

“Pegada Ecológica das pessoas  
que estudam e trabalham na

— ESEL”

2022

# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

O padrão de consumo humano tem impacto no clima e nos recursos naturais do Planeta Terra.

Medir a relação entre esse consumo e os recursos naturais, permite identificar de que forma os recursos naturais do planeta estão a ser consumidos.

A ferramenta “Pegada Ecológica”, desenvolvida pela *Global Footprint Network*, ajuda-nos a perceber como é que os nossos hábitos de consumo têm impacto no ambiente e como a alteração do nosso estilo de vida e do nosso padrão de consumo pode contribuir para uma gestão sustentável dos recursos naturais do planeta.

O Conselho EcoEscola da ESEL convidou toda a comunidade ESEL a responder ao questionário “Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL” de forma a identificar a relação entre os consumos e os recursos naturais dos estudantes, docentes e não docentes.

# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

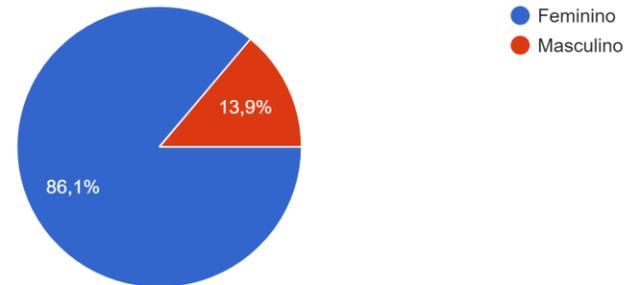
## PARTICIPANTES

158

13,9 % (22) sexo masculino

86,1 % (136) sexo feminino

2. Sexo  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## CATEGORIA

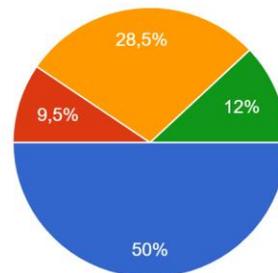
50% (151) Estudantes de Licenciatura

9,5% (15) Estudantes de Mestrado

28,5% (45) Docentes

12% (19) Não Docentes

3. Categoria  
158 respostas



- Estudante da Licenciatura
- Estudante de Mestrado
- Docente
- Não Docente

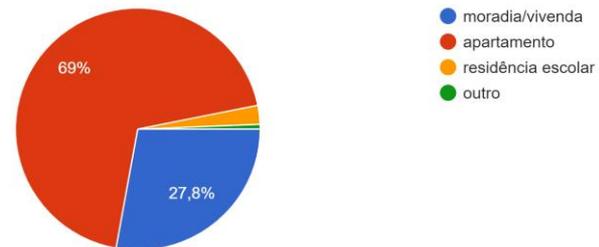
# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALOJAMENTO

### Tipo de Alojamento

a maioria dos participantes (69%) habita em apartamento, sendo que 27,8% em vivenda/moradia e 2,8% em outro tipo de alojamento, destes 2,5% em residência escolar

4.1. Tipo de Alojamento  
158 respostas



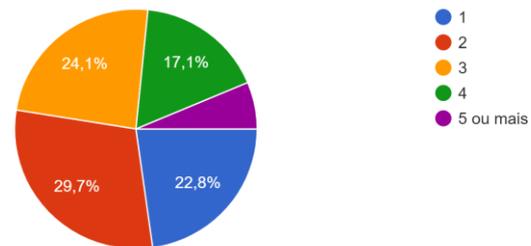
# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALOJAMENTO

Com quantas pessoas partilha o seu alojamento?

29,7% (47) dos participantes partilham o alojamento com 2 pessoas, sendo que um nº significativo de participantes 24,1% (38) vivem com 2 pessoas e 22,8% (36) com 1 pessoa.

4.2. Com quantas pessoas partilha o seu alojamento?  
158 respostas



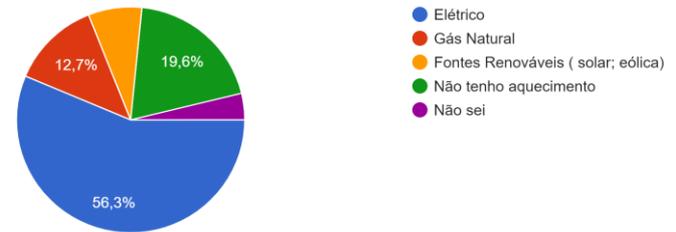
# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALOJAMENTO

### Sistema de aquecimento do seu alojamento

56,3% (89) usam o sistema elétrico para aquecimento do alojamento. 7,6% (12) dos participantes usam fontes renováveis como sistema de aquecimento. 31 participantes (16,8%) que referem não ter aquecimento

4.3. Sistema de aquecimento do seu alojamento  
158 respostas



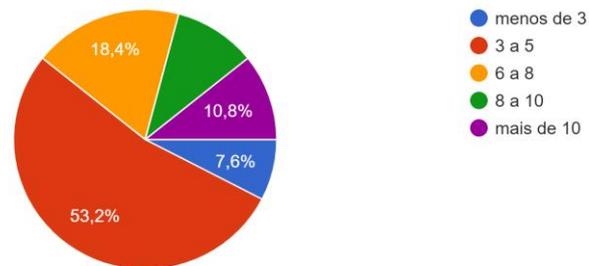
# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALOJAMENTO

Número de torneiras no seu alojamento

53,2% (84) dos participantes tem 3-5 torneiras no alojamento;  
18,4% (29) tem 6-8 torneiras.

4.4. Número de torneiras no seu alojamento  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALOJAMENTO

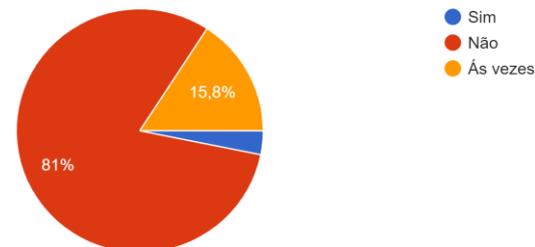
Tem por hábito deixar a torneira aberta enquanto faz higiene oral

128 participantes (81%) tem por hábito NÃO deixar a torneira aberta enquanto faz higiene oral

15,8% (27) ÀS VEZES

3,2% (5) SIM

4.5. Tem por hábito deixar a torneira aberta enquanto faz a higiene oral?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

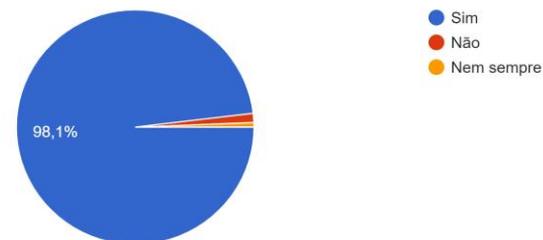
## ALOJAMENTO

Certifica que as torneiras ficaram  
bem fechadas após a sua utilização

155 participantes (98,1%) SIM

1,3% (2 participantes) NÃO

4.6. Certifica que as torneiras ficaram bem fechadas após a sua utilização?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALOJAMENTO

Tipo de iluminação no seu  
alojamento

126 participantes (79,7%) tem como  
tipo de iluminação lâmpadas LED

12,7% (20) não sabe que tipo de  
iluminação tem no seu alojamento

4.7. Tipo de iluminação no seu alojamento  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

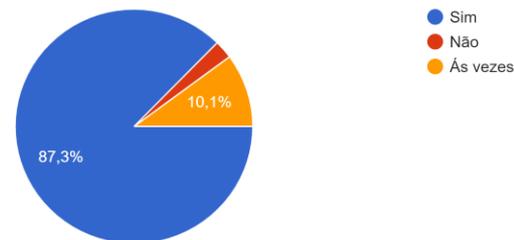
## ALOJAMENTO

Tem por hábito desligar a luz  
quando sai de uma divisão da  
casa?

138 participantes (87,3%) SIM

10,1% (16) NÃO

4.8. Tem por hábito desligar a luz quando sai de uma divisão da casa?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

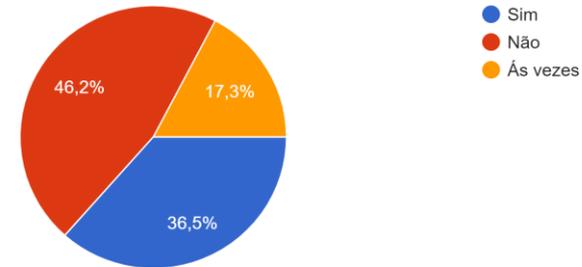
## ALOJAMENTO

Tem por hábito manter a TV em  
modo "standby"

4.9. Tem por hábito manter a TV em modo "standby"?  
156 respostas

138 participantes (87,3%) SIM

10,1% (16) NÃO



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALIMENTAÇÃO

Quantas refeições de carne ou de peixe faz por semana?

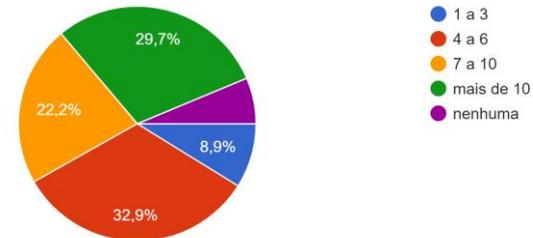
52 participantes (32,9%) faz mais de 4 - 6 refeições por semana de carne/peixe;

47 participantes (29,7%) mais de 10

35 participantes (22,2%) faz 7-10 vezes por semana e só 10

participantes não faz nenhuma refeição de carne ou peixe

5.1. Quantas refeições de carne ou de peixe faz por semana?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALIMENTAÇÃO

Quantas refeições por semana inclui produtos hortícolas?

45,6% (72) dos participantes

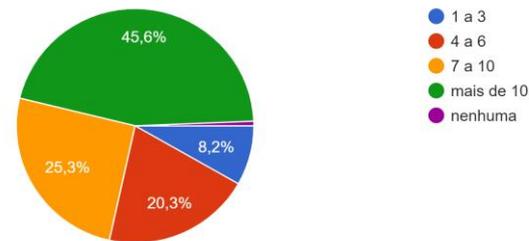
consome mais de 10 refeições

25,3% (40) consome 7-10 refeições

20,3% (32) consome 4-6 refeições

8,2% (13) consome 1-3 refeições

5.2. Quantas refeições por semana inclui produtos hortícolas?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALIMENTAÇÃO

Ao pequeno-almoço consome  
habitualmente?

78 (49.9%) dos participantes

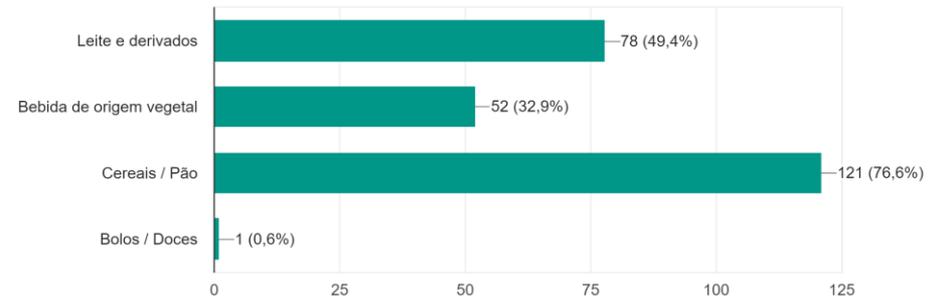
consome leite e derivados

121 (76,6%) cereais/pão

52 (32,9%) bebida vegetal

5.3. Ao pequeno-almoço consome habitualmente?

158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALIMENTAÇÃO

Quantas refeições por semana inclui fruta?

40,5% (64) dos participantes

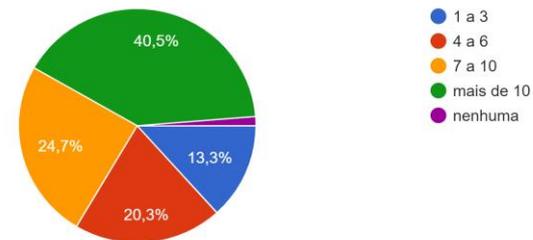
consome mais de 10 refeições

24,7% (39) consome 7-10 refeições

20,3% (32) consome 4-6 refeições

13,3% (21) consome 1-3 refeições

5.4. Quantas refeições por semana inclui fruta?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALIMENTAÇÃO

Quantas refeições preparadas em casa come por semana?

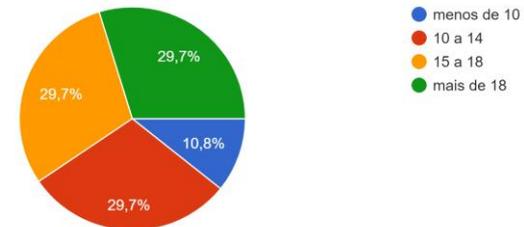
47 (29,7%) dos participantes prepara mais de 18 refeições

47 (29,7%) dos participantes prepara 15 - 18 refeições

47 (29,7%) dos participantes prepara 10-14 refeições

17 (10,8%) dos participantes prepara menos 10

5.5. Quantas refeições preparadas em casa come por semana?  
158 respostas



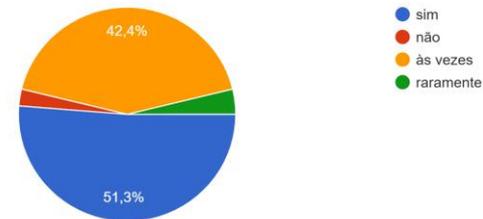
# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALIMENTAÇÃO

Opta pela compra de produtos alimentares nacionais e/ou locais?

51,3% opta por comprar os produtos alimentares de produção nacional e local.

5.6. Opta pela compra de produtos alimentares nacionais e/ou locais?  
158 respostas



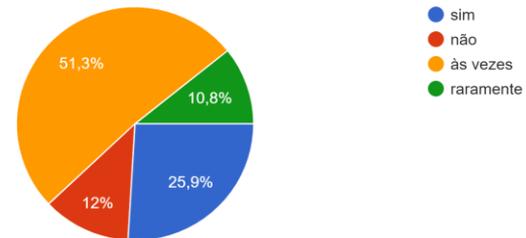
# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## ALIMENTAÇÃO

Opta pela compra de produtos de origem biológica?

51,3% opta por comprar os produtos alimentares de produção nacional e local.

5.7. Opta pela compra de produtos de origem biológica?  
158 respostas



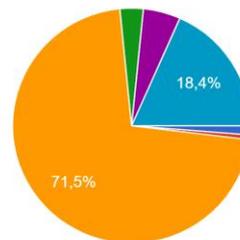
# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## TRANSPORTES

### Possui veículo próprio?

77,8% (123) possui veículo próprio;  
destes 71,5% possui automóvel  
ligeira e de referir que 18,4% possui  
bicicleta

6.1.1. Se sim, que tipo?  
158 respostas



- motociclo de baixa cilindrada (até 1200 cc.)
- motociclo de média e alta cilindrada (a partir de 1200 cc.)
- automóvel ligeiro
- automóvel "todo o terreno"
- automóvel elétrico
- bicicleta

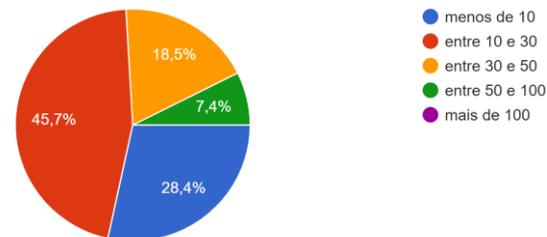
# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## TRANSPORTES

Qual o principal meio de transporte que utiliza na deslocação para a ESEL?

50% (79) desloca-se para a ESEL em veículo próprio; deste 45,7% (37) faz entre 10-30 Km para se deslocar para a ESEL;

Se respondeu "veículo próprio motorizado" quantos quilómetros faz para se deslocar à ESEL?  
81 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

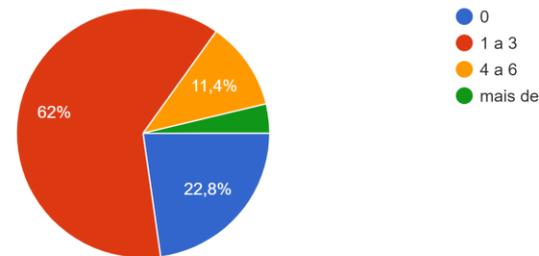
## CONSUMO

Quantas compras significativas, TV, computador, eletrodomésticos, mobílias (...), fez (ou os seus pais, no caso de ser financeiramente dependente destes) em 2021?

62% (98) dos participantes realizou 1-3 compras significativas no ano 2021

7.1. Quantas compras significativas, TV, computador, eletrodomésticos, mobílias (...), fez (ou os seus pais, no caso de ser financeiramente dependente destes) em 2020 ?

158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

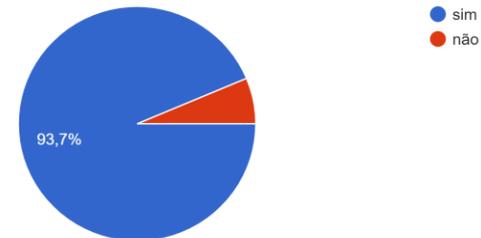
## CONSUMO

Quando compra (ou os seus pais, no caso de ser financeiramente dependente destes) eletrodomésticos opta por produtos de baixo consumo de energia?

148 participantes (93,7%) opta por adquirir eletrodomésticos por produtos de baixo consumo de energia

7.2. Quando compra (ou os seus pais, no caso de ser financeiramente dependente destes) eletrodomésticos opta por produtos de baixo consumo de energia?

158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

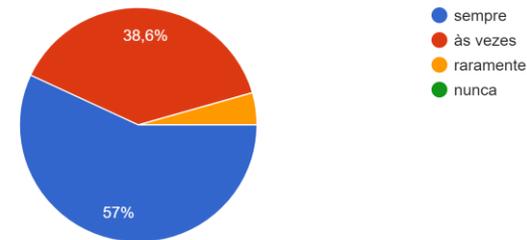
## RESIDUOS

Procura reduzir a produção de resíduos? Por exemplo: evita produtos com muita embalagem, reutiliza o papel, evita e reutiliza os sacos de plástico (...)

90 participantes (57%) procura sempre reduzir a produção de resíduos

8.1. Procura reduzir a produção de resíduos? Por exemplo: evita produtos com muita embalagem, reutiliza o papel, evita e reutiliza os sacos de plástico (...)

158 respostas



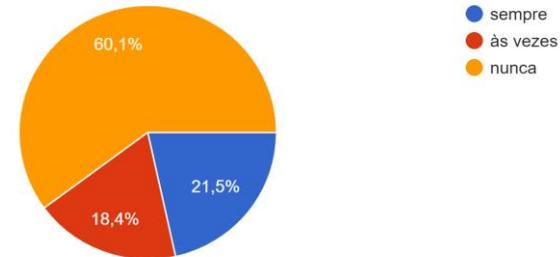
# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## RESIDUOS

### Pratica compostagem dos resíduos orgânicos?

95 participantes (60,1%) não realiza a compostagem dos resíduos orgânicos; salienta-se que 21,5% dos participantes fazem compostagem.

8.2. Pratica compostagem dos resíduos orgânicos?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

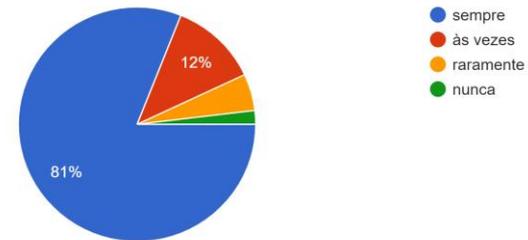
## RESIDUOS

Em casa costuma triar o lixo e colocá-lo no ecoponto para ser reciclado?

128 dos participantes (81%) faz a triagem do lixo

12% só pratica às vezes e 5,1% nunca faz

8.3. Em casa costuma triar o lixo e colocá-lo no ecoponto para ser reciclado?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

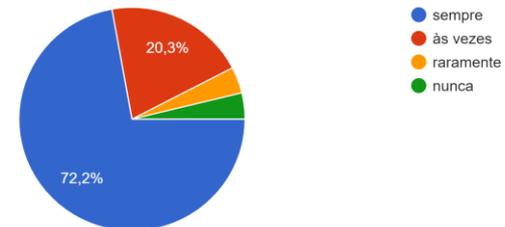
## RESIDUOS

Na escola costuma triar o lixo e colocá-lo no ecoponto para ser reciclado?

114 dos participantes (72,2%) faz a triagem do lixo

20,3% só pratica às vezes e 3,8% nunca faz

8.4. Na escola costuma triar o lixo e colocá-lo no ecoponto para ser reciclado?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

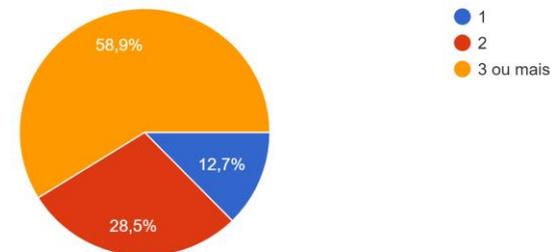
## RESIDUOS

Quantos sacos com lixo produz por  
semana?

93 dos participantes (58,9%)  
produz 3 ou mais sacos por lixo por  
semana

28,5% 2 sacos/semana e 12,7% 1  
saco/semana.

8.5. Quantos sacos com lixo produz por semana?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## BIODIVERSIDADE/ESPAÇO EXTERIOR

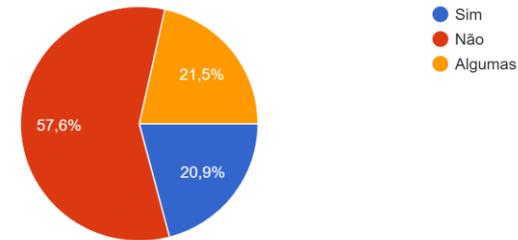
Conhece plantas autóctones  
existentes nos espaços verdes da  
escola?

91 dos participantes (57,6%) não  
conhece

33 dos participantes (20,9%)  
conhece

34 dos participantes (21,5%)  
algumas

9.1. Conhece plantas autóctones existentes nos espaços verdes da escola?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## BIODIVERSIDADE/ESPAÇO EXTERIOR

Conhece plantas exóticas  
existentes nos espaços verdes da  
escola?

121 dos participantes (76,6%) não  
conhece

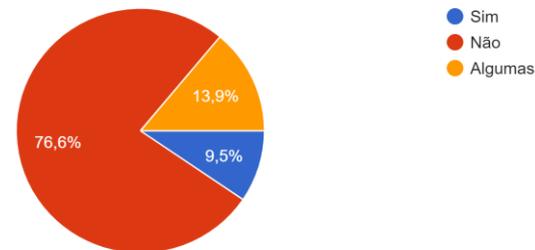
15 dos participantes (9,5%)

conhece

22 dos participantes (13,9%)

algumas

9.2. Conhece plantas exóticas existentes nos espaços verdes da escola?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## BIODIVERSIDADE/ESPAÇO EXTERIOR

Conhece plantas invasoras existentes nos espaços verdes da escola?

118 dos participantes (74,7%) não conhece

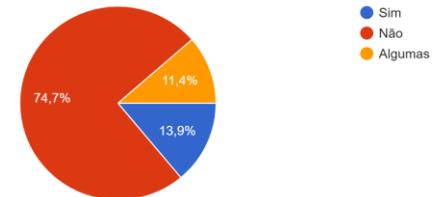
22 dos participantes (13,9%)

conhece

18 dos participantes (11,4%)

algumas

9.3. Conhece plantas invasoras existentes nos espaços verdes da escola?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## BIODIVERSIDADE/ESPAÇO EXTERIOR

Estaria interessado em colaborar  
na melhoria e manutenção do  
espaço exterior da escola?

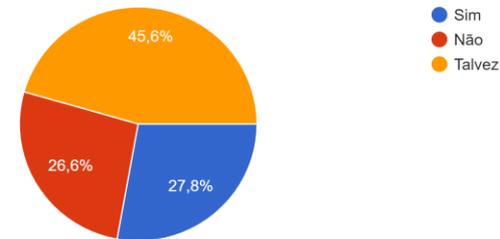
72 dos participantes (45,6%)

talvez

42 dos participantes (26,6%) não

44 dos participantes (27,8%) sim

9.4. Estaria interessado em colaborar na melhoria e manutenção do espaço exterior da escola?  
158 respostas



# Pegada Ecológica das pessoas que estudam e trabalham na ESEL 2022

## BIODIVERSIDADE/ESPAÇO EXTERIOR

### Sugestões para melhorar o espaço exterior da escola

- Mais espaços de lazer e estudo (bancos; mesas) em ambos os polos
- Ecopontos e cinzeiros
- Zona coberta para uso no inverno
- Deposito de compostagem
- Melhoria da jardinagem
- Horta biológica
- Maior diversidade de plantas
- Espaço para refeições no exterior junto ao refeitório
- Zona com aparelhos exteriores de exercício físico