



# Inquério aos Estudantes

Auditoria Ambiental aos Estudantes 24/2025

# Contextualização

A aplicação deste inquérito é um passo fundamental para avaliar e acompanhar o nível de conhecimento dos nossos estudantes sobre sustentabilidade.

Integrado no programa Eco-Escolas, este processo funciona como uma ferramenta essencial para envolver os alunos na análise das suas próprias práticas sustentáveis.

No âmbito do Eco-Escolas, a auditoria ambiental é concretizada através de um questionário destinado aos estudantes. Este instrumento permite recolher, de forma simples e eficaz, dados sobre os comportamentos e atitudes da comunidade escolar face à sustentabilidade.

Com base nas respostas obtidas, torna-se possível identificar aspetos que necessitam de melhoria e estabelecer objetivos que incentivem práticas mais sustentáveis na escola.

# Temas

**01**

Resíduos

**02**

Água

**03**

Energia

**04**

Espaços Exteriores

**05**

Biodiversidade

**06**

Alimentação

# Temas

**07**

**Mar**

**08**

**Ruído**

**09**

**Digital**

**10**

**Mobilidade**

# Resultados 24/25

N.º total de inquéritos submetidos: 177

Taxa de participação: 7,0%

Média dos inquéritos: 55,89%

Índice Ação Climática: 51,20%

Tema	Pontuação (%)
Resíduos	55,47
Água	56,12
Energia	60,00
Espaços Exteriores	48,02
Biodiversidade	63,58
Alimentação e Agricultura Biológica	64,00
Mar	35,40
Ruído	63,65
Digital	15,44
Mobilidade	44,63

# Resíduos

## Hábitos de Separação de Resíduos



**Análise:** A maioria dos estudantes separa corretamente o papel, plástico, metal e vidro, demonstrando boas práticas ambientais. Contudo, a separação de pilhas e pequenos eletrodomésticos é menos frequente, e a compostagem continua pouco praticada. Verifica-se ainda margem para melhorar a reutilização de objetos e o conhecimento sobre a política dos 3Rs..

**Sugestão de Melhoria:** Reforçar campanhas de sensibilização sobre a separação e destino adequado dos resíduos, promover iniciativas de reutilização e incentivar a compostagem através de projetos práticos e formativos.



# Água

## Hábitos

**Análise:** As respostas revelam uma atitude geralmente responsável no uso da água, com a maioria dos participantes a adotar práticas de poupança, como fechar a torneira durante a higiene oral e reduzir o tempo de banho. No entanto, ainda existe uma parte dos inquiridos que mantém hábitos de desperdício ou demonstra pouco conhecimento sobre o papel das ETA e ETAR no tratamento e reaproveitamento da água.

**Sugestão de Melhoria:** Sessões informativas sobre o impacto do consumo de energia e o incentivo ao uso de energia renovável, se possível, podem aumentar a consciencialização e adesão a práticas de poupança.



# Energia

## Consumo

**Análise:** As respostas revelam bons hábitos de poupança, como apagar as luzes ao sair, mas ainda há desconhecimento sobre a etiqueta energética e algum desperdício, como deixar equipamentos em stand-by ou cozinhar sem tampa.

**Sugestão de Melhoria:** Promover ações sobre eficiência energética, destacando gestos simples e o uso de energias renováveis no quotidiano.





# Espaços Exteriores



**Análise:** A análise do tema “Espaços Exteriores” mostra uma atitude positiva dos estudantes face ao uso e valorização dos espaços exteriores. A maioria demonstra interesse em participar em campanhas de limpeza ou embelezamento, embora a participação real ainda seja reduzida. Quanto às aulas ao ar livre, verifica-se uma elevada receptividade, com a maior parte a considerar interessante ter aulas no exterior algumas vezes por ano ou por mês.

**Sugestão de Melhoria :** promover mais atividades e aulas ao ar livre, bem como campanhas de voluntariado ambiental para aumentar o envolvimento e o cuidado com os espaços exteriores.

# Biodiversidade



**Análise:** Os resultados mostram boa sensibilização ambiental, mas conhecimento limitado sobre alguns temas. A maioria já ouviu falar do tráfico ilegal de espécies e reconhece espécies invasoras, embora muitos não dominem bem o assunto. Observa-se também ligação positiva com a natureza, pois grande parte anda a pé, faz caminhadas e já visitou áreas naturais protegidas.

**Sugestão de melhoria:** reforçar a educação ambiental sobre espécies invasoras e tráfico ilegal, promover atividades práticas e visitas guiadas, e criar materiais educativos interativos que estimulem o contacto direto e o respeito pela biodiversidade.

# Alimentação



**Análise:** As respostas revelam bons hábitos alimentares, com a maioria dos estudantes a consumir fruta e legumes regularmente e a demonstrar bom conhecimento da dieta mediterrânica. No entanto, o consumo frequente de doces e algumas imprecisões sobre os princípios da dieta mediterrânica indicam margem para melhoria nos comportamentos alimentares e na literacia nutricional.

**Sugestão de melhoria:** Promover ações de sensibilização sobre alimentação saudável e dieta mediterrânica, reforçando a redução do açúcar e o consumo de leguminosas e gorduras boas, através de workshops e atividades práticas.

# Mar

**Análise:** As respostas revelam boa consciência ambiental sobre a poluição marinha, com a maioria a reconhecer corretamente as causas e impactos dos resíduos, especialmente dos microplásticos. No entanto, a participação em ações de limpeza de praia ainda é baixa, embora muitos manifestem interesse em envolver-se. Persistem pequenas lacunas de conhecimento sobre a origem e o processo de formação dos microplásticos.

**Sugestão de melhoria:** Incentivar a participação prática em ações de limpeza e campanhas de sensibilização, complementadas por atividades educativas sobre resíduos marinhos e microplásticos.



## Ruído

### Hábitos de Ruído

**Análise:** As respostas mostram que a maioria dos inquiridos ouve música a volumes moderados, indicando alguma consciência sobre os riscos do ruído excessivo. No entanto, há uma percentagem significativa que respondeu “quase sempre” ou “sempre”, o que demonstra comportamentos de exposição sonora elevada — potencialmente prejudiciais à audição e ao bem-estar, sobretudo entre os mais jovens.

**Sugestão de Melhoria:** Realizar ações de sensibilização sobre os riscos do som alto e promover hábitos de escuta segura.



# Digital



**Análise:** As respostas revelam que a maioria dos participantes passa mais de 2 horas por dia ao telemóvel, indicando um uso elevado dos dispositivos digitais. Apenas uma pequena parte referiu tempos de ecrã inferiores a 1 hora, o que sugere forte dependência tecnológica e possível impacto em aspetos como o descanso, a produtividade e a saúde visual. Este padrão é coerente com as tendências atuais entre jovens e adultos, mas reforça a necessidade de promover equilíbrio no tempo de utilização digital.

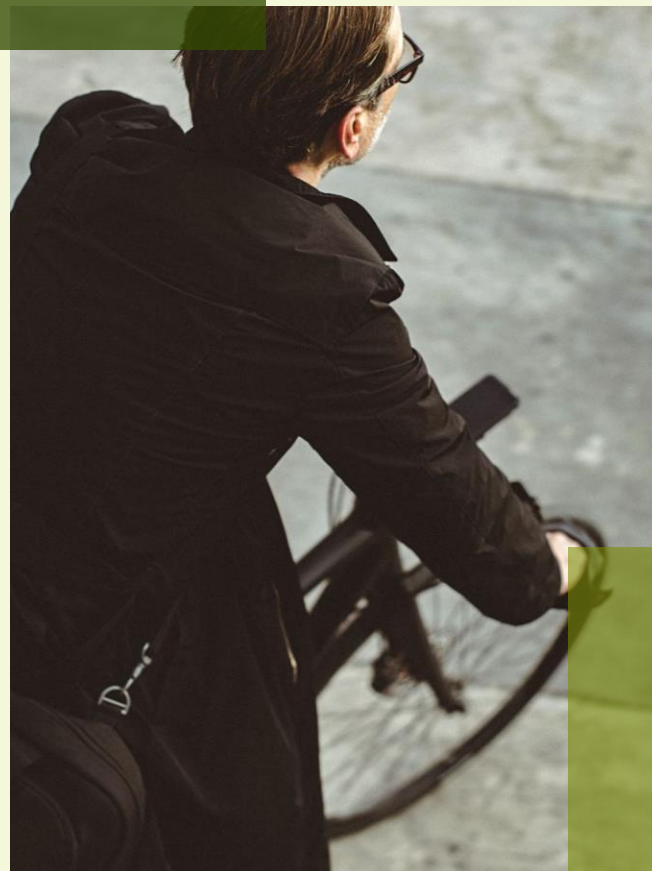
**Sugestão de Melhoria:** Incentivar a utilização consciente e equilibrada dos dispositivos, através de campanhas de literacia digital e estratégias práticas para reduzir o tempo de ecrã, como pausas regulares e atividades offline.



# Mobilidade

**Análise:** A maioria dos participantes usa transportes públicos, revelando boas práticas de mobilidade sustentável. Contudo, ainda há muitos utilizadores de viaturas privadas não partilhadas, e o uso de meios suaves (a pé, bicicleta, trotinete) é limitado.

**Sugestão de Melhoria:** Incentivar o uso partilhado de transportes e modos suaves, através de campanhas e melhores condições de mobilidade sustentável.





# Conclusão



# Conclusão

A análise global revela um bom nível de consciência ambiental e adoção de práticas sustentáveis por parte dos participantes, sobretudo na separação de resíduos, poupança de energia e água e alimentação equilibrada. No entanto, há ainda espaço para melhorias em áreas como a redução do consumo digital, a minimização do ruído, a adesão a meios de transporte sustentáveis e o reforço de práticas circulares, como a compostagem e o reaproveitamento de materiais.

De forma geral, recomenda-se o reforço de ações de sensibilização e formação prática, bem como o apoio institucional a iniciativas ecológicas, para consolidar comportamentos sustentáveis e promover uma cultura ambiental mais ativa e participativa.