

**COM QUE ROUPA?**



GIOVANNA  
NADER

# COM QUE ROUPA?

Guia prático de  
moda sustentável

BRUNO

Copyright © 2021 by Giovanna Nader

A Editora Paralela é uma divisão da Editora Schwarcz S.A.

Grafia atualizada segundo o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990, que entrou em vigor no Brasil em 2009.

CAPA E PROJETO GRÁFICO Alles Blau

ILUSTRAÇÕES Paula Hemm

PREPARAÇÃO Angélica Andrade

REVISÃO Márcia Moura e Gabriele Fernandes

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

---

Nader, Giovanna

Com que roupa? : Guia prático de moda sustentável / Giovanna Nader. — 1ª ed. —  
São Paulo : Paralela, 2021.

ISBN 978-85-8439-206-3

1. Consultoras de moda 2. Consumismo 3. Consumo sustentável 4. Estilistas [Moda] 5. Indústria têxtil – Aspectos ambientais 6. Indústria da moda – Aspectos ambientais 7. Moda 8. Moda – Aspectos sociais 9. Modas – Aspectos ambientais 10. Sustentabilidade I. Título.

21-56233

CDD-391

---

Índice para catálogo sistemático:

1. Moda : Aspectos ambientais : Usos e costumes 391

Maria Alice Ferreira — Bibliotecária — CRB-8/7964

[2021]

Todos os direitos desta edição reservados à

EDITORA SCHWARCZ S.A.

Rua Bandeira Paulista, 702, cj. 32

04532-002 — São Paulo — SP

Telefone: (11) 3707-3500

[editoraparela.com.br](http://editoraparela.com.br)

[atendimentoaoleitor@editoraparela.com.br](mailto:atendimentoaoleitor@editoraparela.com.br)

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

[instagram.com/editoraparela](https://instagram.com/editoraparela)

[twitter.com/editoraparela](https://twitter.com/editoraparela)

À Marieta, meu maior presente e minha maior mudança. Seu nascimento me trouxe questionamentos profundos sobre como fazer diferente, e, desde então, venho buscando novos meios de viver neste mundo sem comprometer seu futuro.

# SUMÁRIO

**PARTE 1:** 9  
**A MODA COMO ELA É**

<b>1. Quantas gotas formam um oceano?</b>	10
<b>2. Afinal, o que é moda sustentável?</b>	24
<b>3. Desmistificando a moda sustentável</b>	36
<b>4. Precisamos mesmo de tantas roupas?</b>	52
<b>5. Roupas foram feitas para circular</b>	60
<b>6. Ética e transparência vieram para ficar</b>	70
<b>7. Questionando o nosso consumo</b>	80

**PARTE 2:** 99  
**GUIA PRÁTICO PARA UM  
GUARDA-ROUPA SUSTENTÁVEL**

<b>8. Comprando com consciência</b>	102
<b>9. O mundo encantado dos brechós</b>	118
<b>10. Como organizar suas roupas</b>	126
<b>11. Como cuidar das suas roupas</b>	146
<b>12. Como descartar suas roupas</b>	164
<b>13. Como fazer pequenos ajustes e transformações</b>	178
<b>14. Ansiedade que se transforma em ação</b>	188
 Agradecimentos	 194
Referências bibliográficas	196

# PARTE 1



△  
MODA  
COMO  
ELA É

**1.**

**Quantas gotas  
formam um  
oceano?**

Uma vez que abrimos os olhos para as questões ambientais e sociais que nos cercam, não dá para voltar atrás e tentar viver como se elas não existissem.

Mudanças climáticas, aquecimento global, elevação do nível do mar, catástrofes naturais, extinção das espécies, escassez de alimentos, pandemias são apenas alguns dos acontecimentos que devem tomar maiores proporções nos próximos trinta anos se não agirmos de forma rápida e consciente por um mundo melhor agora. Ao meu redor, esses temas se tornaram centrais nas conversas entre amigos na mesa de bar, nas notícias do jornal da manhã, no almoço com os colegas de trabalho, nas reuniões, nas tarefas de casa dos filhos e em qualquer outro tipo de interação social.



Sabemos que, se continuarmos produzindo e consumindo no ritmo atual, a humanidade será extinta. O que parece não nos passar pela cabeça é que essa realidade está mais próxima do que imaginamos: nossa geração já sofre as consequências da produção e do consumo desenfreado, e a próxima vai morar num planeta ainda mais hostil que este. Pela primeira vez, deparamos com uma ameaça real de desaparecimento da vida humana — e isso é desesperador.

Fazemos a nossa parte: separamos o lixo caseiro, preferimos os produtos com etiqueta “sustentável” e consumimos alimentos orgânicos. Mas de que adianta a gente comprar uma blusinha produzida de maneira ética se todo o sistema por trás das indústrias está errado? Tem também aquela amiga que consome fast fashion porque acha que a culpa não é dela e a tia que ainda usa canudo e copo plástico nas festas de aniversário da família. Além disso, como falar para a sua avó, sem deixá-la triste, que você não quer mais presentes porque já tem coisas demais no armário?

Ao mesmo tempo, as tragédias se acumulam: somente no Brasil, durante o período em que escrevi este livro, 50 milhões de abelhas morreram em razão do uso de agrotóxicos, acompanhei a tragédia de Brumadinho causada pela Vale, assisti às queimadas provocadas por fazendeiros na Floresta Amazônica e no Pantanal, respirei o ar cor de chumbo que cobriu a cidade de São Paulo e vi de longe, angustiada, litros e litros de petróleo atingirem centenas de praias no litoral

nordestino.<sup>1</sup> Quando achei que não podíamos nos afundar mais, fomos acometidos pela pandemia do coronavírus, a maior emergência sanitária dos nossos tempos. Todas essas catástrofes decorreram da ação humana, gerando danos irreversíveis ao ecossistema e, conseqüentemente, a nós, que somos parte dele.

Em alguns dias foi impossível enxergar uma luz no fim do túnel — me desesperei, chorei e olhei para minha filha como parte de uma geração sem futuro. Apesar disso, sempre criei forças para continuar o meu trabalho, apoiada no lado bom disso tudo: há cada vez mais interesse nas questões ambientais, cada vez mais espaços na mídia para compartilhar conhecimento sobre o tema e cada vez mais empresas dispostas a adaptar seus modelos de negócio para reduzir os impactos na natureza. Testemunhamos uma união de pessoas que querem fazer a diferença, independentemente de ideologias políticas e crenças, pois percebem que o mundo é um só e todos precisamos viver nele.

Tantas urgências mudaram o rumo deste livro. Antes, ele abordava tópicos sobre moda sustentável e dicas para compor um guarda-roupa mais consciente, mas, diante do caos que vivemos, senti que deveria ir mais fundo: deixei as dicas na segunda parte e, aqui na primeira, propus questionamentos sobre o modelo econômico vigente e sobre como podemos ser agentes transformadores dentro dele.

---

1 Em agosto de 2019, no litoral brasileiro, aconteceu a maior tragédia ambiental em extensão da história do país. Mais de novecentas localidades da costa nordestina foram atingidas por um derramamento de petróleo cuja causa, até a data de publicação deste livro, é desconhecida. O governo brasileiro não deu suporte às investigações ou à limpeza das praias — assistimos à população local se organizar e retirar o petróleo com as próprias mãos. De acordo com dados do IBAMA, o fenômeno afetou a vida de centenas de espécies marinhas, provocando danos irreversíveis ao ecossistema.

Usei a moda como base para explorar assuntos mais complexos — um tema leve, acessível e ao mesmo tempo vibrante para mudar o cenário, que pode ser a porta de entrada para outra visão de mundo. Pelo menos foi o que aconteceu comigo: primeiro, mudei meu jeito de consumir moda e só depois, anos mais tarde, adaptei todo o meu estilo de vida à minha nova forma de pensar. Espero que seja assim com você também.

Muitas vezes, na tentativa de construir um mundo melhor, nos sentimos como uma gota no oceano. De fato, os nossos esforços para reduzir o desperdício de água são insignificantes diante dos mais de 3500 litros gastos para se produzir uma única calça jeans. E somos muitos! Atitudes isoladas não viram o jogo, mas grandes revoluções sim. E revoluções são feitas por pessoas.

Somos 7,6 bilhões de pessoas no mundo; 7,6 bilhões de possibilidades de mudança. Quanto mais gente boicotar marcas cujas condições de trabalho sejam análogas à escravidão, separar o lixo corretamente, votar em políticos que priorizem as causas ambientais, se manifestar contra o desmatamento, aderir a uma alimentação natural e mudar seu estilo de vida, mais impacto e volume essas iniciativas ganharão. Precisamos cultivar a consciência individual a fim de nos fortalecer enquanto sociedade e, assim, agir para cobrar políticos, governos, empresas e marcas. O que está em jogo é a nossa existência.

Toda vez que bater aquela sensação de impotência em relação ao mundo em que vivemos, lembre-se de que somos muitos e estamos cada vez mais próximos da grande virada. Durante muito tempo consumimos de maneira inconse-

quente, sem nos questionar sobre o assunto, mas a rapidez com que as informações têm vindo à tona é muito maior do que há cinco anos. A consciência de que é preciso mudar está por toda parte — na mídia, na creche do filho, no trabalho ou na mesa do bar.

Existe muita gente que não se importa em destruir o planeta. A boa notícia é que também existe muita gente lutando para preservá-lo. Sou otimista e já escolhi o meu lado. E você, de que lado quer estar?

**Você não é uma gota no oceano; você é o oceano inteiro em uma gota.**



