ser considerada sustentável deve garantir, às gerações futuras, a capacidade de suprir as necessidades de produção e qualidade de vida no planeta”.

Princípios e características da agricultura sustentável (ações importantes):

- Diminuição de adubos químicos, através da técnica da fixação biológica de nitrogênio.
- Uso de técnicas em que não ocorra a poluição do ar, do solo e da água.
- Não desmatar florestas e matas para a ampliação de áreas agrícolas.
- Uso racional ou, quando possível, eliminação dos pesticidas. Pesticidas ilegais não devem ser usados em hipótese alguma, pois além de contaminar o solo podem prejudicar a saúde de consumidores e funcionários que manipulam estes produtos. Que podem ocorrer casos de morte em função do uso de pesticidas ilegais.
- Uso de agroenergia, que são fontes de energia geradas no campo como, por exemplo, bicompostíveis. A preferência deve ser sempre pelo uso de fontes



de energia limpa e renovável, evitando ao máximo o uso de combustíveis fósseis (gasolina e diesel).

- Adoção da Gestão Ambiental e Territorial, em que são feitos estudos para que cada prática agrícola seja executada em áreas e climas onde a cultura vai alcançar maior rendimento com menor desgaste do solo. É levada em conta também, neste sistema, a proximidade da área produtiva com o mercado consumidor, visando diminuir os custos com transporte e a poluição do ar gerada.
- Respeito às leis trabalhistas dos trabalhadores do campo, investimento em capacitação profissional e pagamento de salários justos.
- Nunca utilizar mão de obra infantil ou trabalho escravo. Cabe ao governo fiscalizar e punir aqueles que praticam este tipo de crime.
- Valorização da agricultura familiar que gera trabalho e renda às famílias rurais, possibilitando suas permanências no campo.

#### 2.4.1. Agricultura sustentável no Brasil

Segundo a notícia retirada do site [suapesquisa.com](http://suapesquisa.com), embora haja esforços neste caminho sustentável, grande parte dos agricultores brasileiros ainda desrespeita o meio ambiente e não são responsáveis do ponto de vista social e trabalhista.

Principais problemas apresentados:

- O Brasil é, atualmente, um dos países que mais utilizam pesticidas no mundo.
- Ainda é comum o desmatamento de florestas e matas para abrir espaço para a prática da agricultura.
- Muitos agricultores pagam salários baixos aos camponeses, além de não respeitarem direitos trabalhistas. Infelizmente, ainda ocorrem casos de trabalho escravo e emprego de mão-de-obra infantil no campo.

## -Legislação

Segundo o SEBRAE:

A legislação, que regulamenta a Lei 10.831 de 23 de dezembro de 2003 inclui a produção, o armazenamento, a rotulagem, o transporte, a certificação, a comercialização e a fiscalização dos produtos. Em 27 de dezembro de 2007 o governo brasileiro regulamentou através do Diário Oficial da União (DOU) os novos critérios para o funcionamento de todo o sistema de produção orgânica, desde a propriedade rural até o ponto de venda. As regras estão expressas no Decreto nº. 6323: O decreto cria ainda o Sistema Brasileiro de Avaliação da Conformidade Orgânica, é composto pelo Ministério da Agricultura, órgãos de fiscalização dos estados e organismos de avaliação da conformidade orgânica.

As várias propriedades orgânicas possuem técnicas específicas, que utilizam recurso natural e socioeconômico que respeita o meio ambiente, buscando integrar a produção de espécies vegetais e animais.

### 2.4.2. O Consumidor

O consumidor de produtos agrícolas tem uma grande importância e responsabilidade, pois pode estimular cada vez mais o desenvolvimento sustentável na agricultura.

É importante que os consumidores saibam a origem dos produtos agrícolas que consomem. Assim, podem dar preferência para os produtos de empresas agrícolas que estão no caminho da sustentabilidade ambiental e social. Portanto o consumo de produtos orgânicos também se torna uma boa medida para ajudar neste sentido.

Uma atitude simples, dentro do ambiente da cozinha em ambas as partes doméstica ou industrial pode transformar-se em outros benefícios ambientais.

Segundo a Dra. Elaine Azevedo, a primeira regra é sempre utilizar alimentos frescos, como exemplo: grãos, minimamente processados, evitando os ultra processados e os industrializados em geral.

Todos podem ter uma prática sustentável, começando pela cozinha da sua casa. Orienta-se evitar panelas e colheres de alumínio preferindo colheres de madeira bem seca ou de bambu para o preparo dos alimentos, porém o alumínio é um metal que foi comprovado tóxico associado a muitos casos de doenças.

Os alimentos também não devem ser guardados juntos com utensílios de alumínio. Deve ser restrito o uso de facas de ferro, principalmente para cortar vegetais, pois elas diminuem as vitaminas.

Guardando alimentos em potes de vidros ou esmaltados você terá uma pratica sustentável, poderá também usar eletrodomésticos “ecológicos” como fogões e refrigeradores bem regulados. Lâmpadas que economizam energia são essências para uma cozinha que ajuda o meio ambiente. Ter a luz natural projetada para economizar energia.

Para a lavagem de utensílios, com água corrente é sempre bom lembrar que devemos economizar essa preciosidade. Também é bom o uso de produtos higiênicos ecológicos e biodegradáveis

### **3. ALIMENTOS ORGÂNICOS**

Alimento orgânico é aquele isento de qualquer tipo de contaminante que coloca em risco a saúde ambiental ou humana, seja dos produtores ou dos consumidores.

Os alimentos orgânicos são aqueles que utilizam, em todos seus processos de produção, técnicas que respeitam o meio ambiente e visam à qualidade do alimento, dispensa o uso de agrotóxicos, (produto que possa vir a causar algum dano à saúde dos consumidores), insumos artificiais, adubos químicos, drogas veterinárias, aditivos químicos sintéticos (corantes, aromatizantes e emulsificantes), hormônios e os antibióticos e passam a ganhar cada vez mais mercados no Brasil, por sua produção diversificada, produzindo carnes, frutas, verduras, cereais, farinha e doces.

Agricultura orgânica: frutas, legumes e verduras, na agricultura, utilizam-se apenas sistemas naturais para combater pragas e fertilizar o solo. Embora tenham as mesmas propriedades nutricionais dos alimentos inorgânicos, os orgânicos apresentam a vantagem de seres mais saudáveis, pois não possuem agrotóxicos, portanto são mais saborosos.

Dentre os hábitos alimentares percebe-se certa tendência ao vegetarianismo. Os consumidores mais antigos baseiam sua alimentação em cereais, frutas e verduras, evitando especialmente a carne vermelha. Essa restrição

ao consumo de carne parece derivar de ideias que associam a carne com a agressividade e com um mundo em desarmonia (HELMAN, 1994).

Carne Orgânica e ovos orgânicos, no processo à produção de carnes e ovos, os animais são criados sem a aplicação de antibióticos, hormônios e anabolizantes, pois os produtos podem provocar doenças nos seres humanos, quando consumidos por muito tempo. As carnes e ovos orgânicos são mais saudáveis.

### 3.1. COMO SABER SE UM ALIMENTO É ORGÂNICO

Se você tem a intenção de começar a consumir esses alimentos, procure sempre pelo selo de qualidade, emitido por certificadoras reconhecidas pelo Ministério da Agricultura. Entidades como a Associação de Agricultura Orgânica (AAO), o Instituto Biodinâmico (IBD), presentes no Brasil, são as que avaliam se a produção do alimento segue os critérios estabelecidos pela agricultura orgânica. Para ganhar o selo, os produtores seguem várias precauções e têm suas lavouras fiscalizadas de seis em seis meses. A presença do selo garante, portanto, a procedência e a qualidade dos produtos.

A garantia da qualidade do produto, tanto da certificação, quanto da qualidade em si do produto orgânico, é de grande valor para a saúde do ser humano – além de trazer inúmeros benefícios para a sociedade através da conservação do meio ambiente. Pequenas atitudes podem melhorar cada vez mais nossa qualidade de vida.

### 3.2. A IMPORTÂNCIA DOS ALIMENTOS ORGÂNICOS

Uma boa alimentação significa, entre outros, consumirem produtos orgânicos. Por este motivo visamos que a alimentação orgânica é de extrema importância. São livres de agrotóxicos, sem qualquer produto químico para evitar pragas, sendo mais nutritivos, ou seja, ricos nas vitaminas e saboroso, além de serem produtos saudáveis que tem uma importância enorme na vida do ser humano.

Além de ser produzido de maneira natural apresenta características de textura, cor, cheiro e sabor; contendo muitas importâncias, pois não usa agrotóxico em sua produção.

Atualmente os alimentos orgânicos são bastante importantes, pois evita a causa de vários problemas, como diabetes, dislipidemias, hipertensão, por isso é importante haver uma preocupação com a alimentação, além de ajudar na nossa saúde melhora nossa qualidade de vida.

Alimentar-se bem para que possamos estar mais dispostos, com melhores defesas no organismo, nos trazendo energia para cumprir as tarefas do cotidiano e pode evitar ou diminuir a necessidade de alguns usos de medicamentos para controle de doenças mencionadas.

Visa harmonizar-se melhor com o meio ambiente, evitando graves contaminações procurando preservar as relações entre os seres vivos. Além de tudo dando uma vida rica cheia de vitaminas e mais saudável para toda a humanidade e isso eleva o custo do produto.

Os preços destes alimentos são elevados, é a única desvantagem da alimentação orgânica; pois o seu valor nutricional é 40% maior do que aqueles produzidos convencionalmente devido a uma grande importância que ele tem com a produção de consumo, em consequências do tipo de produção, uma menor concorrência e o custo de mão de obra.

Mas não é importante o valor do produto para aqueles que prezam por uma vida mais saudável, pois aquele que tem consciência da importância que traz os alimentos orgânicos para nossa saúde não liga de pagar um valor maior por algo que esta lhe fazendo bem.

### 3.3. AS VANTAGENS DOS ALIMENTOS ORGÂNICOS

Na última década, teve um grande crescimento com a preocupação com a saúde e começaram a investir mais em uma alimentação mais saudável. A alimentação orgânica tem sido uma saída para essa melhoria para a população; apesar de muitos não saberem sobre esse tipo de alimentação saudável e sustentável, um número significativo prefere e sabem sobre os benefícios sobre esses tipos de alimentos.

A diferença sobre os alimentos orgânicos e os não orgânicos é que os alimentos naturais sem tóxicos respeitam o meio ambiente durante todo seu processo de produção. Pesquisas e estudos têm mostrado que os agrotóxicos são prejudiciais para a saúde do nosso organismo e o que permanecem nos alimentos

podem causar reações alérgicas, problemas neurológicos, distúrbio hormonal e até câncer.

Os alimentos orgânicos são mais ricos em nutrientes do que os alterados geneticamente com agrotóxicos. A plantação natural protege o planeta sem contaminações químicas e não afeta o solo, o ar, a água, os animais e as pessoas. O solo permanece fértil e produtivo ano após ano.

O valor nutricional das frutas, por exemplo, incluiu maior concentração de frutose (o que deixa as frutas mais doces). O que muitos não sabem e temem é que a alimentação sem agrotóxicos são mais saborosos que os tradicionais que muitos compram e ingerem.

O controle de pragas de forma limpa é a maior preocupação de quem produz esses tipos de alimentos mais nutritivos. Vejamos agora uma tabela de alimentos e seus nutrientes.

Tabela 01 – Alimentos e seus Nutrientes

MINERAIS	FUNÇÃO	FONTES
<b>CÁLCIO</b>	Forma o tecido ósseo, atua no funcionamento muscular.	 Leite, peixes, folhas verdes, ovos, feijões, sementes.
<b>FÓSFORO</b>	Participa na geração de energia celular	 Carnes, leite, cereais, ovo.
<b>FERRO</b>	Compõe a hemoglobina e é importante no processo respiratório	 Fígado, carne vermelha, vegetal verde-escuro, feijão.
<b>IODO</b>	Compõe os hormônios tireóideanos	 Frutos do mar, peixes, sal iodado.
<b>SÓDIO</b>	Mantém o equilíbrio da água no corpo	 Carnes, leite, queijos, sal.
<b>POTÁSSIO</b>	Auxilia o sódio no balanço de líquidos do corpo	 Batatas, feijões, banana, leite, carnes.
<b>ZINCO</b>	Forma enzimas e hormônios que participam do crescimento e produção de energia	 Cereais integrais, feijões, ovos, peixes, carnes.
<b>MAGNÉSIO</b>	Fundamental para o desenvolvimento dos ossos e dentes, para produção de proteínas e caracteres genéticos hereditários (DNA). Converte o açúcar em energia. Atua no tratamento de distúrbios comportamentais.	 Cereais em grãos, amêndoas, nozes, aveia, banana, espinafre, leite desnatado, frutos do mar.

Fonte: Colégio Vasco da Gama/2011.

### 3.3.1 Escolha dos melhores produtos orgânicos

Todos os produtos orgânicos são ricos em vitaminas e proteínas. Mas tem aqueles alimentos que lhe oferece maior resultados positivos para seu organismo.

Abaixo uma tabela de cores dos alimentos e seus benefícios, de acordo com os tipos de vitaminas.

Tabela 02 – Tipos de Vitaminas de acordo com as cores dos alimentos.

COR	ALIMENTOS	NUTRIENTES	BENEFÍCIOS
	Abacate, alface, brócolis, couve, chuchu, kiwi, limão, pepino, salsa, vagem e outros vegetais	Clorofila, Ferro e Vitamina A	Combatem o câncer e os radicais livres e desintoxicam as células, além de protegerem o cabelo e a pele.
	Caqui, tomate, romã, melancia, morango, goiaba.	Lipoceno, Vitamina A e Complexo B	Auxiliam na prevenção de câncer e do estresse, estimulam a circulação sanguínea, retardam o envelhecimento e têm ação antioxidante contra os radicais livres.
	Manga, laranja, melão, milho, cenoura, caju, mamão.	Betacaroteno, Vitamina C e B3	Auxiliam na manutenção dos tecidos e dos cabelos, na visão e no metabolismo das gorduras, além de terem ação antioxidante contra os radicais livres e de manterem o sistema nervoso saudável
	Feijão, lentilha, pinhão, trigo, castanha, amêndoa, amendoim.	Vitaminas dos complexos B e E.	Previnem a prisão de ventre, auxiliam no controle do colesterol, combatem a ansiedade e a depressão
	Pêra, algas marinhas, alho, banana, mandioca, maçã, palmito, couve-flor.	Cálcio, Fósforo, Potássio e Vitamina B6	Ajudam na formação e na manutenção dos dentes e na elasticidade dos músculos, fortalecem o sistema imunológico e favorecem a renovação celular.
	Alcachofra, amora, berinjela, ameixa, uva, repolho-roxo	Antiocianina, Vitamina B1, Ácido elágico	Ajudam a transformar outros nutrientes em energia, retardam o envelhecimento e auxiliam na prevenção do câncer.

Fonte: Site Dieta do Sonho.

Em resumo, cada cor possui o seu benefício. Um prato colorido não é apenas mais bonito, mas principalmente, mais saudável. Portanto, varie nas opções de legumes, frutas e verduras; busque uma refeição equilibrada e aproveite todos os benefícios que as vitaminas são capazes de conceder.

Abacate: O Abacate é uma fruta tropical, muito apreciada nos EUA e Europa. Esta fruta é rica em Vitamina E, gorduras monoinsaturadas (a mesma do azeite), sais minerais como Potássio, Ferro e Magnésio, vitaminas A, E, C e B6 e glutatona, um

poderoso antioxidante. A gordura presente, no abacate é responsável pelo aumento do colesterol HDL (o colesterol bom, que protege as artérias). Além disso, é um ótimo cosmético, pois conserva a beleza da pele e do cabelo.

**Abacaxi:** Esta fruta tropical apresenta aroma e sabor únicos. É rico em potássio, fornecendo também fósforo, cálcio, ferro e magnésio, entre outros minerais. Contém diversas vitaminas como A, B1, B2, Niacina, e principalmente a vitamina C.

**Abobrinha:** Também conhecida no Norte e Nordeste como Jerimum, ela se destaca por ter Fósforo, Cálcio e Ferro, além de Vitamina A, importante à visão e à pele, e Vitaminas do complexo B, que ajudam no desenvolvimento e crescimento.

**Alho:** O alho é um alimento muito valioso, não só por suas propriedades como condimento, mas também pelo seu conteúdo em sais minerais como cálcio e fósforo e vitaminas como B1.

Usado como tempero, enriquece o sabor dos alimentos, estimula o apetite, e provoca a secreção dos sucos gástricos.

Embora seja ótimo possui um odor característico e forte, e para desodorizar as mãos pode ser usado suco de limão.

**Arroz:** O arroz é uma planta da família das gramíneas que alimenta mais da metade da população humana do mundo. É a terceira maior cultura cerealífera do mundo, apenas ultrapassado pelo milho e trigo. É rico principalmente em carboidratos.

**Azeitona:** A azeitona possui um óleo que é rico em ácidos graxos insaturados, excelente para aumentar o bom colesterol no organismo.

É um alimento muito calórico, sendo que 100 gramas de azeitona possui, em média, cerca de 145 calorias.

A azeitona possui as seguintes vitaminas: A, C, B1 e B2.

Possui também sais minerais, tais como, fósforo, potássio, sódio e silício.

**Cenoura:** A cenoura é uma grande fonte de vitamina A, cujas necessidades diárias podem ser quase que totalmente supridas com apenas 100 gramas desse legume.



Essa vitamina contribui para o bom estado da vista, da pele e das mucosas. Além disso, a cenoura contém muitos sais minerais, como Fósforo, Cloro, Potássio, Cálcio e Sódio, necessários ao bom equilíbrio do organismo, e vitaminas do Complexo B, que ajudam a regular o sistema nervoso e a função do aparelho digestivo.

Crua, ralada e bem lavada, a cenoura limpa os dentes e desenvolve os músculos mastigadores; seu suco ou caldo concentrado de seu cozimento adicionado ao mel ou suco de limão é ótimo para curar bronquite; é indispensável para gestantes e lactantes, pois melhora e aumenta o volume sanguíneo que, conseqüentemente, aumenta e melhora a produção do leite.

Couve-flor: Sob ponto de vista nutricional é importante, pois é rica nos minerais cálcio e fósforo, contém quantidades apreciáveis de vitamina C, livre de gorduras e colesterol e com teores baixos de sódio e calorias. É, por isso, indicada para quem segue uma dieta saudável.

Laranja: A laranja é muito conhecida por ser fonte de vitamina C. A vitamina C é o nutriente mais importante da laranja. Duas laranjas por dia fornecem a quantidade de vitamina C de que o organismo precisa. Contém também quantidades consideráveis de Cálcio, Fósforo e Ferro. O Cálcio atua na formação dos ossos e dentes, coagulação do sangue e construção muscular.

Maçã: O consumo regular de maçã é excelente para se prevenir e manter a taxa de colesterol em níveis aceitáveis, com a ingestão recomendada de uma unidade por dia. Esse efeito é devido ao alto teor de pectina, encontrada na casca. Também auxilia no processo de emagrecimento, pois a pectina dificulta a absorção das gorduras, da glicose e elimina o colesterol. O alto teor de potássio contido na polpa da maçã libera o sódio excedente, eliminando o excesso de água retida no corpo. Além disso, a maçã contém as seguintes vitaminas: B1, B2 e Niacina, além de sais minerais, como fósforo e ferro.

Manga: Uma manga fresca contém cerca de 15% de açúcar, até 1% de proteína e quantidades significativas de vitaminas, minerais e antioxidantes, podendo conter vitamina A, vitamina B e vitamina C.

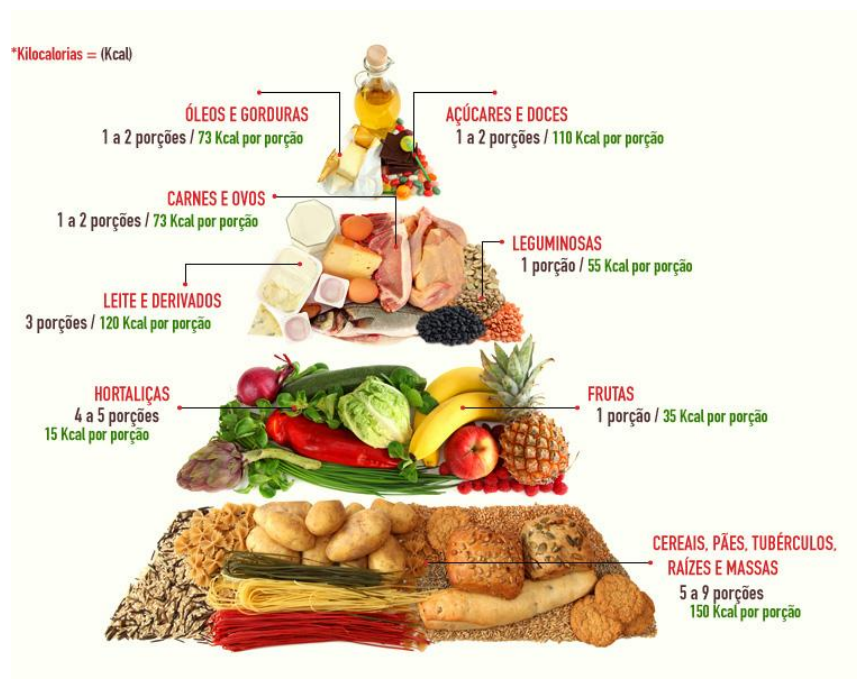
Graças à alta quantidade de ferro que contém, a manga é indicada para tratamentos de anemia e é benéfica para as mulheres grávidas e em períodos de menstruação. Pessoas que sofrem de câimbras, stress e problemas cardíacos, podem se beneficiar das altas concentrações de potássio e magnésio existentes que também auxiliam àqueles que sofrem de acidose. Também há relatos de que as mangas suavizam os intestinos, tornando mais fácil a digestão.

Morango: O morango é uma fruta que contém grande quantidade de vitamina C, que evita a fragilidade dos ossos, má formação dos dentes, dá resistência aos tecidos, age contra infecções, ajuda a cicatrizar ferimentos e evita hemorragias.

Ele possui também, em menor quantidade, vitamina B5 (Niacina) e Ferro. A Niacina tem como função evitar problemas de pele, aparelho digestivo, sistema nervoso e reumatismo; e o mineral Ferro é importante porque faz parte da formação do sangue.

Observe-se uma pirâmide alimentar; para ter uma alimentação saudável.

Imagem 01 – Pirâmide Alimentar

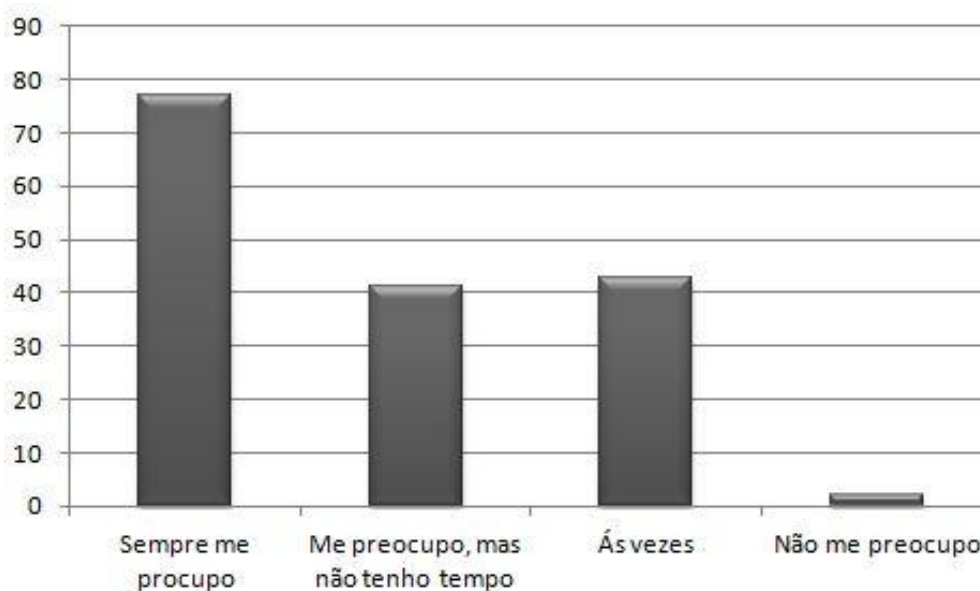


Fonte: Site Saúde e Bem Estar /2013.

#### 4. PESQUISA DE CAMPO

A pesquisa abaixo foi realizada na Etec Prof. Massuyuki Kawano aplicadas pelas alunas do curso técnico de Administração, realizou-se uma pesquisa direta em seis salas de aula, no período noturno com os alunos de área gestão sendo ao todo 160 participantes, as questões abordadas na pesquisa encontra-se em apêndice.

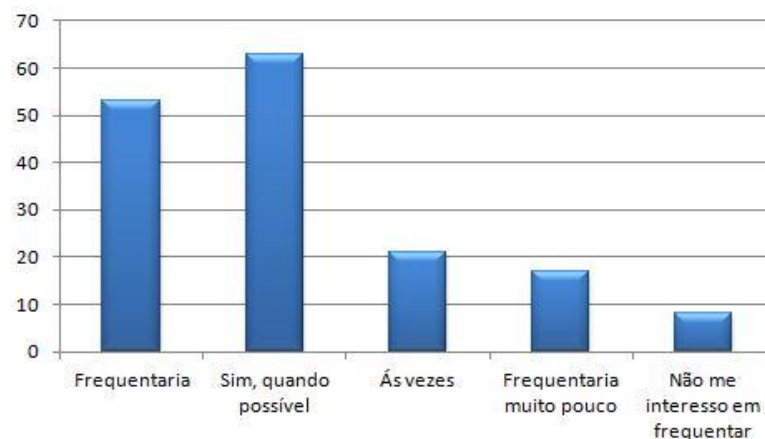
Gráfico 01 - Preocupação com a saúde.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2015.

Em nossa pesquisa de campo, realizada na escola Centro Paula Souza na cidade de Tupã, nos mostra que 48% das pessoas, responderam que sempre se preocuparam com sua saúde; apenas 01,50% das pessoas não se preocupam. Já 25% não cuidam da saúde, por não ter o tempo adequado.

Gráfico 02 - Pessoas que frequentaria um restaurante de alimentação orgânica



Fonte: Elaborado pelos autores, 2015.

O gráfico acima demonstra que 39% das pessoas que responderam a pesquisa disseram que frequentariam quando possível o restaurante que oferece uma boa alimentação e que beneficia sua saúde alimentar, 5% não têm interesse em frequentar.

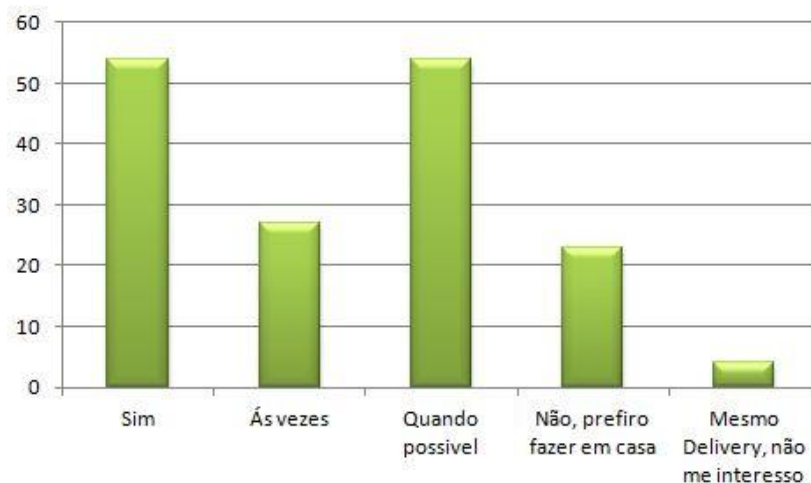
Gráfico 03 - Pessoas que consumiria uma alimentação orgânica.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2015.

Mais de 30% das pessoas que nos ajudaram com a pesquisa responderam que consumiria alimentos orgânicos todos os dias, e apenas 1% não se alimentaria.

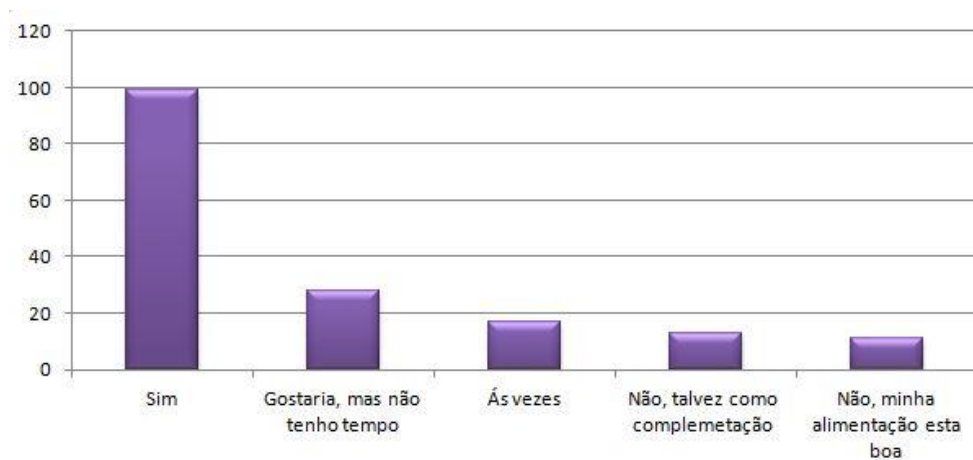
Gráfico 04 - Pessoas que pediria uma alimentação orgânica pelo Delivery.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2015.

No gráfico acima 67% das pessoas disseram que pediriam *Delivery* e quando possível. Já 14% disseram que preferem preparar em casa sua própria comida orgânica do que pedir para entregarem.

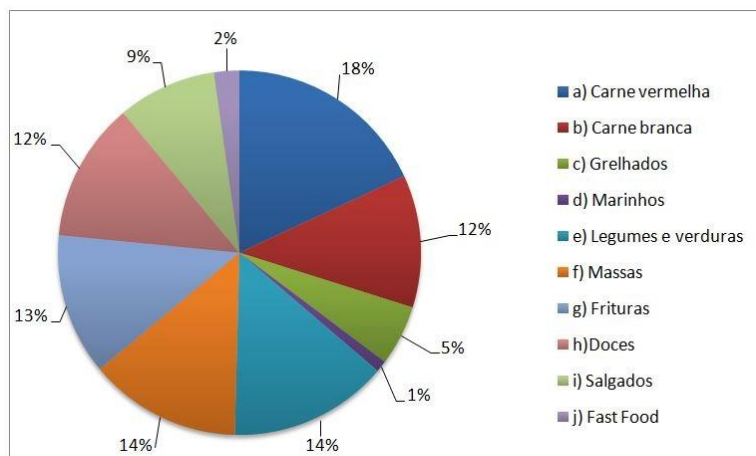
Gráfico 05 - Mudança no habito alimentar.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2015.

Pode-se observar no gráfico acima que 58% das pessoas que responderam a pesquisa estão dispostos a melhorar/mudar seu habito alimentar. E apenas 7% acham que sua alimentação esta adequada. E 17% não tem tempo de cuidar de sua saúde alimentar.

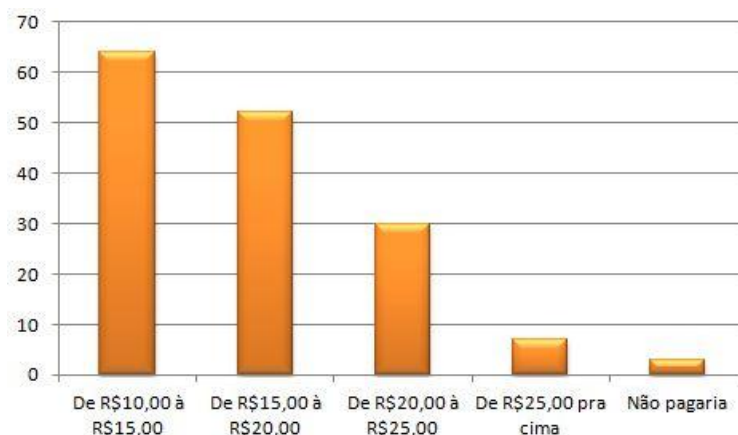
Gráfico 06 - Alimentação do dia a dia.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2015.

O alimento mais consumido entre os entrevistados preferem carne vermelha, 18%. E o menos consumido são os marinhos, com apenas 1% das respostas.

Gráfico 07- Valores que daria em um prato de alimentação orgânica.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2015

O gráfico nos apresenta que 41% das pessoas pagariam em um prato de alimentos orgânicos de R\$10,00 à R\$15,00 e que 19,23% das pessoas pagaria o valor de R\$20,00 a R\$25,00, portanto o gráfico também nos demonstrou que 2% das pessoas não pagariam nada por uma alimentação orgânica.

## 5. PLANO DE NEGOCIO

### 5.1. SUMÁRIO EXECUTIVO

Somos um grupo de 06 sócias, onde decidimos inovar o uso de produtos orgânicos de forma sustentável e renovável para uma alimentação saudável da população.

Com a influência de produzir alimentos orgânicos pode-se melhorar a vida alimentar dos nossos clientes e assim preservar a Terra, evitando futuros problemas para todos nós, como por exemplo, doenças causadas por ingestão de alimentos com agrotóxicos.

Dessa forma o restaurante D'Braat(Formado pelas iniciais dos nome de cada um das sócias: Débora, Bruna, Rosângela, Ana Letícia, Angélica, e Thayla), irá preparar da melhor forma possível os alimentos orgânicos pensando na saúde de nossos clientes e no planeta Terra.

Não há tantos concorrentes no mercado da nossa microrregião, oferecendo algo assim e, nosso restaurante vai incentivar e possibilitar uma nova educação alimentar.

Publico alvo serão pessoas que necessitam e deseja de uma alimentação saudável, de classe média e alta, pois nosso produto oferecido é de alta qualidade e o custo elevado.

Com fornecedores adequados e confiáveis vamos alimentar nosso publico alvo e satisfazer seus paladares, disponibilizando cardápios adequados para todas as pessoas de todas as faixas etárias.

Nossa meta é atender pessoas da microrregião de Tupã.

Vamos investir com um capital de R\$20.000,00 para iniciar nosso novo negócio.

## 5.2. DESCRIÇÃO DA EMPRESA

### 5.2.1. Dados dos Fundadores e Empresários

<b>Fundador 01</b>	
Nome: Ana Letícia Formenti Cortez	
Endereço: Rua Vicente Zamataro	Cidade/Estado: Tupã
E-mail: aleticiaformenti@hotmail.com	Telefone: 014997442270

Atribuição do Fundador 01: Contador

<b>Fundador 02</b>	
Nome: Angélica Redi	
Endereço: Miguel Aidar	Cidade/Estado: Tupã
E-mail: angelicaredi@hotmail.com	Telefone: 014997046922

Atribuição do Fundador 02: Setor de compras

<b>Fundador 03</b>	
Nome: Bruna Aparecida Correa	
Endereço: Rua Santos Dumont	Cidade/Estado: Queiroz
E-mail: bruna10029@hotmail.com	Telefone: 014996844981

Atribuição do Fundador 03: Contador

<b>Fundador 04</b>	
Nome: Débora Martinucci Belizário	
Endereço: Rua Lucélia	Cidade/Estado: Tupã
E-mail: Debora.martinucci@hotmail.com	Telefone: 014998919412

Atribuição do Fundador 04: Supervisora de qualidade

<b>Fundador 05</b>	
Nome: Rosângela Pereira dos Santos Silva	
Endereço: Rua Almirante Barroso	Cidade/Estado: Tupã
E-mail: Dbraati114.tcc@gmail.com	Telefone: 014996231500

Atribuição do Fundador 05: Gerente

<b>Fundador 06</b>	
Nome: Thayla Nogueira Julio	
Endereço: Avenida Odeon Mendes Batista	Cidade/Estado: Queiroz
E-mail: ThaylaNogueira@Outlook.com	Telefone: 014996442793

Atribuição do Fundador 06: Supervisora de qualidade



#### 5.2.1.1. Experiência Profissional

Perfil do Fundador 01: Experiência em contabilidade empresarial no setor alimentício

Perfil do Fundador 02: Experiência em seleção de mercadorias variadas

Perfil do Fundador 03: Experiência em contabilidade empresarial

Perfil do Fundador 04: Experiência em supervisão de qualidade do atendimento

Perfil do Fundador 05: Experiência em gerenciar grandes restaurantes

Perfil do Fundador 06: Experiência em supervisão na qualidade de mercadorias

#### 5.2.2. Dados do Empreendimento

Nome da Empresa/Nome Fantasia: RESTAURANTE D´BRAAT

CNPJ: 48.849.933/0003-35

##### 5.2.2.1. Missão e Visão da Empresa

**Missão:** Oferecer a mais ampla linha de produtos orgânicos, na qual a área gastronômica valoriza o aspecto nutritivo, qualidade e sabor e a correta técnica de elaboração que proporcionem prazer e satisfação de cada alimento, contribuindo com a saúde de nossos consumidores, oferecendo sistema de atendimento diferenciado, com forte presença no mercado nacional e internacional.

**Visão:** Ser uma empresa reconhecida dentro da gastronomia buscando qualidade e agilidade no atendimento, mantendo um bom relacionamento com os clientes, colaboradores e fornecedores. Sempre valorizando a troca de experiência na convivência entre clientes e funcionários.

#### 5.2.2.2. Setor de Atividade

Comércio onde fornece alimentos advindos de produtos orgânicos com o intuito de promover saúde aos nossos clientes.

#### 5.2.2.3. Forma Jurídica

**Empresa de Pequeno Porte ou EPP** - Empresas que faturam de R\$ 360.000,01 a R\$ 3.600.000,00 por ano.

#### 5.2.2.4. Enquadramento Tributário

**Simples Nacional** - Opção de regime tributário destinado a empresas que tem como limite o faturamento máximo de uma empresa de pequeno porte – EPP R\$3.600.00,00 ao ano.

<b>Nomes do Fundador</b>	<b>Valor do Capital Integralizado</b>
Ana Letícia Formenti Cortez	R\$ 20.000,00
Angélica Redi	R\$ 20.000,00
Bruna Aparecida Correa	R\$ 20.000,00
Débora Martinucci	R\$ 20.000,00
Rosangela Pereira dos Santos Silva	R\$ 20.000,00
Thayla Nogueira Julio	R\$ 20.000,00

#### 5.2.4. Fonte de Recursos

- Imóvel comercial com estrutura física regularizada com as exigências de segurança, conforto e comodidade para atender os nossos clientes;
- Maquinários como fogão, geladeiras, frizer, balcão, mesas, cadeiras, ambiente climatizado com ar condicionado;
- Optamos por moto para que as entregas possam ser realizadas de uma forma mais rápida.

### 5.3. ANÁLISE DE MERCADO

#### 5.3.1. Análise dos Clientes

Clientes de todas as idades que estão à procura de uma mudança na qualidade de vida através de uma alimentação correta e saudável onde o mesmo influenciará na manutenção de um peso corpóreo saudável e conjuntamente visam suprir as necessidades atuais dos seres humanos, sem comprometer o futuro das próximas gerações com um comportamento sustentável.

Pratos elaborados para atender todas as classes sociais com valores acessíveis e assim proporcionando uma mudança nos hábitos alimentares.

### 5.3.2. Análise dos Concorrentes

	<b>Qualidade do Produto/Serviço</b>	<b>Preço</b>	<b>Condições de Pagamento</b>	<b>Atendimento</b>	<b>Serviços Oferecidos</b>
Olé Restaurante	Alimentos de ótima qualidade e de diversas variedades, atendentes bem treinados.	14,00	Cartão/ dinheiro	Bom	Comidas nutritivas e saborosas
Tempero Maneiro/ Tupã	Valores Acessíveis, alimentos de boa qualidade, espaço amplo para o atendimento.	4,25	Cartão/ dinheiro	Bom	Comer bem e pagar pouco
Restaurante e Churrascaria Na Brasa/ Tupã	Alimentos de ótima qualidade, bom atendimento e ótima localização.	13,90	Cartão/ dinheiro	Bom	Cardápio forte e variável
Gaspar	Alimentos de boa qualidade com acompanhamento de um especialista, boa localização, bom atendimentos.	11,50	Cartão/ dinheiro	Bom	Cardápio forte e variável
Kipão	Alimentos de boa qualidade	13,90	Cartão/ dinheiro	Bom	Cardápio forte e variável

Conclusão da Análise dos Concorrentes: São restaurantes que fornecem alimentos calóricos e industrializados por terceiros e não focam em atender uma população diferenciada.

### 5.3.3. Análise dos Fornecedores

<b>Ordem</b>	<b>Nome do Fornecedor</b>	<b>Descrição do Item</b>	<b>Preço</b>	<b>Condições de Pagamento</b>	<b>Prazo de Entrega</b>	<b>Localização do Fornecedor</b>
1	Ana Silvia dos Santos	Verduras	R\$ 4,20 cada	Pagamento a vista	Pronta entrega	Bezerra de Menezes, 3002
2	Empório São João	Arroz e feijão	R\$ 18,00	Pagamento a vista	De 15 em 15 dias	Av. Dom Pedro, 62
3	Maria Aparecida Correia	Legumes	R\$ 5,70 cada	Pagamento a vista	Semanal	Av. Odilon Batista da Silva-345
4	Frigorífico Estrela	Carnes	Preços variáveis	Pagamento a vista	Semanal	Av. Santos Dumont

## 5.4. PLANO DE MARKETING

### 5.4.1. Descrição dos Principais Produtos ou Serviços

O restaurante D'braat servirá alimentos orgânicos sem a utilização de agrotóxicos, servindo pratos com alimentação balanceada, elaborados por nutricionistas, os alimentos serão armazenados de acordo com as normas, os pedidos para a entrega será armazenado em recipientes com isolantes térmicos,

### 5.4.2. Preço

<b>Preço de produtos e serviços</b>	
Serviços e Produtos	Valores
Deliver (taxa de entrega)	R\$ 2,00
Prato feito	R\$ 9,00
Serv self	R\$ 10,50
Marmitex	R\$ 8,90
Taxa do garçom	1% do valor total da conta
Água	R\$ 1,50
Sucos com água	R\$3,00 a R\$ 5,00
Sucos com leite	R\$3,00 a R\$ 6,50
Refrigerante lata	R\$2,50
Refrigerante 600 ml	R\$3,50
Refrigerante 1 litro	R\$ 5,00

### 5.4.3. Estratégias Promocionais

- Teaser para atrair a curiosidade do publico
- Informações transmitidas pela mídia, redes sociais,outdoor e panfletos
- Propagandas bem feitas para deixar o publico desejando conhecer e saborear os pratos.
- Campanhas incentivadoras com palestras ao cliente para ajudar na mudança de habito alimentar.
- Promoções semanais com valores diferenciados nos pratos feitos e serv self.

#### 5.4.4. Estrutura de Comercialização

As vendas serão realizadas no ponto comercial e por meio de delivery e entregas a domicílios, atendimento por profissionais treinados e capacitados e serviços de pós-vendas após a entrega para ter um retorno sobre o serviço prestado

#### 5.4.5. Localização da Empresa

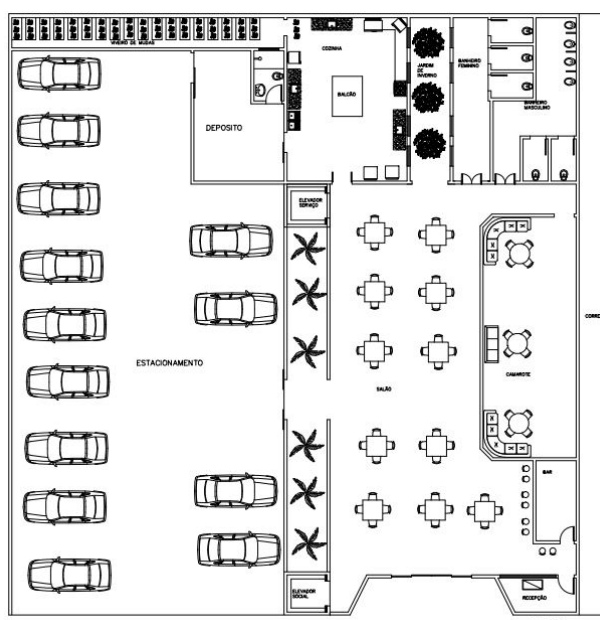
Endereço da Empresa: Avenida dos Universitários, 172	
Bairro: Vila Abarca	Cidade/Estado: Tupã/ SP
Telefone/Fax: 014- 3441-1006	

Local ideal para passar momentos agradáveis com amigos e familiares, por estar localizado em uma região tranquila da cidade e sua via de acesso são as avenidas principais da cidade e possui estacionamento próprio.

### 5.5. PLANO DE OPERACIONAL

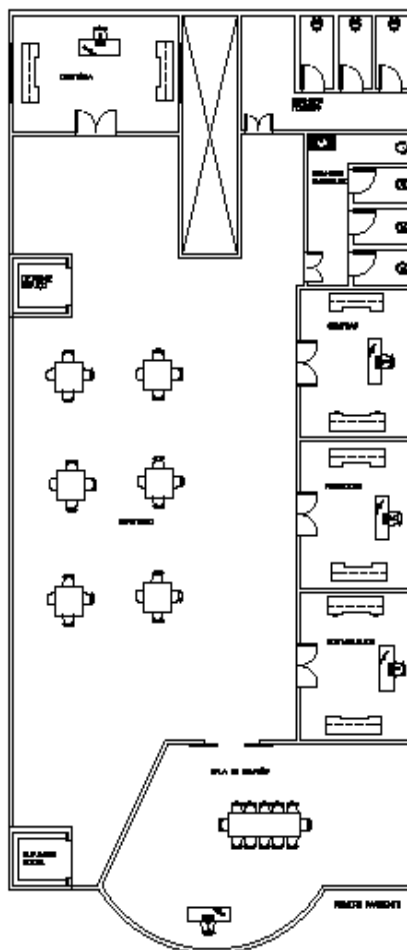
#### 5.5.1. Layout ou Arranjo Físico

Figura 01 – Planta Baixa da Empresa.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2015.

Figura 02- Planta Alta da Empresa



Fonte: Elaborado pelos autores, 2015.

### 5.5.2. Capacidade Produtiva

Atendimento no local: 350

Entregas: 230.



### 5.5.3. Necessidade de Pessoal

<b>Cargo</b>	<b>Função</b>	<b>Qualificação Necessária</b>
Atendente	Recepcionar	Comunicação, agilidade, organizada e dinamismo
Chefe de cozinha	Direcionar	Comunicação, cursos de culinária, dinamismos, liderança, experiência, organizada
Nutricionista	Elaboração de Pratos	Experiência, liderança e criatividade
Cozinheiro	Preparar os pratos	Curso de culinária, dinamismo, comunicação, experiência, agilidade, organizado
Garçon	Servir	Agilidade, comunicação, dinamismo
Faxineira	Limpeza	Organizada, comunicativa

### 5.6. PLANO FINANCEIRO

#### 5.6.1. Custos Fixos

Levando em consideração o ramo de atividade da empresa, fazer um levantamento dos custos fixos que a empresa teria e discriminá-los em forma de planilha.

<b>CUSTOS FIXOS</b>	
<b>Custos</b>	<b>Valores</b>
Aluguel	R\$ 1.500,00
Funcionários (06 funcionários 833,33)	R\$ 5.000,00
Impostos	R\$ 73,50
Publicidade	R\$ 210,00
<b>Total</b>	<b>R\$ 6783,50</b>

### 5.6.2 Custos Variáveis

Levando em consideração o ramo de atividade da empresa, levantar e considerar quais seriam os custos variáveis que a empresa teria para produzir ou prestar serviço

<b>CUSTOS VARIÁVEIS</b>	
<b>Custos</b>	<b>Valores</b>
Supermercado	R\$ 5.000,00
Embalagem	R\$ 1500,00
Água	R\$ 250,00
Luz	R\$ 370,00
Telefone	R\$ 130,00
Consertos/ manutenção	R\$ 275,30
<b>Total</b>	<b>R\$ 9225,30</b>

### 5.6.3. Custos Produto Vendido

Após o levantamento dos custos incidentes na empresa, discriminar os custos que iriam compor o custo do produto vendido:

<b>CUSTO DO PRODUTO VENDIDO</b>	
<b>Custos</b>	<b>Valores</b>
Matéria-prima	R\$ 5.000,00
Salários Funcionários	R\$ 5.000,00
Embalagem	R\$ 1.500,00
<b>Total:</b>	<b>R\$ 11.500,00</b>

Dividindo esse valor pela quantidade produzida, encontra-se o valor do custo unitário.

#### 5.6.4. Margem de Contribuição

Com o custo do produto identificado, é necessário identificar também o valor que cada unidade efetivamente traz à empresa de sobra entre sua receita e o custo que de fato provocou, ou seja, a diferença entre a receita (preço de venda) e o custo variável.

<b>MARGEM DE CONTRIBUIÇÃO</b>	
<b>Custos</b>	<b>Valores</b>
Receita Total (preço de venda)	R\$ 11.500,00
Custos variáveis	R\$ 9225,30
<b>MARGEM DE CONTRIBUIÇÃO</b>	<b>R\$ 18.725,30</b>

Essa margem de contribuição pode ser total ou unitária.

Se a empresa produziu 1.000 unidades o valor da margem de contribuição unitária seria de R\$ 35,00

**Obs.: A margem de contribuição utilizada no ponto de equilíbrio é a unitária**

#### 5.6.5. Ponto de Equilíbrio

A margem de contribuição é fundamental para que a empresa identifique seu ponto de equilíbrio, ou seja, identificar a partir de que ponto a empresa começa a gerar lucro.

$$500 \times 9,00 = 4500,00$$

$$470 \times 10,50 = 4935,00$$

$$700 \times 8,90 = 6230,00$$

Valor total mensalmente: 15.665,00

$$dv - df = 15.665,00 - 9225,30 = 6439,70$$

$$dv/cv = 15.665,00 / 6439,70$$

$$PE = 2,43.$$

## 5.7. AVALIAÇÃO ESTRATÉGICA

Fazer a Análise SWOT do Plano de Negócio Descritivo desenvolvido.

	<b>Fatores Internos (Controláveis)</b>	<b>Fatores Externos (Incontroláveis)</b>
<b>Pontos Fortes</b>	<b>Forças</b> Qualidade no atendimento Localização privilegiada Capacitação dos funcionários Baixo investimento estrutural	<b>Oportunidades</b> Produto diferenciado Mercado saudável Bom marketing Mudanças nos hábitos alimentares
<b>Pontos Fracos</b>	<b>Fraquezas</b> Custo Clientes Espaço	<b>Ameaças</b> Concorrências Mudanças Governamentais Clima Interrupção de negócios

Conclusão da Análise SWOT: Concluímos que a abertura de nosso empreendimento fornecerá novas oportunidades para a melhoria de uma alimentação adequada para a população, visando às melhores oportunidades e precavendo as ameaças.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Concluimos que, a produção e comercialização de alimentos orgânicos têm influencia significativa no meio ambiente abordando o tema sustentabilidade e na saúde da população.

Por meio da pesquisa observamos que 60% das pessoas que foram entrevistadas disseram que estão dispostas a mudar e melhorar sua saúde alimentar, já 25% das pessoas responderam que se preocupam com sua saúde, mas não cuidam por falta de tempo e grande parte consumiria alimentos orgânicos todos os dias se possível.

Observamos que a falta de conhecimento sobre a produção e seus benefícios e locais de comercialização advêm de uma falha na divulgação sobre sua importância.

A adoção desse método de produção e venda orgânica pela população colaboraria com a preservação do meio ambiente, pelo fato da terra utilizada para o plantio dos alimentos orgânicos serem reutilizadas, sendo algo renovável e sustentável e a diminuição dos desperdícios ajudaria na minimização do aquecimento global, preservando assim as gerações futuras. A conscientização sobre os malefícios dos alimentos transgênicos para a saúde diminuiria significativamente os caso de diabetes, hipertensão e alergias, dentre outros.

Por isso plante e coma alimentos orgânicos.

## REFERÊNCIAS

CAVALCANTI, Denize Coelho. **Coordenadoria de Planejamento Ambiental, Consumo Sustentável.** – São Paulo: SMA/ CPLA. 2011. P.104 Disponível em: <<http://ciorganicos.com.br/organicos/legislacao/>> acesso em: 08 abr.2015

EHLERS, Eduardo. **Agricultura Sustentável.** Disponível em: <[http://www.suapesquisa.com/ecologiasaude/agricultura\\_sustentavel.html](http://www.suapesquisa.com/ecologiasaude/agricultura_sustentavel.html)> Acesso em: 08 abr. 2015

GADOTTI, Moacir. **Educar para a sustentabilidade: uma contribuição à década da educação para o desenvolvimento sustentável.** - São Paulo: Editora e Livraria Instituto Paulo Freire, 2009. p.43

GARCIA, L. et al. **Epistemologia história e asciências.** Educação científica. Santander, 18 (3), 473-486, 2000.

OLIVEIRA, Ana Ferreira dos Santos; LIMA, Patrícia Veronica Pinheiro Sales; SILVA, Lúcia Maria Ramos. **A sustentabilidade da agricultura orgânica familiar dos produtores associados à APOI.** Universidade Federal do Ceara. Fortaleza. 2008. p.03. Disponível em: <[http://www.repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/5495/1/2008\\_eve\\_lmrsilvaa.pdf](http://www.repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/5495/1/2008_eve_lmrsilvaa.pdf)> Acesso em: 25 mar. 2015

SANTOS, Aline Raquel Sales dos; SILVA, Antônio Pablo Gabriel Araújo. **Agricultura Sustentável.** Disponível em: <[http://eticaambientalcepti.blogspot.com.br/2015/04/normal-0-21-false-false-false-pt-br-x\\_15.html](http://eticaambientalcepti.blogspot.com.br/2015/04/normal-0-21-false-false-false-pt-br-x_15.html)>. Acesso em: 15 abr. 2015

**SEBRAE.** LEI- 10.831- ANO - 2003- Antiga ed. Com os Decretos 6323, de 27 de dezembro de 2007 e nº 6.913, de 23 de julho de 2009- São Paulo: Diário Oficial da União, 2007.

## APÊNDICE A - DOCUMENTAÇÃO DE ABERTURA DA EMPRESA

### MODELO BÁSICO DE CONTRATO SOCIAL SOCIEDADE LIMITADA

#### CONTRATO DE CONSTITUIÇÃO DE: RESTAURANTE D'BRAAT

1. **Ana Letícia Formenti Cortez**, brasileira, Tupã, casada, contadora, CPF 320.312.245-01 e RG 45.236.247-2, SSP,

2. **Angélica Redi**, brasileira, Arco-íris, solteira, setor de compras, CPF 159.357. 951- 87 e RG 42.654. 321-1, SSP, constituem uma sociedade limitada, mediante as seguintes cláusulas:

3. **Bruna Aparecida Correa**, brasileira, Queiroz, solteira, contadora, CPF. 300.254.086-29, RG 42.123.728-6, SSP,

4. **Débora Martinucci Belizário**, brasileira, Tupã, solteira, supervisora de qualidade, CPF 789.562.547-89 e RG 12.265.459-5, SSP,

5. **Rosângela Pereira dos Santos Silva**, brasileira, tupã, casada, gerente, CPF 965.236.489-89 e RG 45.365.698-1, SSP,

6. **Thayla Nogueira Julio**, brasileira, Queiroz, solteira, supervisora de qualidade, CPF 258.963.147-9 e RG 15.357.456-7, SSP .

1ª A sociedade girará sob o nome empresarial Restaurante D'braat e terá sede e domicílio na Avenida dos Universitários, 172 , Vila Abarca, Tupã/ SP, CEP 17600-00 .

2ª O capital social será R\$ 3.600.000,00 (três milhões e seiscentos mil reais (dividido em seis quotas de valor nominal R\$ 600.000,00 (seiscentos mil reais), integralizadas, neste ato em moeda corrente do País, pelos sócios:

Ana Letícia Formenti Cortez nº de quotas 01 R\$ 20.000,00

Angélica Redi nº de quotas 01 R\$ 20.000,00

Bruna Aparecida Correa nº de quotas 01 R\$ 20.000,00

Débora Martinucci Belizário nº de quotas 01 R\$ 20.000,00

Rosângela Pereira dos Santos Silva nº de quotas 01 R\$ 20.000,00

Thayla Nogueira Julio nº de quotas 01 R\$ 20.000,00

3ª O objeto será abertura de uma micro pequena empresa no setor alimentício, em fantasia “restaurante D’BRAAT”

4ª A sociedade iniciará suas atividades em 27/06/2015 e seu prazo de duração é indeterminado.

5ª As quotas são indivisíveis e não poderão ser cedidas ou transferidas a terceiros sem o consentimento do outro sócio, a quem fica assegurado, em igualdade de condições e preço direito de preferência para a sua aquisição se postas à venda, formalizando, se realizada a cessão delas, a alteração contratual pertinente.

6ª A responsabilidade de cada sócio é restrita ao valor de suas quotas, mas todos respondem solidariamente pela integralização do capital social.

7ª A administração da sociedade caberá Bruna Aparecida Correa com os poderes e atribuições de Contadora autorizado o uso do nome empresarial, vedado, no entanto, em atividades estranhas ao interesse social ou assumir obrigações seja em favor de qualquer dos quotistas ou de terceiros, bem como onerar ou alienar bens imóveis da sociedade, sem autorização do outro sócio.

8ª Ao término de cada exercício social, em 31 de dezembro, o administrador prestará contas justificadas de sua administração, procedendo à elaboração do inventário, do balanço patrimonial e do balanço de resultado econômico, cabendo aos sócios, na proporção de suas quotas, os lucros ou perdas apurados.

9ª Nos quatro meses seguintes ao término do exercício social, os sócios deliberarão sobre as contas e designarão administrador(es) quando for o caso.

10 A sociedade poderá a qualquer tempo, abrir ou fechar filial ou outra dependência, mediante alteração contratual assinada por todos os sócios.










11 Os sócios poderão, de comum acordo, fixar uma retirada mensal, a título de “pro labore”, observadas as disposições regulamentares pertinentes.





# APÊNDICE B – QUADRO DE MODELAGEM DE NEGÓCIO – CANVAS

## CANVAS DO MODELO DE NEGÓCIO

<p><b>Parcerias-chave</b></p>  <p>FORNECEDORES ADEQUADOS E CONFIÁVEIS</p> <p>ESCRITÓRIO DE CONTABILIDADE</p> <p>EMPRESA DE LIMPEZA</p> <p>CULTIVADOR EXCLUSIVO</p> <p>EQUIPE DE NUTRICIONISTAS PARA A ORIENTAÇÃO</p>	<p><b>Atividades-chave</b></p>  <p>LIMPEZA DA COZINHA E AMBIENTE</p> <p>AMBIENTE ALTAMENTE AGRADÁVEL</p> <p>PLANEJAMENTO DE CUSTO</p> <p>AVALIAR OS FUNCIONÁRIOS</p> <p>REALIZAR CONSULTÓRIA</p> <p>PRATOS FEITOS COM RECOMENDAÇÃO DOS NUTRICIONISTAS</p> <p>DELIVERY TEASER</p> <p>PESQUISA DE SATISFAÇÃO AO CONSUMIDOR</p> <p>POSSÍVEIS DISTRIBUIÇÃO OU AUMENTO DA REDE NA REGIÃO</p>	<p><b>Oferta de Valor</b></p>  <p>ESTRUTURA SUSTENTÁVEL</p> <p>SUSTENTÁVEL E RENOVÁVEL</p> <p>PREOCUPANDO-SE COM OS RISCOS ALIMENTARES</p> <p>COMIDAS SABOROSAS COM BAIXO VALOR CALÓRICO</p> <p>NUTRIÇÃO ADEQUADA DE ACORDO COM OS ALIMENTOS</p> <p>CUIDANDO DA SAÚDE</p> <p>DEDICAÇÃO</p> <p>PERSONALIZAÇÃO DE LOUCAS E UNIFORMES</p> <p>CLASSE MÉDIA E ALTA</p> <p>GARANTIA DE HIGIENE</p> <p>OFERECENDO UMA ALIMENTAÇÃO BALANCEADA</p> <p>PROPOSTA DE DEDICAÇÃO QUE VAI DAS COMPRAS ATÉ A PRODUÇÃO</p> <p>PROPOR OFERTAS</p> <p>COMPETÊNCIA E HABILIDADE COM OS CLIENTES</p> <p>PROPORCIONANDO FUTURAMENTE UMA VIDA ADEQUADA</p> <p>PRODUTOS NUTRITIVOS</p>	<p><b>Relacionamento</b></p>  <p>PROPAGANDAS DE INCENTIVOS PARA CONTINUAÇÃO DO BOM HÁBITO ALIMENTAR</p> <p>OFERECER UMA SOBREMESA SAÚDÁVEL</p> <p>PALESTRAS PARA INCENTIVAR UMA BOA ALIMENTAÇÃO</p> <p>TIDELIZAR COM DESCONTOS PARA PESSOAS QUE SE EXERCITAM</p> <p>CAMPANHAS PARA PROPORCIONAR A MELHORIA DA SAÚDE</p> <p>CADASTRAR TODOS OS CLIENTES EM NOSSO SERVIÇO</p> <p>OFERECER PRATOS COM TOQUES SUAVES E DE FÁCIL DIGESTÃO</p> <p>MODIFICAÇÕES NO CARDÁPIO E PROMOÇÕES PARA ATRAIR CLIENTES</p> <p>SUGESTÕES ABERTAS PARA A MELHORIA</p> <p>SUGERIR ESCOLHAS AGRADÁVEIS AO CONSUMIDOR</p> <p>PESQUISA DE SATISFAÇÃO AO CONSUMIDOR</p> <p>CONHECER SEUS HÁBITOS ALIMENTARES ATRAVÉS DO CADASTRO</p> <p>OFERECER SOBREMESAS DE FRUTAS MISTAS</p>	<p><b>Segmentos de Clientes</b></p>  <p>PESSOAS QUE PROCURAM UMA ALIMENTAÇÃO SAÚDÁVEL</p> <p>POPULAÇÃO QUE SE PREOCUPA COM SUA SAÚDE ALIMENTAR</p> <p>PESSOAS COM PROBLEMAS DE SAÚDE</p>
<p><b>Recursos-chave</b></p>  <p>CARDÁPIOS ELABORADOS POR ESPECIALISTAS E NUTRICIONISTA</p> <p>AUTORIZAÇÃO DOS BOMBEIROS</p> <p>SUPERVISORES QUALIFICADOS PARA POSSÍVEIS PROBLEMAS</p> <p>CERTIFICADO DE QUALIDADE</p> <p>AUTORIZAÇÃO DA VIGILÂNCIA SANITÁRIA</p> <p>ESTRUTURA PRÓPRIA</p> <p>FUNCIONÁRIOS ALTAMENTE CAPACITADOS E TREINADO</p> <p>GESTORES DE QUALIFICAÇÃO PROFISSIONAL</p>		<p><b>Canais</b></p>  <p>MARCHAND</p> <p>EXPOR EM BANERS E OUTDOOR</p> <p>DELIVERY</p> <p>PROPAGANDAS NA MÍDIA</p> <p>TEASER</p> <p>BLOG</p> <p>TELEFONE</p> <p>INTERNET</p> <p>CONSUMO LOCAL</p>		
<p><b>Estrutura de Custos</b></p>  <p>TOTAL DE GASTOS COM FUNCIONÁRIOS APROXIMADAMENTE R\$ 18.215,51</p> <p>PRATOS VARIÁVEIS EM MÉDIA CUSTO DE R\$ 28,00</p>		<p><b>Fontes de Receita</b></p>  <p>CONCORRÊNCIA POR PRATOS VARIÁVEIS A PARTIR DE R\$13,00</p> <p>PAGAMENTOS EM FORMA DE CARTÕES E DINHEIRO</p> <p>PRATOS VARIÁVEIS A PARTIR DE R\$15,00</p> <p>CONCORRÊNCIA SELF-SERVICE R\$ 13,90</p> <p>CONCORRÊNCIA CARNES POR KILO PRATO FIXO R\$4,75</p> <p>VALOR ALTO POR UMA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA</p> <p>CONCORRÊNCIA PAGAMENTOS EM FORMAS DE CARTÕES E DINHEIRO</p>		

## APÊNDICE C – MODELO DO QUESTIONÁRIO DA PESQUISA

“Produtos orgânicos não são apenas verduras e legumes, são também carnes, ovos e todos os alimentos sem modificação com agrotóxicos. Tendo uma garantia de produtos adequados e uma qualidade específica de certificação, o produto orgânico tem um grande valor para a saúde do ser humano e para a conservação do meio ambiente; além de, fornecer grandes benefícios a sociedade”.

### 1 - Você se preocupa com sua saúde?

Sempre me preocupo.  Me preocupo, mas não tenho tempo.  Às vezes.  Não me preocupo.

### 2 - Você frequentaria um restaurante que oferece em seus pratos alimentos orgânico e que se preocupa com sua saúde alimentar?

Frequentaria.  Sim, quando possível.  Às vezes.  Frequentaria muito pouco.  Não me interessa em frequentar.

### 3 - Com que frequência você consumiria uma alimentação orgânica?

1x por semana.  2x por semana.  3x por semana.  Todos os dias.  Raramente.  Não consumiria.

### 4 - Se você que se preocupa e/ou se preocupasse com sua saúde alimentar, mas não tivesse tempo de frequentar o restaurante, pediria Delivery?

Sim.  Às vezes.  Quando possível.  Não, prefiro fazer em casa.  Mesmo Delivery, não me interessa.

### 5 - Você estaria disposto a melhorar/mudar o seu hábito alimentar?

Sim.  Gostaria, mas não tenho tempo.  Às vezes.  Não, talvez como complementação.  Não, minha alimentação está boa.

### 6 - O que você costuma comer em seu cotidiano? (Marque mais até 05 alternativas)

Carne vermelha.  Massas  
 Carne branca.  Frituras  
 Grelhados.  Doces  
 Marinhos.  Salgados  
 Legumes e verduras.  FastFood

### 7 - Quanto pagaria em um prato de alimentos orgânico que irá favorecer sua saúde e lhe trazer benefícios?

De R\$10,00 à R\$15,00.  De R\$15,00 à R\$20,00.  De R\$20,00 à R\$25,00.  De R\$25,00 pra cima.  Não pagaria