

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
INSTITUTO DE PSICOLOGIA

VICTOR MARUJO IBRAHIM
8557955

Fechamento de Intercâmbio

Universidade do Porto
Porto, Portugal

São Paulo / SP

Meu intercâmbio na Universidade do Porto durou um semestre, de setembro de 2018 a fevereiro de 2019. Todas as matérias que cursei foram na Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação (FPCEUP), sendo elas 3 matérias da Psicologia e 1 matéria do mestrado de Ciências da Educação. Foram estas Terapia Sexual, Psicologia e Espaço(s), Psicologia Política e Intervenção Social e Redução de Riscos. A maior diferença que senti entre a USP e da Universidade do Porto é que nesta última a abordagem científica atravessa todas as matérias, com forte tendência a fazer uso de teorias cognitivo-comportamentais e raramente citando outras linhas teóricas como a psicanálise ou fenomenologia. Por um lado, é uma grande valorização do método experimental e a uniformização de conceitos, o que facilita a transversalidade entre as matérias. Por outro, creio que isso também contribui para limitar a profundidade das discussões em aula, no sentido mais epistemológico e político que é algo que enriquece muito a formação que temos na USP. A percepção dessa diferença foi um grande passo na reflexão sobre o que é Psicologia para mim e onde pretendo seguir trilhando no futuro.

Em termos de organização, a FPCEUP está bem preparada para receber estudantes de intercâmbio, e as funcionárias de mobilidade fizeram seu trabalho com eficiência e simpatia, deixando claro os passos necessários para questões de matrícula e oferecendo oportunidades de integração com alunos e funcionárixs.

Como experiência de vida, sinto que viver em outro país e a possibilidade de ter mais tempo livre foi algo que expandiu minha compreensão de vida e contribuiu muito para criar novas relações e fortalecer minha autonomia. A cidade do Porto oferece diversas oportunidades de imersão cultural e belezas naturais, com boa infraestrutura de transporte e um tamanho que possibilita fazer grande parte da locomoção a pé.

Agradeço xs funcionárixs da CCINT e do Instituto de Psicologia pela oportunidade e por toda a ajuda para que esse intercâmbio acontecesse, e espero que mais estudantes possam vir a ter essa experiência no futuro.

Vida em Porto

Victor Ibrahim

Transporte

A cidade de Porto tem um tamanho médio, de forma que é possível fazer a maioria dos trajetos a pé. Para maiores distâncias, existem linhas de metro que funcionam bem, como para ir do centro para a praia de Matosinhos, ao aeroporto Francisco de Sá, ou mesmo para outras cidades de Portugal. A passagem em metro/ônibus custa 1,20 Euros, e que vale por uma hora para ser usada em mais de um meio de transporte. Para zonas fora do centro, a passagem varia entre 1,60 e 2 euros. Sendo estudante, é possível adquirir um cartão de transporte nas estações de metro e comprar um pacote mensal, no qual o preço varia conforme as zonas da cidade por onde irá circular. O mínimo é 22 e o máximo 28 euros.

Alimentação

Entre os muitos restaurantes de Porto, os “tascos” são uma boa opção para quem quer gastar menos: são como bares que oferecem comida caseira, geralmente boa, entre uns 3 a 6 euros que inclui entrada, prato e bebida. Há restaurantes mais chiques, e não tão caros, sendo possível se comer muito bem por 10 euros. Um clássico de Porto é a “francesinha”, que é um sanduíche mergulhado em molho e queijo e é um grande amor para os portuenses. Vale experimentar, eu gostei bastante, e é muito fácil de encontrar, por ser uma coisa turística da cidade. O famoso bacalhau de Portugal também é servido em restaurantes, embora seja mais caro, por uns 15 euros.

Nos mercados, uns 80 euros garantem a alimentação do mês, e tem uma boa variedade de frutas. Certos produtos são mais baratos no LIDL, e outros mais baratos no Pingo Doce, de forma que vale a pena variar.

No geral, a alimentação em Porto é mais barata que na Zona Oeste de São Paulo, tanto para um prato em restaurante quanto para fazer compras no mercado

Acomodação

O turismo aumentou muito nos últimos anos, e Porto tem se renovado muito para receber essa leva grande de pessoas, o que tem causado grandes incômodos por quem lá vive. Por isso, a cidade vem se transformando bastante em relação a moradia. Muitas das casas antigas estão sendo transformadas em Alojamentos Locais ou AirBnb, de forma a acomodar turistas e gerar mais renda. Isso vem provocando um aumento nos preços bem impressionante, fazendo também com que as pessoas que moravam no centro há muito tempo se deslocarem para outros locais e até outras cidades próximas.

No apartamento que morei, que ficava no bairro da Quinta do Covelo, que era mais marginal, eu pagava 210 euros mensais, sem incluir as contas, que ficavam em torno de 40 euros mensais. Era um apartamento espaçoso, com 4 quartos grandes, sala e varanda, mas sem aquecimento. Recomendo começar a olhar apartamentos meses antes de chegar, para

poder pegar lugares bons, perto do centro, e por um preço razoável. De preferência um apartamento com aquecimento. A oferta de moradia estudantil pela Univ. do Porto é bem limitada e difícil de conseguir.

O que fazer

Há parques muito gostosos e calmos em Porto: Jardim das Virtudes, Jardim do Palácio de Cristal, e praças como a de São Lázaro, a praça Carlos Alberto, e também a Ribeira, região bem turística e gostosa de ficar, tendo uma bela vista para Vila Nova de Gaia.

Há muitos bares com preço razoável perto da Praça Gomes Teixeira (a praça da reitoria da universidade), que são lugares que estudantes vão a noite. Em relação a música, há muitos eventos que acontecem na Casa da Música, no Coliseu, e mesmo na rua.

Minha estadia em Porto foi de agosto de 2018 a janeiro de 2019. No total, contando viagens de fim de semana, gastei em torno de 5 mil euros. Com as passagens de avião, totaliza uns 6 mil euros.