

Estudo sobre os Comportamentos de Reciclagem de Estudantes Universitários em Portugal – Conclusões

Estudo conduzido pela Dra. Marta Moreira Marques, investigadora e especialista na área das Ciências Comportamentais da Escola Nacional de Saúde Pública da Universidade NOVA de Lisboa (ENSP-NOVA), em colaboração com a sua equipa.

Projeto promovido por:



DIFERENTES FASES DO PROJETO



Objetivo global: Compreender e melhorar os comportamentos de separação e deposição de resíduos recicláveis de estudantes universitários em Portugal.

Metodologia Global

A investigação foi conduzida em **três fases complementares**:

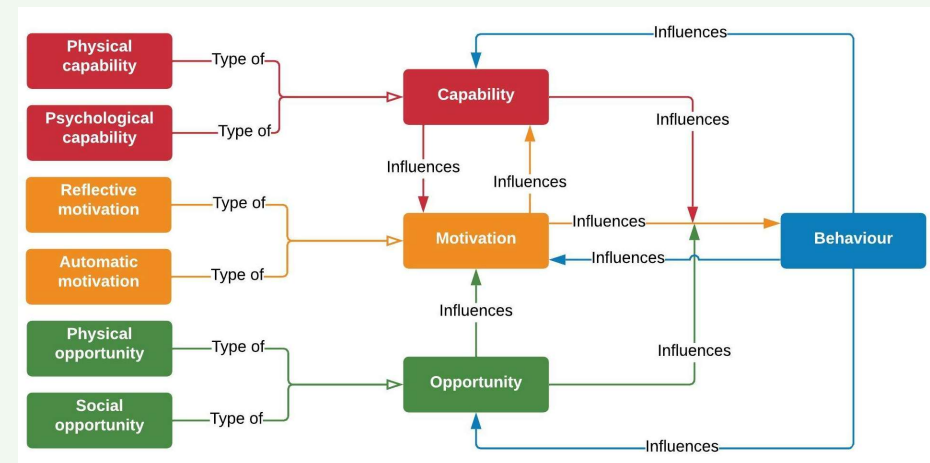
1. **Inquérito online** (n = 550) — estudantes universitários em Portugal.
2. **Grupos focais** (n = 14) — aprofundamento de comportamentos e perceções.
3. **Entrevistas individuais** (n = 6) — foco em estudantes universitários estrangeiros.

Todas as fases seguiram o modelo **COM-B (Capacidade, Oportunidade e Motivação) para analisar os comportamentos de reciclagem.*

*Modelo COM-B — O que é?

Um modelo usado para entender o **comportamento** (Behaviour), com base em três fatores principais: **Capacidade**, **Oportunidade** e **Motivação**.

Esses fatores ajudam a identificar **o que impede ou facilita uma pessoa a agir** — neste caso, a reciclar.



RESULTADOS PRINCIPAIS

RESÍDUOS RECICLÁVEIS:

Separação e deposição mais frequente - Vidro, Plástico e Papel/Cartão

Separação e deposição menos frequente e mais problemática nos resíduos especiais (pilhas, têxteis, cápsulas, etc.)

FACILITADORES

- **Hábito prévio de reciclagem** (motivação automática)
- **Acesso fácil a ecopontos e contentores** (oportunidade física)
- **Conhecimento sobre o que reciclar e como** (capacidade psicológica)
- **Pressão e incentivo social** (oportunidade social)
- **Responsabilidade ambiental pessoal** (motivação reflexiva)

BARREIRAS

- **Falta de informação clara** (nos ecopontos, embalagens e universidades)
- **Infraestruturas inadequadas**, especialmente para resíduos especiais
- **Falta de espaço em casa** ou de condições físicas para separar
- **Cansaço emocional** e perceção de esforço elevado
- **Comportamentos desmotivadores de colegas de casa**
- **Desconfiança no sistema de reciclagem**

OS RESULTADOS INDICAM QUE MELHORIAS PODEM SER ALCANÇADAS ATRÁVES DE:

I. Informações claras, práticas e educativas sobre a separação e deposição de resíduos para a reciclagem: *Como separar corretamente (por tipo de resíduo, incluindo resíduos especiais); Onde e como depositar; O que pode ou não ser reciclado (prevenção de contaminação); Comunicação adaptada ao público-alvo.*

II. Sugerir melhorias na comunicação visual e nos equipamentos de recolha seletiva (ex: ecopontos), de forma a facilitar o acesso, aumentar a visibilidade e garantir a utilização correta por todos os estudantes, nomeadamente: *Sinalética coerente entre ecopontos e contentores domésticos; Localização estratégica e próxima das rotinas dos estudantes; Maior presença de ecopontos em campus e residências.*

III. Fomentar um ambiente social e cultural favorável à reciclagem, promovendo uma cultura académica que valorize, normalize e facilite a separação e deposição de resíduos: Exemplos e incentivo entre pares (ambiente colaborativo); Apoio das associações académicas; Inclusão de mensagens institucionais sobre responsabilidade ambiental; Sensibilização nas residências universitárias e acolhimento de estudantes estrangeiros.

IV. Estimular a motivação individual e coletiva, com estratégias que reforcem o sentido de responsabilidade e pertença, como: *Campanhas com foco no impacto ambiental positivo; Recompensas simbólicas, Reconhecimento social ou gamificação; Participação ativa dos estudantes na definição das soluções.*

V. Estratégias que explorem formas de reduzir o esforço percebido e aumentar a conveniência da reciclagem, nomeadamente através da análise de localizações, acessibilidade e integração da reciclagem nas rotinas diárias dos estudantes (ex.: espaços de refeição, zonas de convívio, eventos universitários).

VI. Estratégias que considerem a personalização da comunicação ao contexto universitário e à fase de vida dos estudantes, tendo em conta momentos de transição, canais de comunicação mais utilizados e formatos apelativos e adequados ao público-alvo.

FASE 1 – INQUÉRITO ONLINE



OBJETIVO DO ESTUDO

Avaliar os comportamentos de **separação e deposição de resíduos recicláveis** entre estudantes universitários em Portugal e identificar **barreiras e facilitadores** desses comportamentos, com base no modelo **COM-B** de mudança comportamental:

- **Capacidade** (física e psicológica)
- **Oportunidade** (física e social)
- **Motivação** (automática e reflexiva)

CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

Total de participantes: 550 estudantes universitários

Idade média: 26 anos (entre 17 e 70 anos)

Género: Feminino: 70%; Masculino: 27%; Outro: 3%

Distritos com maior representação: Lisboa (34,5%), Porto (21,8%), Setúbal (8,4%)

Áreas de estudo mais representadas: Ciências Sociais (18,8%), Engenharias (17,9%)



Outras observações:

- **Não houve grandes diferenças entre géneros.**
- Foram observadas diferenças por **distritos** e **áreas de estudo**, relacionadas à oportunidade física (acesso), motivação e conhecimento.



COMPORTAMENTOS DE RECICLAGEM: SEPARAÇÃO E DEPOSIÇÃO

Separação de resíduos (i.e., separar em casa os diferentes tipos de lixo reciclável)

- **Mais frequente:** vidro, plástico e papel/cartão
- **Menos frequente:** resíduos especiais (pilhas, lâmpadas, têxteis, óleos, etc.)
- **Média geral** (escala de 1 a 6): Vidro: 4,76 | Plástico: 4,61 | Papel/Cartão: 4,49 | Orgânicos: 3,85

Deposição de resíduos (i.e., colocar o lixo separado nos contentores nos contentores apropriados, como os ecopontos/ pontos de recolha específicos)

- Tendência semelhante à separação, com destaque para o vidro como o mais frequentemente depositado nos ecopontos.

BARREIRAS IDENTIFICADAS

- Falta de espaço em casa para separar os resíduos;
- Falta de conhecimento claro sobre separação correta;
- Dificuldades com resíduos especiais;
- Menor perceção de impacto individual da reciclagem.

FACILITADORES IDENTIFICADOS

- Acesso a contentores de reciclagem bem localizados;
- Hábito enraizado desde a infância;
- Apoio social (família e colegas também reciclam).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

- O estudo revela uma **adesão moderada** à reciclagem entre os estudantes, especialmente para resíduos mais comuns;
- É essencial **reforçar a literacia ambiental** e melhorar a **infraestrutura disponível**;
- Este relatório serviu de base para os grupos focais da fase seguinte do projeto.

FASE 2 – GRUPOS FOCAIS COM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS FLUENTES EM PORTUGUÊS



OBJETIVO DO ESTUDO

Explorar de forma mais **aprofundada** os comportamentos, **barreiras** e **facilitadores** associados à reciclagem, através de grupos focais com estudantes universitários. A discussão foi orientada pelo modelo **COM-B** e teve como objetivo verificar os resultados do **inquérito** anterior, aprofundar percepções e identificar novos **fatores relevantes**.

METODOLOGIA

- 4 grupos focais online via Microsoft Teams
- Discussão orientada por guião temático com 32 tópicos
- Análise qualitativa com codificação temática (COM-B)

CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

- **Participantes:** 14 estudantes
- **Género:** 69% feminino | 31% masculino
- **Idade média:** 24 anos (entre 19 e 29 anos)
- **Áreas de estudo:** destaque para Psicologia, Direito e Engenharia
- **Condições de habitação:**
 - Todos viviam em **habitação partilhada**
 - 36% com cônjuge | 27% com colegas | 36% com familiares



COMPORTAMENTOS DE SEPARAÇÃO

BARREIRAS

- Cansaço emocional: afeta especialmente a higienização dos resíduos;
- Complexidade das embalagens compostas (vários materiais);
- Falta de informação clara nas embalagens;
- Dúvidas sobre contaminação levam à deposição no lixo indiferenciado;
- Iliteracia ambiental sobre o funcionamento dos ecopontos.

FACILITADORES

- Indicações visuais claras nos ecopontos e embalagens;
- Campanhas educativas desde a infância;
- Recursos como lembretes ou sinalética em casa;
- Exemplos de familiares e amigos;
- Rotina já estabelecida - hábito automático.

COMPORTAMENTOS DE DEPOSIÇÃO

BARREIRAS

- Falta de ecopontos próximos ou visíveis;
- Infraestruturas inadequadas em residências ou universidades;
- Desconhecimento sobre resíduos especiais (ex: pilhas, têxteis);
- Desconfiança no sistema de reciclagem.

FACILITADORES

- Proximidade dos ecopontos e recolha porta-a-porta;
- Conteúdos informativos visuais junto aos contentores;
- Integração do comportamento na rotina;
- Apoio da comunidade e pressão social positiva;
- Sensibilização e educação ambiental contínuas.

RESULTADOS ADICIONAIS

- A maioria dos participantes **concordou com os dados do inquérito** da 1.ª fase.
- A separação inadequada decorre frequentemente de **dúvidas**, não de falta de vontade.
- **Participantes referem pouca informação acessível e simples.**
- A maioria vê a reciclagem como um **dever cívico e moral**, mas enfrenta desafios práticos.

FASE SUPLEMENTAR – ENTREVISTAS COM ESTUDANTES ESTRANGEIROS



OBJETIVO DO ESTUDO

Compreender, de forma qualitativa, as **percepções, barreiras e facilitadores** associados à reciclagem de estudantes **universitários estrangeiros** a viver em Portugal.

Este estudo complementa os grupos focais realizados com estudantes portugueses, focando-se num **segmento específico cada vez mais relevante**: os estudantes internacionais.

CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

- **Participantes:** 6 estudantes estrangeiros
- **Género:** 67% feminino | 33% masculino
- **Idade média:** 24 anos
- **Origem geográfica:**
 - Europa: França, Alemanha
 - África: Angola, Marrocos
 - América: Estados Unidos
 - Transcontinental: Turquia
- **Tipo de curso:** 2 estudantes Erasmus; 4 estudantes de mestrado em universidades portuguesas.



FREQUÊNCIAS DE RECICLAGEM REPORTADAS

50% (n=3) reciclam sempre; **33% (n=2)** reciclam ocasionalmente; **17% (n=1)** não recicla.

METODOLOGIA

- **6 entrevistas individuais** com guião semiestruturado
- Entrevistas realizadas com estudantes com diferentes níveis de contacto com o sistema universitário português - abordagem qualitativa com análise de conteúdo por temas.

BARREIRAS

- Falta de hábito anterior (ex: Angola, Marrocos);
- Perceção de esforço elevado;
- Ausência de incentivo dos colegas de habitação;
- Falta de informação em inglês ou adaptada a estrangeiros;
- Falta de clareza na sinalização dos ecopontos;
- Desmotivação causada por falta de reciclagem no ambiente à volta.

FACILITADORES

- Guias práticos adaptados aos estrangeiros;
- Infraestrutura adequada e acessível (recolha porta-a-porta, sinalética visível);
- Sentido de responsabilidade cívica (valorizado sobretudo por europeus e turcos);
- Educação ambiental anterior;
- Pressão positiva do ambiente universitário ou residência.

FATORES QUE INFLUENCIAM A RECICLAGEM

INDIVIDUAIS: Consciência ambiental prévia influencia positivamente o comportamento; **Crença no impacto individual** reforça o comportamento; **Hábitos adquiridos na infância** (ex: Alemanha, França, Turquia); **Conveniência e acessibilidade** são cruciais: ecopontos distantes = menor frequência de reciclagem; **Influência cultural:** países com políticas ambientais fortes criam cidadãos mais preparados.

SOCIAIS E CULTURAIS: Normas do grupo de habitação afetam o comportamento (ex: colegas que não reciclam = desmotivação); **Pressão social positiva** estimula a adesão à reciclagem; **Falta de incentivo institucional** sentida; Todos (100%) referem que **um guia em inglês** enviado pela universidade ajudaria na integração nas práticas locais.

ESTRUTURAIS E CONTEXTUAIS: Proximidade dos ecopontos e recolha porta-a-porta são facilitadores diretos; **Falta de sinalização clara** nos ecopontos gera confusão; **Dificuldade de acesso à informação atualizada e local**; **Falta de contentores específicos nos prédios** compromete o hábito.

SUGESTÕES DE INTERVENÇÃO PARA ESTUDANTES UNIVERSITARIOS INTERNACIONAIS

- Distribuição de **guias de reciclagem em inglês e português** no início do ano letivo;
- **Campanhas visuais multilíngues** no campus e nas residências;
- **Mapas digitais de ecopontos** mais próximos, integrados nas apps universitárias;
- Formação breve ou **workshops de integração ambiental**;
- Promoção de **ambientes de habitação que reforcem boas práticas**.



RECOMENDAÇÕES FINAIS

- A mudança comportamental exige **acesso, conhecimento e motivação**.
- É essencial atuar sobre os **contextos sociais e físicos**, criando ambientes que **facilitem a escolha certa**.
- A integração de **mensagens consistentes, infraestruturas acessíveis** e **experiências positivas de reciclagem** pode gerar impacto real e duradouro.



Observatório
do **Plástico**

