

iscte

INSTITUTO
UNIVERSITÁRIO
DE LISBOA

O sistema prisional português à luz das regras de Nelson Mandela

Sónia Henriques Mendes Ferreira

Mestrado em Ação Humanitária

Orientadora,

Doutora Maria João Vaz, Professora Associada

Iscte – Instituto Universitário de Lisboa

Fevereiro, 2025

Departamento de Sociologia

Sónia Henriques Mendes Ferreira

Mestrado em Ação Humanitária

Orientadora,

Doutora Maria João Vaz, Professora Associada

Iscte – Instituto Universitário de Lisboa

Fevereiro, 2025

A todos aqueles que, privados de liberdade, foram também privados de fazer ouvir a sua voz, vivendo muitas vezes sem condições de dignidade, sendo negligenciados por toda a sociedade ...para sempre grata a Nelson Mandela

“Na prisão, não há árvores...”

“ ... roubam-nos tudo, até o nome”

“Quando entrámos um guarda disse-nos: meus senhores bem-vindos, ao Inferno”

in podcast Check in para a Liberdade

Agradecimento

A todos os que participaram neste estudo, um agradecimento especial, sobretudo àqueles que, tendo experienciado a privação da liberdade, aceitaram partilhar as suas histórias de forma genuína. O seu testemunho, marcado pela esperança de que situações adversas, algumas de extrema gravidade, não se repitam, representa um contributo inestimável para esta investigação.

Quando iniciei este mestrado, aos 47 anos, sabia que seria um desafio, mas nunca senti que estivesse sozinha. Agradeço de forma especial à minha madrinha Luisa, que desde a minha infância me “dá colo” e assim continua e que me educou para a importância da solidariedade. À minha avó Olímpia, que infelizmente já não se encontra connosco, sempre me disse que todos os sonhos são possíveis de realizar. Sem o amor, o humor e carinho incondicional de ambas, seria seguramente outra pessoa e esta tese não existiria...a toda a minha família, que sempre acolheu com naturalidade a minha "loucura" de regressar aos estudos quase a meio século de vida, obrigada.

Numa altura em que a emigração se mantém um tema de debate e nem sempre é reconhecido o valor da diversidade e da partilha de vivências interculturais, expresso o meu sincero agradecimento a todos os meus colegas. Em particular, àqueles que, enfrentando desafios adicionais por serem de outro país, nunca desistiram e concluíram o seu percurso académico. Foi um privilégio conhecer-vos e aprender convosco.

Um agradecimento muito especial à minha orientadora, Professora Doutora Maria João Vaz, pela imensa disponibilidade, paciência e simpatia com que sempre me acompanhou. A esta escola, onde genuinamente me sinto bem, reconhecendo que ainda há muito por melhorar, mas também valorizando o caminho percorrido e o compromisso com o crescimento e a excelência.

À Reshape, pela oportunidade de aprendizagem e pelo impacto transformador que trouxe ao meu percurso académico, pessoal e profissional.

À minha rede de apoio incondicional, ao meu grupo de amigas “Mendes, Mendes e Mendes”, àqueles que, próximos ou distantes, nunca me permitiram desistir e que celebram comigo cada conquista, mesmo que à distância. Ao meu companheiro de vida, pai dos meus filhos, que sempre tornou mais simples todas as minhas ambições académicas e profissionais. E, acima de tudo, aos meus maiores heróis, os meus filhos, de quem sou fã incondicional e a quem estarei para sempre grata pelo amor e atenção que recebo.

Resumo

As Regras de Nelson Mandela estabelecem normas mínimas para um tratamento digno e humanizado dos reclusos, mas a sua aplicação no sistema prisional português permanece incerta. Embora Portugal seja signatário de diversas convenções internacionais de direitos humanos, a sua implementação prática nas prisões revela-se insuficiente ou muito aquém do necessário.

Esta investigação pretende analisar até que ponto estas normas são cumpridas e se os estabelecimentos prisionais portugueses garantem dignidade, reintegração social e respeito pelos direitos humanos dos reclusos. Partindo da hipótese de que a aplicação das Regras de Mandela é parcial ou deficitária, este estudo procurará identificar os desafios estruturais, políticos e institucionais que dificultam a sua concretização.

Atualmente, segundo a Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais (DGRSP), existem cerca de 12.200 pessoas privadas de liberdade em Portugal, enfrentando forte estigma social, o que compromete a sua reintegração. Cabe ao Estado preparar os reclusos para o regresso à liberdade, garantindo-lhes suporte e condições adequadas para a reinserção social.

Desde o século XVIII, a pena de prisão evoluiu para um modelo mais humanizado, procurando dotar os reclusos de competências para facilitar a sua reinserção na sociedade. Criadas em 1955 e reformuladas em 2015, as Regras de Nelson Mandela são diretrizes da ONU, ligadas à Convenção Europeia dos Direitos do Homem (CEDH), cuja aplicação pode ser fiscalizada pelo Tribunal Europeu dos Direitos do Homem (TEDH), mediante pressão internacional ou vontade política.

Palavras-Chave: Prisões, Regras de Mandela, Direitos Humanos, Portugal, Reclusos.

Abstract

The Nelson Mandela Rules establish minimum standards for the humane and dignified treatment of prisoners, yet their implementation in the Portuguese prison system remains uncertain. Although Portugal is a signatory to various international human rights conventions, their practical enforcement in prisons is insufficient or falls far short of what is necessary.

This study aims to critically examine the extent to which these standards are upheld and whether Portuguese prisons ensure dignity, social reintegration, and respect for prisoners' human rights. Based on the hypothesis that the implementation of the Nelson Mandela Rules is partial or deficient, this research seeks to identify the structural, political, and institutional challenges that hinder their effective enforcement.

Currently, according to the General Directorate for Reintegration and Prison Services (DGRSP), there are approximately 12,500 individuals deprived of liberty in Portugal, facing strong social stigma, which hampers their reintegration. It is the State's responsibility to prepare prisoners for their return to freedom, ensuring they have the necessary support and conditions for reintegration.

Since the 18th century, prison sentences have evolved into a more humanized model, aiming to equip inmates with skills that facilitate their reintegration into society. Created in 1955 and revised in 2015, the Nelson Mandela Rules are UN guidelines, linked to the European Convention on Human Rights (ECHR), whose enforcement may be monitored by the European Court of Human Rights (ECHR), depending on international pressure or political will.

Keywords: Prisons, Nelson Mandela Rules, Human Rights, Portugal, Prison Inmates.

Índice

Agradecimentos	iii
Resumo	v
Abstract	vii
Índice	ix
Glossário de Siglas	xi
Introdução	1
Capítulo 1. Penas de privação da liberdade – Evolução histórica da prisão	4
1.1. Estabelecimentos prisionais no mundo	6
1.2. Estabelecimentos prisionais em Portugal: do correccionalismo humanista à ressocialização no período democrático	8
1.3. Na atualidade: da punição às 'casas de pequena escala'	11
1.4. Casos de sucesso e influências estrangeiras: Bélgica, Malta, Noruega, Países Baixos e Itália	12
1.5. As Regras de Nelson Mandela	14
Capítulo 2. Caracterização do sistema prisional português	16
2.1. Princípios Universais dos Direitos Humanos: o recluso é um homem comum	16
2.2. O sistema prisional português em números: panorama atual	18
2.3. As condições na prisão vs CEDH: relatórios oficiais e independentes	19
2.4. O Papel das ONG's e associações: Amnistia Internacional, APAR, Dar a Mão, Reshape	19
2.5. Principais desafios do sistema prisional em Portugal e perspetivas de evolução	20
Capítulo 3. Análise de casos	23
3.1. Os casos mediáticos	23
3.1.1. Condenações de Portugal pelo TEDH: Revisão dos casos mais relevantes	25
3.1.2. Discriminação e desigualdade no sistema prisional português: género, raça e direitos fundamentais	28
3.2. Procedimentos de recolha e análise de dados qualitativos	31
3.2.1. Os critérios de seleção da amostra e caracterização da mesma	31
3.2.2. Recolha de dados: uma análise qualitativa e comparativa internacional	35
3.2.3. Questões éticas subjacentes e limitações associadas	37
3.2.4. Entrevistas: guião, condução e observação dos intervenientes	39
3.2.5. Interpretação e qualificação dos dados recolhidos	40
Conclusão	59

Fontes e Bibliografia	63
Anexos	75
Anexo A – O menino do cravo	76
Anexo B – A vida de Dinis Miranda, pai de Eulália, preso político do Estado Novo	77
Anexo C – Fotos de Identificação pela PIDE, aquando da 1ª captura	81
Anexo D – O dia da libertação: 27 de abril de 1974. Dinis Miranda em destaque, ao centro, com óculos	82
Anexo E – Prisão de Halden, na Noruega, “A melhor Prisão do Mundo”	83
Anexo F – Forte de Peniche (na atualidade)	84
Anexo G – Campo de Concentração do Tarrafal	85
Anexo H- Prisão/Museu do Aljube (na atualidade)	87
Anexo I – Guiões das entrevistas	88
Anexo J – O manco: página de um diário escrito na prisão do Linhó	95
Anexo L- Carta escrita dentro do EP do Linhó para enviar à DGRSP	96
Anexo M – Termo de Responsabilidade e Confidencialidade	98
Anexo N – Consentimento Informado da Entrevista	99

Glossário de Siglas

ANC – Congresso Nacional Africano

APAC's – Associações de Apoio e Assistência aos Condenados

APAR – Associação Portuguesa de Apoio aos Reclusos

APEA – Associação Portuguesa de Emprego Apoiado

CEDH- Convenção Europeia dos Direitos do Homem

CEE – Comunidade Económica Europeia

CEPMPL- Código de Execução das Penas e Medidas Privativas de Liberdade

CIES – Centro de Investigação e Estudos de Sociologia (do ISCTE)

CNA – Congresso Nacional Africano

CRP – Constituição da República Portuguesa

DGRSP – Direção Geral de Reinserção e Serviços Prisionais

DRE- Diário da República Eletrónico

EP -Estabelecimento Prisional

EPL- Estabelecimento Prisional de Lisboa

EPT – Estabelecimento Prisional de Tires

ESPP – Escola de Sociologia e Políticas Públicas

IPSS – Instituição Particular de Solidariedade Social

ISCTE – Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa (Instituto Universitário de Lisboa)

ONG's – Organizações Não Governamentais

ONU – Organização das Nações Unidas

PCP – Partido Comunista Português

PIDE – Polícia Internacional de Defesa do Estado

RAVE- Regime Aberto Virado para o Exterior

RAVI – Regime Aberto Virado para o Interior

TEDH – Tribunal Europeu dos Direitos do Homem

Introdução

É vasta a literatura existente sobre o sistema prisional abordando características várias de que o mesmo se reveste em diversos países e diferentes contextos. Especificamente em relação a Portugal serão naturalmente menos as obras que abordam o tema, embora algumas existam já com o propósito de perceber até que ponto os direitos humanos são aqui respeitados. A maioria dos documentos disponíveis concentra-se essencialmente na análise das condições de detenção e no espaço físico oferecido aos reclusos. Entre os estudos mais relevantes e cuja temática se aproxima desta tese, destaca-se a dissertação de Marta Andreia de Pinto Terroso, intitulada *Direitos Humanos no Contexto do Sistema Penitenciário Português* (Terroso, 2022) Aqui são analisadas estatísticas e documentos oficiais com vista a perceber genericamente a vivência dos direitos humanos em contexto prisional, culminando no apontar de várias falhas estruturais. Este estudo não procura, contudo, avaliar de forma clara a humanização do sistema, não tem como um dos pilares de análise a reinserção, não traz sequer uma perspetiva de futuro tão evidente, como aquela que aqui se oferece com a proposta de debate sobre as casas de detenção de pequena dimensão. Adicionalmente, o que ali está em análise são os direitos humanos de uma forma genérica, ainda que direcionados para as pessoas privadas de liberdade, e não a aplicação específica das Regras de Nelson Mandela. Estas diretrizes internacionais foram concebidas com um foco particular nos reclusos e na sua condição, estabelecendo padrões mínimos para o tratamento digno e humano no contexto prisional (Nações Unidas, 2015)

A presente investigação pretende complementar trabalhos já realizados acerca das vivências humanas dentro do sistema prisional, envolvendo todos os que dele fazem parte, através da recolha de testemunhos diretos de ex-reclusos, guardas prisionais, membros de ONG entre outros. Permite compreender as vivências individuais que acontecem dentro das prisões, explorando aspetos fundamentais como o impacto psicológico da reclusão, a dificuldade de acesso a condições básicas de higiene e alimentação, a relação entre os reclusos e os guardas e de forma muito vinculada, os desafios da reinserção social perante os estigmas da sociedade.

De forma diferenciada, inclui-se aqui também uma análise comparativa com alguns dos sistemas prisionais estrangeiros, na Europa, examinando modelos inovadores como aqueles que estão subjacentes à implementação de casas de detenção de pequena dimensão na Noruega, Bélgica, Itália entre outros. Esta análise permite questionar o atual sistema, tendo por objetivo conseguir, sem nunca ficarem em causa, questões como a punição e a segurança, a reintegração

social e a redução da reincidência que, de acordo com as estatísticas, neste momento se aproxima, em Portugal dos 60%¹.

No final de 2023, existiam em Portugal 49 estabelecimentos prisionais que albergavam cerca de 12.500² pessoas. Entende-se que este número justifica uma análise crítica sobre a forma como sistema prisional português trata os reclusos, homens ou mulheres (cerca de 7%³ da população encarcerada), assim como apresenta e estrutura mecanismos de uma futura reintegração social. A ONU, através das orientações explícitas nas 122 Regras de Mandela (assim chamadas em 2015, depois de terem sido criadas em 1955, como Regras Mínimas para o Tratamento de Reclusos), estabelece normas, que visam orientar o quotidiano das prisões, tendo por base o respeito total pela dignidade humana, referindo inclusivamente a necessidade de inspeções regulares e independentes (regras 83 a 85, Nações Unidas, 2015). Este diploma procura que a pena de prisão efetiva não se traduza numa violação dos Direitos Humanos e num potencial de traumas e revoltas, mas que, pelo contrário, constitua uma etapa de autoconsciência e reflexão, reavaliação de escolhas passadas, desenvolvimento de um novo sentido de responsabilidade e até mesmo de aquisição de novas competências que aumentem as oportunidades de emprego e de reinserção social, uma vez em liberdade.

Entende-se que o grau de cumprimento das orientações trazidas pelas regras de Mandela é ainda uma questão em aberto. É a essa questão que este trabalho procura dar resposta, permitindo assim que se compreenda se as prisões portuguesas asseguram condições condizentes com os princípios de dignidade e respeito pelos direitos humanos, promovendo a reintegração social e não apenas o isolamento e a punição

O interesse pelos direitos humanos, como algo inalienável e fundamental à condição humana, desenvolveu-se ao longo dos anos, datando a primeira declaração dos direitos do cidadão, de 1789, por ocasião da Revolução Francesa.

A presença de símbolos como o poster do “menino do cravo” (Anexo A), alusivo ao 25 de Abril de 1974, e a Declaração Universal dos Direitos da Criança, afixada no quarto durante a infância, o acesso a documentos como Declaração Universal dos Direitos do Homem (ONU, 1948) e à Carta

¹ <https://reshape.org/explicar-o-sistema/crime-e-politicas/>. Missão Reshape: Garantir a reinserção digna de todas as pessoas que estão ou estiveram privadas de liberdade.

A RESHAPE implementa e dissemina novas abordagens que transformam as vidas de todas as pessoas que estão ou já estiveram privadas de liberdade, fornecendo-lhes as ferramentas e estímulos necessários para a sua efetiva reinserção.

² <https://dgrsp.justica.gov.pt/Estat%C3%ADsticas-e-indicadores/Prisionais/2023>, Quadro 03- Lotação e reclusos existentes

³ <https://www.publico.pt/2022/04/29/sociedade/noticia/mulheres-ja-representam-7-total-reclusos-prisoas-portuguesas-2004254> Mulheres já representam 7% do total de reclusos nas prisões portuguesas, *Jornal Público, Ana Cristina Pereira*, 29 de abril de 2022

dos Direitos Fundamentais da União Europeia (Conselho da Europa, 2000) terão contribuído para a construção de uma consciência social e política.

O impacto de momentos históricos como a libertação de Nelson Mandela em 1990 e a sua eleição como presidente da África do Sul em 1994 consolidaram uma visão crítica sobre a necessidade de garantir os direitos fundamentais de todas as pessoas, independentemente da sua condição.

Um elemento fundamental na formação dessa perspectiva foi o contacto com Frederico Jorge Mirão, ex-presos político no Forte de Caxias, que partilhou relatos detalhados sobre a tortura e as condições degradantes a que foram sujeitos os opositores do regime durante o Estado Novo. O mesmo se aplica às longas conversas com Eulália, uma mulher alentejana cujo pai também enfrentou a repressão política do período (Anexos B, C e D). Essas vivências forneceram uma percepção concreta sobre o impacto do encarceramento não apenas nos reclusos, mas também nos seus familiares, reforçando a necessidade de um olhar mais crítico sobre a forma como as prisões funcionam e o impacto que têm na sociedade.

Para além da análise documental e estatística, foram conduzidas entrevistas com diferentes intervenientes do sistema prisional, já acima mencionados, de forma a obter uma perspectiva mais abrangente sobre os desafios e limitações existentes. A dissertação estrutura-se da seguinte forma: o Capítulo 1 examina a evolução histórica da prisão, contextualizando as transformações no sistema penal ao longo dos séculos; o Capítulo 2 foca-se na análise do sistema prisional português tendo por base documentos e relatórios oficiais; o Capítulo 3 apresenta vários casos mediáticos que têm vindo a fazer a capa dos jornais portugueses, seguindo-se a análise das entrevistas que visam completar a investigação e por fim as reflexões finais com as principais conclusões.

Espera-se que esta dissertação contribua para um debate crítico sobre o sistema prisional, promovendo uma análise informada que possa apoiar futuras reformas. A humanização das prisões surge como um dos desafios centrais da justiça penal contemporânea e compreender a aplicação das Regras de Mandela constitui um passo essencial para assegurar um sistema prisional mais justo e eficaz.

CAPÍTULO 1

Penas de privação de liberdade: evolução histórica da prisão

Até ao início do século XIX, o tempo passado na prisão não era visto em si como uma medida de punição, mas sim, como uma forma de aguardar pelo cumprimento de penas físicas mais severas que envolviam castigos físicos, a pena de morte ou mesmo pena de transporte para outro local, o desterro. No Antigo Egito, por exemplo, existiam estruturas rudimentares para manter prisioneiros, mas a punição era geralmente aplicada de forma imediata e não através de longos períodos de encarceramento (Foucault, 1975). Já na Grécia e Roma Antiga, as prisões começaram a assumir um caráter mais estruturado, algumas concepções apontavam para um caráter preventivo, visando evitar a repetição de crimes no futuro, enquanto outras adotavam uma lógica retributiva, na qual a pena representava uma compensação pelo delito cometido (Ferreira, 2023).

Durante a Idade Média, as penas de prisão, fruto do poder exercido quer pelo sistema feudal, quer pela Igreja, aconteciam muitas vezes nas masmorras dos castelos ou até mesmo dentro das igrejas, mais especificamente dos conventos, sob condições muito precárias. Mas até mesmo nesta altura, os castigos corporais predominavam como forma de punição, e a privação de liberdade continuava a constituir um “compasso de espera” para a pena em si (Carvalho Filho, 2002)

No século XVIII, sob a influência do Iluminismo, a questão da proporcionalidade das penas ganhou destaque, sendo fortemente impulsionada pelas ideias de Cesare Beccaria (2007). Naquele período, o sistema penal baseava-se em punições excessivamente severas, funcionando como uma forma de vingança coletiva, onde mesmo delitos menores eram castigados com torturas, execuções e encarceramento em condições desumanas. Beccaria foi pioneiro ao criticar essa lógica punitiva desproporcional, defendendo que as penas deveriam ser justas e adequadas à gravidade do crime cometido. Para ele, o rigor extremo não promovia a moralização da sociedade, nem contribuía para a redução da criminalidade. Em oposição às práticas vigentes, advogou pela abolição da tortura e da pena de morte, propondo um sistema prisional que priorizasse a reabilitação dos condenados e estabelecesse um modelo de justiça mais equilibrado e racional. A sua obra, revolucionou o Direito Penal e as suas ideias fomentaram o debate sobre a reforma do sistema marcado por punições excessivas, influenciaram a abolição da tortura e da pena de morte em vários países. Propôs um modelo de justiça mais racional e humanizado. O seu impacto estendeu-se por toda a Europa e além. (Matzenbacker, 2021).

No século XIX, com o avanço da construção dos de Estado-Nação, a pena de prisão torna-se o castigo principal no âmbito da justiça criminal e do cumprimento de penas. Modelos como o sistema panóptico, proposto por Jeremy Bentham, enfatizavam a vigilância constante como meio de controle social e disciplinar (Bentham, 2010), fazendo com que todos os encarcerados tivessem a sensação de vigilância constante. À prisão é também atribuída uma nova função, além do cumprimento de uma pena penal, a prisão deveria promover a futura reinserção social dos que aí estavam detidos

Já no século seguinte, com maior ênfase após a segunda Guerra Mundial, tem início uma abordagem mais humanizada que tende a incluir políticas mais eficazes de reabilitação e de reintegração dos reclusos e ex-reclusos. A criação de organismos internacionais como a ONU e o Conselho da Europa, impulsionaram mudanças legislativas que garantiam direitos mínimos aos reclusos e promoviam penas alternativas ao encarceramento (Garland, 2001). Foi sob a influência da obra de Beccaria que nasceram os artigos 7.º e 8.º da declaração dos Direitos do Homem e do Cidadão (Assemblée nationale constituante, 1789), abaixo mencionados:

Art. 7º - Ninguém pode ser acusado, preso ou detido, senão nos casos determinados pela lei e segundo as formas por ela prescritas. Os que solicitam, expedem, executam ou fazem executar atos arbitrários devem ser punidos, mas todo o cidadão chamado ou atingido pela lei deve obedecer imediatamente, tornando-se culpado pela resistência.

Art. 8º - A lei só deve estabelecer penas estritas e evidentemente necessárias. Ninguém pode ser punido senão em virtude de uma lei estabelecida e promulgada anteriormente ao delito e legalmente aplicada.

A transformação da pena de privação de liberdade ao longo da história reflete mudanças significativas na concepção de justiça e punição. Inicialmente, a prisão era apenas um meio temporário antes da aplicação de castigos físicos ou da pena de morte. Com o tempo, especialmente a partir do século XIX, passou a ser o principal instrumento penal, incorporando a ideia de disciplina e reabilitação dos condenados. O pensamento de teóricos como Beccaria e Bentham ajudou a moldar essa visão, destacando a necessidade de penas proporcionais e voltadas para a reintegração social. No século XX, a valorização dos direitos humanos impulsionou reformas no sistema prisional, promovendo melhores condições para os detidos e incentivando penas alternativas. Assim, a história da prisão demonstra a busca constante por um equilíbrio entre punição, prevenção e ressocialização.

1.1. Estabelecimentos prisionais no mundo

À semelhança do que acontece com outras estruturas também os estabelecimentos prisionais são um reflexo das sociedades onde estão inseridos. Diferentes contextos políticos, culturais e sociais, inerentes a diferentes geografias com características distintas e vincadas e com abordagens diferenciadas quanto à abordagem que a privação de liberdade deve ter na sociedade, dão origem a estabelecimentos prisionais com modelos e condições bastante diferenciados.

Embora, como é dito acima, sejam diversos os tipos de EP existentes em todo mundo, parece ser possível agrupá-los de acordo com fatores como a segurança, complexidade de gestão e perfil do recluso (Portugal), a condição dos detidos (julgados ou a aguardar julgamento) e a faixa etária daqueles que vão ficar em reclusão. De seguida apresenta-se uma proposta de classificação que, crê-se, poderá dar uma imagem bastante próxima do que existe globalmente:

- Prisões de Segurança Máxima – destinadas a reclusos tidos como altamente perigosos, caracterizam-se por medidas de segurança rigorosas, isolamento e vigilância permanente.
- Prisões de Segurança Média e Mínima – Acolhem reclusos com diferentes perfis criminais, com um maior enfoque na reabilitação, permitindo, pelos menos em termos teóricos, trabalho, educação e programas de reinserção social.
- Centros de Detenção Provisória – Destinados a indivíduos a aguardar julgamento, sendo um dos setores do sistema prisional onde a sobrelotação é mais grave. A prisão preventiva representa um terço da população carcerária no Brasil (Human Rights Watch, 2004). Na África do Sul, muitos detidos aguardam julgamento por longos períodos, agravando as condições nas prisões (Human Rights Watch, 2022). Em Portugal não existem prisões só destinadas a presos preventivos, só alas específicas dentro das prisões comuns. Enquanto preventivos os reclusos têm muitas vezes dificuldades em beneficiar dos programas de educação e reabilitação, mesmo que, em prisões como a de Caxias e a de Tires, cumpram muitas vezes o limite máximo destas penas⁴. Note-se que de acordo com as Regras de Mandela e o Código da Execução das Penas e Medidas Privativas de Liberdade (Lei n.º 115/2009), os presos preventivos devem ter condições diferenciados, beneficiando das melhores condições possíveis.
- Colónias Penais e Centros de Trabalho – Estabelecimentos onde o regime prisional inclui trabalho obrigatório ou voluntário, frequentemente localizados bastante longe dos centros habitacionais. Embora em Portugal estes centros não existam o trabalho em meio prisional está previsto na legislação (Lei n.º 115/2009, de 12 de outubro do Código da Execução das

⁴ Informação partilhada nas das entrevistas por colaboradores de ONG que visitam semanalmente os EP de Caxias e de Tires.

Penas e Medidas Privativas da Liberdade), sendo considerado como um elemento essencial para a reintegração dos indivíduos. A sobrelotação prisional compromete a separação adequada dos reclusos, afetando a segurança e a reabilitação, como previsto nas Regras Penitenciárias Europeias (Conselho da Europa, 2006). O Parlamento Europeu alerta que este problema prejudica as condições de detenção e a dignidade dos presos (Parlamento Europeu, 2017).

- Unidades para Jovens -, em Portugal atualmente denominados centros educativos (no passado Prisões-Escola) – Criadas para menores de idade, têm como principal objetivo a educação e reabilitação, em vez da punição.

As condições vivenciadas nos EP a nível global são bastante desiguais e é possível apontar várias deficiências estruturais:

- Violência – em diversos sistemas prisionais os reclusos enfrentam tortura, maus-tratos e falta de supervisão (Mathiesen, 2006).
- Sobrelotação- em países como o Brasil ou as Filipinas, algumas prisões chegam a operar com mais de 200% da sua capacidade (Wacquant, 2009).

Em contrapartida no norte da Europa, países como a Islândia e a Noruega trabalham cada vez mais em modelos com vista a humanizar, procurando reabilitar em vez de apenas punir. O exemplo da prisão de Halden, na Noruega (Anexo E), apelidada por alguns, como "a prisão mais humana do mundo"⁵, demonstra que a redução das taxas de reincidência pode estar associada a um ambiente prisional digno e focado na reabilitação (Pratt, 2008), este estabelecimento “tem uma das taxas de reincidência mais baixas do mundo, com apenas 20% dos reclusos libertados a regressarem ao crime”⁶. De acordo com o Relatório de Tendências Globais das Prisões (Penal Reform International & Thailand Institute of Justice, 2023), condições dignas e programas de reabilitação são condições essenciais para um sistema prisional eficaz. Reforçando esta afirmação também o sociólogo e criminologista norueguês Nils Christie defende a adoção de alternativas à reclusão, valorizando a justiça restaurativa e a participação ativa da vítima e da comunidade no processo de resolução de conflitos (Riboli, 2019).

⁵ <https://www.tsf.pt/multimedia/galeria/vida/a-prisao-mais-humana-do-mundo-fica-na-noruega-em-imagens-4422727.html/> A prisão mais humana do mundo fica na Noruega. É considerada a prisão mais humana do mundo, e está reservada aos presos mais perigosos da Noruega

⁶ <https://eu.detroitnews.com/picture-gallery/news/world/2019/10/10/photos-norway-different-approach-inmates-mental-illness/2423280001/> Inside Norway's Halden Prison, a different approach to mental illness

1.2. Estabelecimentos prisionais em Portugal: do correlacionismo à ressocialização no período democrático

Portugal não ficou de fora das reformas trazidas pelo Iluminismo e o triunfo do Liberalismo (1820) promovendo mudanças estruturais no sistema judiciário, eliminando práticas inquisitoriais e substituindo-as por um modelo mais racional de punição (Vaz, 2022). Num caminho para a humanização é abolida a tortura (Peters, 1996) como forma de obtenção de confissões, põe-se fim aos autos de fé e da Inquisição, tendo como objetivo diminuir a perseguição religiosa e o aumento dos direitos individuais. e são introduzidas penas mais proporcionais e racionais, afastando-se da aplicação indiscriminada da pena de morte.

As mudanças representaram um avanço significativo na conceção da prisão como espaço de disciplina e reabilitação, embora ainda houvesse resistências e dificuldades na implementação de uma nova visão, mais racional e menos brutal, a herança iluminista de Beccaria foi fundamental para a modernização da justiça penal em Portugal. A transição para um modelo mais humanizado refletiu-se, por exemplo, na evolução da justiça juvenil, que passou de uma abordagem punitiva para uma mais centrada nos direitos e na proteção das crianças (Carvalho, 2017).

A transformação do sistema prisional português teve um impulso decisivo com a Revolução Liberal de 1820, à semelhança do que aconteceu noutras instituições do país. A implementação de um regime constitucional, que pôs termo ao poder absoluto do rei, trouxe novas abordagens ao papel do Estado na justiça e na aplicação das penas. O sistema penal passou a ser alvo de sucessivas reformas ao longo do século XIX, refletindo influências de debates e experiências internacionais, nomeadamente na Europa e na América (Vaz, 2014).

O Código Penal de 1852, fortemente influenciado pelos princípios do liberalismo, trouxe alterações significativas à legislação penal e ao sistema prisional português. A pena de morte e os castigos corporais foram gradualmente substituídos por penas privativas de liberdade, refletindo uma nova conceção da prisão como meio de disciplina social e moralização dos reclusos. Esta mudança acompanhou as tendências reformistas observadas noutros países europeus, afastando-se do modelo punitivo repressivo do Antigo Regime (Lemos, 2016).

Apesar das reformas, as condições das prisões em Portugal mantiveram-se muito deficitárias, espaço sobrelotados e infraestruturas desadequadas (Vaz, 2003). O liberalismo enunciava o fortalecimento da noção de responsabilidade individual, sublinhando a necessidade de diferenciar os vários tipos de crimes e estabelecer critérios e etapas para a reintegração social dos reclusos. Neste

contexto, surgem os primeiros programas de trabalho prisional, concebidos para educar e profissionalizar os reclusos. No entanto, estas iniciativas eram ainda limitadas e desprovidas dos recursos materiais e humanos necessários. A implementação do sistema penitenciário foi acompanhada pela ideia de que este facilitaria a recuperação dos condenados e a sua reintrodução no convívio social (Rodrigues, 2017).

Com o início da ditadura de Salazar, o sistema prisional português adquiriu características mais repressivas, passando a funcionar como um instrumento de controle social e político. Durante este período, o encarceramento não servia apenas como punição para crimes comuns, mas também como um meio de repressão contra opositores políticos, intelectuais dissidentes e ativistas pró-democracia (Rosas, 2012). Durante o Estado Novo (1933-1974) foram utilizadas prisões e campos de concentração, como o Tarrafal, o Forte de Peniche e a prisão do Aljube, para deter milhares de presos políticos, em condições desumanas, marcadas por isolamento prolongado, maus-tratos e várias formas de tortura. Uma grande parte dos que por ali passavam eram sujeitos a interrogatórios humilhantes e violentos conduzidos pela PIDE, que utilizava métodos brutais para reprimir qualquer oposição ao regime (Pimentel, 2007).

Durante o Estado Novo, o sistema prisional assumiu um carácter repressivo, refletindo o autoritarismo e a rigidez moral do regime. As prisões eram sobretudo espaços de punição, onde a disciplina e o trabalho forçado se sobrepunham a qualquer esforço de reabilitação. Muitos reclusos, incluindo opositores políticos, eram forçados a trabalhar em projetos estatais sob condições extremamente duras, comparáveis à escravidão. No contexto colonial, estabelecimentos como o Tarrafal serviram como instrumentos de repressão e exclusão, reforçando a opressão do regime (Campino, 2018).

A 25 de Abril de 1974 dá-se a revolução e a queda do regime autoritário e repressivo, há a reestruturação do sistema prisional, aponta-se novamente uma nova abordagem às prisões virada para os direitos humanos e para o apoio à reinserção social dos reclusos. Após a transição democrática, o sistema prisional português passou por reformas significativas, alinhando-se progressivamente com os padrões internacionais de direitos humanos. Inspirado pelos princípios da Convenção Europeia dos Direitos Humanos, Portugal procurou humanizar as condições de detenção e promover medidas alternativas à prisão, reforçando a reabilitação e a reinserção social dos reclusos. Estas mudanças representaram um afastamento do modelo punitivo tradicional, refletindo uma maior preocupação com a dignidade dos detidos e com o cumprimento das normas estabelecidas por organismos internacionais (Gomes et al., 2020; Coelho, 2014).

A Revolução dos Cravos trouxe alterações determinantes para o desenvolvimento de Portugal com repercussões muito diretas no sistema prisional. Com o fim da ditadura do Estado Novo e a

instauração da democracia, emergiu uma nova conceção sobre o papel das prisões, que passou a privilegiar a ressocialização e reintegração dos reclusos em detrimento de um modelo meramente punitivo (Pimentel, 2007).

Após a Revolução de 25 de Abril de 1974, a abolição das prisões políticas e a libertação dos detidos por motivos ideológicos marcaram uma das primeiras grandes mudanças no país. Os prisioneiros políticos estavam encarcerados em estabelecimentos como o Campo de Concentração do Tarrafal (Anexo G), a Forte de Peniche (Anexo F) e a prisão do Aljube (Anexo H), onde foram submetidos a condições desumanas. O Tarrafal, conhecido como "Campo da Morte Lenta", foi um dos principais símbolos da repressão do Estado Novo, onde prisioneiros sofreram maus-tratos, isolamento e trabalhos forçados (Soares, 1975; Tavares, 2006; Lopes, 2012; RTP Arquivos, s.d.). A Fortaleza de Peniche, local de detenção de inúmeros opositores ao regime, foi também palco de tentativas de fuga que simbolizavam a resistência contra a ditadura (Direção-Geral do Património Cultural, s.d.). Já o Aljube, prisão destinada a presos políticos, foi um dos principais instrumentos da repressão até à queda do regime (Museu do Aljube – *Resistência e Liberdade*, s.d.). A libertação dos prisioneiros políticos, amplamente documentada, continua a ser lembrada como um momento essencial da conquista da liberdade (Alvorada, 2024)

A Lei de Execução das Penas, Decreto-Lei n.º 265/79, de 1 de agosto, que foi aprovado em 1979, introduziu medidas para a ressocialização dos reclusos, consolidando a ideia de que a pena de prisão deveria incluir mecanismos de reintegração social. O desenvolvimento de programas de educação e formação profissional, só viria, no entanto, a ganhar mais força nas décadas seguintes, com a aprovação da Lei n.º 115/2009, de 12 de outubro.

Com a adesão de Portugal ao Conselho da Europa (1976) e à então Comunidade Económica Europeia (CEE, 1986), o país comprometeu-se a seguir as diretrizes estabelecidas por organismos como a Convenção Europeia dos Direitos Humanos (CEDH) e as Regras de Mandela, estabelecidas pelas Nações Unidas para garantir um tratamento digno dos reclusos (UNODC, 2015), o que implica a necessidade de um sistema prisional virado para a reabilitação e reintegração social deixando cada vez mais de ser unicamente punitivo e repressivo. As reformas implementadas nas décadas seguintes resultaram na modernização das infraestruturas prisionais e na criação de novos modelos de cumprimento de pena, como a vigilância eletrónica e os regimes semiabertos, permitindo que alguns reclusos pudessem cumprir parte da pena em condições que favorecessem a sua reintegração na sociedade.

De acordo com dados provenientes de várias organizações da sociedade civil que atuam ao nível das prisões portuguesas, o sistema prisional português enfrenta atualmente ainda muitos desafios, nomeadamente no que concerne à taxa de reincidência que continua elevada situando-se nos 60% (Reshape, 2024).

“Entre os principais problemas está também escassez de recursos no acompanhamento das medidas de execução da pena. A insuficiência de programas formais e específicos de monitoramento e acompanhamento compromete a reintegração eficaz e permanente dos/as reclusos/as na comunidade. De acordo com dados da DGRSP, apenas 25% dos/as reclusos/as participam em programas de reinserção social.”⁷

Para responder a essas questões, têm sido desenvolvidas parcerias entre o Estado e organizações não-governamentais (ONG), como a Reshape e a Dar a Mão, que atuam na capacitação profissional e apoio psicológico de reclusos e ex-reclusos. Além disso, têm sido defendidas reformas adicionais, incluindo a ampliação do acesso à educação dentro das prisões e a implementação de políticas públicas que incentivem a contratação de ex-reclusos no setor privado.

1.3. Na atualidade: da punição às “casas de pequena escala”

A adoção de modelos alternativos ao encarceramento tem sido amplamente debatida, promovendo uma abordagem mais humanizada e focada na reintegração social dos reclusos. Estudos indicam que penas alternativas, como a Justiça Restaurativa e programas de cogovernança prisional, contribuem para a redução da reincidência e facilitam a transição para a liberdade. No Brasil, as APACs (Associações de Proteção e Assistência aos Condenados) têm-se destacado como um modelo eficaz ao permitir a participação ativa dos reclusos na gestão prisional, proporcionando melhores condições de reabilitação (Braga, 2012; Fidalgo & Fidalgo, 2017; Mariani, 2023). Além disso, a implementação de políticas de reinserção social tem demonstrado impactos positivos, reduzindo os efeitos negativos do encarceramento tradicional e promovendo um sistema penal mais eficiente (Departamento Penitenciário Nacional, 2020; Conselho Nacional de Justiça, 2020)

As elevadas taxas de reincidências, assim como a sobrelotação, de que mais à frente se falará nesta dissertação, demonstram, na opinião de muitos daqueles que serão referidos no ponto 3.2., que a reintegração é muitas vezes difícil após uma passagem, em especial se for prolongada, pelo sistema de encarceramento convencional. É nesse sentido que se exploram cada vez mais hipóteses alternativas que permitam uma atenção mais individualizada e adaptada às características de cada indivíduo só possível em casas de detenção de pequena dimensão, inspiradas em experiência com bons resultados em países como a Noruega, exemplo já antes mencionado, a Bélgica, os Países Baixos, a França e até mesmo a Itália. Todos estes modelos promovem uma maior autonomia e

⁷ https://portal.oa.pt/comunicacao/comunicados/2024/comunicado-violacao-de-direitos-humanos-dos-as-reclusos-as/?utm_source=chatgpt.com, Comunicado OA - CDHOA | Violação de direitos humanos dos/as reclusos/as, 22 de junho, 2024

responsabilização do indivíduo, assim como um maior contacto com a realidade exterior. Ao contrário do que acontece na maioria dos estabelecimentos prisionais tradicionais, que se encontram fora dos grandes centros habitacionais, excluindo-se também por aí os reclusos da “sociedade em funcionamento normal”, as casas de pequena escala encontram-se em geral dentro do espaço onde toda a restante sociedade vive e se relaciona, promovendo-se também assim uma maior facilidade de integração. A sociedade que aceita este modelo, vê a reabilitação como um processo legítimo e necessário, o que conduz a uma redução de estigmas e de marginalização.

A adoção de modelos prisionais mais humanizados tem demonstrado efeitos positivos na redução da violência, na melhoria do bem-estar psicológico dos reclusos e na diminuição da reincidência criminal. Ao privilegiar a dignidade dos detidos e implementar estratégias de reintegração social, estes modelos contribuem para um sistema prisional mais eficaz, que vai além da punição e favorece a ressocialização dos indivíduos (Fidalgo & Fidalgo, 2017).

Nessas unidades, os reclusos têm maior liberdade de movimentação, participam de atividades comunitárias e são incentivados a desenvolver competências sociais e profissionais que facilitarão a sua reinserção após o cumprimento da pena (Council of Europe, 2021). Reguem-se por princípios que enfatizam a importância da educação, do apoio psicossocial e do emprego, vistos como essenciais para uma reintegração bem-sucedida.

Esta abordagem distancia-se do modelo tradicional em que a falta de estímulos, quer por escassez recursos humanos com formação adequada (como é muitas vezes referido nas entrevistas analisadas no capítulo final desta tese), quer postos de trabalho ou outros inerentes à grande dimensão, resulta muitas vezes em dificuldades que impedem a reintegração após um ou vários períodos de reclusão.

Embora organizações como a Reshape tenham já feito grande parte do percurso necessário para uma futura implementação deste modelo em Portugal, o país está ainda numa fase de discussão que poderá a curto ou médio prazo resultar na adoção deste modelo inovador que representa um avanço significativo no cumprimento das diretrizes europeias sobre tratamento prisional.

1.4. Casos de sucesso e influências estrangeiras: Bélgica, Malta, Noruega, Países Baixos e Itália

Na Noruega, a Prisão de Halden (Anexo E), já referida antes, apresenta segundo Pratt (2008), este modelo resulta numa das taxas de reincidência mais baixas da Europa, cerca de 20%, contrastando com valores significativamente mais elevados em outros países.

Nos Países Baixos, a redução da população prisional conseguiu-se através da despenalização de crimes menores e do aumento da aplicação de penas alternativas, como o trabalho comunitário e programas de reabilitação.

A Bélgica implementou o modelo das casas de detenção, que consistem em pequenos estabelecimentos prisionais onde os reclusos vivem num ambiente mais comunitário, facilitando a transição para a sociedade. Este modelo procura minimizar os efeitos negativos do encarceramento tradicional e aumentar a taxa de sucesso na reintegração social.

Em Malta, o foco principal tem sido a redução da reincidência através da educação, tornando obrigatória a participação dos reclusos em programas educacionais. Estas iniciativas resultaram numa redução de até 30% das taxas de reincidência (Farrington et al. 2018).

Em Itália, as prisões agrícolas são um modelo inovador de detenção semiaberta, permitindo que os reclusos trabalhem nos campos e adquiram competências profissionais enquanto cumprem pena. Este modelo tem demonstrado benefícios na reinserção social e na redução do estigma associado aos ex-reclusos (Palidda, 2011).

A Quinta de Moyembrie, localizada em França, não muito longe de Paris, representa outro exemplo de reabilitação prisional através do trabalho e da autonomia. Criada em 2000, esta quinta permite que os reclusos em fase final de pena cumpram o restante tempo em regime semiaberto, integrando-se gradualmente na sociedade através do trabalho agrícola e comunitário, evidenciando-se a importância destas atividades (Fondation de France, s.d.). O modelo implementado está alinhado com as Regras de Mandela, promovendo um ambiente menos opressivo e mais humanizado. Estudos indicam que a taxa de reincidência dos ex-participantes da Quinta de Moyembrie é significativamente inferior à média nacional francesa, reforçando a eficácia desta abordagem (Vacheret, 2019). Penas alternativas e programas de reintegração mantêm a reincidência abaixo dos 40%, enquanto entre reclusos libertados sem apoio esse número sobe para 63% (Revue Observatoire, s.d.). Desde 2016, o Movimento Emmaüs tem ampliado esta iniciativa em colaboração com a Administração Penitenciária francesa, promovendo novas quintas de reinserção, que conjugam reintegração social, desenvolvimento rural e sustentabilidade (Fondation de France, s.d.).

A RISE Foundation, na Ilha de Malta, tem desempenhado um papel importante na implementação e no estudo de modelos alternativos de cumprimento de pena, com especial foco nas casas de pequena escala. Inspirada pelos exemplos acima descritos, frutos de uma abordagem

progressista, a organização promove modelos de detenção mais humanizados, baseados em reabilitação, autonomia e reinserção social.

A atuação da RISE Foundation inclui:

- Criação de estabelecimentos prisionais de pequena escala, onde os reclusos desenvolvem maior autonomia e responsabilidade pessoal.
- Implementação de programas de formação e empregabilidade, preparando os indivíduos para uma reintegração mais eficaz no mercado de trabalho.
- Acompanhamento psicossocial individualizado, garantindo que os reclusos tenham acesso a apoio emocional e terapêutico durante a reclusão.
- Promoção da participação da sociedade civil, incentivando parcerias com o setor privado, universidades e ONG na criação de oportunidades para ex-reclusos.

Relatórios internacionais demonstram que os países que adotaram estes modelos registaram também uma melhoria no bem-estar psicológico dos reclusos e na percepção pública da justiça penal. Estes exemplos reforçam a evidência que um sistema prisional mais humanizado e focado na reinserção social pode produzir resultados mais eficazes do que o modelo tradicional baseado na punição, defendida pela abordagem tradicional. A maior aceitação social dos ex-reclusos, entre outros aqui também já indicados, são indicadores claros da eficácia destas abordagens inovadoras, reforçando a necessidade de reformas prisionais que conciliem segurança pública e justiça social.

1.5. As regras de Mandela

Nelson Rolihlahla Mandela, nascido a 18 de julho de 1918 na aldeia de Mvezo, na África do Sul, destacou-se como um ícone global na luta pelos direitos humanos e contra a segregação racial. Oriundo da etnia Xhosa e membro do clã Madiba, Mandela enfrentou desde cedo as injustiças do apartheid, um regime institucionalizado de discriminação racial que vigorou na África do Sul durante grande parte do século XX. Após a morte do seu pai em 1930, Mandela tornou-se pupilo de Jongintaba Dalindyebo, o regente do povo Thembu, e mudou-se para a Grande Casa em Mqhekezweni. Recebeu educação na Universidade de Fort Hare, uma das poucas instituições que admitia estudantes negros na época. No entanto, a sua participação em protestos contra as políticas universitárias resultou na sua expulsão. Posteriormente, em Joanesburgo, envolveu-se ativamente na resistência ao apartheid, juntando-se ao Congresso Nacional Africano (ANC) e fundando a Liga Juvenil do ANC.

Em resposta à crescente repressão do governo sul-africano, Mandela cofundou em 1961 o Umkhonto we Sizwe, o braço armado do ANC, que visava realizar atos de sabotagem contra infraestruturas governamentais. Em 1962, foi detido e, dois anos depois, condenado a prisão perpétua por conspiração contra o Estado. Dos 27 anos que passou encarcerado, a maioria foi na prisão da Ilha Robben, onde enfrentou condições extremamente adversas, incluindo trabalhos forçados e isolamento. Durante este período, tornou-se um símbolo internacional da resistência contra o apartheid, com campanhas globais a exigirem a sua libertação.

A pressão internacional e interna culminou na sua libertação a 11 de fevereiro de 1990. Em 1994, Mandela foi eleito o primeiro presidente negro da África do Sul, num processo eleitoral democrático e inclusivo. Durante o seu mandato, estabeleceu a Comissão da Verdade e Reconciliação, destinada a investigar e documentar as atrocidades cometidas durante o apartheid, promovendo a reconciliação nacional. Mandela permaneceu uma voz ativa na defesa dos direitos humanos até ao seu falecimento em 2013.

Em homenagem ao seu legado, as Nações Unidas revisaram em 2015 as Regras Mínimas para o Tratamento de Reclusos, originalmente adotadas em 1955, renomeando-as como "Regras de Mandela". Estas diretrizes estabelecem padrões internacionais para o tratamento digno e humano dos reclusos, enfatizando a proibição de tortura, o direito à saúde e à educação, e a importância da reabilitação e reintegração social dos detidos. As Regras de Nelson Mandela servem como um guia essencial para os sistemas prisionais em todo o mundo, promovendo práticas que respeitam a dignidade humana e os direitos fundamentais dos indivíduos privados de liberdade.

CAPÍTULO 2

Caracterização do sistema prisional português

O sistema prisional português tem sido alvo de constantes reformas para garantir o cumprimento das normas internacionais de direitos humanos. No entanto, diversos relatórios continuam a identificar problemas estruturais, nomeadamente a sobrelotação, falhas no acesso a cuidados de saúde e limitações nos programas de reinserção social (DGRSP, 2023). A recente auditoria às prisões nacionais revelou deficiências graves na gestão e na segurança, confirmando preocupações já expressas por organizações do setor penitenciário (Jornal de Notícias, 2024; Notícias ao Minuto, 2024).

O relatório SPACE I – 2021, do Conselho da Europa, evidencia que Portugal enfrenta desafios comuns a outros países no que diz respeito à reabilitação prisional. Entre os problemas mais prementes, destaca-se a necessidade de reforçar políticas que promovam a reintegração social dos reclusos e de reduzir a dependência do encarceramento como principal forma de punição (Aebi & Cocco, 2022). Além disso, a Organização Mundial da Saúde (OMS) alerta para lacunas significativas na assistência médica prestada em contexto prisional, apontando para uma elevada prevalência de doenças crónicas e infecciosas entre a população reclusa, bem como dificuldades no acesso a cuidados contínuos após a libertação (OMS, 2023).

A aposta em medidas alternativas à prisão e na melhoria das condições de detenção é essencial para garantir um sistema mais eficaz e humanizado. As recomendações incluem maior investimento na formação profissional dos reclusos, no apoio psicológico e na criação de programas que facilitem a transição para a vida em liberdade. A implementação destas medidas permitirá reduzir a reincidência criminal e alinhar o sistema prisional português com as melhores práticas internacionais, garantindo uma resposta mais justa e equilibrada entre segurança, direitos humanos e reinserção social.

2.1. Princípios Universais dos Direitos Humanos: o recluso é um homem comum

Os princípios universais dos direitos humanos estabelecem que todas as pessoas, independentemente da sua situação legal, devem ser tratadas com dignidade e respeito. No contexto prisional, esses princípios são assegurados por tratados internacionais, como a *Declaração Universal dos Direitos*

Humanos (1948), o *Pacto Internacional sobre Direitos Civis e Políticos* (1966) e a *Convenção Europeia dos Direitos Humanos* (CEDH) (1950) (Conselho da Europa, 2021). As *Regras de Mandela*, adotadas pela ONU em 2015, reforçam essa ideia ao afirmar que todos os reclusos devem ser tratados com respeito pela sua dignidade e valor inerente como seres humanos. De acordo com a obra *Direitos Humanos Aqui e Agora*, a privação de liberdade não deve significar a negação de direitos fundamentais, como o acesso à saúde, à educação e ao contacto familiar. O livro sublinha que os direitos humanos são universais, indivisíveis e interdependentes, devendo ser garantidos a todas as pessoas, incluindo aquelas que se encontram em situação de reclusão. Além disso, destaca a importância de promover a reintegração social dos detidos, assegurando-lhes oportunidades de formação e desenvolvimento pessoal que lhes permitam retomar a vida em sociedade de forma digna e autónoma (Amnistia Internacional, 2002).

Em Portugal, a *Constituição da República Portuguesa* (CRP) consagra princípios fundamentais em matéria penal, assegurando que a privação de liberdade deve respeitar a dignidade humana e possibilitar a reintegração social dos reclusos. O Artigo 30.º da CRP proíbe penas de carácter perpétuo ou de duração ilimitada e veda qualquer forma de tratamento desumano, garantindo que a execução das penas não se limite à punição, mas também crie condições para a reabilitação dos reclusos e o seu regresso à sociedade (*Constituição da República Portuguesa*, 1976, Artigo 30.º).

Este princípio é aprofundado pelo *Código de Execução das Penas e Medidas Privativas de Liberdade* (CEPMPL), que estabelece que a execução das penas deve orientar-se pela reinserção dos reclusos, assegurando-lhes direitos essenciais como o acesso à saúde, à educação, à assistência jurídica e à proteção contra abusos e maus-tratos (Decreto-Lei n.º 51/2011). Da mesma forma, a Lei n.º 115/2009, que regula o regime jurídico da execução das penas, sublinha a importância de criar condições para a reabilitação dos reclusos, promovendo a sua reintegração social e prevenindo a reincidência.

Apesar do quadro normativo existente, relatórios do Comité Europeu para a Prevenção da Tortura (CPT) continuam a denunciar graves violações dos direitos humanos no sistema prisional português, incluindo sobrelotação, condições degradadas e acesso limitado a cuidados de saúde. Um dos casos mais alarmantes é o do Estabelecimento Prisional de Lisboa (EPL), cuja deterioração tem sido amplamente documentada. Construído em 1885 segundo o modelo panóptico, o EPL possui seis alas de quatro pisos dispostas em torno de um ponto central, permitindo uma vigilância abrangente. No entanto, as suas infraestruturas não acompanharam a evolução das normas de dignidade e segurança no meio prisional, tornando-se um dos estabelecimentos mais problemáticos do país. Relatórios de inspeção revelam celas sobrelotadas, alimentação insuficiente, más condições de higiene, proliferação de insetos e roedores, e dificuldades no acesso a serviços de saúde, colocando em risco a integridade física e mental dos reclusos. Em 2023, o Tribunal Europeu dos Direitos Humanos condenou Portugal (como mais à frente se detalha) devido às condições desumanas deste

estabelecimento, destacando a necessidade urgente de reformas estruturais para garantir o respeito pelos direitos fundamentais dos reclusos. Este caso veio reforçar a necessidade de medidas concretas para modernizar as infraestruturas prisionais e assegurar condições de detenção dignas e compatíveis com os padrões internacionais.

O princípio de que “o recluso é um homem comum”, frase frequentemente utilizada no contexto em análise sublinha a necessidade de um modelo prisional que promova a dignidade humana e favoreça a reinserção social.

2.2. O sistema prisional português em números: panorama atual

O sistema prisional português enfrenta desafios estruturais persistentes, com destaque para a sobrelotação, as dificuldades na reintegração dos reclusos e a necessidade de medidas alternativas à detenção. A análise do estado atual das prisões exige uma avaliação dos dados da população prisional, das condições carcerárias e do quadro jurídico que regula o sistema.

De acordo com o *World Prison Brief*, em 2025, havia aproximadamente 12.200 reclusos em Portugal, distribuídos por 49 estabelecimentos prisionais, correspondendo a uma taxa de encarceramento de 119 reclusos por 100.000 habitantes, um valor próximo da média europeia (*World Prison Brief*, 2025). A população prisional é predominantemente masculina (92,8%), com as mulheres representando cerca de 7,2% do total de reclusos (*World Prison Brief*, 2025).

Além das questões demográficas e penais, a sobrelotação permanece um dos problemas mais graves do sistema prisional português. Algumas prisões operam com taxas de ocupação superiores a 140% da sua capacidade máxima, comprometendo as condições de higiene, segurança e bem-estar dos reclusos (CPT, 2023). Este problema é agravado pela falta de assistência médica adequada, especialmente no que diz respeito ao tratamento de doenças mentais e dependências químicas. O número insuficiente de médicos e psicólogos resulta em longos períodos de espera para consultas e dificuldades no acesso a tratamentos adequados, criando barreiras adicionais à reintegração social dos reclusos (CPT, 2023).

Outro fator preocupante é a violência institucional dentro dos estabelecimentos prisionais. Relatórios internacionais indicam casos de uso excessivo da força por parte dos guardas prisionais, bem como maus-tratos, isolamento disciplinar prolongado e falhas nos mecanismos de denúncia, tornando os reclusos vulneráveis a abusos e limitando a sua capacidade de contestação legal (CPT, 2023). Paralelamente, a duração média das penas de prisão em Portugal é de 30,2 meses, um valor significativamente superior à média europeia de 11,8 meses, evidenciando uma tendência para penas longas em detrimento de medidas alternativas (Reshape, 2024). Assim, o sistema prisional português

caracteriza-se por uma população predominantemente masculina, sobrelotação crónica, défices de assistência médica e psicológica, penas de longa duração e dificuldades na reintegração social dos reclusos.

2.3. As condições na prisão vs CEDH: relatórios oficiais e independentes

As condições prisionais em Portugal têm sido amplamente analisadas por organismos independentes, como o CPT e o Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH). Tal como já referido, a CEDH estabelece critérios obrigatórios que Portugal deve cumprir no que diz respeito ao tratamento dos reclusos e às condições das prisões (Conselho da Europa, 2021). O Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH) já condenou Portugal em várias decisões por tratamento desumano e condições degradantes. Um dos casos mais conhecidos foi *Petrescu v. Portugal*, em que o tribunal considerou que a falta de condições sanitárias e o acesso insuficiente a cuidados médicos violavam as normas da CEDH (TEDH, 2019). Apesar dos problemas existentes, o governo português tem procurado implementar reformas. O Ministério da Justiça tem promovido a modernização das infraestruturas prisionais e o reforço da assistência médica e psicológica, bem como o alargamento das medidas alternativas à prisão, como vigilância eletrónica e penas comunitárias, com vista à redução da sobrelotação (Ministério da Justiça, 2023; DGRSP, 2023).

2.4. O Papel das ONG e associações: Amnistia Internacional, APAR, Dar a Mão, Reshape

As Organizações Não Governamentais (ONG) desempenham um papel crucial na supervisão e melhoria das condições prisionais em Portugal. Estas entidades dedicam-se à defesa dos direitos dos reclusos, promovem políticas de reintegração social e fiscalizam as condições de detenção. Entre as mais proeminentes estão a Amnistia Internacional, a Associação Portuguesa de Apoio ao Recluso (APAR), a Dar a Mão e a Reshape, cada uma contribuindo de forma única e complementar.

A Amnistia Internacional tem sido uma voz ativa na denúncia de violações dos direitos humanos nas prisões portuguesas. No seu Relatório Anual 2023/24, a organização destacou preocupações como a sobrelotação (25 das 49 prisões estarão sobrelotadas), deficiências no acesso a cuidados de saúde mental e casos de maus-tratos físicos e psicológicos. A Amnistia tem instado repetidamente o governo português a implementar reformas estruturais que assegurem condições dignas de encarceramento e a aplicação efetiva das Regras de Nelson Mandela.

A APAR foca-se no apoio jurídico e social aos reclusos e suas famílias. Com delegados em todas as 48 prisões do país, a associação oferece assistência em processos judiciais, mediação de conflitos internos e acompanhamento pós-libertação. Um dos seus principais objetivos é reduzir a reincidência criminal, auxiliando os ex-reclusos na reintegração social através de programas de empregabilidade e formação profissional.

A Dar a Mão atua diretamente nas prisões portuguesas, promovendo atividades culturais, educativas e de desenvolvimento pessoal para os reclusos. Desde 2020, a organização realiza o concurso "Talentos Cativos", que visa descobrir e premiar talentos nas artes literárias e visuais entre a população prisional. Acredita-se que a participação em atividades culturais melhora a saúde mental dos reclusos e reduz a probabilidade de conflitos internos.

A Reshape é uma organização dedicada à reintegração social de ex-reclusos, focando-se no desenvolvimento pessoal, mentoria e integração no mercado de trabalho. Acreditando que ninguém é irrecuperável, a Reshape implementa programas que fornecem as ferramentas e incentivos necessários para uma reinserção efetiva. Desde a sua fundação, a organização já impactou diversas vidas, contando com mais de 100 voluntários e vários programas implementados.

Embora cada ONG tenha uma abordagem específica, todas compartilham o objetivo comum de promover os direitos humanos e a reintegração social dos reclusos. A atuação dessas organizações preenche lacunas deixadas pelo Estado e contribui para a humanização do sistema prisional. No entanto, enfrentam desafios significativos, incluindo limitações financeiras e burocráticas que restringem sua capacidade de ação. O papel das ONG na melhoria das condições prisionais é essencial, mas depende do apoio governamental e do envolvimento da sociedade civil. A cooperação entre essas organizações e as entidades estatais é fundamental para garantir um sistema prisional mais justo, eficaz e respeitador dos direitos humanos.

2.5. Principais desafios do sistema prisional em Portugal e perspetivas de evolução

O sistema prisional português continua a enfrentar desafios significativos que comprometem a sua capacidade de assegurar um cumprimento de pena que respeite os direitos humanos e promova a reinserção social dos reclusos. A sobrelotação, a precariedade no acesso a cuidados de saúde mental, a escassez de recursos humanos, as falhas nos programas de reintegração e a falta de formação contínua dos guardas prisionais são algumas das questões mais prementes que têm sido identificadas por organismos nacionais e internacionais (CPT, 2023; Amnistia Internacional, 2024). A necessidade de reestruturação do sistema é uma preocupação constante, e as recomendações de entidades como o

Comité Europeu para a Prevenção da Tortura (CPT) e o Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH) apontam para reformas urgentes. Estes relatórios têm enfatizado a importância de medidas alternativas ao encarceramento, do reforço da fiscalização das condições prisionais e da promoção de políticas que reduzam os índices de reincidência (TEDH, 2019; Conselho da Europa, 2021).

Tal como já antes referido, a sobrelotação é um dos problemas estruturais mais críticos no sistema prisional português. Este cenário tem um impacto significativo na saúde mental dos reclusos, pois o confinamento em espaços sobrecarregados pode levar a um aumento dos níveis de ansiedade, depressão e outras perturbações psiquiátricas (Amnistia Internacional, 2024). A falta de profissionais de saúde mental nas prisões agrava ainda mais este problema. Os relatórios indicam que há um défice crónico de psicólogos e psiquiatras nos estabelecimentos prisionais, dificultando a prestação de apoio psicológico adequado aos reclusos que dele necessitam (CPT, 2023). Países como os Países Baixos têm investido em estratégias para garantir acompanhamento psiquiátrico sistemático aos detidos, o que tem reduzido os índices de reincidência e melhorado a segurança nas prisões (Boone & Moerings, 2011). Uma das soluções apontadas para minimizar os efeitos negativos da sobrelotação e da degradação da saúde mental nos reclusos é a implementação de programas de desporto e trabalho prisional. O desporto tem demonstrado ser uma ferramenta eficaz na redução dos níveis de stress e na promoção da disciplina e do bem-estar emocional entre os reclusos (Pratt, 2008). Em algumas prisões europeias, a prática regular de atividade física já faz parte dos programas de reabilitação, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos detidos e para a diminuição da violência dentro dos estabelecimentos (Jacobson, Heard & Fair, 2017).

A formação profissional e o trabalho durante o cumprimento da pena são igualmente essenciais para a reintegração dos reclusos na sociedade. O Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP) tem promovido iniciativas para capacitar os reclusos em áreas como carpintaria, construção civil e serviços administrativos, preparando-os para uma reentrada mais segura no mercado de trabalho (IEFP, 2023). Países que implementaram políticas abrangentes de emprego dentro das prisões registaram uma significativa redução da reincidência, reforçando a importância destas medidas para um sistema penal mais eficaz (Jacobson, Heard & Fair, 2017). Os guardas prisionais desempenham um papel crucial no funcionamento das prisões e na manutenção da ordem e disciplina dentro dos estabelecimentos. No entanto, os desafios que enfrentam são cada vez mais evidentes, sendo a falta de efetivos uma das principais preocupações do setor. Dados recentes indicavam que até ao final de 2024, Portugal teria menos 36% dos guardas prisionais necessários para cobrir a atual população carcerária, uma situação que coloca em risco a segurança e o funcionamento das prisões (RTP Notícias, 2024; ECO, 2024). A escassez de efetivos implica turnos excessivamente longos e uma sobrecarga de trabalho que pode comprometer a qualidade da supervisão e aumentar os níveis de tensão entre reclusos e guardas. Outro problema identificado diz respeito à formação dos guardas prisionais. Em

países como a Noruega, a formação contínua dos agentes penitenciários é uma prioridade, incluindo módulos sobre gestão de conflitos, mediação e direitos humanos. Em Portugal, apesar da formação inicial obrigatória, os programas de capacitação contínua ainda são limitados, o que pode contribuir para práticas inadequadas na gestão dos estabelecimentos prisionais (Universidade do Minho – Pereira, 2020).

O sistema prisional português tem sido alvo de denúncias de abusos cometidos contra reclusos, nomeadamente uso excessivo da força e negligência em situações de violência. A Ordem dos Advogados (2024) revelou que há casos de agressões a reclusos que nem sequer recebem a devida atenção nos hospitais, o que demonstra falhas graves na fiscalização e na proteção dos direitos fundamentais dos detidos. Paralelamente, a Provedoria de Justiça reportou oito casos de agressões cometidas por guardas prisionais ao Ministério Público em 2023, reforçando a necessidade de medidas eficazes para combater este tipo de violência (Diário de Notícias, 2024).

O Comité Europeu para a Prevenção da Tortura (CPT, 2023) alertou para a persistência de práticas abusivas no uso da força em estabelecimentos prisionais. Embora o Regulamento de Utilização de Meios Coercivos nos Serviços Prisionais preveja restrições quanto ao uso de bastões e gás neutralizante, estas medidas continuam a ser aplicadas sem garantias de que não comprometam a dignidade dos reclusos (Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais, 2023). Neste contexto, a personalidade dos guardas prisionais tem um impacto determinante na forma como gerem a relação com os detidos. Profissionais com uma abordagem mais autoritária ou desmotivados pelas condições de trabalho podem recorrer a práticas mais violentas, enquanto aqueles com uma visão mais humanizada da reabilitação tendem a manter a disciplina sem recorrer à força desnecessária (Mateus, 2015).

A Ordem dos Advogados defende o reforço da fiscalização e da formação contínua dos guardas prisionais como um passo essencial para erradicar os maus-tratos e garantir um ambiente prisional mais seguro e respeitador dos direitos humanos (Ordem dos Advogados, 2024). Além de melhorias estruturais nas prisões, é fundamental investir na qualificação dos profissionais do setor, assegurando que estes possuam as competências necessárias para lidar com os desafios diários da sua profissão sem recorrer a práticas abusivas.

O Sindicato Nacional do Corpo da Guarda Prisional (SNCGP) tem alertado para a necessidade de melhores condições de trabalho e para o impacto da desvalorização da profissão na qualidade dos serviços prestados (RR, 2023). Sem um reforço significativo nos recursos humanos e sem investimentos na capacitação e valorização dos profissionais da guarda, dificilmente se conseguirá garantir um ambiente prisional seguro e que cumpra as normas internacionais de direitos humanos (RTP Notícias, 2024).

CAPÍTULO 3

Análise de casos

Este capítulo explora o sistema prisional português através da análise de casos, evidenciando a forma como as condições de reclusão, a cobertura mediática e as decisões do Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH) moldam a percepção pública e as políticas penitenciárias. A investigação revela problemas estruturais persistentes, como a sobrelotação, a falta de assistência médica e psicológica, e a insuficiência de programas eficazes de reinserção social, comprometendo o cumprimento das Regras de Mandela.

A análise assenta na recolha de testemunhos de diferentes atores envolvidos no sistema prisional, incluindo reclusos, ex-reclusos, diretores prisionais e representantes de organizações da sociedade civil. Esta abordagem permite compreender as desigualdades dentro das prisões, nomeadamente no tratamento diferenciado em função do género, da etnia e do contexto socioeconómico, refletindo padrões de exclusão que dificultam a reintegração dos ex-reclusos na sociedade.

Por fim, são discutidas boas práticas e alternativas mais humanizadas ao modelo prisional tradicional, com base em exemplos internacionais de casas de transição e unidades prisionais de pequena escala. Estas soluções têm demonstrado ser mais eficazes na redução da reincidência e na promoção de uma reabilitação mais estruturada. Assim, este capítulo contribui para um debate mais informado e sustentado sobre possíveis reformas no sistema prisional português

3.1. Os casos mediáticos

A comunicação social desempenha um papel crucial na forma como a sociedade percebe o sistema prisional português. De acordo com o Expresso (2024), a cobertura mediática foca-se frequentemente em episódios de violência, fugas e crises institucionais, reforçando uma narrativa de insegurança e desordem dentro dos estabelecimentos prisionais. Este enfoque sensacionalista tende a obscurecer questões estruturais mais amplas, como as condições de detenção e a necessidade de reforçar políticas de reabilitação e reinserção social dos reclusos.

O estudo de Carvalho et al. (2022) revela que esta representação mediática contribui para a invisibilidade das políticas de reinserção, já que os media privilegiam discursos centrados na criminalidade e na reincidência. Este padrão narrativo fomenta uma percepção pública punitivista, pressionando para a adoção de políticas de endurecimento penal em detrimento de medidas alternativas à privação de liberdade.

A ausência de um debate mais aprofundado sobre a aplicação das Regras de Mandela reflete-se na escassa atenção dada à necessidade de humanização do sistema prisional, que deveria focar-se não apenas no castigo, mas também na reintegração dos reclusos na sociedade. Dessa forma, a comunicação social assume um papel duplo e contraditório. Por um lado, contribui para denunciar deficiências do sistema, incluindo sobrelotação e violação de direitos humanos. No entanto, ao mesmo tempo, ao enfatizar casos individuais de criminalidade violenta e desordem prisional, reforça o estigma associado aos reclusos e desvaloriza o papel das prisões como espaços de reabilitação, tal como preconizado pelas Regras de Mandela. Assim, a falta de um discurso mediático equilibrado perpetua a ideia da prisão apenas como um instrumento de punição, dificultando a construção de políticas mais eficazes e humanizadas no sistema de justiça criminal.

O impacto desta abordagem torna-se evidente na forma como se noticiam falhas nas condições carcerárias. Um exemplo claro ocorreu em dezembro de 2024, quando a comunicação social destacou o caso do Estabelecimento Prisional do Linhó, onde cerca de 500 reclusos ficaram privados de água potável durante vários dias (Público, 2024a). As reportagens atribuíram a origem do problema a uma conduta improvisada há vários anos, sublinhando as fragilidades na gestão prisional e na manutenção das infraestruturas (Público, 2024b). Casos como este reforçam a ideia de que as prisões portuguesas ainda enfrentam dificuldades estruturais graves, e demonstram como os media podem atuar como catalisadores de pressão pública, incentivando a necessidade de reformas institucionais.

A atenção mediática também recai frequentemente sobre as condenações internacionais de Portugal pelo Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH) devido às condições degradantes nas prisões. Em maio de 2024, o TEDH condenou novamente Portugal na sequência de uma queixa sobre o Estabelecimento Prisional de Lisboa (já antes mencionado neste estudo devido às condições inúmeras vezes relatadas de condições muito precárias), onde foram identificadas situações de sobrelotação extrema, falta de assistência médica e instalações insalubres (RTP Notícias, 2024; Sol, 2024). Estas condições foram classificadas pelo tribunal como "tratamentos desumanos e degradantes", demonstrando que o país continua a falhar na aplicação de padrões internacionais de direitos humanos (Gerador, 2024). A ampla cobertura mediática destes casos não só expõe lacunas na aplicação das Regras de Mandela, como também aumenta a pressão sobre as autoridades para implementar melhorias estruturais e políticas de reinserção social mais eficazes.

Além das más condições infraestruturais, os meios de comunicação também realçam falhas na administração e gestão das prisões. Um exemplo disso foi a fuga de cinco reclusos em setembro de 2024, um caso que gerou um intenso debate sobre a nomeação política dos diretores prisionais e a necessidade de um sistema de concurso público para garantir maior competência na gestão dos

estabelecimentos (Público, 2024c). A cobertura jornalística deste episódio demonstra como os media não apenas revelam falhas do sistema, mas também desempenham um papel ativo na formação da agenda política, impulsionando discussões sobre reformas institucionais e reforço da fiscalização prisional.

Apesar de a narrativa mediática sobre as prisões portuguesas estar, na sua maioria, centrada nos problemas estruturais e administrativos, há também reportagens que procuram destacar alternativas ao modelo prisional tradicional. Um exemplo disso foi o debate sobre a substituição de prisões por casas de detenção, bem como a criação de casas de transição para reclusos em fase final de cumprimento de pena, um tema que recebeu atenção em abril de 2024 (Público, 2024d, 2024e). Da mesma forma, a experiência do Estabelecimento Prisional de Torres Novas, onde os reclusos cumprem pena em regime aberto e trabalham, tem sido utilizada como referência para um modelo mais humanizador e alinhado com os princípios das Regras de Mandela (Público, 2021).

Assim, é possível constatar que os media desempenham um papel crucial na construção da imagem do sistema prisional português, alternando entre uma abordagem sensacionalista, que reforça discursos punitivistas, e reportagens que apresentam perspetivas reformistas e inovadoras. A comunicação social, ao dar visibilidade a casos concretos de precariedade prisional e a iniciativas de reinserção, pode contribuir para um debate público mais informado e para a promoção de políticas públicas que assegurem o alinhamento do sistema prisional português com os padrões internacionais de direitos humanos.

3.1.1. Condenações de Portugal pelo TEDH: Revisão dos Casos Mais Relevantes

O Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH) tem desempenhado um papel crucial na fiscalização das condições das prisões portuguesas. As diversas condenações ao Estado português evidenciam a necessidade de mudanças estruturais no sistema prisional, garantindo o cumprimento do artigo 3.º da Convenção Europeia dos Direitos Humanos (CEDH), que proíbe tortura e tratamentos desumanos ou degradantes. Os processos analisados revelam problemas recorrentes, tais como sobrelotação, falta de higiene, dificuldades no acesso a cuidados médicos e uso excessivo da força por parte das autoridades penitenciárias.

O Caso Petrescu vs Portugal

Este processo tornou-se um dos mais emblemáticos na exposição das condições degradantes nas prisões portuguesas. Alexandru Petrescu, cidadão romeno, foi preso em março de 2012, tendo passado pelos estabelecimentos prisionais da Polícia Judiciária de Lisboa e de Pinheiro da Cruz, no

município de Grândola. No recurso ao TEDH, alegou sobrelotação extrema, falta de higiene, más condições sanitárias e assistência médica insuficiente, argumentos que levaram à condenação do Estado português por violação do artigo 3.º da CEDH (Petrescu v. Portugal, 2019). Durante o período de detenção, Petrescu foi forçado a dividir uma cela de duas pessoas com mais três reclusos, limitando gravemente o espaço disponível. Além disso, descreveu as instalações sanitárias como insalubres e insuficientes, contribuindo para a propagação de doenças no estabelecimento prisional. Como consequência, o TEDH determinou que Portugal deveria pagar uma indemnização ao requerente e adotar medidas concretas para prevenir situações semelhantes (Petrescu v. Portugal, 2019).

Após esta decisão, o Estado português comprometeu-se a requalificar infraestruturas prisionais, melhorar o acesso a cuidados de saúde dentro dos estabelecimentos prisionais e adotar medidas para reduzir a sobrelotação. Esta condenação demonstra o impacto da jurisprudência internacional na transformação do sistema prisional português, reforçando a necessidade de supervisão externa contínua, tal como preconizado pelas Regras de Mandela (Conselho da Europa, 2021).

O Caso Plácido Carvalho e Rogério Ferreira vs Portugal

Este caso voltou a demonstrar as falhas estruturais das prisões portuguesas, abordando tanto as condições degradantes de detenção como o uso excessivo da força por parte dos guardas prisionais. Os requerentes relataram agressões físicas sem qualquer justificação, além de longos períodos de isolamento disciplinar sem acesso a apoio jurídico adequado (RTP Notícias, 2024). Tal como noutros processos, foram apontados problemas como falta de ventilação, sobrelotação e condições sanitárias inadequadas, fatores que comprometem a dignidade dos reclusos. O TEDH concluiu que a supervisão interna foi ineficaz na prevenção de abusos, sublinhando a necessidade de mecanismos externos de monitorização e fiscalização.

A decisão reforça a importância da intervenção internacional, evidenciando que a privação da liberdade não pode justificar a violação de direitos humanos e que o Estado português deve garantir condições dignas para todos os reclusos.

O caso Márcio Pereira e António Diamantino da Silva vs Portugal

Este caso revelou mais uma vez as deficiências estruturais e as condições degradantes do sistema prisional português. Márcio Pereira e António Diamantino da Silva, enquanto reclusos, denunciaram a sobrelotação extrema, a falta de higiene e ventilação, bem como a ausência de cuidados médicos adequados nos estabelecimentos onde estavam detidos. As celas, projetadas para um número

reduzido de ocupantes, albergavam demasiados reclusos, comprometendo as condições mínimas de salubridade e segurança.

O Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH) concluiu que as condições enfrentadas pelos requerentes violavam o Artigo 3.º da Convenção Europeia dos Direitos Humanos, que proíbe tratamentos desumanos e degradantes. O Tribunal destacou que a sobrelotação, aliada à precariedade das infraestruturas e à falta de assistência médica eficaz, representa um risco grave para a dignidade e saúde dos reclusos.

A decisão do TEDH reforçou a necessidade urgente de reformar o sistema prisional português, exigindo que o Estado português assegure condições de detenção que respeitem os direitos humanos. O Tribunal recomendou a implementação de medidas eficazes para reduzir a sobrelotação, melhorar as infraestruturas e garantir acesso adequado a cuidados de saúde, garantindo o cumprimento dos padrões internacionais de proteção dos direitos fundamentais.

O Caso Marques Ângelo vs Portugal

A decisão do caso Marques Ângelo veio reforçar as conclusões de condenações anteriores, alertando para a persistência da sobrelotação prisional, a ausência de condições sanitárias adequadas e a limitação no acesso a espaços ao ar livre. O requerente alegou ter permanecido mais de 11 meses detido em condições indignas, sem que as autoridades portuguesas implementassem qualquer medida de melhoria (Sol, 2024).

O TEDH considerou que Portugal não tomou providências eficazes para corrigir os problemas já identificados em condenações anteriores, demonstrando que as reformas estruturais necessárias continuam por implementar.

O Caso Okchukwu Mgbokwere e Outros vs Portugal

O caso Okchukwu Mgbokwere e Outros vs. Portugal revelou um padrão de discriminação racial dentro do sistema prisional português. Os requerentes, cidadãos de origem nigeriana, denunciaram tratamento desigual por parte das autoridades prisionais, incluindo isolamento prolongado, uso excessivo da força e falta de acesso a assistência médica adequada (TEDH, 2022). Outro problema grave relatado no processo foi a barreira linguística, uma vez que os reclusos não tiveram acesso a intérpretes durante os processos disciplinares. Tal facto limitou o direito de defesa e comprometeu a equidade do procedimento penal, violando as disposições da Convenção Europeia dos Direitos Humanos.

O TEDH concluiu que Portugal falhou em garantir igualdade de tratamento a todos os reclusos, condenando o Estado por práticas discriminatórias e reforçando a necessidade de medidas eficazes contra o racismo no sistema prisional (TEDH, 2022).

As sucessivas condenações de Portugal pelo TEDH revelam um padrão recorrente de violações dos direitos fundamentais dos reclusos. Entre os problemas mais graves destacam-se a sobrelotação prisional, a falta de higiene, a assistência médica precária e o uso desproporcional da força por parte dos guardas prisionais. Estes processos demonstram que o Estado português continua a falhar na garantia de condições mínimas de dignidade para os reclusos, reforçando a necessidade de fiscalização internacional e da implementação efetiva das Regras de Mandela. A jurisprudência do TEDH tem sido essencial para pressionar Portugal a adotar medidas que garantam um sistema prisional mais humanizado, assegurando que a privação de liberdade não implique tratamentos degradantes ou desumanos. No entanto, as sucessivas condenações indicam que as reformas estruturais são insuficientes ou aplicadas de forma inconsistente, o que reforça a urgência de estratégias eficazes e sustentáveis para garantir um sistema penitenciário mais digno e eficiente.

3.1.2. Discriminação e desigualdade no sistema prisional português: género, raça e direitos fundamentais

O sistema prisional português enfrenta desafios estruturais e normativos que impactam de forma desigual as mulheres reclusas e os indivíduos pertencentes a minorias raciais. A discriminação dentro das prisões assume diferentes formas, desde desigualdade no acesso a cuidados médicos e programas de reinserção social até violência institucional e segregação racial (Silva, 2015). Estes fatores levantam preocupações sobre a conformidade do sistema prisional português com as normas internacionais de direitos humanos, incluindo as Regras de Bangkok, que estabelecem diretrizes para o tratamento de mulheres em reclusão, e a Convenção Europeia dos Direitos Humanos, que garante proteção contra discriminação racial (Conselho da Europa, 2021; UNODC, 2010).

As mulheres representam uma percentagem reduzida da população prisional, o que frequentemente conduz à sua marginalização tanto no desenvolvimento de políticas públicas, como na cobertura mediática (Silva, 2015). Estudos indicam que as prisões femininas em Portugal tendem a ser mais restritivas em termos disciplinares, perpetuando estereótipos de género que associam as reclusas ao papel materno e ao desempenho de tarefas domésticas, enquanto os estabelecimentos masculinos são habitualmente descritos como espaços de violência e conflitos internos (Silva, 2015). Parece existir maior limite às oportunidades de reinserção social das mulheres reclusas, uma vez que existirá uma menor oferta de programas de reabilitação destinados a este grupo, dificultando assim a

sua reintegração na sociedade (Conselho da Europa, 2021). A sua reintegração social após o cumprimento da pena pode ser dificultada pela menor disponibilidade de recursos em comparação com os homens, limitando assim suas oportunidades de ressocialização (Coelho, 2014; Lopes et al., 2021).

A Teoria do Rótulo, mais abaixo explicada, ajuda a interpretar o duplo estigma enfrentado pelas mulheres reclusas. Para além de serem punidas pelo crime cometido, muitas enfrentam um julgamento moral acrescido por não corresponderem às expectativas sociais associadas ao seu papel enquanto mulheres e mães (Goffman, 1963). Esse estigma pode afetar a sua autoimagem e dificultar a reintegração na sociedade após a libertação

A falta de infraestruturas adequadas para mães reclusas é outra questão persistente no sistema prisional português. As Regras de Bangkok, adotadas pelas Nações Unidas em 2010, defendem que as mulheres grávidas e as mães de crianças pequenas devem ter acesso a condições específicas de reclusão, e que sempre que possível devem beneficiar de medidas alternativas à pena de prisão (UNODC, 2010). Contudo, muitas mulheres detidas em Portugal continuam sem acesso a estas condições, quer por lacunas legislativas, quer pela falta de unidades prisionais preparadas para acolher crianças (Conselho da Europa, 2021).

Além das desigualdades de género, a discriminação racial nas prisões portuguesas (Anexo L) continua a ser uma realidade preocupante. De acordo com relatórios do Conselho da Europa, reclusos de origem africana e cigana são mais frequentemente alvo de uso excessivo da força por parte dos guardas prisionais, enfrentam maior dificuldade no acesso a cuidados médicos e estão sujeitos a formas de segregação dentro dos estabelecimentos prisionais (Gerador, 2024). O caso *Okchukwu Mgbokwere e Outros vs. Portugal* (já antes mencionado), analisado pelo Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH), revelou disparidades no tratamento de reclusos estrangeiros, incluindo isolamento prolongado e falta de acesso a intérpretes durante processos disciplinares (TEDH, 2022).

A existência de discriminação racial nas prisões portuguesas evidencia um problema estrutural no sistema de justiça penal, uma vez que reclusos de minorias raciais estão desproporcionalmente representados na população prisional e enfrentam obstáculos acrescidos para a reintegração (Conselho da Europa, 2021). Esta realidade tem levado a recomendações para a criação de mecanismos de monitorização independentes, de modo a assegurar que os direitos fundamentais dos reclusos sejam garantidos, independentemente da sua origem étnica (Gerador, 2024).

A análise destas questões à luz das Regras de Bangkok e das decisões do TEDH demonstra que a desigualdade dentro do sistema prisional português não se limita ao género ou à etnia, mas reflete

um problema estrutural mais amplo que compromete o cumprimento dos direitos humanos. A implementação de políticas mais inclusivas e eficazes e o reforço da fiscalização independente são essenciais para garantir que a privação da liberdade não implique a perda de direitos fundamentais.

A composição da população prisional portuguesa reflete desigualdades sociais e raciais preexistentes, onde indivíduos de origens migrantes e minorias racializadas estão sobre representados e enfrentam uma atuação judicial e policial mais repressiva. Estudos indicam que esses grupos têm maior probabilidade de serem abordados pela polícia, detidos e condenados a penas mais severas do que outros segmentos da população (Silveira & Cury, 2022).

Segundo a Teoria do Rótulo, a criminalidade não é uma condição objetiva do indivíduo, mas sim o resultado de processos sociais que definem certos comportamentos como desviantes e os associam a determinados grupos. Howard Becker (1963) argumenta que, dentro do sistema de justiça, há uma tendência para a aplicação seletiva da lei, onde certos indivíduos são mais facilmente rotulados como criminosos e, conseqüentemente, tratados de forma mais punitiva. Edwin Lemert (1951) distingue dois momentos do processo de desvio:

- O desvio primário, que ocorre quando um indivíduo infringe a norma sem que isso implique conseqüências duradouras na sua identidade social.
- O desvio secundário, que surge quando o indivíduo passa a ser formalmente identificado e tratado como criminoso, internalizando essa identidade e ajustando o seu comportamento à imagem que lhe foi imposta.

No contexto prisional, este processo é particularmente visível quando ex-reclusos enfrentam dificuldades na procura de emprego, habitação e aceitação social, já que o rótulo de "criminoso" lhes fecha muitas portas e perpetua um ciclo de marginalização (Maruna, 2001). A dificuldade de reinserção após a prisão contribui para altas taxas de reincidência, um problema grave no sistema penal português. A Teoria do Rótulo sugere ainda que este fenómeno é, em grande parte, resultado do processo de estigmatização. Ao serem constantemente identificados como criminosos, muitos ex-reclusos perdem o acesso a oportunidades que lhes permitiriam reconstruir as suas vidas. Em resposta a esse desafio, John Braithwaite (1989) propôs o conceito de "vergonha reintegrativa", que permite que o infrator assuma a responsabilidade pelos seus atos sem ser permanentemente excluído da sociedade. Modelos de justiça baseados nessa abordagem, como a justiça restaurativa, têm demonstrado ser mais eficazes na redução da reincidência do que modelos puramente punitivos.

As desigualdades dentro do sistema prisional português não são apenas um reflexo das condições de encarceramento, mas fazem parte de um processo mais amplo de marginalização e

exclusão social. A origem étnica, o género e a condição socioeconómica dos reclusos influenciam a forma como são tratados antes, durante e depois da prisão (como mais à frente será de novo referido na análise do Tema 5). A Teoria de que aqui se fala, ajuda a compreender como certos indivíduos são socialmente definidos como criminosos e como esse rótulo os acompanha, dificultando a sua reinserção. Para quebrar este ciclo, é necessário investir em políticas que combatam a estigmatização, promovam penas alternativas ao encarceramento e criem oportunidades reais de reabilitação.

3.2. Procedimentos de Recolha e Análise de Dados Qualitativos

A investigação que aqui se apresenta teve por base a metodologia qualitativa, especificamente entrevistas semiestruturadas que permitiram recolher testemunhos diretos e diversos, partilhas com características distintas, muito autênticas e completas, obtendo-se conteúdo muito relevante. Neste capítulo apresenta-se a seleção da amostra, os critérios adotados para a escolha de cada dos entrevistados e a metodologia utilizada na recolha e interpretação dos dados. Sempre que possível foi também feita uma análise comparativa internacional que permitiu contextualizar as perceções recolhidas à luz de boas práticas adotadas noutros países da Europa, conseguindo-se assim um estudo mais robusto, fundamentado e que possa em si mesmo ser um motor de alavanca para alterações sistémicas tidas como necessárias.

O conteúdo das entrevistas foi sujeito a uma análise temática reflexiva (Braun & Clarke, 2006), para identificar, analisar, interpretar e relatar padrões, isto é, temas, dentro de dados, que permitiram de forma estruturada chegar a conclusões fundamentadas e por isso fidedignas.

O objetivo é, portanto, fornecer uma base sólida para a análise dos testemunhos recolhidos, garantindo que os dados qualitativos são interpretados de forma rigorosa e integrados na discussão mais ampla sobre a realidade prisional portuguesa e os desafios da reinserção social.

3.2.1. Os critérios de seleção da amostra e caracterização da mesma

Na constituição da amostra procurou-se ter a perspetiva dos diversos intervenientes que acompanham o processo de privação de liberdade de uma pessoa, com as limitações que mais à frente serão explicadas. Por razões éticas e de proteção os participantes da amostra não serão identificados. No entanto, para todos é feita abaixo a caracterização necessária, para que se perceba a relevância da sua participação.

Por uma questão de simplificação daqui em diante cada um será chamado por E (entrevistado), E1, E2, E3 e assim sucessivamente.

E1- Voluntária no EPT há mais de 13 anos, integra uma das organizações da sociedade civil que aí atua. Dá formação em artes manuais diversas. Conhece bem o dia a dia das mulheres privadas de

liberdade que estão autorizadas a trabalhar. Acompanha por vezes ex-reclusas até aos diferentes locais que estas indicam, no primeiro momento em que saem da prisão,

Convivendo há muitos anos com mulheres numa situação de reclusão, é também muitas vezes como confidente das mesmas, podendo dar um testemunho realista e humanizado sobre a vida quotidiana dentro de um EP feminino. Por visitar o estabelecimento continuamente, pode conseguir identificar boas práticas, assim como os principais aspetos onde as Regras de Mandela falham de forma mais pontual ou continuada. É possível que consiga dar uma visão das dificuldades sentidas (ou não) à saída da prisão e na posterior reintegração na sociedade. Pode surgir nesta entrevista, em particular, uma perspetiva da evolução ao longo dos anos.

E2 – Mulher, responsável por uma das IPSS que atua no EPT há vários anos. Poderá dar informações semelhantes à participante anterior, pois parece ter o mesmo tipo de conhecimento empírico. Trabalhou durante quase 6 anos na coordenação de voluntários da mesma entidade.

Pode fornecer informações que permitam saber mais acerca da relevância do papel da sociedade civil e das suas organizações sem fins lucrativos na reabilitação e reintegração das mulheres que estão, ou estiveram, em privação de liberdade. Pode dar uma ideia concreta da forma como entidades civis e o Estado se articulam na reabilitação e reintegração de mulheres que passaram por estabelecimentos prisionais em Portugal. Devido ao seu papel de liderança e vasta experiência com a população prisional é possível deste momento possam resultar reflexões estratégicas com vista a reduzir a reincidência.

E3- Coordenadora de Apoio Social e Empregabilidade na RESHAPE. Jovem, aproximadamente 30 anos, com experiência anterior em diversas instituições que apoiam populações vulneráveis por diversos motivos. Exerceu psicologia clínica durante um ano no arquipélago dos Açores. Lidera os vários programas de desenvolvimento feitos em três Estabelecimentos Prisionais à volta da grande Lisboa: Caxias, Alcoentre e Vale Judeus.

Tem uma visão prática sobre a empregabilidade de ex-reclusos e possíveis “violações” das Regras de Mandela neste contexto, assim como de outras potenciais barreiras que estão ou já estiveram privadas de liberdade enfrentam quer ainda em contexto de reclusão quer no seu regresso à sociedade. Tem conhecimento acerca de políticas públicas dirigidas a reclusos ou ex-reclusos, quer a nível teórico, quer mesmo na sua aplicação prática e possíveis divergências que aí existam e que possam mais uma vez levar ao desrespeito de direitos humanos.

E4- Colaborador da Reshape há vários anos, acompanha os “homens”, 2 dias por semana à tarde no estabelecimento Prisional de Caxias, enquanto trabalham no atelier de cerâmica gerido por

esta IPSS. É a pessoa da organização que mais contacto direto tem com estas pessoas, com quem acaba por estabelecer relações de amizade, o que lhe permite, nas suas palavras, “conhecer o lado mais humano dos homens”

Traz uma visão muito semelhante a E1, mas desta vez no “masculino”, porque todos os homens que trabalham para a Reshape recebem à hora aquilo que é pago como salário mínimo proporcional, em liberdade. Fornece uma visão única de como a existência de uma atividade laboral, devidamente remunerada pode ter impacto e fazer a diferença na vida destas pessoas quer dentro da prisão, quer mesmo quando saem em liberdade. Note-se que em média os rendimentos mensais dentro da prisão, se situavam no final de 2022 entre 2.1€ e 3.1€/8, muito abaixo do salário mínimo nacional, nessa altura situado nos 4.067€/hora,705€ brutos mensais.⁹

E5- Homem que saiu recentemente da prisão, participou no Podcast check-in para a Liberdade e vai lançar um livro sobre os diferentes momentos que passou nos 7 anos que viveu privado em reclusão em 2 estabelecimentos prisionais, na zona da grande Lisboa.

Pode contar na primeira pessoa a experiência vivida e trazer relatos reais acerca da aplicação das Regras de Mandela, deixando claro o impacto psicológico e social que as características deste encarceramento podem ter sobre o indivíduo. Estando neste momento a usufruir da liberdade plena, pode dar o seu contributo acerca da forma como a sociedade o recebeu, com reflexões acerca de atitudes ou atos discriminatórios que possam existir e propostas de ações concretas para os minimizar e até mesmo fazer eliminar.

E6 – Mentora em Human Skills, Host podcast Check in Liberdade¹⁰ (ex-reclusos), um projeto de comunicação que dá voz às pessoas que já estiveram na prisão. Trabalha muitas vezes em parceria com a Reshape e dá formação dentro dos EP’s em que a IPSS atua. Apresenta a sua relação com as prisões um misto de frustração, empatia e esperança. “Neste podcast, há espaço para ex-reclusos partilharem as suas experiências: o dia a dia na prisão, as mudanças nas suas vidas, a formação e a integração, agora que cumpriram as suas penas”¹¹

Aparece como uma participante fulcral nesta investigação, uma vez que dá a ex-reclusos um espaço de confiança onde podem falar livremente acerca da sua experiência enquanto estiveram

⁸ [Reclusos recebem no máximo 3,10 euros por dia por trabalhos realizados nas prisões para o Estado](#), 22 de Outubro de 2022

⁹ [Qual o salário mínimo em Portugal em 2022? – T-Razão](#), 15 de Março de 2022

¹⁰ <https://www.instagram.com/checkin.liberdade/>

¹¹ <https://rdpinternacional.rtp.pt/portugal/podcast-check-in-liberdade>, Podcast Check-in Liberdade, 17 janeiro, 2025

“dentro”. É expectável que nestas conversas, existindo, possam transparecer eventuais violações das regras de Mandela. Esta entrevista deverá igualmente fornecer uma perspetiva sobre soft skills essenciais para reclusos na reintegração, uma reflexão sobre a forma como o sistema prisional afeta a autoestima e confiança das pessoas que por ali passam, assim como uma análise acerca da visão da sociedade em relação a ex-reclusos, podendo daqui surgir a existência de estigmas discriminatórios, assim como potenciais recomendações para atuar no sentido do seu desaparecimento.

E7 – Psicóloga comunitária, 43 anos, com formação base em Psicologia do Trabalho e das Organizações. Iniciou em 2006 a sua experiência profissional nessa área, mas, desde cedo que exerce funções na área social em contextos comunitários, em 2012 que iniciou a sua experiência no contexto de integração de imigrantes. Descoberta a paixão pela intervenção comunitária, em 2013 ingressou no mestrado de Psicologia Comunitária e Proteção de Menores. Desde então, tem desenvolvido trabalho na área da empregabilidade, ao nível da inclusão social e laboral de pessoas, que pelas suas características, perfil e contexto pessoal, familiar e/ou social, se encontram em situação de desvantagem para o exercício pleno da sua cidadania. Neste momento é técnica de emprego apoiado, desempenha funções na APEA e nesse âmbito acompanha um homem muito jovem que já esteve privado de liberdade em alguns Estabelecimentos Prisionais na zona da grande Lisboa.

Tem experiência no acompanhamento psicológico de reclusos e ex-reclusos, podendo trazer uma perspetiva acerca do impacto psicológico e emocional do sistema prisional, sobre aqueles que por lá passam. Pode trazer uma reflexão sobre a existência ou não do necessário apoio psicológico dentro das prisões, assim como uma visão realista e prática do verdadeiro apoio que “existe” cá fora quer a nível do Estado, quer ao nível da sociedade civil.

E8 – Diretora do EP de Torres Novas, que funciona num regime aberto, o único em Portugal que apresenta esta forma de funcionamento. Está a 2 anos de terminar a sua vida profissional ativa e antes de estar neste EP, passou por outros, nomeadamente o EP de Faro e mais alguns.

Conheci esta mulher quando era ainda colaboradora da Reshape, responsável por angariar fundos que permitissem sustentar a atividade de IPSS e fazê-la ir mais longe na concretização dos seus objetivos. Pareceu-me desde então, e tendo em conta que ocupa uma posição de liderança que lhe dá espaço para “ser mais livre” nas decisões que toma e que seguramente influenciam o percurso dos reclusos, de forma particular quando saem da prisão, uma mulher com o objetivo claro de humanizar o sistema prisional, pelo que refiro na “Introdução” desta investigação, não poderia de modo nenhum deixar esta pessoa de fora.

Pode dar-nos uma perspetiva bastante útil da aplicação das regras de Mandela comparando um regime aberto vs. a prisão tradicional, assim como levar-nos a perceber se este modelo, existente na prisão que dirige, poderá ser mais eficaz na reintegração social.

E9 – Alta patente dos guardas prisionais do E.P. de Torres Novas, com as características já antes referidas. Acresce dizer, que no estabelecimento prisional onde está colocado só estão reclusos a cumprir finais de pena, sem distinção da tipologia de crimes que lhes deu origem. É uma população muito mais reduzida que o habitual, onde cada homem é tratado pelo seu nome, algo pouco comum em meio prisional (informação que trago da minha passagem pela Reshape

Apresenta a perspetiva dos guardas perante a aplicação das Regras de Mandela no quotidiano, uma perspetiva sobre como os guardas encaram o equilíbrio entre segurança e reabilitação e possíveis reflexões sobre a formação que recebem e qual a influência que esta tem na forma como lidam com os reclusos. É expectável que possa partilhar um pouco acerca do percurso que leva um homem a ser guarda prisional, quem são estas pessoas, quais as suas motivações, que personalidades podem ser mais adequadas para o desempenho desta função.

E10- Advogada generalista com mais de 15 anos de experiência. Desde 2013, única e exclusivamente no direito penal. Com contato muito recorrente e praticamente diário com o sistema penal (não prisional) pode partilhar de forma confidencial experiências relatadas pelos seus clientes ou de outros colegas que, mais uma vez de forma confidencial, foram ao longo do tempo, partilhando com ela, experiências dos seus clientes.

A sua participação neste estudo é relevante, pois tem conhecimento sobre a legislação e condenações do TEDH a Portugal por violações dos direitos humanos nas prisões. Traz uma avaliação legal sobre se o sistema prisional português no que se refere aos direitos humanos, nomeadamente as Regras de Mandela e uma reflexão sobre o impacto das condenações internacionais, permitindo perceber se trouxeram mudanças reais sobre os aspetos antes condenados.

3.2.2. Recolha de dados: uma análise qualitativa e comparativa internacional

Os dados foram recolhidos entre o dia 10/12/2024 e o dia 03/02/2025. Para além dos 10 participantes acima referidos foram ainda contactados um criminologista e uma psiquiatra que há vários anos trata pessoas que estiveram privadas de liberdade. Não entanto, por questões de disponibilidade de tempo profissionais, não foi possível recolher o seu testemunho e incluí-los neste estudo.

A escolha de entrevistas semiestruturadas permitiu flexibilidade na abordagem aos participantes, garantindo que os tópicos centrais fossem abordados, enquanto se possibilitava a

emergência de novas perspetivas com base nas experiências individuais dos entrevistados. A diversidade dos perfis dos entrevistados permitiu um olhar multifacetado sobre o sistema prisional, incluindo perspetivas de ex-reclusos, profissionais do sistema e membros de organizações não-governamentais.

Foram realizadas 10 entrevistas, aos sujeitos acima descritos e foi possível incluir todos os participantes. Embora 8 das 10 entrevistas tenham sido feitas através da plataforma online Zoom®, foi sempre facultado um documento de Consentimento Informado (Anexo N), de forma a assegurar que todos tinham conhecimento do tema, conteúdo e objetivos deste estudo e que declaravam aceitar o tratamento dos dados recolhidos através das suas respostas. Ao E.1. e E.4., foram feitas entrevistas presenciais, em locais selecionados pelos mesmos e o procedimento foi semelhante ao acima descrito.

As entrevistas tiveram em média 45 minutos a 1 hora, com exceção do entrevistado E.5. que por relatar também experiências de pessoas na mesma situação, teve um tempo superior. Todas tiveram por base um guião pré-definido (Anexo I) elaborado tendo em atenção a relação, já antes apresentada, que cada um dos entrevistados tem com o sistema prisional. Sempre que possível, foi também tida em consideração a antiguidade desta ligação.

As perguntas colocadas pretendem não só conduzir a respostas que colaborem para responder à pergunta de partida desta tese, mas também conhecer bem o nível de envolvimento com o tema por parte de cada um dos entrevistados, de modo que seja possível obter com esta investigação, conclusões efetivamente fidedignas que possam levar ao conhecimento real daquilo que é o sistema prisional português em relação ao respeito das orientações trazidas pelas Regras de Mandela.

Foram desenvolvidas questões comuns a todos os entrevistados, que garantem a comparabilidade entre as respostas e permitem contrapor possíveis diferentes opiniões. Foram também feitas perguntas específicas para cada entrevistado, tendo por base a diferença dos “papéis” que desempenham e a experiência que têm neste meio.

Foi feita a gravação em áudio e à posteriori a transcrição. Por uma questão de facilidade e de celeridade, para fazer a transcrição acima referida, recorreu-se à ferramenta Otter.ia® tendo sido depois feita a correção manual dos textos apresentados., recorrendo ao áudio em simultâneo.

Como já referido na introdução deste subcapítulo o conteúdo destas entrevistas foi, no seguimento das mesmas, sujeito a uma análise temática reflexiva, seguindo-se a aplicação, do modelo que de acordo com os autores ((Braun & Clarke, 2006) é composto por cada uma de cada uma das fases abaixo descritas:

1. Familiarização com os dados: Leitura aprofundada das transcrições para identificar ideias-chave. O investigador deve ler mais do uma vez os dados recolhidos e anotar desde logo algumas observações de análise prévia. Exemplo: Identificar expressões recorrentes dos entrevistados sobre condições prisionais, saúde, reinserção social.
2. Criação de códigos iniciais: Pressupõe a criação de rótulos rigorosos para características importantes dos dados. Exemplo (aplicado a esta investigação): Se vários entrevistados mencionam falta de acompanhamento psicológico, esse excerto recebe um código específico.
3. Procura e identificação de temas: Um tema é um padrão coerente e significativo nos dados, relevante para a questão de investigação.
4. Revisão dos temas: Verificação da coerência dos temas, ajustando a categorização conforme necessário
5. Definição e nomeação dos temas: Refinamento dos temas, tornando-os totalmente claros e específicos. Exemplo: Em vez de um tema genérico como "Saúde nas Prisões", poder optar por "Negligência Médica e o Impacto na Reabilitação", ambos mais diretos e mais afunilados.
6. Elaboração do relatório: Escrever a análise final, ilustrando os temas com citações dos entrevistados e integrando a discussão teórica. Exemplo: "Um dos entrevistados relatou que 'os psicólogos vêm uma vez por mês e não dão seguimento ao tratamento' (Entrevistado E4, 2024), evidenciando a precariedade do apoio psicológico nas prisões.

Na 3ª fase da análise, por forma a melhorar a análise foram criados códigos para cada subcategoria. Procurou-se sempre relacionar os temas com a teoria e com estudos anteriores, i.e., procurar conceitos teóricos, relatórios oficiais ou estudos académicos que já tenham abordado questões semelhantes. Da mesma forma houve uma preocupação constante, de encontrar na revisão da literatura uma validação dos resultados à análise decorrente do conteúdo das entrevistas, de modo, reforçam, a conseguir chegar a conclusões o mais fundamentadas possível.

Para além da recolha de dados em contexto nacional, a análise qualitativa foi complementada com uma abordagem comparativa internacional. Foram analisados modelos prisionais de países como Noruega, Países Baixos, Bélgica, França e Itália, cujas práticas inovadoras, nomeadamente as casas de pequena escala e os regimes de reclusão humanizados, têm demonstrado impacto positivo na redução da reincidência criminal e na reinserção social dos reclusos. A análise comparativa internacional permitiu contextualizar os dados recolhidos em Portugal à luz de práticas reconhecidas a nível europeu, fornecendo elementos de reflexão sobre possíveis reformas no sistema prisional português. Esta abordagem não só reforça a importância das conclusões retiradas das entrevistas, como também permite uma avaliação crítica do sistema nacional em relação a modelos prisionais mais avançados e

centrados na reabilitação, abandonando cada vez de forma mais vincada a abordagem marcadamente punitiva.

Deste modo, a recolha de dados e a posterior análise qualitativa e comparativa não só garantem rigor metodológico, como também possibilitam uma compreensão mais ampla e informada do impacto das políticas prisionais na vida dos reclusos e na sociedade em geral, que numa fase seguinte, se supõe que vise integrá-los plenamente.

3.2.3. Questões éticas subjacentes e limitações associadas

Tal como deverá acontecer com os estudos sobre sistemas prisionais em geral, também este levantou um conjunto de questões éticas que foram naturalmente consideradas ao longo do processo de recolha, análise e até mesmo na interpretação dos dados. Este sistema, relaciona-se de forma direta com a segurança da sociedade e retrata uma população cuja natureza é muito sensível, foi fundamental garantir que a pesquisa não prejudicaria os reclusos ou ex-reclusos, nem violaria de forma nenhuma os seus direitos. De igual modo garantiu-se que nenhum participante no estudo, em particular os ex-reclusos, se sentiu coagido ou influenciado a participar, por receio de represálias ou na esperança de obter qualquer benefício. Por isso se fez o consentimento informado (Anexo N e M), livre, esclarecido e sem qualquer tipo de pressão externa, todas as entrevistas foram realizadas de forma individual, sem possibilidade que qualquer interferência do exterior. Tal como já mencionado, manteve-se o anonimato de todos os envolvidos.

Acredita-se que a presença de um investigador pode alterar a forma como os reclusos se expressam, levando a respostas socialmente desejáveis e por vezes pouco próximas da realidade, pode também surgir um desequilíbrio de poder, onde os reclusos e até mesmo os ex-reclusos veem o investigador como alguém ligado às autoridades. A posição dos ex-reclusos perante o sistema prisional pode ser marcada por sentimentos de desconfiança e receio, o que exigiu uma abordagem cuidadosa e respeitosa na recolha de testemunhos. Tendo em atenção o antes mencionado, procurou-se ao longo da realização das entrevistas, oferecer a todos os que nela participaram um ambiente um ambiente seguro e tranquilo de modo a favorecer a maior transparência e rigor possíveis.

Como já referido, foram partilhados opiniões e testemunhos de intervenientes, à partida com posições antagónicas perante questões que estão no cerne do sistema prisional português, isto traz desafios inerentes à neutralidade, imparcialidade e privacidade subjacentes à partilha de conclusões pelo impacto direto e severo que poderão ter no quotidiano dos participantes da amostra. As perceções sobre o sistema prisional variam consoante o papel desempenhado dentro da instituição, o que requer uma análise crítica e contextualizada dos testemunhos recolhidos para evitar generalizações indevidas (Jacobson, Heard & Fair, 2017).

Foi tida especial atenção no sentido de não acentuar estereótipos, nem contribuir para a estigmatização de qualquer dos grupos envolvidos, procurando ao máximo uma abordagem equilibrada e baseada em evidências.

3.2.4. Entrevistas: guião, condução e observação dos intervenientes

Tal como já antes foi referido, as entrevistas seguiram um guião previamente elaborado e mais à frente apresentado (Anexo I). A espontaneidade das respostas, assim como a fluidez das mesmas foi sempre respeitada e tendo em conta o carácter semiestruturado das entrevistas, nem sempre foi necessário seguir à risca a totalidade das perguntas, pois muitas vezes as respostas foram antecipadas na partilha dos testemunhos, o que tornou a interação mais natural e espontânea. O formato online permitiu uma maior flexibilidade na recolha de dados, facilitando o contacto com diferentes perfis de entrevistados. Por seu lado as entrevistas presenciais possibilitaram uma observação mais detalhada da linguagem corporal e das reações emocionais dos participantes. Todos mostraram uma postura descontraída, um grande envolvimento para com o tema e uma necessidade generalizada de enfatizar a veracidade das suas declarações e testemunhos, assim com a inexistência de receio por qualquer consequência que delas pudesse advir.

Durante a condução das entrevistas, procurou-se adotar uma postura neutra e não intrusiva, evitando qualquer tipo de influência nas respostas dos entrevistados. A escuta ativa foi essencial para explorar temas relevantes sem direccionar indevidamente a conversa, permitindo que os participantes desenvolvessem as suas narrativas de forma livre e espontânea.

A observação dos intervenientes revelou nuances importantes na forma como cada grupo perceciona o sistema prisional, evidenciando diferenças significativas consoante o papel desempenhado dentro da instituição. Além do conteúdo verbal, foram analisados elementos não-verbais, como hesitações, pausas ou ênfase emocional em determinadas questões, contribuindo para uma interpretação mais aprofundada dos testemunhos recolhidos. Desta forma, o processo de condução e observação das entrevistas garantiu que os dados recolhidos fossem ricos em detalhe e contextualizados, permitindo uma análise crítica que considera não apenas as respostas diretas, mas também os padrões de discurso, as emoções associadas e os silêncios que emergiram ao longo das interações. Estes silêncios fizeram-se sentir de forma particular nas entrevistas realizadas a indivíduos com uma ligação particularmente estreita com este sistema, nomeadamente guardas, diretores de Estabelecimentos Prisionais e pessoas que já passaram por períodos de reclusão, pensa-se que isto se deve sobretudo a uma necessidade e vontade vincada de transmitir com elevado rigor, veracidade e

detalhe as informações partilhadas, não correndo de forma alguma, o risco de poder conduzir a visões deturpadas sobre a realidade em questão.

3.2.5. Interpretação e qualificação dos dados recolhidos

A análise temática reflexiva seguiu um processo estruturado baseado na abordagem de Braun e Clarke (2006), permitindo uma compreensão aprofundada dos dados recolhidos. O primeiro passo envolveu a leitura atenta e repetida das transcrições das entrevistas, com o objetivo de familiarização com os discursos dos entrevistados e a identificação de padrões recorrentes. Durante esta fase, foram anotadas expressões-chave e observações preliminares para facilitar a organização e análise posterior dos dados.

Posteriormente, procedeu-se à codificação dos segmentos mais relevantes, atribuindo rótulos específicos a trechos que apresentavam significância para os objetivos da investigação. Esta etapa possibilitou uma sistematização dos dados e permitiu identificar relações entre diferentes testemunhos. Os segmentos codificados foram então agrupados em seis categorias agregadoras, que refletem diferentes aspetos da realidade prisional portuguesa abordados pelos entrevistados:

- Direitos Humanos e Regras de Mandela – Inclui testemunhos sobre a violação de direitos fundamentais, acesso a bens básicos e tratamento dentro dos estabelecimentos prisionais.
- Infraestrutura e Condições Prisionais – Relacionada com a sobrelotação, condições materiais das prisões e impacto na vida dos reclusos.
- Saúde Física e Mental dos Reclusos – Diz respeito à carência de assistência médica e psicológica nas prisões e às consequências dessa insuficiência.
- Reinserção Social e Ciclo de Reincidência – Explora os desafios enfrentados pelos ex-reclusos após a saída da prisão e as dificuldades de integração na sociedade.
- Contexto Socioeconómico e Origens dos Reclusos – Caracteriza os antecedentes sociais e familiares da população prisional, analisando padrões de desigualdade estrutural.
- Ocupação e Trabalho em Meio Prisional – Relacionado com a escassez de oportunidades de trabalho e formação, bem como as condições de remuneração dentro das prisões.

A partir destas categorias, foram formulados seis grandes temas, que refletem as principais problemáticas do sistema prisional português e o impacto que estas têm na vida dos reclusos:

Tema 1. A sobrelotação prisional intensifica a precariedade das condições de vida e infringe de forma sistemática os direitos dos reclusos persistindo apesar das condenações do TEDH.

Tema 2. As condições degradantes e a privação de direitos fundamentais atentam contra a dignidade dos reclusos, gerando frustração e revolta, muitas vezes refletidas na recusa ao trabalho.

Tema 3. A falta de oportunidades de reabilitação e reinserção social compromete a reconstrução do projeto de vida dos reclusos.

Tema 4. O contacto com o exterior é um elemento essencial para a reintegração social, mas as restrições impostas pelo sistema prisional limitam este direito.

Tema 5. A maioria dos reclusos provém de contextos de pobreza e violência infantil, refletindo desigualdades estruturais que perpetuam o encarceramento.

Tema 6. Casas de Transição e Pequenas Unidades de Detenção como alternativa para a humanização do sistema prisional, aumento da reinserção e redução da reincidência

A formulação destes temas resultou de um processo contínuo de refinamento da análise, garantindo que as conclusões fossem representativas da realidade prisional portuguesa. A definição dos mesmos permitiu ainda a organização das informações obtidas ao longo das entrevistas, tornando possível responder de forma estruturada à questão central desta investigação. Ao estabelecer estas categorias, procurou-se assegurar um alinhamento entre os testemunhos recolhidos, a literatura existente e as normas internacionais sobre direitos humanos, nomeadamente as Regras de Mandela.

De seguida apresentam-se excertos das entrevistas de que se tem vindo a falar, como forma de trazer evidência aos temas apresentados, evidência esse que se corrobora através da revisão da literatura feita nos primeiros capítulos deste trabalho e que nesta fase, de novo, se menciona reforçando a atualidade e veracidade cada uma das afirmações

Tema 1. A sobrelotação prisional intensifica a precariedade das condições de vida e infringe de forma sistemática os direitos dos reclusos, persistindo apesar das condenações do TEDH.

De acordo com os testemunhos obtidos, dos quais resultou muitas vezes a partilha de situações vividas na própria pessoa ou experiências relatadas por terceiros apresentados como bastante próximos, o primeiro tema que emerge reflete um dos principais e recorrentes problemas do sistema prisional português. Dos 10 entrevistados apenas um referiu não ter conhecimento desta situação, tendo frisado que só conhecia uma ala específica do EP em que desempenhava funções.

“...no EPL (...) eu calculo que esta situação seja bem mais caótica. Porquê? há de facto situações de sobrelotação e, portanto, torna-se um pouco mais complicado, e até do ponto de vista de civismo, da preservação dos espaços...” (E.8)

“Eu sou muito defensor de voltar às celas individuais, no limite dois, o máximo três indivíduos, mas com alguma dignidade (...). Portanto, algumas casas já fizeram umas obras e tal. Mas, de duas celas fizeram uma com de casa de banho, mas meteram lá três indivíduos ou quatro, e aquilo, o espaço é exíguo para pessoas que estão ali em regime comum, vinte e tal horas fechadas.” (E.9)

“E deixando ter essa sobrelotação, podiam ser consideradas e tidas a adaptação entre o número de guardas prisionais existentes e os meios existentes nos estabelecimentos prisionais, porque isso é uma reforma do Estado, a sobrelotação gera mais do quê? Gera conflitos entre eles (...). Está tudo relacionado, mas gera também questões relacionadas com o ambiente, o ar livre, o pátio, a qualidade dos passeios, a qualidade do exercício, pois tudo isso tem um impacto na vida deles e na forma como eles preveem a sua futura reintegração na sociedade.” (E.10)

A sobrelotação das prisões viola as 12^a, 13^a e 15^a Regras de Mandela, que estabelecem normas essenciais sobre Alojamento e Instalações Sanitárias. Estas regras determinam que os reclusos devem ser alojados em condições dignas, com espaço suficiente, ventilação e iluminação adequadas, garantindo um ambiente que preserve a sua saúde e bem-estar. Além disso, reforçam a necessidade

de acesso a instalações sanitárias apropriadas, permitindo que os reclusos satisfaçam as suas necessidades básicas com higiene e dignidade.

A restrição ao acesso a espaços ao ar livre e à prática de exercício físico, que de acordo com os testemunhos podem ficar limitada devido à inexistência de recursos humanos suficientes que acompanhem a população prisional por estas ser “excesso” representa uma violação da 23^a Regra de Mandela, que estipula que todos os reclusos devem ter, no mínimo, uma hora diária de exercício ao ar livre, sempre que o clima o permita. A falta desta atividade compromete a saúde física e mental dos reclusos e dificulta a sua futura reintegração social.

A 42^a Regra de Mandela, que define os padrões gerais de vida nos estabelecimentos prisionais, é igualmente desrespeitada quando a sobrelotação impede que os reclusos tenham um ambiente digno e um espaço físico pessoal adequado. A privação de liberdade não deve ser agravada por condições indignas, sendo essencial garantir um tratamento humano dentro do sistema prisional.

O facto de os reclusos permanecerem fechados durante longos períodos em celas sobrelotadas pode também configurar uma violação da 44ª Regra de Mandela, referente ao confinamento solitário como a reclusão de um indivíduo por 22 horas ou mais por dia, sem contacto humano significativo. Esta situação é ainda agravada pelo incumprimento da 45ª Regra, que determina que o confinamento solitário deve ser um recurso excecional, aplicado pelo menor tempo possível e sujeito a revisão independente.

Por fim, a violação da 1ª Regra de Mandela, que consagra o princípio fundamental do respeito pela dignidade dos reclusos, torna-se evidente quando as condições prisionais não asseguram um tratamento humano e adequado. Nenhum recluso deve ser sujeito a penas ou tratamentos cruéis, desumanos ou degradantes, e a sobrelotação prisional vai contra este princípio essencial.

Como foi diversas vezes referido ao longo desta investigação o não cumprimento destas normas tem sido amplamente criticado por entidades como o Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH), que identifica a sobrelotação como um fator que contribui para situações de tratamento desumano e degradante dentro do sistema prisional.

Também o Comité Europeu para a Prevenção da Tortura (CPT) (2023), tal como já referido aquando da revisão da literatura, aponta para a existência desta violação dos Direitos do Homem, afirmando que algumas prisões em Portugal operam com uma taxa de ocupação superior a 140% da sua capacidade, juntando-se a isso ambientes insalubres e inseguros. Volta-se aqui a trazer a visão de Jacobson, Heard e Fair (2023) também já antes mencionada, de que a sobrelotação intensifica problemas como a violência entre reclusos, a propagação de doenças e o acesso reduzido a serviços essenciais, ou seja, retira dignidade à vida quotidiana dos que passam pelos Estabelecimentos Prisionais.

Os testemunhos recolhidos nesta investigação confirmam as conclusões da literatura existente, evidenciando que a sobrelotação prisional continua a ser um entrave à aplicação das Regras de Mandela e ao cumprimento dos padrões internacionais de direitos humanos.

Tema 2. As condições degradantes e a privação de direitos fundamentais atentam contra a dignidade dos reclusos, gerando frustração e revolta, muitas vezes refletidas na recusa ao trabalho.

Dando continuidade à análise dos testemunhos recolhidos, verifica-se que as condições precárias dentro do sistema prisional não só afetam a dignidade dos reclusos, mas também limitam as suas oportunidades de reintegração social. A alimentação deficiente, a falta de higiene, o frio e a humidade nas celas, a ausência de acompanhamento técnico e a impossibilidade de acesso ao trabalho e à formação são fatores que potenciam a frustração e a revolta dentro da prisão.

- A má qualidade da alimentação é uma das queixas mais recorrentes entre os reclusos:

"Ouvimos falar imensas vezes, comida que não está em condições, que está podre, que está crua."
(E.3)

"...queixam-se da comida e com razão..." (E.1)

"O Estado está completamente onerado e, portanto, o Estado tem recursos, como nós, limitados, não é? (...) gera questões relacionadas com a própria alimentação, a qualidade da alimentação. Está tudo relacionado (...)" (E.10)

A 22ª Regra de Mandela determina que os reclusos devem ter acesso a refeições equilibradas e bem preparadas. Contudo, os testemunhos evidenciam que a alimentação nas prisões não cumpre sempre estes critérios, colocando em risco a saúde dos detidos e contribuindo para um ambiente de insatisfação.

- A falta de condições de higiene também compromete o bem-estar dos reclusos:

"Já não davam lixívia, papel higiénico, pasta de dentes... Fui falar com o chefe e ele disse 'tu és o advogado deles?'" (E.5)

"Nas prisões há ratos, percevejos, baratas..." (E.6)

"Temos que colocar uma garrafa de água a tapar o buraco e mesmo assim às vezes entram ratos por ali... escorre água pelas paredes." (E.5)

A 18ª Regra de Mandela dita que os reclusos devem ter acesso a produtos de higiene básicos, enquanto a 17ª Regra de Mandela estabelece que as prisões devem ser mantidas limpas e livres de pragas. A ausência destes requisitos compromete a saúde dos reclusos e agrava as condições, que nesta fase da investigação, parecem já ser comprovadamente, degradantes dentro das prisões.

- Além da higiene precária, as celas não oferecem o mínimo de conforto para os reclusos:

"Elas queixam-se muito da humidade, do frio à noite... cada uma devia ter um kispo e não deveria poder vendê-lo!" (E.1)

"Em Setúbal nós conseguimos mudar as coisas porque houve uma altura em que foi lá a Comissão Europeia e... Depois eu falei com eles dentro da cela, porque eles foram lá... ver a cela, tirar fotos, a humidade que tinha lá dentro, nas paredes." (E.5)

"Há o manco em todos os EP, hoje em dia já costuma ter colchão, mas por vezes os guardas tiram..." (E.9)

"No manco (Anexo J) fazemos as necessidades num buraco (de onde saem ratos se não taparmos) no chão e a cama é de pedra..." (E.5)

A Regra 15 estabelece que os estabelecimentos prisionais devem garantir instalações sanitárias apropriadas, permitindo que os reclusos satisfaçam as suas necessidades fisiológicas de forma digna e higiénica. No entanto, no "manco", os reclusos são obrigados a utilizar uma sanita turca (buraco no chão), sem condições adequadas de higiene, o que contradiz este princípio. A falta de uma estrutura sanitária apropriada não só compromete a dignidade dos reclusos, como também pode representar um risco para a sua saúde, tendo em conta o acima descrito, contribuindo para a insalubridade do ambiente prisional e aumentando a possibilidade de doenças.

As 19^a, 20^a e 21^a Regras de Mandela indicam que os reclusos devem receber vestuário suficiente e adequado ao clima e roupa de cama apropriada. A falta de proteção contra o frio, a humidade e a inexistência de colchão (mesmo que nem sempre aconteça assim), comprometem severamente o bem-estar físico dos reclusos e demonstram o desrespeito por estas orientações.

- Outro aspeto crítico é a ausência de técnicos e de acompanhamento especializado:

"(...) vamos para técnicos, não dá. Um técnico para cento e tal pessoas? Não é possível, não há acompanhamento, é só "olá, preencha papéis e siga". (E.6)

"Obviamente, muitas mulheres, mais uma vez, faltam recursos para conseguir identificar e chegar a todas as situações." (E.2)

A falta de técnicos pode ser interpretada como uma violação da Regra 4, segundo ponto, das Regras de Mandela, que determina que a privação de liberdade deve ser acompanhada por medidas reparadoras para garantir a reintegração dos reclusos. Além disso, a Regra 88 estabelece que os estabelecimentos prisionais devem contar com o apoio de organismos da comunidade e assistentes sociais para auxiliar no processo de reabilitação. A ausência deste apoio compromete a reinserção dos reclusos e reforça a marginalização após o cumprimento da pena.

- Condições desadequadas os reclusos em prisão preventiva

"Há períodos, por exemplo, na prisão preventiva, lá está pela falta de meios que existe nos estabelecimentos prisionais, mesmo que a pessoa esteja numa situação de prisão preventiva prolongada, que é tipo um ano, não é dada a possibilidade a esse recluso de durante esse ano

ter formação. Porquê? Porque os estabelecimentos canalizam mais a formação, para as pessoas que vão estar, que já estão condenadas, e que não há possibilidade de sair. E isso acaba por ser frustrante." (E.10)

A 116ª Regra de Mandela estabelece que os reclusos preventivos devem ter a possibilidade de trabalhar se assim o desejarem. O facto de muitos não terem acesso ao trabalho impede-os de adquirir competências que poderiam facilitar a sua reinserção social após a libertação

- A condições laborais dentro das prisões também geram revolta entre os reclusos:

"Aqui em Caxias os homens estão autorizados a trabalhar connosco 5 horas por semana, 2.5 horas à terça e à quinta-feira de tarde... mas se nós conseguíssemos poderia ser mais tempo, não sei ao certo mas cerca de 6 horas por dia, nunca são as 8 horas..." (E.4)

"Ganhamos menos de 90 euros por mês para trabalhar muitas horas. Sabemos que o que produzimos é vendido cá fora por preços altos, mas aqui dentro continuam a pagar-nos uma miséria." (E.5)

"No bar recebíamos 90 euros por mês, na faxina 60 euros. O máximo que vi foi 200 euros." (E.5)

As condições laborais dentro das prisões geram uma profunda insatisfação entre os reclusos, que frequentemente denunciam salários extremamente baixos e jornadas de trabalho limitadas. Segundo E.4., em Caxias, os reclusos podem trabalhar apenas cinco horas semanais, divididas entre terça e quinta-feira, o que impossibilita uma rotina de trabalho regular. Já E.5. menciona que, mesmo trabalhando várias horas, os reclusos recebem menos de 90 euros por mês, apesar de o que produzem ser vendido a preços elevados no exterior. Outros reclusos referem que os salários variam consoante as tarefas, mas permanecem muito abaixo do que seria considerado justo, com remunerações que, na faxina, chegam apenas a 60 euros por mês.

Relatos jornalísticos corroboram esta realidade, mostrando que muitos reclusos são remunerados com valores irrisórios pelo trabalho que realizam. Um artigo do Expresso (8 de agosto de 2024) descreve a situação de um recluso que, após horas a realizar tarefas repetitivas, ganha por mês um valor perto de insignificante. De forma semelhante, o Jornal Económico (22 de outubro de 2022) destaca que o próprio Estado paga salários inferiores a 3,5 euros por dia por trabalhos essenciais, como limpeza e preparação de refeições. Além disso, a falta de regulamentação no setor do trabalho prisional é apontada como um problema estrutural que se arrasta há mais de uma década, permitindo a exploração dos reclusos por entidades privadas que pagam valores abaixo do mercado.

“...homem está sentado numa bancada grande com um molho de pequenos parafusos à frente. Conta oito, coloca-os num pequeno saco de plástico, sela a embalagem com uma guilhotina elétrica que tem junto à mão esquerda e põe o conjunto numa caixa de plástico que tem aos pés. Passa quatro horas por dia a fazer isto.” “No final do mês, se trabalhar todos os dias, ganho €70 ” (Expresso, 2024)

“Estado paga salário de 60€ a reclusos (...) O empregador Estado é um dos alvos das críticas da população reclusa, que recebe entre 2,10 e 3,10 euros por dia pelos chamados trabalhos de faxina, em que se incluem a limpeza, a preparação de refeições ou pequenas reparações de manutenção”. (...) o antigo diretor-geral da Reinserção e Serviços Prisionais, Celso Manata, esclarece que o trabalho prisional tem uma componente de reinserção e um investigador lembra que o sector do trabalho prisional espera por regulação há mais de uma década.”” As empresas privadas que entregam trabalho aos estabelecimentos prisionais também têm sido alvo de críticas por, alegadamente, não pagarem valores justos”. (Jornal Económico, 2022)

A 103.ª Regra de Mandela determina que os reclusos devem receber uma remuneração justa e proporcional ao trabalho realizado, garantindo condições dignas e promovendo a reintegração social. No entanto, os testemunhos revelam que esta norma não está a ser atendida, uma vez que os salários pagos são insuficientes para permitir aos reclusos acumularem poupanças para o período pós-reclusão. Esta situação compromete diretamente a Regra 4, que estabelece que a privação de liberdade não deve agravar a marginalização social, mas sim criar oportunidades de reinserção. Ao dificultar a construção de uma base financeira para o regresso à sociedade, o sistema prisional acaba por perpetuar a exclusão e aumentar o risco de reincidência, violando igualmente a Regra 108, que prevê que os reclusos tenham acesso aos meios necessários para a sua reinserção após a libertação. Além disso, a disparidade nos valores pagos pelo trabalho prisional revela uma ausência de padronização e fiscalização, criando um ambiente de desigualdade e exploração. A desvalorização da mão de obra reclusa não apenas impede a sua autonomia financeira como também mina os princípios fundamentais das Regras de Mandela 96 a 103, que determinam que o trabalho prisional deve respeitar a dignidade humana, proporcionar capacitação profissional e garantir remuneração adequada. A falta de regulação e os baixos salários afastam o trabalho prisional da sua função reabilitadora, transformando-o, muitas vezes, numa forma de exploração institucionalizada.

A coexistência de condições de trabalho distintas, conforme parecem existir pelo relatado pelos entrevistados, indica uma supervisão insuficiente e desigual nas diferentes prisões portuguesas, podendo estar-se perante práticas de exploração do trabalho na grande maioria dos Estabelecimentos Prisionais portugueses. A investigação de Ferreira da Silva (2015) parece apontar para que as prisões femininas disponibilizem menos oportunidades de trabalho.

Por sua vez, o estudo de Gabriel (2007) indica que a oferta de trabalho varia consoante o estabelecimento prisional. Algumas prisões priorizam atividades agrícolas, enquanto outras apostam em oficinas especializadas, como marcenaria, serralharia e costura. Há ainda estabelecimentos que se focam em serviços internos, como limpeza e apoio à cozinha.

Atualmente, o valor a ser pago aos reclusos que trabalham para empresas externas ainda não foi definido. Para estabelecer este e outros parâmetros, foi constituído um grupo de trabalho ¹²que terá a responsabilidade de determinar, as diretrizes para parcerias entre estabelecimentos prisionais e empresas, o montante da remuneração dos reclusos, os dias de descanso, os impostos a aplicar, entre outros aspetos relacionados com o tema.

Este grupo de trabalho visa criar um quadro regulamentar claro para a integração dos reclusos no mercado de trabalho através de colaborações com o setor empresarial.

- A limitação do contacto com o exterior, com aplicação deficiente dos meios autorizados, agrava o sentimento de isolamento

"Tem reclusos que passam semanas sem conseguir ligar para a família porque o telefone fica sempre ocupado ou porque o tempo é curto e não dá para todos." (E.5)

A 58ª Regra de Mandela garante o direito ao contacto regular com familiares, mas os testemunhos mostram que este direito não é plenamente assegurado, aumentando o isolamento dos reclusos.

- A limitação do acesso a livros e materiais de leitura impede o estímulo intelectual e agrava o impacto do isolamento

"Às vezes conseguimos que os guardas nos tragam livros, (no manco) mas não é sempre... uma vez estive lá 2 dias, só quero esquecer..." (E.5)"

"Sim, atualmente todas as prisões continuam a ter cela disciplinar.... e às vezes os guardas levam-lhes livros..."(E.9.)

Estes testemunhos indicam que o acesso a livros pode ser arbitrário e condicionado, especialmente nos períodos em que os reclusos estão no "manco". Sendo esta já uma situação de privação extrema e muitas vezes indigna (ver outro testemunho mais acima), a impossibilidade de ler

¹² Carvalho, P. (2024, 27 de novembro). Salário e descontos: dentro de um ano serão fixadas as regras para reclusos que trabalham para empresas. Público. <https://www.publico.pt/2024/11/27/sociedade/noticia/salario-descontos-serao-fixadas-regras-reclusos-trabalhar-empresas-2113396>; RTP. (2024, 24 de julho). *De volta à sociedade. Reclusos recebem salário e trabalham ao ar livre* [Reportagem]. RTP Play. <https://www.rtp.pt/play>

e ocupar o tempo de forma produtiva agrava ainda mais o impacto psicológico e emocional da reclusão. Pela existência de mais que um depoimento neste sentido, torna-se evidente que não se trata de um caso isolado, mas sim de uma falha estrutural do sistema prisional. Independentemente da sua condição dentro do estabelecimento, todos os reclusos deveriam ter acesso a materiais de leitura, conforme estipulado na Regra 64.

Além disso, a restrição ao acesso a livros pode estar relacionada com outras problemáticas já identificadas, como a falta de técnicos para um acompanhamento adequado (Regra 88) e a escassez de oportunidades educativas dentro da prisão (Regra 104), contribuindo para um ambiente de privação e desmotivação generalizada. Esta limitação também intensifica o impacto negativo da reclusão, pela negação ao acesso de uma ferramenta não só fundamental para o desenvolvimento pessoal como para a preservação da saúde mental das pessoas privadas de liberdade.

A privação do acesso a livros aos reclusos que se encontram no "manco" configura uma violação do Artigo 174 do Código da Execução das Penas e Medidas Privativas da Liberdade, que estabelece os princípios do regime disciplinar aplicado nas prisões. Esta norma determina que as penas disciplinares não podem pôr em causa os direitos fundamentais dos reclusos, salvo em situações devidamente justificadas e proporcionais. Ao impedir o acesso a materiais de leitura, essenciais para a educação, ocupação do tempo e bem-estar psicológico, está-se a ultrapassar o âmbito da sanção disciplinar, infringindo princípios essenciais de dignidade e reintegração social (Procuradoria-Geral Distrital de Lisboa, s.d.). A negação de um recurso tão básico não só agrava o impacto do confinamento disciplinar, como também contraria os objetivos de reabilitação que devem orientar a execução das penas.

- Uso abusivo da força e da autoridade

Já vi muitas vezes descontrolo. Três ou quatro guardas a levarem um recluso e a baterem-lhe depois das portas fecharem."(E.5)

"A maior parte dos guardas atua pelo poder e pela autoridade. Quem tenta ser diferente é excluído pelo próprio sistema (...)." (E.6)

Os testemunhos recolhidos indicam práticas abusivas no sistema prisional, sugerindo violações das Regras de Mandela, sobretudo no uso da força, na conduta dos guardas e no tratamento dos reclusos. A Regra 1 e a Regra 43, que proíbem tortura e tratamentos desumanos, são desrespeitadas de acordo com relatos de agressões físicas cometidas por guardas sem supervisão e sem que "aparentemente" exista a possibilidade destes atos abusos serem gravados. O uso da violência como forma de punição compromete a integridade dos reclusos e caracteriza abuso de poder. A Regra 76,

que regula o uso da força, estabelece que esta deve ser aplicada apenas em casos de necessidade absoluta, de forma proporcional e controlada. A ausência de justificações claras para as agressões relatadas levanta dúvidas sobre o cumprimento desta norma, sobretudo se alternativas como mediação e negociação não foram consideradas, esta regra pode estar a ser desrespeitada caso a força seja empregue de forma desproporcional ou sem necessidade totalmente comprovada e excluídas todas as restantes alternativas.

A Regra 74 exige formação adequada para os guardas, assegurando um tratamento digno dos reclusos. No entanto, relatos apontam para uma cultura institucional baseada no autoritarismo, onde guardas que tentam agir com ética são afastados. Isso sugere também uma violação da Regra 75, que determina conduta profissional e imparcialidade por parte dos funcionários prisionais. Essas falhas comprometem a segurança e dignidade dos reclusos dificultando, de novo, sua reabilitação e perpetuando um sistema baseado na repressão e impunidade. As prisões portuguesas enfrentam graves falhas estruturais que comprometem a dignidade e o bem-estar dos reclusos, em clara violação da Regra 42 das Regras de Mandela, que exige condições adequadas de alojamento, higiene, ventilação, iluminação e espaço suficiente. A sobrelotação, falada no início, é um dos problemas mais sérios, complexos e recorrentes, com reclusos a dormirem nos corredores devido à falta de espaço nas celas, como ocorre nas prisões do Porto e de Setúbal (Ordem dos Advogados, 2024a).

As infraestruturas degradadas são outro fator crítico, também já trazidas à “discussão” pelo TEDH. No Estabelecimento Prisional de Lisboa (EPL), foram reportadas janelas sem vidros, infiltrações, fios elétricos expostos e infestação por roedores. A Associação Portuguesa de Apoio aos Reclusos (APAR) alertou para condições tão degradantes que "seriam impróprias até para animais" (Luz, 2024). Além disso, como já referido, Tribunal Europeu dos Direitos Humanos já condenou Portugal por falta de ventilação, humidade excessiva, alimentação inadequada e celas insalubres, expondo os reclusos a um ambiente que desrespeita os direitos humanos (Observador, 2024).

A higiene é outra preocupação, com relatos de falta de produtos de limpeza (também já antes mencionada), chuveiros sem privacidade e celas infestadas por pragas (Ordem dos Advogados, 2024b). No "manco", os reclusos são obrigados a utilizar sanitas turcas (buracos no chão), frequentemente infestadas por ratos, agravando ainda mais a insalubridade (Expresso, 2023a), como também já havia sido referido.

A falta de técnicos especializados compromete também a reintegração social dos reclusos. A escassez de profissionais impede um acompanhamento adequado, dificultando a reabilitação dos detidos. O Conselho da Europa alertou para a falta de acompanhamento técnico no Estabelecimento Prisional de Lisboa (EPL), refletindo um problema estrutural (Expresso, 2023b).

As condições nas prisões portuguesas demonstram uma falha grave no cumprimento da Regra 42 das Regras de Mandela, perpetuando um sistema que, em vez de reabilitar, aprofunda a exclusão social. A persistência destas situações evidencia a necessidade de reformas urgentes para garantir o cumprimento dos padrões internacionais de direitos humanos.

Tema 3. A falta de oportunidades de reabilitação e reinserção social compromete a reconstrução do projeto de vida dos reclusos.

“O encarceramento nunca se deve tornar numa sentença para os problemas de saúde. Todos os cidadãos têm direito a cuidados de saúde de boa qualidade, independentemente do seu estatuto legal”. Hans Henri P. Kluge, Diretor Regional da OMS/Europa in Diário de Notícias ¹³

“Porque eles perdem lá as emoções, não sei se já viu o podcast, mas é, todos dizem. Eu fiquei menos sensível, já não choro muito, e um deles, que é um próximo vídeo que eu vou lançar e que tem para aí também 30 segundos, que é Ele disse, eu sei, não sei quem morreu, muito próxima dele, e ele nem conseguiu chorar, nem era chorar.” (E.6)

"Obviamente, muitas mulheres precisam de apoio psicológico, mas mais uma vez faltam recursos para conseguir identificar e chegar a todas as situações. Os problemas vão-se acumulando e tornam-se piores."(E.2)

“Se cá fora já é difícil (referindo a atendimento médico e psicológico) imagina lá dentro...”(E.3)

“Temas que dizer que as coisas existem...na teoria existe, acesso a médicos e tudo isso, mas não funciona bem, não funciona bem..., até por razões burocráticas” (E.4)

"Efetivamente, existe uma comorbilidade enorme de doença mental lá dentro." (E.3)

"(...) pediu apoio psicológico e esperou cinco anos por uma consulta."(E.6)

“Em muitos casos, a solução encontrada pelo sistema prisional é apenas medicar os reclusos, eles dão medicação para tudo, mas apoio real, nada." (E.3)

Os testemunhos recolhidos evidenciam falhas estruturais graves no acesso a cuidados de saúde mental dentro das prisões portuguesas, comprometendo o bem-estar dos reclusos e violando várias disposições das Regras de Mandela. A ausência de acompanhamento psicológico adequado, a demora excessiva no acesso a consultas e a utilização indiscriminada de medicação como principal forma de

¹³ <https://www.dn.pt/arquivo/diario-de-noticias/um-terco-dos-reclusos-na-europa-sofre-de-transtornos-mentais-15839529.html>

tratamento são fatores que agravam a deterioração da saúde mental dos detidos. A degradação emocional dos reclusos é expressa num dos testemunhos: *"Porque eles perdem lá as emoções, não sei se já viu o podcast, mas é, todos dizem. Eu fiquei menos sensível, já não choro muito"* (E.6). Este relato reflete as consequências da privação de apoio especializado, indo contra a Regra 24, que estabelece que os serviços de saúde prisional devem assegurar assistência médica, incluindo cuidados de saúde mental, equivalentes aos disponíveis para a população em geral.

A escassez de recursos destinados à saúde mental prisional é um problema estrutural. A Regra 31 estipula que os estabelecimentos prisionais devem dispor de profissionais especializados para atender os reclusos que necessitem de acompanhamento psicológico ou psiquiátrico. No entanto, investigações indicam que o número reduzido de especialistas na área impede que estas necessidades sejam devidamente supridas (Pinto, 2021). A morosidade no acesso aos serviços de saúde é uma falha crítica. Em casos extremos, como o de um detido que aguardou cinco anos por uma consulta psicológica, a situação torna-se ainda mais alarmante: *"(...) pediu apoio psicológico e esperou cinco anos por uma consulta"* (E.6). Estas dificuldades violam a Regra 27, que estipula que os reclusos devem ter acesso imediato a cuidados médicos especializados sempre que necessário.

Outro problema recorrente é a utilização excessiva de medicação sem um acompanhamento terapêutico adequado. A Regra 30 determina que os serviços médicos devem observar os reclusos, avaliando regularmente suas condições de saúde para assegurar que recebam o tratamento adequado. Paralelamente, a Regra 32 estabelece que os tratamentos médicos em meio prisional devem respeitar os mesmos padrões éticos aplicáveis à sociedade em geral, garantindo que os reclusos recebam cuidados baseados em critérios clínicos e não em conveniências institucionais.

Estes problemas não são casos isolados. No Estabelecimento Prisional de Sintra, por exemplo, 80,09% dos reclusos encontram-se medicados, sendo que a falta de profissionais especializados limita drasticamente o acesso a alternativas terapêuticas (CNN Portugal, 2022). A Ordem dos Advogados (2024) denunciou que os cortes sucessivos no orçamento da saúde prisional têm resultado na deterioração dos serviços, com consequências diretas na qualidade do atendimento.

Além da falta de assistência, o isolamento e a ausência de estímulos sociais são fatores que contribuem para o agravamento das condições psicológicas dos reclusos. Um entrevistado menciona: *"perdem as emoções lá dentro, deixam de conseguir sentir e reagir a situações que antes os afetariam"* (E.6). Adicionalmente, a Regra 46 exige que os profissionais de saúde monitorem os reclusos em isolamento e informem a administração prisional caso a medida deva ser interrompida por razões de saúde física ou psicológica, o que, embora sem o ser dito de forma direta, pode também estar na base de pelo menos parte das questões de saúde mental relatadas pelos reclusos. Será que quando está em

causa a saúde mental castigo como o isolamento no “manco” deixam de ser aplicados? Nunca, ao longo das diversas “conversas” tidas com os entrevistados tal foi referido...

Adicionalmente, a Regra 109 determina que os reclusos com doenças mentais graves devem ser encaminhados para instituições especializadas e não permanecer em estabelecimentos prisionais comuns. No entanto, um relatório do Expresso revelou que centenas de reclusos inimputáveis continuam a cumprir penas em condições inadequadas, sem o acompanhamento clínico adequado (Expresso, 2021).

Os testemunhos analisados, sustentados por investigações académicas e relatórios institucionais, demonstram que as prisões portuguesas não garantem um acesso eficaz a cuidados de saúde mental, e não só, comprometendo a dignidade e a recuperação dos reclusos. O tempo excessivo de espera por consultas, a falta de profissionais qualificados, a medicalização excessiva e a ausência de encaminhamento adequado para doentes mentais são falhas que infringem diversas Regras de Mandela e impedem a reintegração social dos detidos.

Tema 4. O contacto com o exterior é um elemento essencial para a reintegração social, mas as restrições impostas pelo sistema prisional limitam este direito.

“E achas que o Estado, por si, tem um empenho suficiente na reabilitação?

Não tem, não tem. Principalmente na reinserção, é muito fraquinho, é praticamente inexistente. Só a Reshape, acho que com a Reshape faz mais do que, sei lá, quantas pessoas na administração do Estado.

E tu consegues pensar em coisas práticas que o Estado pudesse fazer para que tipo de coisas?

Sim, por exemplo, a questão do trabalho é fundamental na questão da reinserção, à parte de todas as outras questões. (...) outra coisa muito importante que é o acompanhamento jurídico dos homens e das mulheres. Eu acho que devia de haver um incentivo muito grande às empresas para trabalharem dentro das prisões. Dentro e depois fora na de inserção.” (E.4)

“A maior parte das pessoas com quem eu falo no podcast (Check in para a Liberdade), quando arranjou o trabalho, ninguém sabia (...). Se soubessem, existia uma probabilidade forte de não serem contratados. Pronto...” (E.6)

“ (...) não há reinserção sem trabalho” (E.4)

“...falta de oportunidades, no fundo, é que condiciona a vida destas pessoas, parece-me.” (E.7)

“Acredito plenamente que se estivessem criadas condições físicas dos estados, de recursos, sejam eles técnicos, sejam eles humanos, sejam eles de materiais, conseguiríamos ter um ambiente prisional muito melhor. Conseguiríamos, após a reclusão, proporcionar uma efetiva entrada e uma ressocialização das pessoas, porque o fim último da pena é de cumprimento, a pessoa a sentir o peso da sua conduta, mas depois a sua integração na sociedade.”(E.10)

Os testemunhos recolhidos evidenciam falhas profundas no sistema prisional português no que diz respeito à reinserção social dos reclusos através do trabalho. A ausência de um plano estruturado que garanta oportunidades laborais adequadas compromete a preparação dos reclusos para o mercado de trabalho, violando as diretrizes estabelecidas nas Regras de Mandela. A ideia de que a reinserção é praticamente inexistente e que organizações externas desempenham um papel mais ativo do que o próprio Estado (E.4) reflete uma realidade já identificada na literatura, que aponta a desadequação entre o trabalho realizado dentro das prisões e as exigências do mercado laboral. A Regra 87 determina que o trabalho prisional deve preparar os reclusos para uma futura ocupação profissional, mas os estudos indicam que essa ligação raramente é feita, resultando na dificuldade de integração após a libertação. A discriminação na contratação de ex-reclusos é outro obstáculo que limita a sua reinserção. A necessidade de esconder o passado prisional para garantir um emprego (E.6) reflete o forte estigma que ainda persiste e que tem sido apontado como um fator determinante para a exclusão social. A Regra 108 prevê que os sistemas prisionais assegurem meios de subsistência aos reclusos após a libertação, mas a falta de incentivos para a contratação de ex-reclusos e a ausência de programas eficazes para a transição para o mercado de trabalho dificultam o cumprimento deste princípio. A ausência de incentivos públicos para a integração de ex-reclusos, mencionada em E.4, também evidencia o incumprimento da Regra 107, que recomenda a colaboração entre instituições estatais e empregadores para criar oportunidades reais de reintegração.

A falta de um plano de reinserção estruturado e a carência de condições adequadas para promover a ressocialização dos reclusos são também aspetos que demonstram o incumprimento das diretrizes internacionais. A afirmação de que *a reinserção poderia ser mais eficaz se existissem recursos materiais, técnicos e humanos adequados* (E.10) é corroborada por estudos que mostram como a ausência de acompanhamento contínuo contribui para taxas elevadas de reincidência. A Regra 106 estabelece que o Estado deve garantir que os reclusos tenham acesso a programas de reintegração, mas a falta de medidas concretas demonstra o seu incumprimento.

A remuneração extremamente baixa pelo trabalho realizado dentro das prisões constitui outro fator que perpetua o ciclo de exclusão social, questão já analisada no Tema 2.

Os testemunhos confirmam assim que o trabalho prisional, longe de ser uma ferramenta eficaz de reinserção social, funciona mais como um mecanismo de controlo disciplinar do que como uma oportunidade real de capacitação profissional. A sua desconexão do mercado de trabalho, a discriminação enfrentada pelos ex-reclusos, os baixos salários e a falta de apoio na transição para a liberdade demonstram que as diretrizes das Regras de Mandela não estão a ser cumpridas, perpetuando a marginalização dos indivíduos que passaram pelo sistema prisional.

Tema 5. A maioria dos reclusos provém de contextos de pobreza e violência infantil, refletindo desigualdades estruturais que perpetuam o encarceramento.

“A maioria dos homens vem de contextos de violência doméstica ou negligência infantil, eram deixados ao deus dar, sem estrutura ou apoio familiar, sem enquadramento emocional ou afetivo...famílias destruídas, nem todos é assim, mas a maioria é...” (E.10)

“... na minha opinião, na base disto é a pobreza, e dentro da pobreza a violência doméstica, a violência doméstica na relação com o pai. Justifica muito, e muitas vezes...está-se a falar de violência doméstica sobre filhos...Sim, do pai sobre filhos, e às vezes de mãe, menos, mas do pai sobre filhos. No fundo, é a situação geral de desenquadramento social... de pobreza, de sempre estar relacionado com o tráfico. (E.4)

Os testemunhos recolhidos demonstram que a pobreza, a negligência infantil e a violência doméstica são fatores estruturais que marcam o percurso de muitos reclusos, conduzindo-os a um ciclo de exclusão social e criminalidade. No entanto, o sistema prisional, em vez de atuar para corrigir estas desigualdades e proporcionar oportunidades concretas de reinserção, acaba por reforçar e perpetuar estas fragilidades, violando várias diretrizes das Regras de Mandela. A ausência de medidas eficazes que garantam suporte social e psicológico aos reclusos evidencia uma violação da Regra 4, que estipula que a privação da liberdade deve ser acompanhada de mecanismos reparadores que permitam a reintegração dos reclusos na sociedade. No entanto, como demonstram os testemunhos, muitos detidos vêm de contextos marcados pela violência e pelo abandono, sem que tenham tido acesso a qualquer apoio que pudesse alterar esse percurso. Tralhão (2022) sublinha que a falta de intervenção precoce e de suporte social contribui para a vulnerabilidade de indivíduos provenientes de meios desfavorecidos, tornando-os mais suscetíveis à exclusão social e ao sistema prisional.

O sistema também falha no cumprimento da Regra 2, que determina que os reclusos devem ser tratados sem discriminação e que as suas necessidades individuais devem ser consideradas no processo de reabilitação. No entanto, a ausência de políticas que compensem as desigualdades estruturais reflete uma discriminação sistémica contra aqueles que vêm de contextos mais vulneráveis.

Silva (2009) enfatiza que a perpetuação da desigualdade social está diretamente relacionada com a falta de políticas eficazes de apoio estrutural, sendo que o sistema prisional acaba por reproduzir essas desigualdades em vez de as corrigir.

A falta de um plano eficaz de reintegração social também configura uma violação da Regra 61, que determina que os serviços prisionais devem assegurar apoio social adequado para evitar a reincidência. No entanto, os testemunhos mostram que, ao saírem da prisão, muitos reclusos não encontram qualquer tipo de suporte, sendo forçados a regressar a ambientes de pobreza e exclusão, o que frequentemente os conduz de volta ao crime. Caiado (2013) destaca que a ausência de políticas públicas direcionadas à reintegração de ex-reclusos contribui para a sensação de desamparo e para a reincidência criminal, mostrando que o sistema penal não oferece alternativas concretas para a reconstrução da vida dos detidos.

A Regra 108 prevê que os reclusos devem dispor dos meios necessários para a sua reintegração ao serem libertados, garantindo que possam sustentar-se e evitar a marginalização. No entanto, a falta de acesso ao trabalho e a estigmatização dos ex-reclusos impedem-nos de recomeçar as suas vidas de forma digna. O estudo Reinserção Social de Ex-Reclusos evidencia que a ausência de oportunidades de emprego, aliada à exclusão social, representa um dos principais fatores de reincidência, demonstrando que o sistema prisional não cumpre a sua função de reabilitação.

A análise dos testemunhos, sustentada pela literatura existente, demonstra que o sistema prisional falha no seu papel de reabilitação e reintegração, violando as Regras 2, 4, 61 e 108 das Regras de Mandela. Em vez de proporcionar oportunidades que permitam aos reclusos quebrar o ciclo da criminalidade, as prisões perpetuam as desigualdades estruturais, deixando os indivíduos sem suporte e aumentando as probabilidades de reincidência.

Tema 6. Casas de Transição e Pequenas Unidades de Detenção como alternativa para a humanização do sistema prisional, aumento da reinserção e redução da reincidência.

“(…) semanalmente, eu faço uma escala de limpeza rotativa que passa por todos, portanto, incuti muito esse espírito de cidadania e de saúde pública, eles têm de zelar por um espaço que é a casa temporária e tem de estar limpa, o mesmo em relação às células. Portanto, há essa preocupação de nós zelarmos pelo interior das celas e pelas condições em que eles mantêm não só o espaço físico, como a arrumação dos pertences deles. Agora, nos outros EP’s, se calhar isso é mais difícil de acontecer, porque realmente são muitos e não há esse acompanhamento mais próximo relativamente às condições em que as coisas estão diariamente...” (E.8)

“Claro que faz todo sentido. Nas casas de detenção está que mais provado...que a reincidência nas casas de detenção é baixíssima. As casas de saída, também, no fundo, o que é que isto poderia, não é substituição de um sistema tal qual por isto, mas que contribuam, é a diferença na sociedade e na vida dos homens, são as casas de detenção e as casas de saída, é o passo antes das casas de detenção. Sim, isso é aquilo que para nós caminhamos, e está mais que provado, que é uma ajuda.” (E.4)

“Lembro-me de um ex-recluso que saiu com uns cêntimos no bolso, era Italiano, queria ir para o Algarve, demos-lhe 40€ e foi...nunca mais soubemos nada dele, é muito complicado...” (E.9.)

A implementação de casas de transição e de detenção de pequena dimensão tem sido apontada como uma estratégia eficaz para a humanização do sistema prisional e para a reinserção gradual dos reclusos na sociedade. A gestão mais personalizada nestes espaços permite um acompanhamento mais próximo e individualizado, promovendo melhores condições de reintegração. O testemunho (E.8) destaca como a menor dimensão e organização destes espaços facilita a promoção de hábitos de cidadania e higiene, aspetos essenciais para a adaptação dos reclusos à liberdade. Em contrapartida, a ausência deste modelo na maioria das prisões dificulta a supervisão e acompanhamento dos detidos, agravando as falhas estruturais na reinserção social. A necessidade destas casas de transição é amplamente reconhecida na literatura. A RTP (2013) apresenta o exemplo da Casa de Transição da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, um projeto bem-sucedido que tem permitido aos ex-reclusos uma reintegração mais estruturada e acompanhada. O Ministério da Justiça (s.d.) sublinha a importância de reformular os espaços prisionais para garantir uma melhor transição dos reclusos para a liberdade, enquanto a Comunidade Cultura e Arte (2022) reforça que este modelo reduz significativamente a reincidência criminal. O Diário de Notícias (2022) alerta para a falta de investimento nestas estruturas em Portugal, o que compromete a possibilidade de uma reintegração social efetiva.

No testemunho (E.4), é destacado que as taxas de reincidência são consideravelmente mais baixas nas casas de transição e nas pequenas unidades de detenção, evidenciando a importância da Regra 87 das Regras de Mandela, que estipula que os sistemas prisionais devem garantir um regresso progressivo e estruturado dos reclusos à sociedade. No entanto, a ausência deste modelo em larga escala em Portugal compromete essa transição, tornando o regresso à liberdade abrupto e desorganizado. Paralelamente, a Regra 106 sublinha a necessidade de preparar os reclusos para a vida em sociedade através de programas graduais, algo que não se verifica quando não existem mecanismos de apoio após a libertação.

O testemunho (E.9), que relata o caso de um ex-recluso libertado sem qualquer suporte financeiro ou habitacional, evidencia uma violação da Regra 108, que determina que os reclusos devem ter acesso a recursos essenciais, como documentos de identificação, alojamento e meios financeiros mínimos para garantir a sua reinserção. Sem este apoio, muitos acabam em situações de vulnerabilidade extrema, o que aumenta a probabilidade de reincidência. Além disso, a Regra 104 estabelece que os reclusos devem ter acesso a oportunidades educativas e formativas para facilitar a sua reintegração. No entanto, a falta de estruturas que garantam uma transição adequada da prisão para a sociedade demonstra que este princípio não está a ser cumprido, resultando em dificuldades acrescidas para os ex-reclusos que tentam reconstruir as suas vidas.

Os testemunhos recolhidos são sustentados pela bibliografia consultada, que evidencia a importância da criação e expansão de casas de transição para um sistema prisional mais humano e eficaz. A ausência destas estruturas não só dificulta a reinserção social, como perpetua ciclos de exclusão e reincidência, impedindo que o sistema prisional cumpra o seu papel de reabilitação e ressocialização.

CAPÍTULO 4

Conclusão

A presente dissertação procurou avaliar em que medida as Regras de Mandela são aplicadas no sistema prisional português e identificar os desafios que dificultam a sua implementação. Através da análise de testemunhos diretos, relatórios oficiais e modelos prisionais internacionais, tornou-se evidente que, apesar dos compromissos assumidos por Portugal em matéria de direitos humanos, persistem obstáculos estruturais significativos que comprometem a dignidade e a reinserção dos reclusos.

Os principais problemas identificados incluem a sobrelotação das prisões, a falta de acesso adequado a cuidados de saúde física e mental, a escassez de programas de reabilitação e as dificuldades na reintegração social após o cumprimento da pena. Embora o país tenha uma legislação que, em teoria, segue os princípios das Nações Unidas e da Convenção Europeia dos Direitos Humanos, a implementação prática do conteúdo destes documentos continua a ser deficiente. O facto de Portugal já ter sido condenado pelo Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH) em múltiplas ocasiões reflete a necessidade urgente de reformas significativas e de maior supervisão externa.

Através dos aspetos analisados, verificou-se que o trabalho prisional pode ser uma ferramenta eficaz para a reabilitação e reintegração social. No entanto, persistem barreiras como a desigualdade de acesso, remunerações extremamente baixas e uma regulamentação frágil dos direitos laborais dos reclusos. Além disso, a falta de oportunidades profissionais para quem sai da prisão aumenta o risco de reincidência. De acordo com a Reshape (2024), a taxa de reincidência em Portugal pode atingir os 60%, um valor significativamente superior ao registado na Noruega, onde a reincidência se situa em apenas 20% (Pratt, 2008). Tal discrepância reforça a necessidade de investir em políticas públicas eficazes, incluindo incentivos à contratação de ex-reclusos e apoio estruturado à sua reinserção na sociedade.

A desigualdade de tratamento entre homens e mulheres no sistema prisional português também se revelou um aspeto relevante. As reclusas, uma percentagem muito reduzida da população prisional, parecem ter disponíveis menos oportunidades de formação e trabalho, o que as coloca em maior risco de exclusão social após o cumprimento da pena. Adicionalmente, os apoios para mães reclusas e o acesso a medidas alternativas ao encarceramento continuam a ser insuficientes, contrariando diretrizes internacionais como as Regras de Bangkok para além das Regras de Mandela, foco deste estudo.

O estigma social associado aos ex-reclusos é uma das maiores barreiras à sua reintegração. A perceção negativa por parte da sociedade dificulta-lhes o acesso ao mercado de trabalho, à habitação e a uma vida digna, perpetuando ciclos de exclusão e aumentando a probabilidade de reentrada no

sistema prisional. Como defendem Howard Becker (1963), através da Teoria do Rótulo, e David Garland (2001), ao reforçar a marginalização dos ex-reclusos, a sociedade contribui diretamente para a manutenção da criminalidade. Apesar dos esforços de organizações como a Reshape, que promovem iniciativas de reinserção e sensibilização, estas ações continuam a ser insuficientes sem um compromisso mais alargado por parte do Estado e das empresas na criação de oportunidades reais para estas pessoas.

A comparação com outros sistemas prisionais europeus evidencia que modelos mais humanizados e focados na reabilitação resultam em menores taxas de reincidência, países como Noruega e Bélgica, que implementaram casas de detenção de pequena escala, demonstram que ambientes prisionais menos repressivos, aliados a um acompanhamento individualizado, contribuem para uma reintegração mais eficaz dos reclusos. Estes modelos reforçam a necessidade de repensar o sistema prisional português, apostando numa redução do encarceramento massivo e na implementação de medidas alternativas à prisão. Shadd Maruna (2001), na sua obra *Making Good*, demonstrou que um processo estruturado de reintegração social reduz significativamente o risco de regressão ao crime. A Noruega, onde o encarceramento é tratado como uma etapa de transformação pessoal e não apenas como uma punição, adota um modelo prisional baseado na dignidade e no acompanhamento individualizado, resultando em taxas de reincidência muito inferiores às registadas em Portugal. Estes exemplos demonstram que uma política prisional focada exclusivamente na punição não é eficaz e reforçam a necessidade de repensar o modelo português, investindo em medidas alternativas à prisão. Além dos impactos sociais e humanos, há também um argumento económico relevante. David Garland (2001) enfatiza que um sistema prisional com foco na reabilitação e na reinserção não apenas reduz a criminalidade, como também diminui os custos para o Estado a longo prazo. Em Portugal, o custo anual de um recluso ronda os 15.000 euros, enquanto um programa de reintegração custa, em média, 5.000 euros por beneficiário (DGRSP, 2023). A evidência sugere que um investimento estruturado na reinserção social pode não só melhorar os resultados individuais dos reclusos, mas também reduzir significativamente o impacto financeiro do sistema prisional e assim mesmo disponibilizar recursos que podem ser investidos de modo a reestruturar todo o tipo de infraestruturas inerentes ao sistema prisional, até mesmo levar a melhorias em aspetos como a qualidade da alimentação e aumento da contratação de técnicos e profissionais de saúde, cujo número associado a esta realidade se apresenta como marcadamente insuficiente.

A necessidade de reduzir a população prisional e reformular o sistema de justiça penal tem sido amplamente debatida por especialistas e defensores dos direitos humanos. Angela Davis (2003), uma das mais influentes defensoras da reforma prisional, argumenta que a verdadeira transformação do sistema de justiça criminal passa por deslocar o foco da punição para alternativas mais humanas e eficazes. Como a própria afirma:

"Em vez de construir mais prisões, devemos construir mais escolas, dar mais oportunidades de trabalho, melhorar os serviços de saúde. A verdadeira reforma do sistema de justiça criminal envolveria a mudança do foco da punição para práticas mais humanas de justiça restaurativa" (Davis, 2003, p. 108).

Esta dissertação conclui que Portugal necessita de uma mudança estrutural no seu sistema prisional, substituindo um modelo predominantemente repressivo por uma abordagem baseada na reabilitação e reintegração social. A aplicação efetiva das Regras de Mandela requer não apenas mudanças legislativas, mas também um investimento sério em recursos humanos e financeiros. Isso implica melhorias nas infraestruturas, um plano consistente de formação para os guardas prisionais, acesso alargado à educação e ao trabalho prisional digno, apoio psicológico adequado e estratégias concretas para combater o estigma social. Para além disso, deve-se considerar a implementação de penas alternativas que permitam um acompanhamento mais individualizado e uma reintegração mais eficaz dos reclusos na sociedade.

A privação da liberdade não deve representar a perda da dignidade humana, mas sim uma oportunidade para a reconstrução de vidas, garantindo que o sistema prisional cumpra o seu papel de forma justa e eficaz. O verdadeiro sucesso de uma política prisional não se mede pelo número de pessoas detidas, mas sim pela capacidade de prevenir a reincidência e de garantir que aqueles que cumpriram pena possam recomeçar a sua vida com dignidade.

Nesta dissertação encontraram-se evidências da violação de pelo menos 43 das 122 Regras de Mandela, para algumas o incumprimento é recorrente, estamos perante um estudo de dimensão reduzida e ainda assim foi possível verificar que 35% destas orientações são esquecidas, reforça-se que já foram várias as condenações do TEDH ao Estado Português. A aprendizagem social é um processo essencial na formação do comportamento humano, fortemente influenciado pelo contexto e pelas figuras de autoridade que servem de modelo. Na sua Teoria da Aprendizagem Social, Bandura (1977) argumenta que os indivíduos absorvem normas, valores e condutas principalmente através da observação e da imitação de outros. Se o próprio sistema prisional não adota as normas que deveriam orientar a reabilitação – como as Regras de Mandela –, torna-se contraditório esperar que os reclusos aprendam a respeitar valores sociais que nunca vivenciaram durante o período de reclusão e muitas vezes até nunca as experienciaram durante qualquer contexto da sua vida, devidos às suas origens económico-sociais.

Goffman (1961), ao estudar as chamadas instituições totais, como as prisões, demonstrou que ambientes institucionais rígidos e desumanizados acabam por levar os indivíduos a interiorizar padrões negativos, dificultando a sua reintegração e contribuindo para a exclusão social. De forma semelhante, Tyler (2006) salienta que a perceção de justiça e legitimidade das instituições tem um papel central na

adesão às normas. Assim, quando os estabelecimentos prisionais não garantem direitos fundamentais nem proporcionam um tratamento digno aos reclusos, torna-se menos provável que estes respeitem e cumpram as regras sociais após a sua libertação.

A discrepância entre os princípios normativos e a prática institucional pode, assim, comprometer os objetivos da reinserção social, perpetuando ciclos de marginalização e reincidência. Para que a reabilitação seja eficaz, é fundamental que as próprias instituições modelem o comportamento que esperam dos indivíduos que nelas cumprem pena. Como defende Braithwaite (1989) na sua teoria da vergonha reintegrativa, a justiça só pode ser verdadeiramente restaurativa quando o respeito pelas regras é demonstrado de forma consistente e não apenas imposto coercivamente. Torna-se óbvio que o respeito total pela dignidade das pessoas que estão ou estiveram privadas de liberdade, é um meio sem o qual não se atinge o objetivo da reintegração bem-sucedida.

A reflexão sobre a reintegração social dos ex-reclusos deve estar no centro do debate. Como se pode minimizar os efeitos psicológicos da prisão de longa duração reduzir o estigma em relação aos ex-reclusos, promover o seu acesso ao mercado de trabalho e a integração plena baixando drasticamente as taxas de reincidência? Qual o impacto da implementação de modelos alternativos de cumprimento de pena em Portugal? Seria viável a criação de casas de pequena escala, semelhantes às da Noruega, no contexto português? E se assim fosse? Não se poderia falar de resultados significativamente diferentes daqueles que agora se obtiveram...de um sistema prisional moderno e humanizado com a aplicação das Regras de Mandela?

Fontes e Bibliografia

- AbrilAbril. (2024). Falta de guardas é o maior problema do sistema prisional. <https://www.abrilabril.pt/trabalho/falta-de-guardas-e-o-maior-problema-do-sistema-prisional>
- Aebi, M. F., & Cocco, E. (2023). 2023 SPACE I: Survey on prison statistics & media coverage report. Universidade de Lausanne. Disponível em: <https://wp.unil.ch/space/publications/annual-reports/>
- Almeida, J. P. (2007). Os meios de comunicação de massa e o direito penal. Vitória da Conquista: Faculdade Independente do Nordeste.
- Alto Comissariado das Nações Unidas para os Direitos Humanos. (2004). Direitos humanos e prisões: Guia do formador para a formação em direitos humanos dos funcionários prisionais. Nações Unidas. ISBN: 92-1-154160-3.
- Amnistia Internacional Portugal. (2022). Relatório de Atividades 2022. Disponível em https://www.amnistia.pt/wp-content/uploads/2023/04/AI_Relatorio_Atividades_2022.pdf.
- Amnistia Internacional Portugal. (2023). Relatório de atividades 2022. https://www.amnistia.pt/wp-content/uploads/2023/04/AI_Relatorio_Atividades_2022.pdf
- Amnistia Internacional Portugal. (2024). Amnistia Internacional Portugal – Direitos Humanos. Disponível em: <https://www.amnistia.pt/>
- Amnistia Internacional. (2024). Relatório Anual 2023/24 – Portugal. <https://www.amnistia.pt/portugal-no-relatorio-anual-2023-24/#gref>
- Associação Portuguesa de Apoio ao Recluso (APAR). (s.d.). O que fazemos. Disponível em: <https://apar.pt/>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Beccaria, C. (2007) [1764]. Dos delitos e das penas. Fundação Calouste Gulbenkian
- Becker, H. (1963). *Outsiders: Studies in the Sociology of Deviance*. Free Press.
- Bentham, J. (1995) [1791]. *The Panopticon writings* (M. Bozovic, Ed.). Verso.
- Boone, M., & Moerings, M. (2011). Dutch prison law and practice: A historical and comparative perspective. *Crime, Law and Social Change*, 56(1), 15-32.
- Bordalo, T. S., Bordalo, M. F. S., & Gonçalves, A. M. (2022). A teoria da etiquetagem: Labelling approach. *Revista Portuguesa de Ciências Jurídicas*, 3(2), 94-114.
- Bosworth, M. (2023). *The cruel optimism of international prison regulation: Prison ontologies and carceral harms*. Cambridge University Press. <https://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridge-core/content/view/79638F416F47E92D2C92E11D943CF20E/S0897654623000631a.pdf>
- Braithwaite, J. (1989). *Crime, shame and reintegration*. Cambridge University Press.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Casa da Criança de Tires. (s.d.). Casa da Criança de Tires. <https://casadacriancatires.wordpress.com/>
- Christie, N. (1998). *A indústria do controle do crime: A caminho dos Gulags em estilo ocidental* (L. Leiria, Trad.). Forense. (Obra original publicada em 1993).

Clarke, V., & Braun, V. (2014). Thematic analysis. In P. Rohleder & A. Lyons (Eds.), *Qualitative Research in Clinical and Health Psychology* (pp. 95-113). Palgrave Macmillan.

Comité de Ministros do Conselho da Europa. (s.d.). Decisões sobre a implementação das sentenças do TEDH contra Portugal. Conselho da Europa. Disponível em: <https://search.coe.int/cm>

Comité europeu para a Prevenção da Tortura (CPT). (2023). Relatório ao Governo português sobre a visita a Portugal. Conselho da Europa. Disponível em: <https://hudoc.cpt.coe.int/eng>

Comité europeu para a Prevenção da Tortura e das Penas ou Tratamentos Desumanos ou Degradantes (CPT). (2022). Relatório sobre as condições prisionais em Portugal. Conselho da Europa. Disponível em <https://www.coe.int/en/web/cpt>

Conselho da Europa. (2006). European Prison Rules. Disponível em: <https://rm.coe.int/european-prison-rules-978-92-871-5982-3/16806ab9ae>

Conselho da Europa. (2021). Convenção Europeia dos Direitos Humanos. <https://www.coe.int/en/web/human-rights-convention>

Conselho da Europa. (s.d.). Comité de Ministros: Decisões sobre a implementação das sentenças do TEDH contra Portugal. [https://search.coe.int/cm#%22CoEIdentifier%22:\[%2209000016808fde38%22\],%22sort%22:\[%22CoEValidationDate%20Descending%22\]}](https://search.coe.int/cm#%22CoEIdentifier%22:[%2209000016808fde38%22],%22sort%22:[%22CoEValidationDate%20Descending%22]})

Constituição da República Portuguesa. (1976, rev. 2005). Decreto de Aprovação da Constituição. Disponível em: <https://diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/decreto-aprovacao-constituicao/1976-34520775-49409675>

Council of Europe. (2014). Council of Europe Annual Penal Statistics – SPACE II. Strasbourg: Council of Europe. Disponível em <https://wp.unil.ch/space/publications/annual-reports/>.

Council of Europe. (2021). European prison rules: Guidelines and recommendations. Council of Europe Publishing.

Coyle, A. (2018). *Human rights and prison management: A handbook for prison staff*. International Centre for Prison Studies.

CPT - Comité Europeu para a Prevenção da Tortura. (2022). Relatório sobre as condições prisionais em Portugal. Council of Europe.

Daems, T. (2020). *Prisons of the future: A comparative perspective on prison architecture and design*. Palgrave Macmillan.

Dar a Mão. (s.d.). A Nossa História. Disponível em: <https://daramao.pt/a-nossa-historia/>

Davis, A. (2003). *Are prisons obsolete?* Seven Stories Press.

Departamento de Estado dos EUA. (2019). Relatório sobre Práticas de Direitos Humanos em Portugal – 2019.

DGRSP - Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais. (2023). Relatório estatístico sobre o sistema prisional português. Ministério da Justiça de Portugal.

DGRSP. (2023). Modelos alternativos ao encarceramento em Portugal. Ministério da Justiça.

Diário de Notícias. (s.d.). Quem quer ser guarda prisional? <https://www.dn.pt/sociedade/quem-quer-ser-guarda-prisional>

Diário Económico. (2022, 22 de outubro). Reclusos recebem no máximo 3,10 euros por dia por trabalhos realizados nas prisões para o Estado.

Direção-Geral da Política de Justiça (DGPJ). (s.d.). 25 affaires contre le Portugal. Ministério Público.
https://dcjri.ministeriopublico.pt/sites/default/files/25_affaires_contre_le_portugal.pdf

Direção-Geral da Política de Justiça (DGPJ). (s.d.). Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH) e Portugal. Ministério da Justiça. <https://dgpj.justica.gov.pt/Relacoes-Internacionais/Organizacoes-e-redes-internacionais/Conselho-da-Europa/Tribunal-Europeu-dos-Direitos-Humanos>

Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais (DGRSP). (2023). Relatório Estatístico Anual - 2023. Ministério da Justiça. Disponível em <https://dgrsp.justica.gov.pt/Estat%C3%ADsticas-e-indicadores/Prisionais/2023>.

Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais (DGRSP). (2023). Relatório Aplicação do Estatuto do Corpo da Guarda Prisional. Disponível em <https://opj.ces.uc.pt/wp-content/uploads/2022/12/Relatório-Aplicação-do-Estatuto-do-CGP-vFinal.pdf>.

Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais (DGRSP). (2023). Relatório estatístico anual 2023. Ministério da Justiça.
https://dgrsp.justica.gov.pt/Portals/16/Estatisticas/Assessoria/2023/Relat%C3%B3rio%20Estat%C3%ADstico%20Anual%20-%202023.pdf?ver=hCF9yRA09Me2GPztGbbq_g%3D%3D

Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais (DGRSP). (2023). Estatísticas e Indicadores Prisionais 2023. Ministério da Justiça. <https://dgrsp.justica.gov.pt/Estat%C3%ADsticas-e-indicadores/Prisionais/2023>

Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais (DGRSP). (s.d.). Estabelecimento Prisional de Tires.
<https://dgrsp.justica.gov.pt/Justi%C3%A7a-de-adultos/Penas-e-medidas-privativas-de-liberdade/Estabelecimentos-prisionais/%C3%81rea-territorial-alargada-do-tribunal-de-execu%C3%A7%C3%A3o-de-penas-de-Lisboa/Estabelecimento-Prisional-de-Tires>

Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais (DGRSP). (s.d.). Sombras e luzes. Ministério Público.
Disponível em https://www.ministeriopublico.pt/sites/default/files/documentos/pdf/estudo_sombras_e_luzes_n1.pdf

Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais (DGRSP). (s.d.). Estabelecimento Prisional de Tires.
<https://dgrsp.justica.gov.pt/Justi%C3%A7a-de-adultos/Penas-e-medidas-privativas-de-liberdade/Estabelecimentos-prisionais/%C3%81rea-territorial-alargada-do-tribunal-de-execu%C3%A7%C3%A3o-de-penas-de-Lisboa/Estabelecimento-Prisional-de-Tires>

Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais. (2006). Estatísticas prisionais 2006: Apresentação e análise. Disponível em 12 de março de 2025, de <https://dgrsp.justica.gov.pt/Portals/16/Estatisticas/Área%20Prisional/Anuais/2006/20080129040134Relatorioestatistico2006%5B1%5D.pdf?ver=2018-12-17-144254-510>
eco.sapo.pt+2dgrsp.justica.gov.pt+2dgrsp.justica.gov.pt+2

Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais. (2024). Estatísticas quinzenais da população prisional.
<https://dgrsp.justica.gov.pt/Portals/16/Estatisticas/2024/2q07-2024-sexpen.pdf>

- Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais. (2025). Reclusos nos estabelecimentos prisionais, por sexo. Valor anual. Portal de dados abertos da Administração Pública. Disponível em <https://dados.gov.pt/pt/datasets/reclusos/>
- Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais. (s.d.). Programas específicos de reabilitação. Ministério da Justiça. Disponível em <https://dgrsp.justica.gov.pt/Justi%C3%A7a-de-adultos/Penas-e-medidas-privativas-de-liberdade/Programas-e-projetos/Programas-espec%C3%ADficos-de-reabilita%C3%A7%C3%A3o>
- Direção-Geral de Sistemas de Informação da Justiça (DGSJ). (s.d.). Acórdãos do Supremo Tribunal de Justiça. <https://www.dgsi.pt/jstj.nsf/954f0ce6ad9dd8b980256b5f003fa814/97f9d800a5f29992802587a1005e6b2a?OpenDocument>
- Direção-Geral dos Serviços de Justiça. (s.d.). Jurisprudência do Tribunal Europeu dos Direitos Humanos relativa a Portugal. <https://portal.oa.pt/publicacoes/informacao-juridica/jurisprudencia/tribunal-europeu-dos-direitos-humanos/tedh-acordaos-pronunciados-em-relacao-a-portugal-abril-2011-junho-2019/>
- Dujardin, C. (2017). *L'expérience de la Ferme de Moyembrie: Une réinsertion par le travail agricole*. Presses Universitaires de France.
- ECO. (2023). Um preso em Portugal custa 56,33 euros por dia ao Estado. Disponível em <https://eco.sapo.pt/2023/10/23/um-presos-em-portugal-custa-5633-euros-por-dia-ao-estado/>
- Euronews. (2024, 17 de setembro). Guardas queixam-se de que o sistema prisional português está obsoleto. <https://pt.euronews.com/my-europe/2024/09/17/guardas-queixam-se-de-que-o-sistema-prisional-portugues-esta-obsoleto>
- European Court of Human Rights. (2022). *Judgments on Portuguese penitentiary system*. ECHR Publications.
- European Prison Observatory. (2022). *Prison conditions in Europe: A comparative analysis*. European Prison Observatory Reports.
- Faria, N. (2024, 10 de setembro). Diretores das cadeias “têm de ser escolhidos por concurso público para acabar com sistema feudal”. Público. <https://www.publico.pt/2024/09/10/sociedade/entrevista/directores-cadeias-escolhidos-concurso-publico-acabar-sistema-feudal-2103463>
- Farrington, D. P., Ttofi, M. M., & Piquero, A. R. (2018). *Reducing crime through education and rehabilitation: Evidence from European prison systems*. Cambridge University Press.
- Ferreira da Silva, A. M. (2015). *Entre os campos de guerra e os campos de férias: Prisões masculinas e femininas nos meios de comunicação social* [Dissertação de Mestrado, Universidade do Minho].
- França, R. M. S. (Org.). (2023). *Encarceramento, questão social e a ação do Estado em tempos de neoliberalismo e conservadorismo no Brasil*. EDUFPI.
- Gabriel, D. (2007). *(De)Formação de adultos em contexto prisional: Um contributo* [Dissertação de Mestrado, Universidade do Porto].
- Garland, D. (2001). *The Culture of Control: Crime and Social Order in Contemporary Society*. Oxford University Press.
- Garland, D. (2001). *The culture of control: Crime and social order in contemporary society*. Oxford University Press.

- Lusa. (2022, 9 de junho). Estado português condenado por tribunal europeu por condições de detenção desumanas. ECO. <https://eco.sapo.pt/2022/06/09/estado-portugues-condenado-por-tribunal-europeu-por-condicoes-de-detencao-desumanas/>
- Luz, P. S. (2024, 15 de maio). Quem quer ser guarda prisional?. Diário de Notícias. Disponível em <https://www.dn.pt/sociedade/quem-quer-ser-guarda-prisional>
- Marques, A., & Graeff, T. (2022). Análise Temática Reflexiva: Fundamentos e Aplicações no Campo da Saúde Coletiva. Disponível em <https://doi.org/10.1590/10.1590/SciELO>.
- Marques, R. (2020). O desporto como ferramenta de reabilitação nas prisões portuguesas. *Revista Portuguesa de Criminologia*, 12(2), 87-102.
- Maruna, S. (2001). Making Good: How Ex-Convicts Reform and Rebuild Their Lives. *American Psychological Association*.
- Ministério da Justiça. (2011). Regulamento Geral dos Estabelecimentos Prisionais - Decreto-Lei n.º 51/2011, de 11 de abril. *Diário da República*, 1.ª série — N.º 71.
- Ministério da Justiça. (2023). Portugal implementa medidas de resposta às recomendações do CPT. Disponível em: <https://justica.gov.pt/Noticias/Portugal-implementa-medidas-de-resposta-as-recomendacoes-do-CPT>
- Ministério Público de Portugal. (s.d.). Regulamento Geral dos Estabelecimentos Prisionais. Disponível em: <https://www.ministeriopublico.pt/pagina/regulamento-geral-dos-estabelecimentos-prisionais>
- Ministério Público de Portugal. (s.d.-a). Execução de sentenças do TEDH em Portugal. <https://dcjri.ministeriopublico.pt/faq/execucao-de-sentencas-do-tedh-em-portugal>
- Ministério Público de Portugal. (s.d.-b). Acórdãos relativos a Portugal no TEDH. <https://dcjri.ministeriopublico.pt/faq/acordaos-relativos-portugal>
- Nações Unidas, Comitê de Direitos Humanos (CCPR). (2020). Pacto Internacional sobre os Direitos Civis e Políticos: Observações finais sobre o 5.º relatório periódico de Portugal (CCPR/C/PRT/CO 5). <https://dcjri.ministeriopublico.pt/sites/default/files/documentos/pdf/concludingobservations-pidcp-5relatorio.pdf>
- Nações Unidas. (2020). Observações finais sobre o quinto relatório periódico de Portugal: Pacto Internacional sobre os Direitos Civis e Políticos (CCPR/C/PRT/CO 5). <https://dcjri.ministeriopublico.pt/sites/default/files/documentos/pdf/concludingobservations-pidcp-5relatorio.pdf>
- National Geographic. (2023). Quién fue Nelson Mandela y por qué fue importante para la história. Disponível em <https://www.nationalgeographicla.com/historia/2023/07/quien-fue-nelson-mandela-y-por-que-fue-importante-para-la-historia>
- Nelson Mandela Foundation. (s.d.). Biography of Nelson Mandela. Disponível em <https://www.nelsonmandela.org/biography>
- Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., & Moules, N. J. (2017). Thematic analysis: Striving to meet the trustworthiness criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, 16(1), 1-13. <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>

- Öberg, J. (2014). Punishment and prison reform in Europe: The role of the European Court of Human Rights. *European Journal of Crime, Criminal Law and Criminal Justice*, 22(3), 241-260.
- Observador. (2023, 8 de janeiro). Guardas prisionais preocupados com segurança nas prisões por falta de efetivos. Disponível em: <https://observador.pt/2023/01/08/guardas-prisionais-preocupados-com-seguranca-nas-prisoos-por-falta-de-efetivos/>
- Oliveira, T. C., Klüsener, M. V., & Pereira, V. C. (2015). O papel da mídia na difusão dos conflitos carcerários. Congresso Internacional de Direito e Contemporaneidade.
- Ordem dos Advogados. (2024). Comunicado: Violação de direitos humanos dos(as) reclusos(as). Ordem dos Advogados. Disponível em <https://portal.oa.pt/comunicacao/comunicados/2024/comunicado-violacao-de-direitos-humanos-dosas-reclusos/>
- Ordem dos Advogados. (2024, 25 de março). Há prisões que seriam impróprias até para animais. <https://portal.oa.pt/comunicacao/imprensa/2024/3/25/ha-prisoos-que-seriam-improprias-ate-para-animais/>
- Organização das Nações Unidas (ONU). (2010). Regras de Bangkok para o tratamento de mulheres presas e medidas não privativas de liberdade para mulheres infratoras. ONU.
- Organização das Nações Unidas (ONU). (2015). Regras Mínimas das Nações Unidas para o Tratamento de Reclusos (Regras de Mandela). ONU.
- Palidda, S. (2011). *Criminalization and victimization of migrants in Europe: A prison perspective*. Springer.
- Parlamento europeu. (2024). Nelson Rolihlahla Mandela - Prémio Sakharov 1988. <https://www.europarl.europa.eu/sakharovprize/pt/nelson-rolihlahla-mandela-1988-africa-do/products-details/20200330CAN54162>
- Penal Reform International. (2023). Tendências Globais das Prisões 2023: Impacto da crise económica nas prisões e alternativas ao encarceramento. Disponível em https://cdn.penalreform.org/wp-content/uploads/2023/10/GPT-2023-Exec-Summary_PT.pdf
- Pereira, A. C. (2024, 11 de abril). Trocar prisões por casas de detenção? O debate chegou a Portugal. Público. <https://www.publico.pt/2024/04/11/sociedade/noticia/trocar-prisoos-casas-detencao-debate-chegou-portugal-2086328>
- Pereira, A. C. (2024, 6 de abril). Casas de transição: “Alimentar o lado humano tratando como ser humano”. Público. <https://www.publico.pt/2024/04/06/sociedade/noticia/casas-transicao-alimentar-lado-humano-tratando-humano-2086067>
- Pereira, A. C., & Pimenta, P. (2021, 26 de dezembro). Presos todos em regime aberto e a trabalhar: EP de Torres Novas está a experimentar. Público. <https://www.publico.pt/2021/12/26/sociedade/reportagem/presos-regime-aberto-trabalhar-ep-torres-novas-experimentar-1983647>
- Pimentel, I. (2007). A história da PIDE. *Temas e Debates*.
- Podcast Check-in para a Liberdade (s.d.)
- Podcast Fumaça. (s.d.). Episódio com a socióloga Dra. Rafaela Granja sobre família e parentalidade na prisão.

- Pratt, J. (2008). Scandinavian exceptionalism in an era of penal excess: Part I: The nature and roots of Scandinavian exceptionalism. *The British Journal of Criminology*, 48(2), 119-137.
<https://doi.org/10.1093/bjc/azm072>
- Provedoria de Justiça. (2003). As nossas prisões: III Relatório. Recuperado em 12 de março de 2025, de https://www.provedor-jus.pt/documentos/AsNossas_Prisoes_IIIRelatorio.pdf
- Provedoria de Justiça. (2022). Relatório Anual do Mecanismo Nacional de Prevenção da Tortura (MNP). Provedoria de Justiça de Portugal. https://www.provedor-jus.pt/documentos/Relato%CC%81rio_MNP_2022.pdf
- Público. (2017, 21 de fevereiro). Greve de corpo de elite dos guardas prisionais adia julgamentos. Disponível em: <https://www.publico.pt/2017/02/21/sociedade/noticia/greve-de-corpo-de-elite-dos-guardas-prisionais-adia-julgamentos-1762781>
- Público. (2021, 26 de dezembro). Presos todos em regime aberto e a trabalhar. EP de Torres Novas está a experimentar. <https://www.publico.pt>
- Público. (2023, 8 de janeiro). Guardas prisionais preocupados com segurança nas prisões por falta de efetivos. Disponível em: <https://www.publico.pt/2023/01/08/sociedade/noticia/guardas-prisionais-preocupados-seguranca-prisoas-falta-efetivos-2034213>
- Público. (2024a, 6 de abril). Casas de transição: "Alimentar o lado humano tratando como ser humano". <https://www.publico.pt>
- Público. (2024b, 10 de setembro). Diretores das cadeias têm de ser escolhidos por concurso público para acabar com sistema feudal. <https://www.publico.pt>
- Público. (2024c, 11 de abril). Trocar prisões por casas de detenção? O debate chegou a Portugal. <https://www.publico.pt>
- Público. (2024d, 20 de dezembro). Quase 500 reclusos do Linhó estão sem água desde domingo. <https://www.publico.pt>
- Público. (2024e, 21 de dezembro). Falta de água na cadeia do Linhó teve origem em conduta improvisada há vários anos. <https://www.publico.pt>
- Público. (25 de janeiro de 2022). Tribunal Europeu dos Direitos Humanos recebeu 260 queixas contra Portugal em 2021. <https://www.publico.pt/2022/01/25/sociedade/noticia/tribunal-europeu-direitos-humanos-recebeu-260-queixas-portugal-2021-1993113>
- Público. (s.d.). Dentro. Entre grades o mundo também muda (série especial e podcast). <https://www.publico.pt/grades>
- Rádio Renascença (RR). (2023, 10 de julho). Inércia do Governo: chefes dos guardas prisionais apelam à escusa de responsabilidade. Disponível em: <https://rr.pt/noticia/pais/2023/07/10/inercia-do-governo-chefes-dos-guardas-prisionais-apelam-a-escusa-de-responsabilidade/338569/>
- Rádio Renascença (RR). (2023, 25 de outubro). Guardas prisionais: Associação de chefes alerta para gravidade da situação no setor. Disponível em <https://rr.pt/noticia/pais/2023/10/25/guardas-prisionais-associacao-de-chefes-alerta-para-gravidade-da-situacao-no-setor/352323/>

Rádio Renascença. (2019). Cada recluso custa anualmente ao Estado "cerca de 20 mil euros". Recuperado em 12 de março de 2025, de <https://rr.pt/noticia/pais/2019/11/26/cada-recluso-custa-anualmente-ao-estado-cerca-de-20-mil-euros/173133/rr.pt+1eco.sapo.pt+1>

Ramos Fonseca, R., Almeida Pires, A. B., Cassiano Alves, G., Mello Silva, V., Azevedo Hosken, I., & Carvalho Ferreira, E. (2024). Como a organização do sistema prisional influencia na taxa de ressocialização: uma comparação entre Brasil e Noruega. *Jornal Eletrônico Faculdades Integradas Vianna Júnior*, 16(1), 21. Recuperado em 12 de março de 2025, de <https://www.jornaleletronicofivj.com.br/jefvj/article/view/932>

Redação. (2024, 22 de fevereiro). Portugal volta a ser condenado por tribunal europeu por más condições prisionais. Sol. <https://sol.sapo.pt/2024/02/22/portugal-volta-a-ser-condenado-por-tribunal-europeu-por-mas-condicoes-prisionais/>

Renascença. (2024, 5 de setembro). Portugal obrigado a pagar quase 15 mil euros no Tribunal Europeu dos Direitos Humanos. <https://rr.sapo.pt/noticia/pais/2024/09/05/portugal-obrigado-a-pagar-quase-15-mil-euros-no-tribunal-europeu-dos-direitos-humanos/392556/>

Rescaled. (2020). La ferme de Moyembrie: Une alternative à la prison traditionnelle. Disponível em <https://www.rescaled.org/2020/05/19/la-ferme-de-moyembrie>

Reshape. (2024). Explicar o sistema: Crime e políticas. Reshape Portugal. Disponível em <https://reshape.org/explicar-o-sistema/crime-e-politicas/>

Reshape. (2024). Relatório sobre a reincidência e reinserção social em Portugal. Reshape.

Reshape. (s.d.). Depende de Todos. Disponível em: <https://reshape.org/>

RISe Foundation. (2022). Small-scale detention: A pathway to reintegration. RISe Reports.

RISe Foundation. (2022). The rise of small-scale detention facilities: A new approach to rehabilitation. RISe Foundation.

RISe Foundation. (2023). Annual report on small-scale detention facilities and rehabilitation programs. RISe Foundation.

Rosas, F. (2012). Salazar e a repressão política: Prisões, tortura e censura no Estado Novo. Lisboa: Tinta da China.

Rothman, D. J. (1990). *The discovery of the asylum: Social order and disorder in the new republic*. Little, Brown and Company.

RTP Internacional. (2025, 17 de janeiro). Podcast Check-in Liberdade. <https://rdpinternacional.rtp.pt/portugal/podcast-check-in-liberdade>

RTP Notícias. (16 de maio de 2024). Más condições da cadeia de Lisboa ditam nova condenação de Portugal no tribunal europeu. https://www.rtp.pt/noticias/mundo/mas-condicoes-da-cadeia-de-lisboa-ditam-nova-condenacao-de-portugal-no-tribunal-europeu_n1572113

RTP Notícias. (2024). Portugal soma condenações no Tribunal Europeu dos Direitos Humanos: O que dizem os juristas? https://www.rtp.pt/noticias/pais/portugal-soma-condenacoes-no-tribunal-europeu-dos-direitos-do-homem-o-que-dizem-os-juristast_es981931

- RTP Notícias. (2024, 5 de março). Guardas prisionais alertam para riscos nas prisões devido à falta de efetivo. Disponível em: https://www.rtp.pt/noticias/pais/guardas-prisionais-alertam-para-riscos-nas-priso-es-devido-a-falta-de-efetivo_n1555357
- RTP. (2024, 24 de julho). De volta à sociedade. Reclusos recebem salário e trabalham ao ar livre [Reportagem]. RTP Play. <https://www.rtp.pt/play>
- Sampson, R. J., & Laub, J. H. (1993). *Crime in the Making: Pathways and Turning Points Through Life*. Harvard University Press.
- Santos, M. (2005). *A evolução do sistema prisional em Portugal: Da repressão à reabilitação*. Lisboa: Edições Universitárias.
- Sapo - Eco. (2022, 9 de junho). Estado português condenado por tribunal europeu por condições de detenção desumanas. <https://eco.sapo.pt>
- Scheibe, L. F. (s.d.). *A origem das penas e sua evolução*. Anais do Salão do Conhecimento da UNIJUÍ. Disponível em publicacoeseventos.unijui.edu.br
- Silva, A. M. F. (2015). *Entre os campos de guerra e os campos de férias: Prisões masculinas e femininas nos meios de comunicação social (Dissertação de Mestrado)*. Universidade do Minho, Escola de Psicologia.
- Silva, P. (2015). *O sistema prisional no Estado Novo: Política, ideologia e repressão*. Porto: Afrontamento.
- Silveira, L. A. S., & Cury, N. I. S. A. (2022). *Criminologia Crítica: Teoria do Etiquetamento Criminal*.
- Sol. (2024, 22 de fevereiro). Portugal volta a ser condenado por tribunal europeu por más condições prisionais. <https://sol.sapo.pt>
- Sol. (2024, 5 de março). Guardas prisionais alertam para riscos nas prisões devido à falta de efetivos. Disponível em <https://sol.sapo.pt/2024/03/05/guardas-prisionais-alertam-para-riscos-nas-priso-es-devido-a-falta-de-efetivos/>
- Sol. (22 de fevereiro de 2024). Portugal volta a ser condenado por tribunal europeu por más condições prisionais. <https://sol.sapo.pt/2024/02/22/portugal-volta-a-ser-condenado-por-tribunal-europeu-por-mas-condicoes-prisionais/>
- Sousa Santos, B., & Gomes, C. (Coord.). (2003). *A reinserção social dos reclusos: Um contributo para o debate sobre a reforma do sistema prisional*. Observatório Permanente da Justiça Portuguesa, Centro de Estudos Sociais, Faculdade de Economia, Universidade de Coimbra.
- Spierenburg, P. (1991). *The prison experience: Disciplinary institutions and their inmates in early modern Europe*. Rutgers University Press.
- TEDH - Tribunal Europeu dos Direitos Humanos. (2021). *Decisão no caso Petrescu v. Portugal*. European Court of Human Rights.
- TEDH - Tribunal Europeu dos Direitos Humanos. (2022). *Decisão no caso Okchukwu Mgbokwere e outros v. Portugal*. European Court of Human Rights.
- TEDH. (2018). *Márcio Pereira v. Portugal*, n.º 189623/17. Tribunal Europeu dos Direitos Humanos. <https://hudoc.echr.coe.int/eng?i=001-189623>
- TEDH. (2019). *Petrescu v. Portugal*, n.º 23190/17. Tribunal Europeu dos Direitos Humanos. <https://hudoc.echr.coe.int/eng?i=001-198717>

- TEDH. (2021). *Márcio Pereira v. Portugal*, n.º 217657/19. Tribunal Europeu dos Direitos Humanos.
<https://hudoc.echr.coe.int/eng?i=001-217657>
- TEDH. (2022). *Okchukwu Mgbokwere and Others v. Portugal*, n.º 230735/20. Tribunal Europeu dos Direitos Humanos. <https://hudoc.echr.coe.int/eng?i=001-230735>
- TEDH. (2023). *Plácido Carvalho v. Portugal*, n.º 233651/19. Tribunal Europeu dos Direitos Humanos.
<https://hudoc.echr.coe.int/eng?i=001-233651>
- Terroso, M. A. P. (2022). *Direitos humanos no contexto do sistema penitenciário português (Dissertação de Mestrado)*. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Escola de Psicologia e Ciências da Vida, Lisboa. Disponível em <https://recil.ulusofona.pt/server/api/core/bitstreams/b5a22d30-f8c1-4557-b09b-9680d3aa56ed/content>.
- Tribunal Europeu dos Direitos Humanos (TEDH). (2019). *Acórdão Petrescu c. Portugal* (processo n.º 23190/17). Disponível em <https://carlospintodeabreu.com/wp-content/uploads/2020/04/condicoes-prisionais-em-portugal.pdf>
- Trigueirão, S. (2024, 21 de dezembro). *Falta de água na cadeia do Linho teve origem em conduta improvisada há vários anos*. Público. <https://www.publico.pt/2024/12/21/sociedade/noticia/falta-agua-cadeia-linho-origem-conduta-improvisada-ha-varios-anos-2116570>
- Tyler, T. R. (2006). *Why people obey the law*. Princeton University Press.
- United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). (2015). *The United Nations Standard Minimum Rules for the Treatment of Prisoners (Nelson Mandela Rules)*. United Nations.
https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/Nelson_Mandela_Rules-E-ebook.pdf
- Universidade de Coimbra – Observatório Permanente da Justiça (OPJ). (2022). *Relatório sobre a aplicação do Estatuto do Corpo da Guarda Prisional*. Disponível em: <https://opj.ces.uc.pt/wp-content/uploads/2022/12/Relato%CC%81rio-Aplicac%CC%A7a%CC%83o-do-Estatuto-do-CGP-vFinal.pdf>
- Universidade de Leiden. (2025, 22 de fevereiro). *Cell sharing is not the solution for shortage of prison cells*. Disponível em <https://www.universiteitleiden.nl/en/in-the-media/2025/02/cell-sharing-is-not-the-solution-for-shortage-of-prison-cells>
- Universidade de Leiden. (s.d.). *Pesquisa sobre prisões*. Disponível em:
<https://www.universiteitleiden.nl/en/search?keywords=true&website=external-site&q=prison>
- Universidade do Minho – Pereira, A. (2020). *A discrepância entre os objetivos e as práticas das funções dos guardas prisionais na finalidade da pena (Dissertação de Mestrado)*. Disponível em:
https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/69108/1/9_dissertacaocorrigida_Ad%C3%A3o_Pereira.pdf
- UNODC - United Nations Office on Drugs and Crime. (2015). *Standard Minimum Rules for the Treatment of Prisoners (Nelson Mandela Rules)*. United Nations.
- Vacheret, M. (2019). *Les effets des prisons ouvertes sur la réinsertion sociale: Une étude empirique en Europe*. Éditions L'Harmattan.
- Van Zyl Smit, D., & Snacken, S. (2009). *Principles of European prison law and policy: Penology and human rights*. Oxford University Press.

- Vaz, M. J. (2003). Prisões em Lisboa no último quartel do século XIX. Elementos para o seu estudo. In Dores, A. P. org., *Prisões na Europa*. Celta, pp. 11-21.
- Vaz, M. J. (2022). Reforma do sistema penal e prisional em debate (1820-1823). In M. H. Pereira et al. (Eds.), *A Revolução de 1820. Leituras e Impactos* (pp. 599-614). Imprensa das Ciências Sociais.
- Wacquant, L. (2009). *Punishing the Poor: The Neoliberal Government of Social Insecurity*. Duke University Press.
- Wacquant, L. (2009). *Punishing the Poor: The Neoliberal Government of Social Insecurity*. Duke University Press.
- XXIV Governo Constitucional. (2025). Salário mínimo nacional aumenta de 820 para 870 euros a 1 de janeiro de 2025.
- Zaffaroni, E. R. (2011). *O Inimigo no Direito Penal*. Editora Revan.

Anexos

Anexo A – Menino do Cravo



“A imagem do fotógrafo Sérgio Guimarães do menino do cravo na G3 é um dos ícones do 25 de Abril de '74. (...) Há 50 anos, Diogo, o menino do cravo na metralhadora G3, tornava-se num dos símbolos do 25 de Abril. A imagem da criança de três anos de caracóis louros, esticada, a silenciar com a flor símbolo da liberdade a arma da repressão foi registada por Sérgio Guimarães, falecido em 1986. Fotógrafo sobretudo de publicidade, cuja experiência o levou a criar este poster icónico, haveria de immortalizar este e outros momentos em livros como *As Paredes da Revolução*, *Diário de uma Revolução* e *O 25 de Abril Visto Pelas Crianças*, onde pode encontrar-se Diogo Bandeira Freire, o menino da Revolução, hoje com 53 anos.”

Fonte: <https://www.impala.pt/noticias/atualidade/menino-do-cravo-25-abril/>, 24 de Abril de 2024

Anexo B – A vida de Dinis Miranda, pai de Eulália, preso político do Estado Novo

“Natural da vila de Montoito, concelho de Redondo, Dinis Fernandes Miranda nasceu em 21 de abril de 1929 e faleceu em fevereiro de 1991. Militante do PCP desde 1946, dedicou toda a sua vida à causa dos trabalhadores, do povo, da liberdade e da democracia. Ainda muito jovem, Dinis Miranda conheceu as duras condições do trabalho do campo, nas ceifas, na azeitona, na lavoura e noutros trabalhos agrícolas. Conheceu o horário de sol a sol, as jornas de miséria, a exploração dos agrários na sua terra, que deixou em 1957 para ir trabalhar para o Porto.

Doze anos da sua vida foram passados nas cadeias fascistas, de onde saiu após o 25 de Abril. Integrou a Comissão Política do PCP entre novembro de 1976 e dezembro de 1988 e, durante algum tempo, foi presidente da Assembleia Municipal de Redondo. Filho e descendente de gentes humildes do campo, trabalhadores ganhões que sofreram na pele a penúria dos mais necessitados e o trabalho em regime de semiescravidão.

De seus pais, nomeadamente do Pai, Francisco Frade, fica-lhe gravada a imagem de desafio e coragem para enfrentar o Cabo da guarda, sempre que a guarda republicana se deslocava à sua casa com mais uma ordem de procura ou prisão para o filho. Indivíduo de honra e palavra, desde cedo percebeu que seu filho estava destinado a ser mais que um assalariado agrícola e que a sua voz de rebeldia clamava pelos justos direitos que faltavam a todos. De sua Mãe, Maria Inácia Miranda, a verdadeira mulher de armas da família, o esteio para todos, relembra a coragem para criar o seu rancho de filhos e netos e a solidariedade que demonstrava a todos os que dela necessitavam.

Força agreste e pura; não desistia na proteção aos seus e de todos os que dela precisassem, tendo sempre na mesa mais um prato para alguém que chegava e depressa tinha de partir. Dinis desde cedo se interessou por política, traduzindo este interesse, no seu claro descontentamento com o “estado das coisas” em que estava o país. Procurando através da participação na mesma, provocar ações práticas que contribuíssem para a mudança da história portuguesa de alguma forma, sobretudo na sua região, onde os princípios medievais do feudalismo e da posse da terra ainda eram práticos comuns.

Homem apaixonado pela cultura popular, fez teatro amador, amante da pintura e da poesia, o gosto pela leitura forjou-o na obra de Bento de Jesus Caraça. Muito dedicado ao movimento associativo, foi também presidente da coletividade Montoitense Sport. Pertenceu inicialmente ao MUD (Juvenil)- Movimento de Unidade Democrática, criado em 1945, do qual fizeram parte inúmeras figuras opositoras ao estado novo, tais como Mário Cal Brandão, Ruy Luís Gomes ou Alves Redol e o seu conterrâneo Bento de Jesus Caraça. Desempenha na época, um papel destacado nas lutas por melhores jornas e condições de trabalho para os assalariados agrícolas e nos conflitos entre trabalhadores rurais e agrários à cerca das difíceis condições de trabalho existentes no Alentejo.

Durante toda a sua vida e participação cívica na política sempre fez denúncia constante sobre os retrocessos laborais que caracterizavam a sua região e a necessidade de uma Reforma Agrária na qual teve participação ativa pela sua concretização. Participou na luta em defesa desta conquista do proletariado agrícola, lutando contra a lei Barreto, integrando um grande número de delegações que reuniram com o governo, com o Secretário-Geral do PS, ou com os militares, sempre com o objetivo de estar ao lado da sua classe, defendendo os seus direitos.

Durante um seu discurso num comício, logo após o 25 de abril, podemos extrair tudo aquilo que foi a razão da sua intervenção política. -" ...O Alentejo e o Ribatejo da fome, da miséria, do analfabetismo, da repressão, dos assassinatos de inúmeros combatentes pela liberdade ..." -" ...o Alentejo e o Ribatejo das praças de jorna, e das lutas pelas melhores condições de trabalho, de aumento de jornas e da conquista das oito horas de trabalho, viu a sua fisionomia alterada com a Reforma Agrária..." .

Destaca-se como Militante do PCP a partir da década de 50, dedicando toda a sua energia à causa dos trabalhadores, da democracia e da luta pela liberdade. Foi eleito para a Assembleia Constituinte pelo círculo eleitoral de Évora no ano de 1975, é também eleito nas duas legislaturas seguintes para a Assembleia da República, nestes casos pelo círculo de Beja, tendo um papel de grande relevo, quer no desenvolvimento e apoio à Reforma Agrária, quer na sua defesa, enquanto Deputado interventivo no parlamento português. Integrou o Comité Central do PCP entre 1966 e 1988, a Comissão Política de 1976 a 1988, e a Direção da Organização Regional do entre 1966 e 1988. Desempenhou também o cargo de Presidente da Assembleia Municipal de Redondo, durante vários mandatos, até 1990.

Símbolo convicto de força moral e coragem, suportou longamente as prisões do Estado Novo, exemplar na sua simplicidade e coragem ao enfrentar os torcionários da ditadura. Será preso inúmeras vezes, tendo passado no total cerca de doze anos nas cadeias fascistas. Dele fica também na retina, imagem de alegria na sua libertação do Forte de Peniche, em 27 de abril de 1974. Com ele se encontravam presos também mais cinco membros do Comité Central do PCP: António Dias Lourenço, Ângelo Veloso, Rogério de Carvalho, António Gervásio e José Magro.

Foi preso pela primeira vez em 1949 por atividades subversivas, na Cadeia de Évora, julgado e absolvido devido a não existir prova que confirmasse o libelo acusatório, em 1952 voltou a ser preso, tendo passado pelo Aljube e por Caxias, sendo submetido, durante 30 horas, à tortura de "estátua" em que o detido era obrigado a estar de pé ou voltado para a parede, sem a tocar e de braços estendidos, numa posição de "Cristo" na cruz, durante longas horas.

Foi selvaticamente espancado durante três dias e noites, mas resistiu e não quebrou, acabando por ser libertado por ter sido entendida como não relevante a sua prisão. A organização burocrática desses processos foi demasiado lenta, o que permitiu, que longos cinco meses após as prisões, à maioria dos detidos fosse fixada uma caução e pudessem aguardar em liberdade o julgamento. Em 1955, no decurso de uma nova ação repressiva, a PIDE volta a prender 22 opositores ao regime. Desse grupo de opositores, mais uma vez, faz parte Dinis Miranda, então um jovem trabalhador agrícola, com 25 anos, e já então conhecido pelas suas filiações ideológicas como membro ativo do PCP e grande agitador no Alentejo rural.

Em 1957, já com julgamento marcado no Porto, vê-se obrigado a deixar a sua terra e de armas e bagagens parte para residir no bairro das Fontainhas, bairro típico da classe operária, continuando ao serviço do Partido. Consegue emprego numa fábrica de tintas da Robbialac, passando a integrar e a liderar a comissão partidária do sector têxtil na Organização do Porto.

Entra para "funcionário" do PCP em 1959, e nesse mesmo ano volta a ser preso, acabando por se evadir da Cadeia Central do Norte, em Paços de Ferreira. A acusação que o leva a ser detido desta vez, é a de pertença ao Partido Comunista Português, sendo julgado e condenado em 2 de fevereiro de 1959, a

dois anos de prisão. Fica também nesta pena, condenado a 15 anos de suspensão dos direitos cívicos e a medidas de internamento e segurança adicionais de 6 meses a 3 anos.

Quinze dias depois da entrada na Cadeia Central do Norte, em Paços de Ferreira, protagoniza com dois outros reclusos políticos, uma extraordinária fuga que chega a ser noticiada no Jornal Avante, editado na clandestinidade. Acaba, todavia, por ser recapturado e conduzido aos calabouços da prisão. Cumpre a pena e sai em liberdade, voltando novamente à clandestinidade, à organização de greves e ao trabalho político contra a censura. Foi novamente preso em 1967 e será nesta nova encarceração que o peso da tortura, cai sobre ele de maneira mais brutal, sofrendo durante 15 dias e 15 noites de tortura de sono, para além de seis meses em isolamento. É detido no Depósito de Presos de Caxias e depois no Forte Prisional de Peniche, tendo sido julgado nos tribunais de Lisboa e Setúbal.

No auto de condenação, são-lhe aplicados cinco anos de cúmulo jurídico e nove meses de prisão maior, 4 anos de multa a 10\$00 diários e a suspensão dos direitos políticos durante 15 anos, acrescida das famigeradas «medidas de segurança», que o mantiveram em Peniche até 26 de abril de 1974. Na fase mais violenta da ditadura portuguesa, não foram apenas os presos que sofreram na pele os maus-tratos dos carrascos.

Casou com Elidia Rosa Caeiro em 1956, alguns meses antes da família ser obrigada a rumar ao Porto, desse casamento nasceram Maria Silvina Caeiro Miranda e Eulália Rosa Caeiro Miranda, nascidas com 4 anos de diferença e que ainda crianças foram obrigadas a conviver com a vida clandestina dos opositores comunistas ao regime. Não apenas a clandestinidade foi relevante para esta família, as visitas a Dinis durante os seus períodos encarcerado, ficarão sempre marcados de forma dramática no seio familiar, a pressão psicológica exercida pelos guardas, todo o ritual de verificação de identidade que se fazia sobre quem visitasse um preso político, tinha como objetivo magoar e instrumentalizar a família contra o preso.

Talvez tenha sido essa uma das razões que levou. Elidia a também seguir para a clandestinidade durante seis anos, até á sua prisão no Porto, acabando por ficar detida durante seis meses, sendo libertada também sobre medidas de segurança e limitações de movimentos. Elidia sempre acompanhou Dinis em todas as tarefas de vida que lhe foram consignadas, apesar de saber das dificuldades daquilo que uma vida sempre em fuga provocava, partilhando com ele todas as dificuldades. O suporte do resto da família foi também muito importante, uma vez que por longos períodos as suas duas filhas ficavam aos cuidados dos avós, quando o risco envolvido e a perseguição aumentavam de intensidade. Mesmo nos longos períodos de prisão a memória das filhas e da companheira era sempre presença consoladora e ao mesmo tempo motivo de tristeza e pena, sendo longas as cartas com histórias e poemas, com problemas de matemática para resolver, com palavras de conforto e carinho escritas numa letra miudinha para aproveitar o pouco papel permitido pelos censores.

A revolução de 1974 pacificou um pouco mais a vida de Dinis e da sua família, a luta passou a ser democrática, a clandestinidade já não era necessária, a sua casa, sempre cheia de amigos e camaradas, passou a ser um sítio de conversas, de discussões sobre o futuro do país, um lugar de sorrisos onde todos eram bem-recebidos. Será em Évora, que estes anos serão passados, uma cidade ainda imersa nos anos de luta política antifascista, onde a clivagem social entre proprietários e trabalhadores era, e continua a ser, latente.

Dos anos da prisão, ficaram a Dinis as mágoas de não estar com a sua família e os velhos hábitos de quem viveu à margem do regime na clandestinidade, exemplo disso, era o não regressar a casa pelo mesmo sítio por onde saía, escolhendo sempre itinerários diferentes, olhando de soslaio sobre o ombro, para perceber se era ou não seguido. Infelizmente, Dinis não pôde contribuir durante muito mais tempo com o seu afeto para a família, os longos anos de privações e prisão tinham contribuído para debilitar a sua saúde e acaba por falecer após doença prolongada no ano de 1990.

Está no instinto de alguns homens que não aceitam viver na injustiça, na prepotência, na exploração, lutar pelos seus direitos e ao mesmo tempo, lutar também pelos direitos dos demais, que não podem ou não têm a coragem necessária para se expressar. Esses homens de fortes convicções e valores humanistas não viram a cara às batalhas a travar, dando a sua vida a uma luta que assim como inúmeras outras, será resolvida não apenas pelo raciocínio, mas sim e também pela força e coragem que empregam na mesma. Dinis Miranda foi um desses homens, que de quase tudo abdicou em nome dos seus princípios, mas nunca perdendo a gentileza e o sorriso de alguém que acalenta a palavra esperança. Sempre afável nas suas palavras, contador de histórias cativante e de sentido de humor apurado, convivia com todos e em todos deixava uma indelével marca de amizade.

Para além da sua memória, dele nos resta também, um busto erigido na sua terra natal Montoito, mandado edificar pela Câmara Municipal de Redondo e o nome dado a uma das principais avenidas da Cidade de Évora, homenageando desta forma este homem que tanto deu aos demais pedindo para si tão pouco.”

Fonte: Texto gentilmente cedido por Eulália Miranda, filha de Dinis Miranda

Anexo C – Fotos de Identificação pela PIDE, aquando da 1ª captura



Fonte: Fotografias gentilmente cedidas por Eulália Miranda, filha de Dinis Miranda

Anexo D – O dia da libertação: 27 de abril de 1974. Dinis Miranda em destaque, ao centro, com óculos



Fonte: Fotografia gentilmente cedida por Eulália Miranda, filha de Dinis Miranda

Anexo E – Prisão de Halden, na Noruega, “A melhor Prisão do Mundo”



Fonte: Design and Violence; August 13, 2014

Halden Prison (Erik Møller Architects & HLM Architects), By Jennifer Leung <https://www.moma.org/interactives/exhibitions/2013/designandviolence/halden-prison-erik-moller-architects-hlm-architects/>

Anexo F - Forte de Peniche (na atualidade)



“(…) A Comissão Comemorativa 50 anos 25 de Abril divulgou este dossier informativo no dia em que há 65 anos - a 3 de Janeiro de 1960 - ocorreu a designada 'Fuga de Peniche', uma das *“mais audaciosas e relevantes fugas de presos políticos do regime salazarista”*. Naquele dia, dez homens, resistentes antifascistas, entre os quais Álvaro Cunhal, fugiram da Cadeia da Fortaleza de Peniche, que era controlado pela PIDE.

O Forte de Peniche foi transformado no Museu Nacional Resistência e Liberdade, inaugurado em 2024, que tem como missão *“investigar, preservar e comunicar a memória da Resistência ao regime fascista português”*, como se lê na página oficial. No museu é possível ver os espaços da prisão, nomeadamente o parlatório e as celas, e uma exposição de longa duração sobre os vários movimentos e protagonistas de resistência e liberdade durante os 48 anos de ditadura. À entrada há um memorial onde estão inscritos os nomes das centenas de pessoas que estiveram detidas naquele forte. (...)

Fonte: <https://www.alvorada.pt/index.php/oeste/13003-comissao-comemorativa-50-anos-25-de-abril-lembra-repressao-politica-do-estado-novo-e-fuga-da-cadeia-de-peniche-ha-65-anos>

Anexo G- Campo de Concentração do Tarrafal

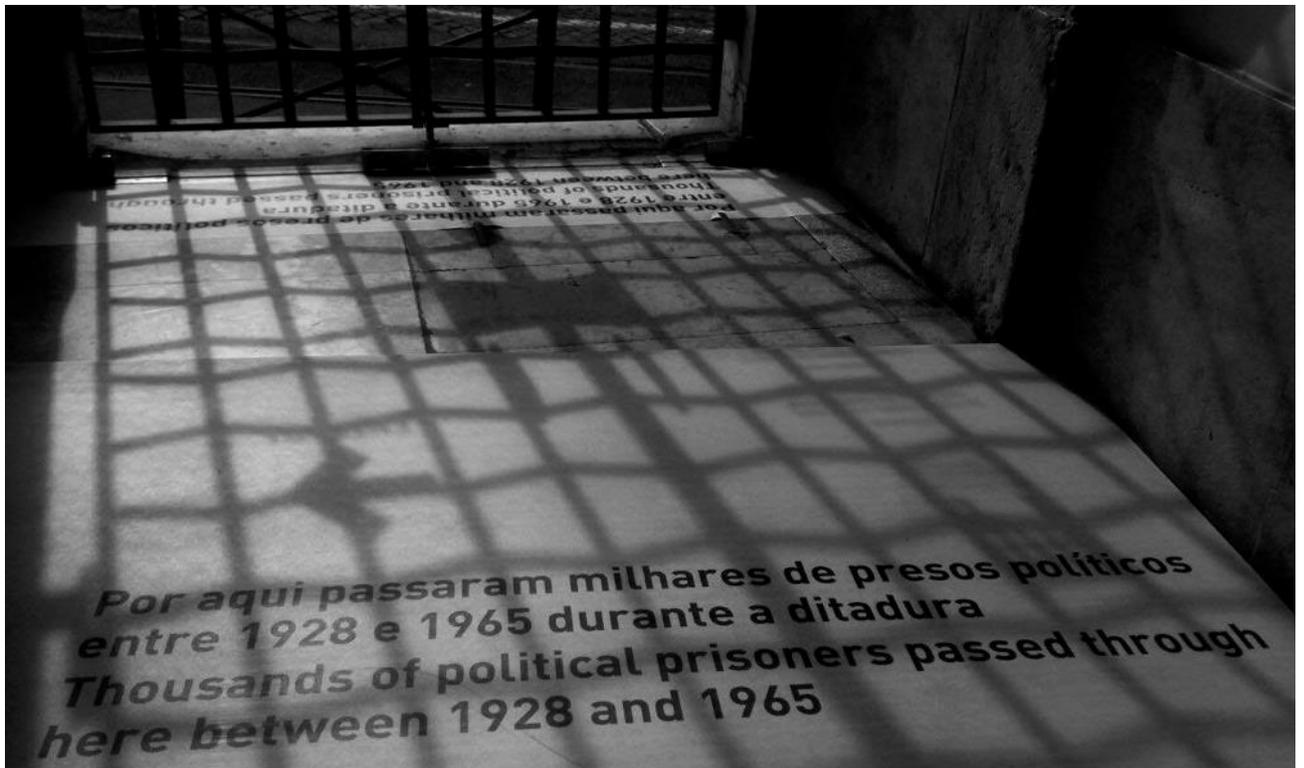
Tarrafal: Verdades e mentiras do Campo de Trabalho de Chão Bom



“Tarrafal funcionou, "numa primeira fase, de 1936 a 1954, como cárcere para presos políticos de Portugal; e mais tarde, de 1962 a 1974, com o nome de Campo de Trabalho de Chão Bom, como penitenciária de nacionalistas de Angola, Guiné-Bissau e Cabo Verde. Ao todo estiveram aí encarcerados mais de 340 antifascistas portugueses e cerca de 230 nacionalistas africanos (106 angolanos, 100 guineenses e 20 cabo-verdianos)". Entre os reclusos houve ainda uma dezena de estrangeiros, "arrebanhados em rusgas em Portugal". As vítimas mortais, na contabilidade de José Vicente Lopes, foram 37. (...)

Fonte: <https://expresso.pt/cultura/2024-04-30-tarrafal-verdades-e-mentiras-do-campo-de-trabalho-de-chao-bom-99054c2b>, José Pedro Castanheira, 30 abril 2024

Anexo H- Prisão/Museu do Aljube (na atualidade)



(cont. Anexo H)



“Fixar a memória da cadeia do Aljube, por onde passaram milhares de presos políticos – condenados pela resistência e pela luta em prol da liberdade de pensamento e de expressão – era (é) um imperativo político, social, cultural e ético. O Museu do Aljube procura cumprir esse desígnio, através da homenagem aos resistentes que, ao longo de grande parte do século XX combateram a ditadura e lutaram pela liberdade e pela democracia em Portugal.

Fonte: Museu do Aljube – Resistência e Liberdade, Maria Isabel Roque, 2020/08/04,

<https://amusearte.hypotheses.org/6709>

Anexo I - Guiões das entrevistas

Cada um dos guiões a seguir apresentados foi elaborado tendo em atenção a relação, já antes apresentada, que cada um dos entrevistados tem com o sistema prisional, tendo também, sempre que possível, em consideração a duração temporal desta ligação.

As perguntas feitas pretendem não só conduzir a respostas diretas à pergunta de partida desta tese, mas também conhecer bem o nível de envolvimento com o tema por parte de cada um dos entrevistados, de modo que seja possível perceber de que modo as respostas dadas conduzem a conclusões efetivamente fidedignas que possam levar ao conhecimento real daquilo que é o sistema prisional português em relação ao respeito pelos direitos humanos.

Foram desenvolvidas perguntas comuns a todos os entrevistados, que garantem a comparabilidade entre as respostas e permitem assim mesmo contrapor possíveis diversas opiniões sobre o assunto em análise. Foram também feitas perguntas específicas para cada entrevistado, tendo por base a diferença dos “papéis” que desempenham e a experiência que têm neste meio.

Previamente a cada entrevista, sendo que cada uma delas é feita de forma individual e privada, é explicado o objetivo deste estudo, apresentada a pergunta de base, assim como feita uma breve apresentação de quem foi Nelson Mandela (mesmo que seja expectável que pouco não o reconheçam). Seguem-se as perguntas comuns e depois as específicas

Perguntas comuns a todos os entrevistados

Estas perguntas garantem comparabilidade entre as respostas e ajudam a perceber a aplicação das Regras de Mandela, as condições das prisões portuguesas e os desafios da reabilitação e da reinserção social.

1. Sobre o conhecimento e Aplicação das Regras de Nelson Mandela
 - a. Tinha conhecimento da existência das Regras de Mandela? Considera que são pertinentes?
 - b. Partindo do seu conhecimento atual, considera que existem dificuldades na aplicação prática destas regras no sistema prisional português? O que está bem implementado e o que ainda falta melhorar?
 - c. Que barreiras ainda existem para a aplicação plena das Regras de Mandela? Quem ou que organismos podem agir nesse sentido?

- d. Muito se fala, acerca do comportamento dos guardas e do poder que têm dentro dos EP's, não raras vezes ouvi na Reshape “são os guardas que mandam na prisão”, acha que a atitude dos guardas, no quotidiano, vai ao encontro das Regras de Mandela?
- e. O ano de 2024 foi marcado por várias condenações do Tribunal Europeu dos Direitos Humanos ao Estado Português devido a alegadas violações dos direitos humanos nas prisões. O que pensa sobre este tema?
- f. Acredita que há um fosso entre a teoria e a prática na aplicação dos direitos dos reclusos em Portugal?

2. Sobre as condições prisionais e a “cultura” de reintegração e de reabilitação

- a. Acha que existe uma cultura de reabilitação dentro das prisões ou ainda predomina uma visão mais punitiva?
- b. Como avalia o acesso dos reclusos a educação, formação profissional e apoio psicológico dentro das prisões? Está de acordo com as diretrizes internacionais?
- c. Que diferenças notas entre os vários EPs em Portugal? Existem uns mais avançados do que outros no cumprimento das Regras de Mandela?
- d. Acredita que as prisões femininas e masculinas funcionam de forma diferente? Existe uma aplicação diferenciada das Regras de Mandela consoante o género?
- e. Acredita que a sobrepopulação prisional é um problema em Portugal? Como é que isso afeta a qualidade de vida dos reclusos?
- f. Acha que o sistema prisional português está alinhado com modelos europeus mais avançados ou ainda apresenta características ultrapassadas? De que forma nos poderíamos adaptar ou deixar influenciar por exemplos de sucesso de países vizinhos?

3. Sobre a reinserção social e empregabilidade

- a. Na sua perspetiva, quais são as competências emocionais e sociais mais necessárias para os reclusos se reintegrarem na sociedade?
- b. O que pode ser feito para melhorar as oportunidades de trabalho dos ex-reclusos? A medidas a tomar diferem de homens para mulheres?
- c. Quais os maiores obstáculos enfrentados pelas pessoas que saem da prisão ao tentarem encontrar emprego?
- d. Existem setores ou empresas que se destacam pela sua recetividade em contratar ex-reclusos?

- e. Como avalia a articulação entre o Estado, as empresas e a sociedade civil no apoio à empregabilidade de pessoas que já estiveram privadas de liberdade?
- f. Considera que os programas atuais de reintegração social são eficazes ou são apenas “medidas para cumprir requisitos” e “fazer relatórios”?

4. Reflexão e Partilha Livre

- a. Quer partilhar alguma história ou momento que a tenha marcado ao longo do seu trabalho com pessoas privadas de liberdade?
- b. Se este documento chegasse às mãos de quem pode fazer alterações no sistema prisional, que recomendação deixaria?
- c. Tem alguma consideração final ou outro ponto que gostaria de acrescentar?

Perguntas específicas por entrevistado

E1

- 1. Sobre o voluntariado e o quotidiano das reclusas:
 - a. Como teve conhecimento da necessidade deste serviço de voluntariado no EPT?
 - b. O que a motivou a escolher trabalhar num EP feminino?
 - c. Como é o dia a dia das mulheres no EPT? Que desafios enfrentam?
 - d. Como é o dia a dia das crianças que vivem dentro do EPT? Considera as condições adequadas?
- 2. Sobre o regresso à liberdade:
 - a. O que observa nas reclusas que acabam de sair em liberdade? Quais os principais medos e dificuldades?

E2

- 1. Sobre o trabalho da IPSS dentro dos EPs:
 - a. Como são selecionadas as pessoas que podem beneficiar do vosso apoio?
 - b. Quais os programas mais eficazes que implementam dentro dos EPs?
- 2. Sobre reintegração social:
 - a. Que estratégias poderiam ser implementadas para evitar a reincidência criminal?
 - b. Acredita que o apoio familiar faz diferença na reintegração?

3. Sobre a sociedade portuguesa:
 - a. Sente que há preconceito social contra ex-reclusos? Como se pode combater este estigma?

E3

1. Sobre a sua experiência profissional:
 - a. Pode descrever-nos um pouco como são selecionadas as pessoas a participar, quer nos vossos programas de formação, quer aquelas que são autorizadas a trabalhar no atelier de cerâmica? Que entraves existem, se é que existem para que estas atividades decorram de forma plena.
 - b. Há diferenças nas dinâmicas quotidianas entre os três EP's onde atuam? E na aplicação das regras de Mandela existem?
 - c. Como é a relação entre os guardas prisionais e os reclusos nos EPs que acompanha?
2. Sobre empregabilidade:
 - a. Considera que a falta de redes de apoio leva muitos reclusos a reincidir?
 - b. Na sua opinião que outros apoios poderiam ser dados ao nível do Estado?

E4

1. Sobre o contacto direto com os reclusos:
 - a. Como descreve a interação diária com os reclusos no atelier de cerâmica?
 - b. Que diferenças observa entre reclusos recém-chegados e aqueles que já estão há mais tempo na prisão?
 - c. Acredita que o trabalho dentro da prisão pode ser uma ferramenta eficaz de reabilitação e reintegração social
 - d. Considera que há trabalho suficiente para todos os reclusos? Se não, de que forma poderia existir mais? Qual o papel das empresas?
2. Sobre o impacto emocional do encarceramento:
 - a. Se tivesse de caracterizar o estado emocional e psicológico dos reclusos com quem trabalha o que diria?
 - b. Os reclusos expressam as suas preocupações, medos ou esperanças para o futuro? Falam disso consigo?
 - c. Acredito que a possibilidade de trabalharem tem em efeito positivo também a nível psicológico?

- d. Acha que existe um sentimento generalizado de abandono ou falta de esperança entre os reclusos?
 - e. Trabalha com os “homens” de forma muito próxima, tem conhecimento de casos de depressões ou suicídio? O que acha que pode estar na origem destes casos? A aplicação das regras de Mandela, podem na sua opinião estar em causa?
3. Sobre o regresso à liberdade e a reinserção social:
- a. Os reclusos com quem trabalha falam sobre as suas expectativas para a vida pós-prisão?
 - b. Que principais obstáculos os reclusos identificam para conseguirem reintegrar-se na sociedade?

E5

1. Sobre a experiência prisional:
- a. Qual foi a maior dificuldade dentro da prisão? E qual foi a maior dificuldade ao sair?
 - b. Como foi o seu regresso à sociedade?
2. Sobre a sociedade e o estigma:
- a. Acha que a forma como os ex-reclusos são vistos pela sociedade influencia a reincidência?

E6

1. Sobre o seu trabalho com reclusos e human Skills:
- a. Como avalia a importância das soft skills na reinserção social dos reclusos?
 - b. Acredita que existe uma cultura de reabilitação dentro das prisões ou a visão ainda é punitiva?
2. Sobre o Podcast "Check-in para a Liberdade":
- a. Que histórias mais a marcaram ao longo das entrevistas com ex-reclusos?
 - b. O que a motivou a criar um espaço para dar voz a quem passou pelo sistema prisional?

E7

1. Sobre a saúde mental dos reclusos:
 - a. Como avalia o acesso a cuidados psicológicos dentro das prisões portuguesas?
 - b. Que impacto tem a reclusão prolongada na saúde mental dos reclusos?

2. Sobre desafios emocionais e reinserção social:
 - a. Quais os principais desafios psicológicos que os ex-reclusos enfrentam ao sair da prisão?
 - b. Existe um acompanhamento psicológico pós-prisão adequado para estas pessoas?

3. Sobre as Regras de Mandela e saúde mental:
 - a. Acredita que as prisões portuguesas seguem as diretrizes das Regras de Mandela no que toca à saúde mental dos reclusos?
 - b. Se pudesse sugerir uma mudança estrutural na abordagem à saúde mental dentro das prisões, qual seria?

E8

1. Sobre o funcionamento do EP:
 - a. Como avalia a eficácia do regime aberto em comparação com os regimes tradicionais?

2. Sobre reinserção social:
 - a. Acredita que prisões de pequena dimensão podem ser mais eficazes na reabilitação?

E9

1. Sobre a segurança e funcionamento das prisões:
 - b. Ouvimos frequentemente críticas aos guardas, parece que são “sempre os maus da fita” como vê este comentário?
 - c. Como vê o papel dos guardas prisionais na reabilitação dos reclusos?
 - d. Considera que os guardas têm formação adequada para lidar com os reclusos?
 - e. Como são tratadas internamente as denúncias de maus-tratos dentro dos EP's?

E10

1. Sobre as falhas do sistema penal:
 - a. Considera que há base legal para argumentar que o Estado Português viola as Regras de Mandela?
 - b. O que falta na legislação portuguesa para garantir os direitos dos reclusos?
 - c. Em casos como Petrescu e Plácido Carvalho, o TEDH condenou Portugal por violação dos direitos dos reclusos. Sabemos que são casos recentes, mas o que mudou (ou não) com essas condenações? Que impacto tiveram sobre o sistema penal em Portugal

Anexo J – O manco: página de um diário escrito no estabelecimento na prisão do Linhó

2 de fevereiro de 2020...
(c-o)
Estive 2 dias fechado no manco a cumprir castigo e trago de lá memórias assustadoras, algo completamente desumano apelidado de "buraco" pois realmente é um buraco, como super pequeno, espaço super reduzido, paredes completamente sujas que durante a noite transpiram para cima dos nossos cobertores deixando-os completamente encharcados, na semana ou dizendo melhor "cagatório" encontramos uma gangafa de água cheia para fazer de parede para que os ratos se mantenham dentro dos camos, algo repugnante mas que por isso somos obrigados a aguentar porque realmente só fora dessa situação se tentamos contestar, em pleno 2020 na Europa ainda temos claramente instalações que se comparam as "mazmorras" dos séculos passados, ali conhecemos riscos graves de saúde, ali claramente nos sentimos em perigo pois o maior perigo ali presente não se encontra à vista dos nossos olhos, por exemplo eu ali depois de passar a primeira noite acordei evidentemente bem doente, garganta inflamada, dores nos pulmões e muita febre, fui hoje visitar a minha mulher e mal me aguentava em pé com a febre, algo triste de se ver mas felizmente já me encontro na minha cela e o processo de recuperação aparenta ser mais rápido que o esperado mas ao governo português gostava de deixar um claro sinal de protesto pois nas cadeias portuguesas as condições são mínimas...

Fonte: Imagem gentilmente cedida pelo autor

Anexo L- Carta escrita dentro do EP do Linhó para enviar à DGRSP

Estabelecimento prisional do Linhó

1^o - Se acreditarmos realmente que é possível reabilitar um "delinqüente", se queremos realmente diminuir a criminalidade, é preciso investir nas prisões, pois só nas prisões é possível perceber onde erramos e levá-los a começar de novo, da maneira correta;

1 - Os reclusos precisam de muito mais acompanhamento ^{do} que aqueles que têm, psicólogos, educadores e mesmo guardas, precisam de quem mesmo ~~que~~ ajuda o recluso, têm de ter paixão no que fazem e não vão apenas trabalhar e fazer as horas de trabalho.

A educação e o acompanhamento são importantes para a inclusão.

2 - Como queremos que os reclusos saiam daqui a respeito mais as pessoas e a sociedade, se em toda a sua reclusão são desrespeitados e tratados mal?

- A comida é feita sem vontade, e se reclamamos ainda nos dizem que se quisermos comer bem temos de sair para a rua.

- Dizem que aqui no Linhó faltam homens, que só tem "crianças", rapazes imaturos, e no entanto temos um ban onde a alimentação é a base de papas e cereais, como se quer homens quando existe falta de diversidade no que podemos comer.

- Querem que um recluso saia da prisão e vá logo trabalhar, mas aqui dentro pagam 60 euros por um mês inteiro de trabalho, eu não compreendo, mas gostava de perceber qual é o tipo de desocialização ^{que} existe quando metem um recluso a trabalhar por um ordenado que perante a constituição portuguesa, é uma vingança.

3 - O ódio racial. Embora sejam poucos, ainda existem guardas prisionais que incitam o ódio racial, chamam nomes xenófobos a reclusos mais vulneráveis, aproveitam-se várias vezes quando estão em maioria para pressionar reclusos e proferecem palavras racistas enquanto agredem.

4- já existem algumas, mas são precisas mais atividades onde as neclussos possam descobrir paixões, esporte, teatro, cozinha, existem tantas atividades que os neclussos desconhecem e onde podem encontrar uma paixão que os leve para o caminho certo.

5- Ser criminoso não nos dá a capacidade de ser um ser-humano, é preciso agir, se querem que as pessoas do exterior se sintam mais seguras.

Se nada for feito, a criminalidade continuará a aumentar sem limites, a imaturidade das pessoas no exterior é brutal, desejam que os neclussos passem mal e que sofram, só que da mamãe enxada, a neclusão por si só já faz os neclussos sofrerem.

Porque ser tratado "abaixo de cão" se já se sofre com a neclusão?

É preciso proporcionar condições favoráveis para que o necluso esteja perante uma situação onde o bem que lhe fazem o façam pensar no mal que ele fez.

Enquanto se pensa que o necluso deve passar mal por ser criminoso, dificilmente se mudará a mentalidade desse necluso que tanto sofreu depois de uns quantos anos na prisão.

Anexo M – Termo de Responsabilidade e Confidencialidade

Eu, Sónia Henrique Mendes Ferreira, investigadora responsável pela Dissertação de Mestrado *A Aplicação das Regras de Mandela ao Sistema Prisional Português*, declaro estar ciente das diretrizes éticas aplicáveis à investigação científica e comprometo-me a:

- a) **Garantir a confidencialidade** das informações recolhidas durante as entrevistas, assegurando que os dados não serão divulgados de forma que permita a identificação dos participantes.
- b) **Utilizar os dados exclusivamente para fins científicos**, sem os partilhar com terceiros ou para fins comerciais.
- c) **Proteger os dados recolhidos**, respeitando os princípios do Regulamento Geral de Proteção de Dados (RGPD) e garantindo a sua anonimização em todas as fases da investigação.
- d) **Eliminar os dados pessoais recolhidos após o período necessário para a investigação**, respeitando os prazos definidos no plano de investigação aprovado pela [Nome da Universidade].
- e) **Atuar com transparência e ética**, assegurando que todos os participantes sejam devidamente informados sobre os objetivos da investigação e os seus direitos.

Declaro, ainda, que compreendo a importância da confidencialidade e assumo total responsabilidade pelo cumprimento das normas éticas estabelecidas.

Lisboa, 13/03/2025

Assinatura: _____

Nome do Investigador: _____

Anexo N – Consentimento Informado da Entrevista

Título do Estudo: *A Aplicação das Regras de Mandela ao Sistema Prisional Português*

O presente estudo integra uma Dissertação de Mestrado em Ação Humanitária a acontecer no ISCTE-Instituto Universitário de Lisboa. O objetivo desta investigação é analisar a implementação das Regras de Mandela no sistema prisional português, identificando os desafios e oportunidades no contexto da reabilitação e reinserção social dos reclusos.

A autora do estudo é responsável pelo tratamento dos dados pessoais recolhidos, garantindo a sua confidencialidade e utilização exclusiva para fins de investigação, conforme estipulado pelo Regulamento Geral de Proteção de Dados (RGPD) – Regulamento (UE) n.º 2016/679.

A participação nesta entrevista é **voluntária e confidencial**. Os participantes têm o direito de retirar o seu consentimento e interromper a sua participação a qualquer momento, sem necessidade de justificação e sem prejuízo para si. A entrevista será gravada para efeitos de transcrição e análise de conteúdo, sendo garantido o anonimato dos participantes na divulgação dos resultados.

Se tiver dúvidas, questões ou desejar exercer os seus direitos relativamente ao tratamento dos seus dados pessoais, poderá contactar a investigadora responsável através do e-mail: [a12909@iscte-iul.pt].

Caso aceite participar, por favor assine e date o presente documento:

Declaro que compreendi os objetivos do estudo e as condições da minha participação. Fui informado(a) de que a minha participação é voluntária, confidencial e que posso desistir a qualquer momento. Assim, aceito participar na entrevista.

Nome: _____

Assinatura: _____

Data: // _____