

REPORTAGEM

# **Alunos sob pressão: “No Técnico há uma glorificação do sofrimento”**

NUNO FERREIRA SANTOS

Há anos que os problemas de saúde mental são assunto no Instituto Superior Técnico, afirmam alunos dos cursos com as médias mais altas. Apoio psicológico tem lista de espera de seis meses. Inquérito mostra que 60% de estudantes estavam em risco psicossocial e 16% tinham sido alvo de insultos e provocações.

**Joana Gorjão Henriques** (Texto) e

**Nuno Ferreira Santos** (Fotografia)

13 de Maio de 2022, 22:31



Ouçã este artigo aqui

00:00



1.0x

21:19

[Saber mais](#)

**H**á cerca de um ano os alunos de Engenharia Física Tecnológica do Instituto Superior Técnico da Universidade de Lisboa tiveram uma reunião com a psicóloga Isabel Gonçalves, do Núcleo de Desenvolvimento Académico (NDA), para falar sobre problemas de saúde mental. Feita por *Zoom*, terão participado cerca de 100 alunos, conta quem lá esteve. “Fiquei assustada quando vi tanta gente. Foi espectacular porque foi a primeira vez que vi pessoas a falarem abertamente sobre sentimentos e percebi que não era a única que me estava a sentir inútil”, desabafa Beatriz, 19 anos, e aluna do 2º ano de Física.

Nessa sessão Beatriz ouviu alunos a falar de distúrbios alimentares, de problemas do sono. E a queixarem-se de que havia professores que lhes chamavam “burros”.

Beatriz Costa entrou para o Técnico com média de 20 valores. Rapidamente começou a sentir-se isso mesmo, “burra”. Em alguns dias chegava às aulas e não percebia nada. Tem uma média de 15 valores, mas sente “uma frustração”: “No secundário era uma marrona. Estudava com um objectivo X e atingia-o”, na faculdade não. “Lembro-me de começar a não dormir. Sinto que não paro, estou sempre a estudar.”

A pressão dentro do Técnico é grande, descreve. “É preciso acabar com a ideia de que o sofrimento é a forma correcta de se ensinar. A universidade não é tropa, não estamos a mando dos professores, estamos aqui para aprender. Entre nós gozamos: ‘somos masoquistas’. Não devia ser normal”, acrescenta a sorrir.

Esta não foi a única vez que o Núcleo de Desenvolvimento Académico foi solicitado a fazer um encontro sobre saúde mental com alunos. Foram várias as sessões dinamizadas pela psicóloga nos últimos dois anos, algo “muito espoletado pela pandemia”, afirma Isabel Gonçalves.



Beatriz Costa e outros alunos ouvidos pelo PÚBLICO põem de parte a ideia de que os problemas de saúde mental no meio académico sejam resultado da covid-19.

O relato desta aluna que decidiu dar a cara não é muito diferente do que transmitem a dezena de alunos - a maioria de Física, que tem das notas mais altas de entrada - que o PÚBLICO entrevistou esta semana, alguns decidindo manter-se no anonimato por medo de represálias. Carga excessiva de trabalho, uma cultura de “sobrevivência”, metodologia antiquada, autoritarismo e insultos da parte de professores: eis algumas das queixas dos alunos.

Foi também no ano passado que o Conselho Pedagógico (CP), no Inquérito ao Percurso Formativo 2020-2021 que faz anualmente, decidiu aferir questões ligadas à saúde mental. Aqui concluiu-se que quase 60% dos estudantes estavam em risco psicossocial (<https://www.publico.pt/2022/05/05/sociedade/noticia/inquerito-tecnico-mostra-400->

alunos-queixam-assedio-moral-sexual-2005022), sendo que 17% estavam em risco mais alto: cansaço frequente, nervosismo, falta de energia, ansiedade, preocupação constante e irritabilidade foram alguns dos itens assinalados.

A maioria também disse que a pandemia piorou a situação. Entre os que apresentavam resultados mais preocupantes estavam os alunos de Engenharia Física Tecnológica, com 69% na soma dos dois riscos, Engenharia Biomédica com 72% ou Engenharia do Ambiente com 75%. Também havia mais pessoas do sexo feminino (71%) do que masculino (54%) que apresentavam os dois riscos mais elevados. (Foi usada uma *checklist* da Ordem dos Psicólogos Portugueses para auto-avaliação com 15 itens e a avaliação é feita em três níveis: o verde significa que assinalaram entre 1 e 3, o amarelo entre 4 e 8 e o vermelho entre 9 e 15).

Num universo de 11 mil alunos, o inquérito recebeu 1897 respostas completas, ou seja, 16,4% do corpo estudantil, a maioria (63%) do sexo masculino. A estes dados acrescenta-se as respostas à pergunta sobre se alguma vez os alunos foram vítimas de assédio: 16% disseram ter sido expostos a insultos e provocações e 5% a assédio sexual (percentagem que subiu para 10% no caso das alunas), o que deu um total bruto de 400 alunos.

## Associação: mais psicólogos, mais apoio

Os resultados deste relatório, a que o PÚBLICO teve acesso, não causaram espanto entre os alunos. Gonçalo Mamede, presidente da Associação de Estudantes desde Novembro, mestrando em Engenharia do Ambiente, afirma isso mesmo. “Não é novidade nenhuma. Receámos que fosse um problema estrutural. Temos inúmeros colegas acompanhados por psicólogos e psiquiatras e relatos de meses de espera nos serviços [de psicologia] do Técnico e da Universidade de Lisboa.”

São queixas e relatos que lhes chegam diariamente. Razões? “Por problemas relacionados com a exigência e resiliência exigida aos estudantes. Por isso receio que seja um problema estruturante. O que nos transmitem são situações de *burnout*, exigência completamente desadequada, que foi agravada pela pandemia, mas já era um problema.”

O gabinete que oferece apoio de psicologia clínica tem cinco profissionais e uma lista de espera de seis meses, segundo informações dadas pelo atendimento. Entre os alunos a ideia é de que nem vale a pena tentarem marcar consulta porque sabem que não irão ter vaga.

Os próprios alunos criaram um Clube de Saúde Mental, fundado por João Figueira, que está a fazer doutoramento em Sistemas Sustentáveis de Energia e explica os motivos: “O processo é longo, são quatro anos, exige autodisciplina, ferramentas de resiliência mental que eu não tinha.” Não tem recebido queixas de assédio moral ou sexual. “Os dados do relatório significam que é preciso investigar, o que faz sentido é o foco na melhoria de processos.”

A associação de estudantes já expôs os problemas à direcção há cerca de “quatro ou cinco anos”, fez inclusivamente moções sobre saúde mental. “Há sempre algum receio em reconhecer problemas no Técnico que possam manchar a sua reputação. Há alguma dificuldade em reconhecer o problema, em falar sobre as coisas e esse é o primeiro passo: temos este problema, vamos ver se é estrutural, se for vamos propor soluções estruturais que alterem o funcionamento.”

De qualquer maneira, Gonçalo Mamede afirma: “Os estudantes precisam de respostas concretas. Há poucos psicólogos, é preciso mais. Há poucas linhas de apoio, precisamos de mais.”

Questionado pelo PÚBLICO sobre se o facto de o resultado do inquérito mostrar que quase 60% dos alunos apresentam níveis de risco alto e médio significa que há um problema de saúde mental e que medidas a direcção irá tomar, o presidente, Rogério Colaço, através do gabinete de imprensa, afirma apenas que “encara de forma muito séria os desafios e problemas de saúde mental da comunidade”. Elenca várias estruturas às quais os alunos podem recorrer, como apoios ao ingresso e vivência na faculdade, programa de mentorado, tutorias, os apoios financeiros ou as consultas de psicologia. Refere que reforçou estas várias valências quando perguntámos que resposta deu à Associação de Estudantes sobre os pedidos de mais suporte psicológico, mas não especifica como nem em quê concretamente.

A presidente do Conselho Pedagógico, Teresa Peña, disse por email que a Universidade de Lisboa está a desenvolver um projecto sobre saúde psicológica que irá abranger os estudantes do IST e elencou os vários apoios que existem, como o programa de mentorado e tutoria ou de acção social. Diz também: “Preocupados com o impacto de dois anos de pandemia sobre a saúde mental dos seus estudantes”, o IST “tem vindo a reforçar os mecanismos de acompanhamento e apoio”.

## Auto-estima lá para baixo

Rodrigo Simões, aluno do 3º ano de Física, preside o Núcleo de Estudantes de Física e a primeira coisa que diz quando o contactamos a propósito do inquérito é: “Até que enfim que isto sai cá para fora.” Lembra que entrar no curso é ver “a auto-estima a vir lá de cima para baixo”, descreve. Com uma média de secundário de 19,15, Rodrigo diz que “o pessoal começa a chumbar, a tirar negativas

(<https://www.publico.pt/2019/09/11/p3/noticia/engenharia-aeroespacial-goncalo-entrou-com-a-media-mais-alta-no-curso-que-ja-lancou-leonardo-para-a-nasa-1886230>), há cadeiras com projectos a toda a hora, às vezes nem dá para passar o Natal com as famílias; nem temos tempo de respirar e isto gera casos de esgotamento mental.”

Acha que as tais avaliações feitas pelos alunos (os QUC) de pouco servem: “No ano seguinte está igual.” Ouviu vários casos de ofensas de professores a alunos e presenciou outras. Numa cadeira em que uma grande percentagem teve negativas num teste o professor disse: “Quem não teve mais de 15 nem vale a pena acabar o curso, pode sair e trabalhar no Pingo Doce.” Noutra aula, o professor afirmou: “Se estão deprimidos podem estudar mais, assim distraem-se.” Não quer apontar nomes.

Também em Física, Maria e Filipa, nomes fictícios porque têm medo de represálias, descrevem a intensidade do curso que não lhes dá espaço para fazer mais do que estudar. “É impossível fazer um curso destes e ter vida; já no ano passado reclamámos por causa da pressão psicológica, muita gente não está bem”, diz Maria. As duas estiveram no encontro com Isabel Gonçalves e ficaram impressionadas: “Havia pessoas a chorar, a contar os seus testemunhos.”

Relatam: “Há uma palavra muito conhecida no Técnico, ‘trivial’. Perguntamos uma coisa e o professor diz, ‘como não percebe isto, é trivial?’. Uma pessoa sente-se ofendida. No ano passado um professor disse mesmo: ‘vocês são burros, como é que tanta gente cometeu este erro?’” Relata outra saída de um professor: ““Se estiverem deprimidos é

normal, tentem só não ser miseráveis’. Ele depois veio pedir desculpa. Mas foi preciso alguém chamar-lhe a atenção para perceber que estava mal.” Também não quer dar nomes. Este é um clima a que começam “a ficar habituados”, critica. “Não devia ser.”

É o que outra aluna - mas de Mecânica, que também prefere manter-se anónima - descreve como “todo um sistema que está errado”: “Entramos com as melhores médias, chegamos aqui e somos tratados como se não tivéssemos bases. Globalmente não somos valorizados, somos menosprezados como se isso fosse uma forma de espevitarmos.”

“

**É preciso acabar com a ideia de que o sofrimento é a forma correcta de se ensinar. A universidade não é tropa, não estamos a mando dos professores, estamos aqui para aprender. Entre nós gozamos: ‘somos masoquistas’. Não devia ser normal**

Beatriz Costa, estudante do Técnico

Dá vários exemplos que viveu ao longo dos anos. Um professor que disse “não vou explicar porque não vai perceber” e todos os discursos e tom que vincam que o “problema está no aluno e não na instituição”. “Estamos enraizados nisto e às tantas normalizamos.”

Com 21 anos, Alexandre Barbosa está a fazer Erasmus na NTNU - Universidade Norueguesa de Ciência e Tecnologia e por experimentar outra realidade percebeu que há outra forma de aprender. A primeira coisa que notou é que “os alunos são muito mais felizes e não são piores”. “Em parte é porque têm mais tempo livre, para se dedicarem a outras coisas.” No Técnico, pelo contrário, há “uma glorificação do sofrimento”: “É preciso estar o tempo todo disponível para estudar.”

Outro Alexandre, estudante de doutoramento numa área que prefere não mencionar, só conseguiu acompanhamento no IST ao fim de seis meses. A primeira consulta de rastreio foi há um ano. Vários factores levaram-no a procurar apoio, mas a entrada no doutoramento pesou na balança como forma de prevenção: “Já sabia que o doutoramento ia ser desafiante.”



Durante a licenciatura sempre teve as suas “escapatórias”, a faculdade “não era” a sua prioridade, e acabou a fazer o curso em sete anos. Mas viu colegas afectados. Fala de casos de exigência injustificada não da parte de todos os professores mas de alguns - que “estão bem identificados”, e que não menciona.

Quando entrou, em 2010, Manuel, agora estudante de doutoramento em Mecânica, diz que não se falava como hoje dos problemas de saúde mental entre os alunos. Agora, “provavelmente todos os alunos conhecem alguém” que precisa de ajuda. Sobre o assédio moral, insultos, humilhações de professores afirma ter a certeza de que terá presenciado alguns, só que terá normalizado. Embora ache que não se trate de uma prática generalizada, mas de situações pontuais, afirma: “Se fosse hoje não normalizava. Não tinha noção dos direitos que tínhamos, hoje tenho.”

## A cultura do “melhor”

Com uma das médias mais altas no Técnico (19,1 valores no ano passado), em Engenharia Física Tecnológica entram alunos que têm das melhores notas do país (<https://www.publico.pt/2020/09/30/p3/noticia/media-20-valores-ana-joana-goncalo-escolha-natural-engenharias-tecnico-1933374>) (equiparável a Engenharia Aeroespacial com a mesma classificação).



**O Técnico tem cerca de mil dos melhores alunos que há no país. E estamos a perder, dentro dos que entram no sistema, entre 30 a 35% dos alunos. O que é imenso. Temos uma taxa de insucesso muito grande para um sistema que seleccionou à entrada.**

Pedro Brogueira, professor

Em 2018, um estudo feito pela Comissão de Análise ao Modelo de Ensino e Práticas Pedagógicas do IST (CAMEPP) identificou que mais de 30% dos alunos que se inscrevia não terminava o curso. Esse documento criticava o que se designa como o “ADN ou a cultura do Técnico”: um peso da formação de base e um nível de exigência na maioria das cadeiras “muito elevado”, taxas de reprovação e ineficiência formativa altas.

“Esta realidade é (...) parte integrante de uma crença naquilo que por vezes se designa como a ‘meritocracia da dificuldade’, criticava-se. “O carácter excessivamente rígido e prescritivo da maioria dos currículos parece emergir como um anacronismo incompatível com um tempo em que a globalização, o trabalho colaborativo inter e intra-especialidades, a profusão de tecnologias de informação e computação e o ritmo acelerado de mudança constituem a nova norma.”

A expressão “meritocracia da dificuldade” é, de resto, referida por vários alunos nas entrevistas.

Este documento deu origem à implementação de um novo método de ensino que arrancou em Setembro, e sobre o qual ainda é cedo tirar conclusões, refere Pedro Brogueira, coordenador do estudo e que foi em tempos coordenador do departamento de Física. Comenta: “O problema maior que identificámos foi a ineficiência do sistema. A nível nacional temos 30 a 50 mil alunos a entrar no ensino público, o Técnico tem cerca de mil dos melhores alunos que há no país. E estamos a perder, dentro dos que entram no sistema, entre 30 a 35% dos alunos. O que é imenso. Temos uma taxa de insucesso muito grande para um sistema que seleccionou à entrada (<https://www.publico.pt/2021/07/24/sociedade/noticia/abandono-superior-desemprego-recemlicenciados-aumentam-ano-pandemia-1971624>).” Como comparação, dá o exemplo da Universidade de Oxford que quando “tem 5 ou 10%” de perdas de alunos o encara como um grande problema.

Esta é uma tendência de há anos, razão pela qual foi feito o estudo. Uma das conclusões a que chegaram é que o ensino tem que ser mais virado para capacidade de pensamento crítico e para projectos e menos “para a mimetização do mestre”. Relativamente aos resultados sobre a saúde mental dá exemplo dos cursos com médias altas como a Física ou Aeroespacial: “A maior parte foram os melhores alunos da turma no secundário, fizeram um percurso onde eram as estrelas do firmamento. Alguns chegam aqui e vão ter muitas dificuldades, vão ter a sua primeira negativa. Ao contrário dos maus alunos, têm menor resiliência ao insucesso, porque falharam menos. Isso cria um nível de *stress* muito elevado.”



**Há uma linha muito ténue entre o que é incivilidade e assédio moral. O Técnico é um meio essencialmente masculino. Temos 30% de estudantes” do sexo feminino**

Raquel Barros, responsável pela Provedoria do Ensino

Alunos em permanente avaliação e sempre a superar obstáculos, uma pressão reforçada com falta de tempo por estarem permanentemente em aulas, avaliações a um ritmo intenso, foram as queixas que receberam de alunos. “Sentiam-se sem saberem o que fazer e isso criava-lhes uma situação quase limite.”

Miguel Duarte, que está a terminar o doutoramento em Física, entrou para se licenciar no Técnico em 2010. Descreve: “Quando se entra leva-se uma lavagem cerebral de que o Técnico é a melhor faculdade de engenharia. As aulas são dirigidas para os dois ou três melhores alunos e os outros 60 que estudassem”, comenta. No doutoramento, “um nicho”, o ambiente onde está “é fantástico”.

Mas desde o início que ouve falar dos problemas de saúde mental no Técnico, que descreve como “elitista”. Para ele há que tratar o sintoma e o problema da questão da saúde mental. Para o sintoma, dar apoio: “É incrível o número de pessoas à minha volta que passaram mal com depressões e etc.” Mas tem que se tratar do problema: “Lutar contra esta cultura e acabar com a mentira de que é a melhor faculdade do país porque isso mete uma enorme pressão sobre as pessoas”, comenta. Era necessário criar uma relação menos hierárquica com os professores, que fosse mais inventiva e onde os alunos aprendessem, reflecte.

# Provedoria em funções “há duas semanas”

Raquel Barros, à frente da Provedoria do Ensino, que arrancou há cerca de duas semanas, diz que esta foi uma das respostas da universidade a preocupações já expressas pelo Conselho Pedagógico, que dirigiu durante nove anos. No CP recebia queixas, “essencialmente de injustiças na avaliação”. Estima em dez o número de processos disciplinares instaurados durante esse período, sem precisar quantos o foram a professores. O próprio presidente, através do gabinete de imprensa, afirma que não tem dados sobre quantos processos disciplinares existem a professores, nem quantas sanções foram aplicadas nos últimos 10 anos a todo o corpo docente, ou se houve alguma expulsão.

**60%**

**Quase dois terços dos estudantes estavam em risco psicossocial, sendo que 17% estavam em risco mais alto: cansaço frequente, nervosismo, falta de energia, ansiedade, preocupação constante e irritabilidade foram alguns dos itens assinalados num inquérito feito pela instituição**

Raquel Barros sublinha que desde 1993 o IST tem em prática um método de avaliação feito pelos alunos, chamados de Qualidade das Unidades Curriculares (QUC), no qual “se conseguem verificar práticas menos boas”: os últimos resultados mostram que 30% dos docentes são excelentes e “apenas” 1% têm desempenho pedagógico a melhorar. Estes 1% depois são sujeitos a aulas observadas - serão entre 27 a 30 por ano - e fazem acções de formação. Questões de assédio moral sobre os alunos? “Há uma linha muito ténue entre o que é incivildade e assédio moral. O Técnico é um meio essencialmente masculino. Temos 30% de estudantes” do sexo feminino, responde.

Sobre os resultados relativos a saúde mental no inquérito, comenta: “É importante considerarmos estas questões, mas o inquérito não especifica o tipo de queixas, se é assédio moral, sexual, e também não especifica se é entre docentes, docente-alunos, entre alunos.”

Isabel Gonçalves acrescenta que no geral não há muitas queixas sobre assédio. “Existe um ambiente onde há alguns professores - que não será muito diferente dos 1% - com práticas pedagógicas e um discurso bastante antiquados. Estamos a falar de 400 queixas [de assédio moral e sexual] num universo de 11 mil alunos, num questionário que era sobre outro tema.”

Refere que a resposta das aulas observadas “começa com uma reunião com o presidente do departamento, do pedagógico, do científico, onde as pessoas são confrontadas com o resultado do QUC e do que estão a pensar fazer para mudar as suas práticas”. Descreve este processo como “muito duro” para o docente.

A psicóloga rejeita a ideia de se associar o sistema do IST a problemas de saúde mental, como se queixam alguns alunos. “Todos os locais em que os níveis de exigência são elevados vão potenciar problemas que já existem. É consensual que na pandemia a saúde mental não é muito boa; existe um problema de saúde mental identificado no Ensino Superior.” Desconhece se esses problemas são mais preponderantes no IST do que noutras universidades mas elenca os recursos que tem para apoio à saúde mental, com um serviço psicológico “que está esgotado”.

Da tal reunião com os alunos do curso de Física onde “mostraram preocupação com a sua saúde mental e com a interacção de alguns docentes, que era problemática para alguns” a psicóloga deu *feedback* aos responsáveis do departamento. Afirmar que os alunos não mencionaram nomes, mas alertou o departamento para que se “fizesse uma sensibilização do corpo docente em relação à necessidade de atender à sua saúde mental, racionalizando as avaliações, explicitando os objectivos de aprendizagem das Unidades Curriculares e implementando uma linguagem especialmente respeitosa com os estudantes”. Referiu “a saúde mental e fragilidade de alguns alunos, com advertência para se evitar excesso de ênfase na avaliação”.

Numa longa resposta por e-mail, o responsável pelo departamento de Física, Ilídio Lopes, elenca todas as iniciativas que já tomaram com o objectivo de promover o bem-estar dos alunos, aumentar a sensibilização dos docentes em relação à sua saúde mental e “formas de racionalizar a taxa de esforço nos cursos de 1º e 2º ciclos”. Sessões de informação e sensibilização, reuniões com delegados, avaliação da taxa de esforço semestral dos estudantes para identificar e corrigir as situações de excesso de trabalho foram alguns dos vários exemplos que deu.

Ficou por responder quantos casos de situações de uso de linguagem menos “respeitosa” apurou, que medidas tomou em relação a esses docentes e se se chegou a abrir algum processo disciplinar ou aplicar sanções.

Ao longo de várias conversas há alunos que falam nas taxas de suicídio de alunos no Técnico como sendo altas. Ninguém, porém, avança números. Questionada sobre quantos alunos se suicidaram nos últimos 20 anos, a direcção responde que não tem dados. Ficaram também “sem dados” as respostas às perguntas: quantos processos foram abertos por razões de assédio moral? E por assédio sexual? Quantos foram abertos por ofensas a alunos? Ou por práticas discriminatórias?

**Texto corrigido este sábado. Por lapso a psicóloga Isabel Gonçalves foi identificada como Isabel Godinho. Pelo erro as desculpas à visada e aos leitores.**