

[L]ESTES



Núcleo de Informação e Divulgação | nid.aeestesc@hotmail.com

**#ÉDAPRAXE:
QUEIMA, ESTÁS
QUASE!
PÁG. 6-7**

**A SCAS EM
NÚMEROS!
PÁG. 7**

**UM PAÍS EM
CUIDADOS
PALIATIVOS
PÁG. 10**

**E SE EU FOSSE...
COORDENADOR
DO NID?
PÁG. 11**

**Parabéns
NID!**

N10
*anos a
informar
a estesc*

ENTREVISTA

TIAGO JACINTO

Membro Fundador
do NID



Pág. 8-9

EDITORIAL



CARLA CORREIA
COORDENADORA

Em pleno mês de festejos, lançamos agora esta edição para te informar sobre tudo o que se passa na ESTeSC! Começamos por divulgar os teus núcleos que marcaram todos presença neste (L)ESTES (bem-haja 10 anos NID!!). Continuamos com algumas reflexões sobre a grande festa académica que se avizinha e damos-te a conhecer aquilo que melhor se fez na ESTeSC no último mês.

Damos-te ainda a conhecer o Tiago Jacinto, um dos membros fundadores do Núcleo de Informação e Divulgação. Por fim, destaco ainda a questão que todos gostávamos de saber a resposta: o que farias se fosses coordenador do NID?

Ainda não te aguicei a curiosidade para pegares nesta edição? Folheia estas páginas e vê com os teus próprios olhos!

NID NÚCLEO DE INFORMAÇÃO E DIVULGAÇÃO

Olá leitores!

Apesar destas férias tão merecidas, o NID não tem parado e temos continuado a trabalhar para ti!

Como já tiveste oportunidade de ver, este mês o NID está de **parabéns**, já conta com 10 primaveras! **PARABÉNS NID!** É verdade, já são **10 anos** a manter informada a nossa comunidade escolar, a promover concursos, a esforçar-se para que todos os meses possas levar um (L)ESTES para casa com a qualidade que tu mereces. E como não poderíamos deixar passar esta data em branco, este décimo aniversário vai ter direito a festa!

E como uma festa se quer bem-feita, irá decorrer no **JP24**, dia **13**



de abril a partir das 16h, um grande **CONVÍVIO** em honra do NID. E como é óbvio, estão todos convidados!

Mas não é só! Temos preparado para ti o maior concurso do ano, que te dará direito a ganhar um **bilhete para o SUDOESTE'14** e um **TELEMÓVEL!** Não te esta-

mos a pregar partidas, leste bem... estes prémios podem ser teus. Só tens de ficar atento à nossa página do facebook (www.facebook.com/estesc.nid) e participar. Simples!

Falando em festas, estamos quase a dar as boas vindas à nossa grande **Queima da Fitas**, que mais um ano chega para espalhar a sua magia e pôr Coimbra a vibrar. Não vais querer perder esta semana que começa já no próximo dia 8 com a Serenata Monumental. Esperam-te noites que, mais uma vez, te vão deixar as melhores recordações e que não vais poder faltar!

Preparem os fígados, as carteiras e o cérebro. Este mês promete! • **Katia Silva**



NOTÍCIAS DA AE-ESTESC

Caros Colegas

A aproximar-se a tão esperada semana da Queima das Fitas, informamo-vos que estamos a reservar bilhetes gerais a todos os interessados para esta grandiosa festa académica até à próxima quarta-feira, 7 de maio, que serão distribuídos ao longo da próxima quinta-feira na tua AE, no horário de funcionamento.

A seguir à queima, avizinham-se as tão temidas frequências, por isso relembramos-te: temos uma sala de estudo à tua disposição! Aparece e usufrui das instalações que temos para ti!

E relativamente à tão esperada festa de final de ano... ela vai voltar a acontecer! E pormenores? SURPRESA! Está atento e aguarda por novidades!

Ainda temos mais uma oferta para ti: no próximo dia 27 de maio, última terça-feira de aulas, a ESTeSC recebe mais uma Feira de Produtos Biológicos da ESAC. Aproveita os produtos que os nossos colegas estudantes do politécnico fizeram para vender, e opta por uma alimentação mais saudável nesta altura tão crítica para qualquer estudante. • **Carla Correia**



TU NA D'ESTES

Decorreu em Coimbra, nos passados dias 4 e 5 de abril, o IX FAST' À NOITE, o Festival de Tunas Mistas organizado pela Tu Na D'ESTES - Tuna Académica da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra. Esta edição do FAST'À NOITE contou com a participação das seguintes Tunas a concurso:

- * Tuna Médica de Lisboa - Tuna de Medicina da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa e da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa
- * Rausstuna - Tuna Mista de Bragança
- * Quantunna - Tuna Mista da Faculdade de Ciências e Tecnologias de Coimbra
- * Tunífica - Tuna Católica de Mafamude

Este Festival contou ainda com a participação extra-concurso da Estudantina Universitária de Viseu, nossa Tuna irmã.

O Festival teve início na sexta-feira, 4 de abril, com a noite de serenatas que estava prevista ser realizada na Praça 8 de Maio à porta da Igreja de Santa Cruz. Devido às más condições climáticas, a organização decidiu realizar a serenata no restaurante tradicional Be Fado, na Baixa



Coimbrã.

O Festival em si decorreu teve lugar no Auditório Santa Clara, na noite de sábado com uma lotação quase esgotada (cerca de 270 pessoas na assistência). O tema escolhido para a edição deste ano foi Tradições Portuguesas.

Após a deliberação do júri, composto por Miguel Sanches (Estudantina Universitária de Viseu), Arménio Santa (músico e produtor musical), Pedro Vitorino (Real Fortuna Académica de Coimbra, guitarrista do projeto Nó Cego), Luís Travassos (guitarrista e fadista) e Emanuel Melo (ex-presidente do Orfeon Académico de Coimbra), procedeu-se à entrega dos prémios:

- Melhor Serenata - Tuna Médica de Lisboa
- Melhor Estandarte - Rausstuna
- Melhor Pandeireta - Quantunna

- Melhor Solista - Tuna Médica de Lisboa
- Melhor Instrumental - Tuna Médica de Lisboa
- Melhor Original - Quantunna
- Melhor Adaptação - Tuna Médica de Lisboa
- Tuna Mais Mista - Quantunna
- Prémio Temático ("Tradições Portuguesas") - Rausstuna
- Tuna Mais Tuna - Rausstuna
- Melhor Tuna - Tuna Médica de Lisboa

No decorrer do nosso festival, por cada bilhete vendido 1€ reverteria a favor da Acreditar. No passado dia 23 de abril, a Tu Na D'ESTES concretizou um donativo de 270€.

Um imenso obrigado a todos os que contribuíram para que a 9ª edição do nosso festival se realizasse, e a todos os que estiveram presentes, pois sem vós não seria a mesma coisa. • **Rafaela Ramos**



NOTÍCIAS DO NÚCLEO DE DESPORTO

As atividades promovidas pelo Núcleo de Desporto continuam a decorrer. O torneio ESTeSCup mantém-se bastante competitivo e interessante. Já foram realizados vários jogos entre todas as equipas.

Quanto à primeira série, os "Fisiofoot" venceram os "Pilas de Audio" por 3-2, contudo es-

tes ganharam frente à equipa "Simão" por 11-1. Os "X-Ray" somam duas vitórias contra os "Fisiofoot" e "Simão", por 5-2 e por falta de comparência, respetivamente. Relativamente à segunda série, os "Gang da mão fria" venceram os "Radioactive" por 6-1, embora tenham perdido contra os verdadeiros por 3-8. A equipa dos "Verdadeiros"

empatou com os "Pi100pé", com 3 golos de ambas as equipas. Por fim, ainda se realizou outra partida sem golos, entre os "Pi100pé" e os "Radioactive".

Quanto ao **Voleibol**, as inscrições continuam abertas. Não hesites, forma uma equipa e vem desfrutar de bons momentos de lazer! • **Carolina Brito**



NÚCLEO DE AMBIENTE E QUALIDADE

No passado dia 22 de abril a ES-TeSCoimbra representada pelo Coordenador do Núcleo de Ambiente e Qualidade, Daniel Eloy, e pelo Professor Hélder Simões, Docente do Departamento de Saúde Ambiental de Coimbra, numa caminhada entre a ES-TeSC e a Bissaya Barreto, naquilo que marca a necessidade de se implementar medidas na cidade de Coimbra e nas outras cidades do país e do mundo re-

lacionadas com a mobilidade sustentável. Estas iniciativas incentivam a população à substituição de meios de transportes, como os seus próprios veículos, por andar a pé, optando assim, por um estilo de vida mais saudável e ecológico.

Maio é o mês que tem como sinónimo Queima das Fitas, por isso o NAQ apela a todos os estudantes para que nesta altura tenha em atenção ao desperdício

de resíduos neste evento. Muitos não sabem, mas são desperdiçados toneladas de resíduos! Uma dica: evita colocar os copos plásticos para o chão, mas sim no respetivo ecoponto, este é um dos hábitos muito frequentes praticados por quase todos os estudantes!

Por fim, Parabéns ao NID pelos 10 anos e muito obrigado por terem um cantinho no (L)ESTeS para o NAQ! • **Patrícia Matos**



CONCILIUM PRAXIS

Quando, em 1290 o Rei D. Dinis criou a Universidade de Coimbra, não pensou que em Terra de Nobres e de conventos (que acolhiam pessoas que nada tinham) se ia gerar nos corredores diferenças sociais, “grupinhos” que nada tinham de bom. Contudo, ou não fossem a maioria dos professores membros do clero – que possuíam uniforme e se regiam segundo hierarquias – foi criada a batina (casaco longo, até aos pés) e a capa – para os estudantes se protegerem do frio no Inverno, obrigatório para todos. Com este uniforme, que, usado por todos, promovia a igualdade de direitos e deveres e a igualdade perante a universidade, não era autorizado o uso de adornos de qualquer tipo. Hoje, honramos a tradição: Trajamos, mas chamamos capa e batina tal como os primeiros estudantes de Coimbra o faziam. Escrevemos no código que se não se usar brincos ou maquilhagem, porque o uso do uniforme da Academia pressupõe a igualdade dos estudantes – e não a diferenciação com adornos. Na porta férrea (entrada para a universidade), passava-se de capa aos ombros, símbolo de respeito por quem

ensina e pela instituição (sabiam que os mais antigos falavam sempre com a capa aos ombros para os professores?) de respeito e no arco do Almedina, a entrada para a cidade, para o conhecimento, também. E se o dia estivesse mais quente, andava-se com a capa e a batina na mão – tal como os futricas, os habitantes da cidade de Coimbra, muitas vezes de classe inferior. A Cabra era o relógio da cidade, e, sobretudo, dos estudantes. Apelidada assim porque, tal co-

“...a capa não se lava, porque apaga as memórias que vivemos com ela.”

mo a mãe Cabra (animal) chamava os seus filhos para beberem do leite do conhecimento e da sabedoria e porque... era uma cabra: acordava os estudantes de manhã, depois de longas noites de copos e serenatas às tricanas (raparigas oriundas de Coimbra, de classes sociais mais baixas), pois na universidade não haviam raparigas – eis a razão das mulheres não canta-

rem fado. Pior que a Cabra, só mesmo o Cabrão, que toca 15 minutos depois – a última chamada, a última hipótese de entrar na sala, **o quarto de hora académico**. Chegados a maio, traçar a capa e usar a batina pela primeira vez, é muito mais que deixar de ser caloiro. É continuar com uma tradição ancestral, já considerada património da humanidade. É honrarmos quem nos praxou, a escola que representamos. Trajar é tudo menos banal. Dizem os estudantes que a capa não se lava, porque apaga as memórias que vivemos com ela. Carregar a capa nos ombros é carregar mais de 700 anos de história, lutas, reivindicações. É sermos parte ativa de uma comunidade e honr-la, seja em que circunstância for, tendo a oportunidade de nos destacarmos por aquilo que realmente somos e não pela imagem que cada um cria através do seu estilo pessoal. Ser praxado, usar a capa e a batina, não é ser igual a todos. É mostrar realmente como somos diferentes! Aos doutores, e sobretudo aos caloiros: boa queima, e não se esqueçam de fazer merecer o peso da capa que carregam. • **Élia Batista**

NÓS POR LÁ: BRASIL

Pediram-nos para escrever este texto mas a verdade é que não sabemos nem por onde começar. É suposto retratar uma experiência no Brasil e tal, só que não é tão fácil como parece. Primeiro porque esta jornada parece não ter um começo certo e segundo porque não queremos que tenha um fim. Encontramo-nos neste momento a escrever o texto no bar de um hostel, no Rio de Janeiro, enquanto bebemos uma caipirinha e escutamos música de uma guitarra acústica com um cantor improvisado, “queimando os últimos cartuchos”. Mas retrocedendo no espaço e tempo, o que era um simples estágio no estrangeiro virou uma aventura e uma experiência que jamais esqueceremos.

No que toca à área de nutrição, a ESTeSC não tinha nenhum protocolo com uma universidade brasileira, portanto, vários esforços tiveram que ser feitos. Depois dos acordos de estágio estarem concluídos, foi tempo de tratar das burocracias de visto e tudo o mais. E foi tempo de despendar alguns euros da carteira também... Engana-se quem pensa que viajar para o Brasil (sem ser turista) é fácil. Assim que pisámos solo brasileiro nem queríamos acreditar, mas uns abraçadores 50°C fizeram-nos logo acordar para a realidade. Depois de uns dias no Rio de Janeiro, viajamos até Viçosa (Minas Gerais), prontíssimas para começar um estágio de 3 meses.

A nutrição no Brasil está avançada e a avançar. Além de toda a cultura ser completamente diferente da nossa, é diversificada

dentro do próprio país, exótica, e recebeu diferentes influências graças à colonização. Tudo isto reunido faz com que o Brasil junte todas as condições para ser um ótimo local de estágio. E assim foi.

Ora bem, aqui vão algumas das curiosidades e ensinamentos nutricionais que aprendemos aquando da nossa estadia. Sabem o mito de que os brasileiros comem arroz com feijão todos os dias? NÃO É UM MITO, É VERDADE! E nós lá nos tivemos que acostumar a este hábito brasileiro se queríamos sobreviver, porque qualquer restaurante, incluindo a cantina escolar, tinha arroz com feijão como base da refeição. Os brasileiros bebem, de fato, “sucos” praticamente todos os dias. É uma variedade sem fim. Normalmente recorrem a sumos naturais, e até de inhame (um tubérculo) tivemos oportunidade de experimentar e fazer. Tudo uma verdadeira delícia. A realidade do peixe e azeite é um hábito tipicamente mediterrâneo. Nas regiões do interior do Brasil o peixe é caro e congelado. Como fonte de ómega-3 é comum recomendar-se as sardinhas enlatadas, precisamente por serem um produto mais acessível. O azeite também é caro, mas durante a nossa estadia não prescindimos de uma garrafa na nossa prateleira. Por aqui há muito o costume de se denominar o bacalhau como “Bacalhau do Porto”. Não sabemos se a intenção é a palavra Porto referir-se ao porto de navios (cais), mas a verdade é que as



peças acreditam que se refere a Porto de Portugal (cidade). Sempre que questionadas (e mesmo quando não éramos) explicámos que o bacalhau vem do norte do Atlântico e que, apesar de os portugueses consumirem muito bacalhau, não somos nós que o pescamos no Porto. Por último, reparámos que todos os produtos que contêm farinha de trigo constam com o seguinte no rótulo: “farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico”. No início pensámos, na nossa inocência, que se devia a uma medida de prevenção para gestantes, mas logo percebemos que era uma política do país, devido às carências que existem nestes micronutrientes ao nível de toda a população brasileira.

No meio disto tudo, há que descontrair as peripécias com a diferença de vocabulário. O que para nós é “rapariga” e “zona”, para eles tem outro significado. E não é um bom significado. E temos ainda viagens que não esqueceremos, pessoas fantásticas que conhecemos, um *campus* universitário sem igual, e muitas outras memórias para manter.

Não nos podemos alongar mais, até porque uma experiência destas nunca poderia ser contada em apenas uma rubrica do (L) ESTES. • **Laura Marques e Mafalda Oliveira**

NÓS POR CÁ: CONHECESTES? - COM DR. LUÍS PORTELA

Luís Portela nasceu em 1951 na cidade do Porto, onde se licenciou em Medicina. Iniciou atividade empresarial com 21 anos e aos 27 assumiu a presidência da companhia farmacêutica Bial, tendo em janeiro de 2011 passado a chairman. Publicou, recentemente, o livro 'Ser Espiritual - da evidência à ciência'.

A conferência CONHECESTES? que decorreu no dia 24 de abril, permitiu aos participantes ouvir o Dr. Luís Portela discursar sobre a empresa Bial, herança de família na qual se empenhou com afinco, como o próprio afirma. Hoje em dia, esta é a maior empresa farmacêutica portuguesa com presença no mercado internacional. Falou também um pouco sobre a Fundação Bial que criou em 1994 em conjunto com o Conselho de Reitores das Universidades Portuguesas. Esta

fundação atribui um dos maiores prémios europeus na área da Saúde - o Prémio Bial, bem como bolsas de investigação nas áreas de Psicofisiologia e Parapsicologia, tendo já apoiado mais de 1500 investigadores. Entre conversas científicas e farmacêuticas houve, ainda, tempo para falar de espiritualidade, desde um estudo da Universidade do Michigan em que vidas passadas relatadas por crianças viram confirmados alguns pormenores, até transcomunicação instrumental, ou seja, comunicação entre mortos e vivos através de aparelhos eletrónicos, como rádio e televisão. O Dr. Luís explicou ainda a sua visão de espiritualidade: somos todos partículas luminosas "revestidas" pelo nosso corpo, tal como o revestimos com roupa. "Pensamentos positivos atraem pensamentos e acontecimentos



positivos e repelem os negativos" é um dos motes que nos deixa. • Ana Isabel Santos

#ÉDAPRAXE: QUEIMA, ESTÁS QUASE

A Queima das Fitas é uma das mais saudosas tradições de Coimbra, é o despertar para mais uma novidade para uns e o culminar de um ciclo para outros. É alegria para aqueles que ainda há pouco chegaram e é já saudade para aqueles que partem. A Queima das Fitas nasce em 1901, e desde então tem sofrido ligeiras alterações. Desde vários modos de queimar o "grelo" a várias localizações do palco, a grande festa dos estudantes passou pelo parque da Cidade, o Jardim Botânico e até mesmo o salão da Câmara Municipal de Coimbra (exceção permitida ao "Baile das Faculdades"). Ao longo dos anos foram-se acrescentan-

"A semana em que Coimbra fica mais vazia durante o dia, à exceção do domingo do Cortejo em que milhares saem à rua para se mostrarem a toda a cidade (seja ou não no seu melhor)..."

do ao programa diferentes atividades, até ao plano que conhecemos atualmente.

Mas nem só de história se faz a queima. A semana em que Coimbra fica mais vazia durante o dia, à exceção do domingo do Cortejo em que milhares saem à rua para se mostrarem a toda a cidade (seja ou não no seu melhor), é essencialmente vivida no Parque da Canção.

Apesar das muitas noites passadas no recinto, não haveria Queima sem a simbólica Serenata Monumental, momento em que um manto negro cerca a Sé Velha, e por entre acordes e lágrimas, traçam-se capas, confessam-se segredos, fazem-se despedidas.

A magia de Coimbra está nas

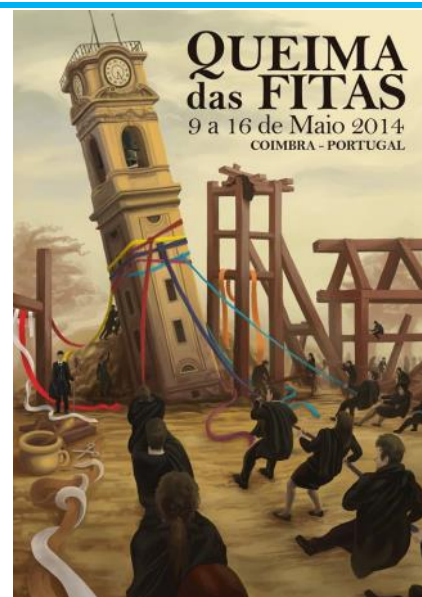
ÉDAPRAXE: QUEIMA, ESTÁS QUASE

mais pequenas coisas, em todos os locais, em todos os recantos mais escondidos. No fado que ecoa junto ao Arco de Almedina, nos rebentos que brotam nesta época no romântico Jardim Botânico, no reconforto ao admirar a velha cabra, lá no alto, que nos confere proteção e uma sensação de pertença a esta velhinha e tradicional cidade.

Da Queima das Fitas não se leva apenas uma semana de concertos e um nível de alcoolémia li-

geiramente elevado. Levamos mais do que muitos poderão compreender: levamos a tradição, os pés magoados de trajar uma semana consecutiva. Levam-se memórias. Leva-se Coimbra.

Isto é queima, isto é Coimbra e não poderia deixar de usar a frase que **é da praxe** "Queima é em Coimbra, e o resto são fitas!" • **Raquel Costa**



EM DESTAQUE: A SCAS EM NÚMEROS

AUDIOLOGIA

1500 Rastreios Audiológicos

ACSP

5250 (Glicémia, Colesterol, Grupo Sanguíneo)

CARDIOPNEUMOLOGIA

4600 rastreios (Tensão Arterial, Ecocardiogramas, Espirometrias)

DIETÉTICA A NUTRIÇÃO

3500 rastreios (IMC, Perímetro da Cintura, Bioimpedância)

FARMÁCIA

2000 Rastreios

FISIOTERAPIA

2000 Rastreios

RADIOLOGIA

550 Ecografias

SAÚDE AMBIENTAL

2500 rastreios (Medição da Pegada Ecológica e Avaliação Ergonómica)

Estes números são um valor aproximado, baseado no número de inquéritos realizados, passaportes dados e folhas individuais de registo. Alguns rastreios eram mais morosos que outros, no entanto todos os stands estiveram sempre rodeados de visitantes curiosos que queriam saber mais sobre as licenciaturas, para além de realizarem os rastreios para eles pensados. O número total de rastreios é difícil de contabilizar, mas certamente ultrapassou os 20000.

A SCAS dos pequenitos revelou-se um sucesso surpreendente, com crianças a virem visitar-nos repetidamente. A hora dos avós acabou por abranger todas as idades, e as cadeiras mantiveram-se toda a semana para que as pessoas aguardassem a sua vez.

A SCAS voltou a ser um sucesso, e já conta com 9 edições. Desde 2004, com um ano de interrupção, a SCAS tem-se afirmado como o maior evento empreendedor dos alunos da ESTeSC, onde podem mostrar as suas atividades e experienciar um pouco da sua profissão futura, realizando a toda a população os mais variados rastreios gratuitos, integrados nas áreas de ensino da ESTeSC. • **Carla Correia**

CONVERSA.COM...

TIAGO JACINTO

Membro fundador do NID

NID: Quem é o Tiago Jacinto?

Chamo-me Tiago Jacinto, sou cardiopneumologista, e terminei a licenciatura na ESTeSC em 2004. Concluí o Mestrado em Informática Médica na Faculdade de Medicina da Universidade do Porto em 2010, e encontro-me a finalizar o doutoramento na mesma instituição, na área da fisiologia respiratória. Neste momento, exerço a minha profissão na CUF Porto e sou assistente convidado da ESTSP.

NID: Como surgiu o NID?

O NID surgiu após algumas reuniões da AE em que se estabeleceu a necessidade de aumentar a comunicação com e entre os alunos. O presidente na altura era o Sérgio Sá, que possibilitou e ofereceu as condições para que o NID pudesse nascer. Na altura, todos os núcleos começavam a dar os primeiros passos, e ainda não tinham sido oficializados. Depois da Tuna (o primeiro grupo organizado) e depois de se terem redigido os respetivos regulamentos internos – uma verdadeira batalha – oficializou-se o NID, já na direção do Timóteo Pires. O objetivo foi bastante modesto. Criou-se o (L)ESTES e avançou-se com o website da AE. Na prática, no início, o NID era eu e mais alguns membros da AE que iam ajudando. Depois, as coisas começaram a pegar e tudo se tornou mais fácil.



“O NID surgiu após algumas reuniões da AE em que se estabeleceu a necessidade de aumentar a comunicação com e entre os alunos.”

NID: Quem o ajudou na fundação do NID?

Acho que tudo se desenvolveu com muito e bom trabalho de equipa. É difícil apontar para esta e aquela pessoa, porque construímos um verdadeiro grupo, que teve a felicidade de produzir alguns resultados interessantes para a ESTeSC e para os seus alunos. Por isso, não vou nomear ninguém, mas apenas agradecer a todos os que, de alguma forma, contribuíram para a fundação do NID e do (L)ESTES, nomeadamente todos os

membros das sucessivas direções da AE.

NID: Porquê o nome “Núcleo de Informação e Divulgação”?

Surgiu como brincadeira, numa conversa nas antigas instalações da AE, gabinete em que cabiam pouco mais de duas secretárias. O nome acabou por ir sendo trabalhado, muito à volta do (L)ESTES, que era o principal projeto, e que por isso acabou por definir a “informação” e a “divulgação”. Desde já pedindo desculpas se me engano, mas creio que o nome final foi dado pelo Nuno Machado, membro da direção da AE na altura.

“Estou impressionado, nunca pensei que o NID conseguisse manter a sua atividade durante tanto tempo.”

NID: Que propósitos estavam por detrás na fundação deste núcleo?

Essencialmente, criar o meio de comunicação que veio a chamar-se (L)ESTES. Foi o primeiro grande motor do NID, através do empenho dos colaboradores e do interesse que foi gerando nos alunos. Servia (e serve) para comunicação de atividades da AE e outros pontos de interesse para a comunidade escolar, numa época em que as redes sociais estavam ainda longe de serem o que são hoje. Ainda, o trabalho contínuo de edição do (L)ESTES permitiu criar um registo histórico de algumas atividades dos alunos da ESTeSC, que se calhar, de outra forma, não existiriam. E havia ainda espaço ainda para alguma brinca-

deira e crítica, nomeadamente quando surgiram as crónicas do “Teodósio da Cruz”, pseudónimo de um aluno da ESTeSC, que julgo nunca ter sido identificado.

NID: Recordando o passado e olhando para a atualidade, qual a sua opinião acerca da continuidade e da longevidade deste núcleo?

Estou impressionado, nunca pensei que o NID conseguisse manter a sua atividade durante tanto tempo. Fico bastante contente de ver que o (L)ESTES continua ativo e a ser um veículo de comunicação útil e interessante, e, para além disso, de ver as inúmeras atividades que o NID tem desenvolvido. Isto só pode ser um sinal do interesse que as atividades criam, do nível de participação e

do trabalho árduo que diferentes pessoas tiveram ao longo dos anos no NID e na AE.

NID: Quais as perspetivas futuras para o NID?

Espero que o futuro possa ser ainda mais risonho para o NID. Sei, por experiência própria, que é uma atividade muito trabalhosa, e por vezes ingrata, mas também sei que a recompensa pode ser muito boa. Nesta altura que atravessamos, é essencial que o NID possa fornecer um veículo de comunicação aos alunos da ESTeSC, bem como apoiar e fortalecer a relação entre as várias instituições intra e extra-escolares. E espero poder ver a edição comemorativa dos 20 anos dos (L) ESTES!

CORREIO DO LEITOR: O SR. BATISTA

O Sr. Batista é um fotógrafo conhecido dos alunos da universidade mais velhinha de Coimbra já há muitos anos. Foi num dia de aniversário de cursos que o conheci, esperando pelos médicos que, por estes dias, faziam 60 anos de formatura. **Eles lá iam aparecendo, de capa e pasta fitada de amarelo já desbotado pelo tempo**, enrugado pelos anos e pelos copos que (decerto) tombaram em cima delas. Entre cada entrada, o fotógrafo, de 75 anos, metia dois dedos de conversa comigo. Comparamos o antes e o agora, falamos das banalidades da vida. Entre uma e outra história, uma e outra entrada de um veterano fitado, muitas vezes acompanhados dos filhos e netos, que por eles carregavam a pesada capa negra – pesada do tempo, pesada da saudade. Nisto, ele contou a história que partilho. “Há uns tempos, estava aqui

para fazer umas fotografias, também de um aniversário de um ano médico, quando reparei em dois senhores, com capa e pasta na mão, sozinhos, encostados à porta férrea. Não os conheci como sendo do grupo, mas decerto seriam. Metime com eles, e fiquei a saber que tinham já 90 e muitos anos. **Eram os únicos dois alunos vivos de um dos anos de Medicina do início da década de 40, e mesmo assim, sendo só eles, continuavam a vir a Coimbra comemorar o seu aniversário.** Preocupava-os quando morressem, pois deixaria de ser festejado o seu ano, o seu curso. Sabiam que qualquer um dos dois que partisse em último, iria, mesmo sozinho, visitar Coimbra. Mas quando não restasse nenhum, tudo acabaria. Fiquei impressionado com a história, com a imagem dos dois senhores. Acabei por contar a alguns ex-

alunos que festejavam o final do seu curso naquele dia, e os senhores acabaram por ser convidados a juntar-se ao grupo onde eu tirava fotografias. Isto, é o amor a Coimbra.”

Acredito, porque vi o sentimento com que o Sr. Batista falava, que aqueles dois velhinhos, mesmo quando morrerem, vão continuar a ser lembrados pelos amigos que os acolheram, pelo Sr. Batista, por mim, e por todos os que vestem a capa negra e a ostentam até ao resto das suas vidas. Mas quantos de nós vão comemorar Coimbra como estes dois velhinhos o fizeram? Quantos de nós vão visitar Coimbra e prestar-lhe a homenagem que ela merece, até ao fim dos nossos dias, e homenagearmos os nossos colegas, amigos, compinchas de viagem, de saber e de aventura? **Quantos?** • **Élia Batista**

PRETO NO BRANCO

UM PAÍS EM CUIDADOS PALIATIVOS

É dia 20 de abril. Estou sentado à mesa com a minha família, saboreando mais um momento (raro) que nos proporciona os dias festivos como a Páscoa. No ecrã da sala de jantar surgem algumas movimentações em torno de uma bola, num espaço verde, munido de milhares de pessoas completamente em êxtase. Olho para o lado e vejo um primo com os olhos postos no ecrã, sem conseguir desviar o olhar, num sofrimento incrível para que algo acontecesse. Pergunto-me se a crise se resolveu, e a resposta vem logo com um apito final e uma multidão em festa que nos encaminham para uma sequência de foguetes, cachecóis e bandeiras. E a crise, onde está? Estupidamente, o futebol continua a ser a “aspirina” do povo, o sítio onde

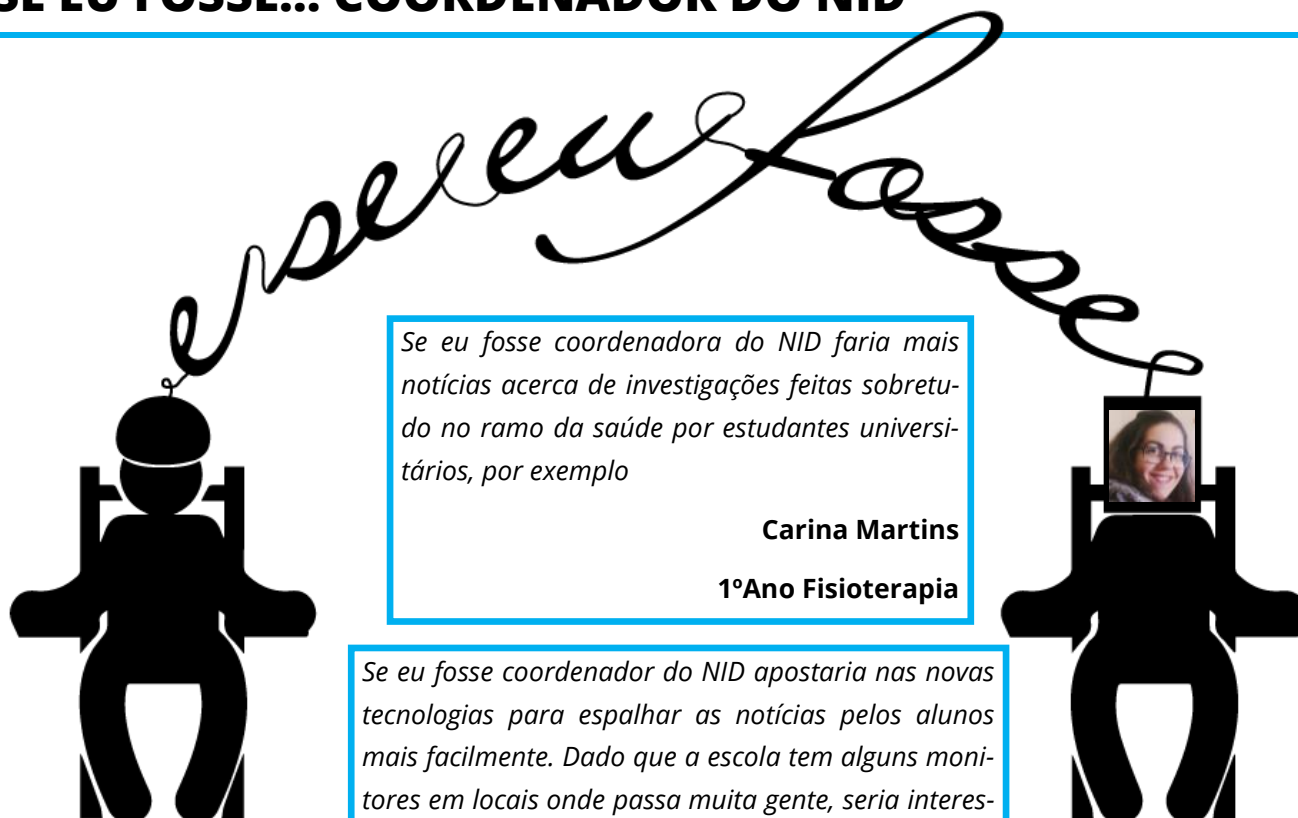
“Pergunto-me se a crise se resolveu, e a resposta vem logo com um apito final e uma multidão em festa que nos encaminham para uma sequência de foguetes, cachecóis e bandeiras.”

muitos de nós vão buscar a alegria e a força para viver, pois dos outros sítios parecem só vir cortes, orçamentos e reduções, onde a esperança é cada vez menor. Somos um país em morte cerebral, um país que mal respira, numa asfixia económica histórica, em crise há muito e sem sinais palpáveis da recuperação. E se há sítio onde se celebra a morte é este: a Páscoa. A fé cristã quase se confunde com uma espécie de fé clubista e, muitos trocadilhos poderiam ser feitos acerca da época e do staff do clube campeão este ano. Uma ressurreição que, por assim dizer, dá alegria equivalente a um sopro de ar fresco numa quente tarde de verão, no meio de uma vila alentejana. Fátima e o futebol. Ah e o Fado! Os três F's de Portugal na ditadura de António de Oliveira de Salazar... e tão parecidos que nós estamos a ficar relativamente a esses tempos. Facilmente poderemos encarar o Fado, não como a canção propriamente em si, mas no destino que tomamos, pois estamos sempre numa eterna queixa do que nos reserva e no caminho tortuoso que Portugal vai atravessando. Atravessam também, de lés a lés, milhares de pessoas próximas da data de 13 de maio, ou tantos outros trezes, até a

“Somos um país em morte cerebral, um país que mal respira, numa asfixia económica histórica, em crise há muito e sem sinais palpáveis da recuperação.”

um ponto comum: Fátima. O nosso centro religioso parece ganhar uma devoção especial. Podemos até ter hoje menos pessoas católicas praticantes, mas continuamos com números brutais (dinheiro, portanto) deixados na Cova da Iria, com milhares de pessoas a cumprirem aquilo a que chamam “promessas” pelas mais diversas causas. E diria mais: acaba por ser a última esperança que lhes resta. E o futebol, que já falei, é o balão de oxigénio, o respirar à tona de água. Acompanhamos uma seleção emocionada e intensamente, quase exigindo que ela vença. Enquanto isto, o país vai definhando, numa morte anunciada, num destino que parece cada vez mais assombroso, onde o Fado permanece incerto e as pessoas entram na descrença de abandonar o país... E ao mesmo tempo, noutro campo de futebol, soa de novo o apito e a bola começa a rolar. • **Daniel Matos**

E SE EU FOSSE... COORDENADOR DO NID



Se eu fosse coordenadora do NID faria mais notícias acerca de investigações feitas sobretudo no ramo da saúde por estudantes universitários, por exemplo

Carina Martins

1º Ano Fisioterapia

Se eu fosse coordenador do NID apostaria nas novas tecnologias para espalhar as notícias pelos alunos mais facilmente. Dado que a escola tem alguns monitores em locais onde passa muita gente, seria interessante passar as notícias nesses mesmos monitores. Com isto a informação seria difundida mais facilmente e quem sabe um dia poupar-se no papel, tinta e o dinheiro gasto nestes recursos.

Micael Lindo

2º Ano Saúde Ambiental

Se eu fosse coordenador do NID faria entrevistas aos alunos de Erasmus para partilharem a sua experiência com o resto da escola, de forma a incentivar os colegas dos outros anos a se candidatarem também a Erasmus e a criar novos protocolos.

Catarina Abreu

2º Ano Cardiopneumologia

Nunca pensei nisso, mas tendo em conta para que serve acho que fazia questão de divulgar tudo o que se passa na escola, não só as coisas boas, também falava sobre as coisas más, como o caso da fusão de cursos.

Filipa Ribeiro

4ª Ano Análises Clínicas e Saúde Pública

O que faria, talvez, seria tentar meter um ou dois pc's na escola em sítios com mais gente onde pudessem ler o jornal em formato digital, continuava com os concursos, tentando fazer mais, e com prémios de livros, vales de desconto em material que possa ser útil ao curso do aluno que ganhasse, podia ver, juntamente com os colaboradores do NID, se podiam ser criadas novas estratégias de publicidade para chamar mais gente para o núcleo e estudantes que quisessem ajudar a ter novas notícias, mesmo sem ser da escola, mas relacionadas com o ensino superior e com os cursos da escola. Tendo mais colaboradores e conseguindo cativar mais público podiam até ter duas edições por mês.

Carlos Neves

3º Ano Fisioterapia

CULTURA

FILMES A ESTREAR

**Ressaca de Saltos****Altos**

Comédia

8 de maio**Grace de Monaco**

Biografia/Drama

22 de maio**No Limite do Ama-****nhã**

Ação/Ficção Científica

29 de maio

EM ABRIL...

Carnaval dos Animais - Jo-

vens Músicos de Coimbra

Preço: 3€**Data:** 20 de maio**Horário:** 21h00**Rodrigo Leão & Ólafur**

Arnalds

Preço: 22€-25€**Data:** 26 de maio**Horário:** 21h30**Coimbra Jazz Ensemble &**

Jacinta

Preço: 8€-10€**Data:** 29 maio**Horário:** 21h30

LIVRO DO MÊS



Apesar do milagre da medicina que fez diminuir o tumor que a atacara há alguns anos, Hazel nunca tinha conhecido outra situação que não a de doente terminal, sendo o capítulo final da sua vida parte integrante do seu diagnóstico. Mas com a chegada repentina ao Grupo de Apoio dos Miúdos com Cancro de uma atraente reviravolta de seu nome Augustus Waters, a história de Hazel vê-se ago-

ra prestes a ser completamente rescrita.

PERSPICAZ, ARROJADO, IRREVERENTE E CRU, *A Culpa é das Estrelas* é a obra mais ambiciosa e comovente que o premiado autor John Green nos apresentou até hoje, explorando de maneira brilhante a aventura divertida, empolgante e trágica que é estar-se vivo e apaixonado.

E A ESTESC ESTEVE NA 1ª CORRIDA DA APTAC

No passado dia 27 de abril realizou-se a 1ª corrida da APTAC (Associação Portuguesa dos Técnicos de Análises Clínicas e Saúde Pública) em Monsanto, e mais uma vez o curso de Análises Clínicas e Saúde Pública esteve a representar a ESTeSC neste grande evento.

Foi um dia bastante dinâmico, que proporcionou o convívio entre profissionais e alunos desta área. A referida associação demonstrou-se bastante sensibilizada pela nossa adesão, e marcámos mais um ponto positivo, uma vez que fomos a única escola a estar presente de forma organizada. Tal fato demonstra o orgulho que estes alunos e futuros profissionais em ACSP têm pelo curso e pela profissão.



Agradecemos ainda à AE-ESTeSC pelo apoio que nos deu para tornar a nossa participação possível.

Adquirimos assim o lema deste dia: pelo cidadão, pela saúde, pela profissão! • **Cláudia Jorge e Marisa Neves**

INTERESSA-TE

Geral

Conferência Internacional de Psico-Oncologia em Coimbra

Hotel Quinta das Lágrimas

16 e 17 de maio

2º Congresso Internacional de Saúde do IPLeiria: Desafios & Inovação em Saúde

Campus 2 do IPL,

9 e 10 de maio

ACSP

V Congresso Científico ANL

Hotel Tivoli Marinotel, Vilamoura

23 e 24 de maio de 2014

VII Jornadas Ibéricas – XVIII Jornadas Científicas Análises Clínicas

Axis Viana – Business & Spa Hotel – Viana do Castelo

10 de maio

Audiologia

14th International Meeting of the Mediterranean Society of Otolaryngology and Audiology

Valencia, Espanha

9 a 11 de maio

Cardiopneumologia

Casos Clínicos em Electrocardiologia

Auditório do CHUC, EPE – Hospital Geral (Hospital dos Colares)

31 de maio 2014

Dietética e Nutrição

XIII Congresso de Nutrição e Alimentação

Centro de Congresso da Alfândega (Porto)

22 e 23 de maio

CIÊNCIA HOJE: QUÃO LIMPO ESTÁ O TEU DINHEIRO?

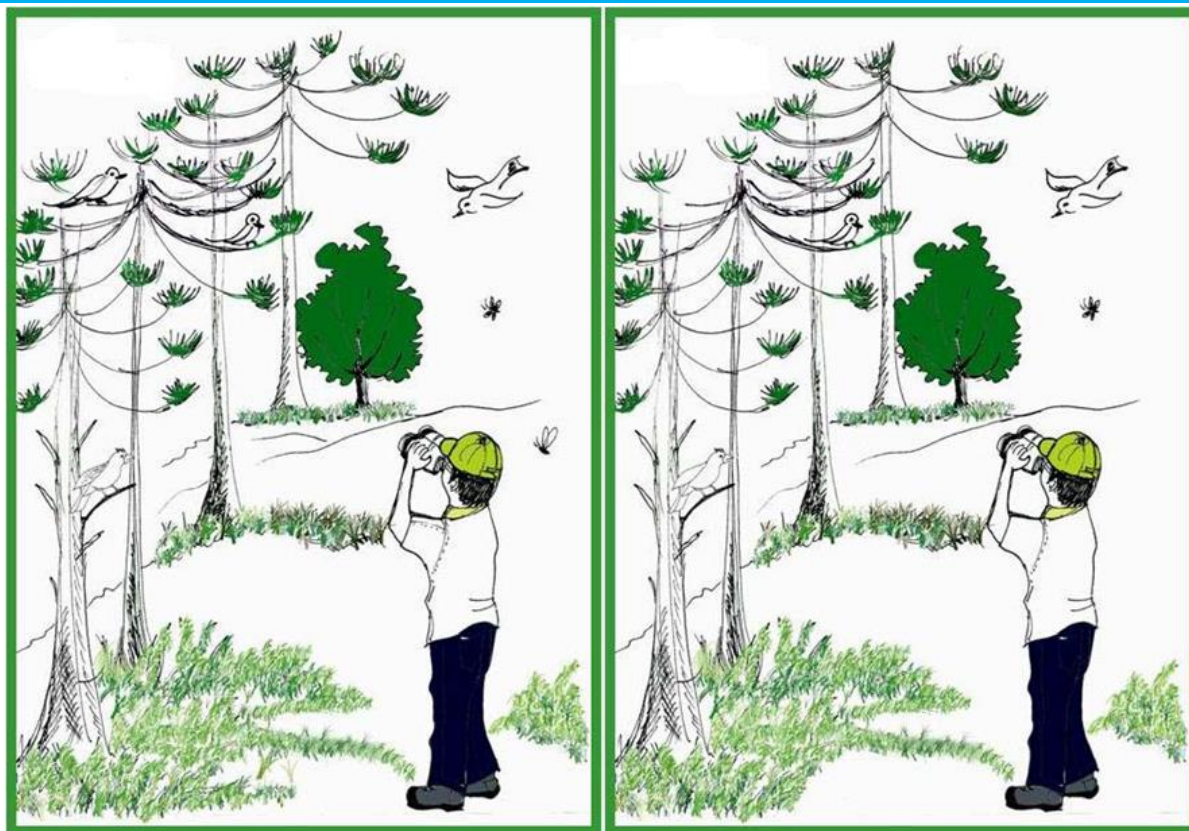
Um estudo independente, conduzido pela Universidade de Oxford, chegou à conclusão que as notas de bancos europeus são dos objetos mais ricos em microrganismos (em média, mais de 26000 bactérias), em particular os patogénicos, como a *Klebsiella* e a *Enterobacter*. Realizada uma investigação sobre a perceção dos Europeus quanto à higiene e segurança do dinheiro concluíram que o dinheiro é considerado, de facto, dos objetos menos higiénicos – mais sujo ainda que os corrimões das escadas rolantes, teclados de multibancos e livros de biblioteca.



Tendo em conta a atual preocupação com a resistência bacteriológica aos antibióticos, até que ponto é que esta contaminação

através do dinheiro não se tornará uma questão mais pertinente nas políticas de saúde europeias? • **Marta Malhó**

PASSATEMPOS



Soluções publicadas na página do facebook do NID em www.facebook.com/estesc.nid

Descobre as 7 diferenças!



A FALTA DE PRESSÃO

Um dos principais problemas da ESTeSC é a falta de pressão. E numa instituição que se quer a melhor do país e quiçá do Mundo isto não pode acontecer. É esta falta de pressão que nos atrasa, que nos faz perder mais tempo e que não nos permite avançar tão célere quanto seria necessário. As coisas já não estavam famosas e, nos últimos tempos, com todas as mudanças e investimentos era de supor que algo ia mudar. Pois parece que até piorou. Cabe aos líderes da Instituição resolver este problema. Cabe-lhes encontrar a solução para este problema que nos afeta dia após dia.

Por isso, tratem de colocar mais pressão no bebedouro do refeitório!

Cristiano Cunha

PETER PAN

Avaliações e mais avaliações



Chega Maio, chega a Queima... e chegam as avaliações. Pergunto-me: **para que servem as avaliações?** Fácil: **para avaliar os conhecimentos apreendidos pelos alunos** (apreendidos é diferente de decorados, tomem nota!). Contudo, 99,99999% das vezes não é isso que acontece. A avaliação é, hoje em dia, um momento onde se cumpre a tarefa de professor, e se faz um teste à capacidade do aluno. Depois deste momento, nada mais importa, a não ser lançar a nota final.

MENTIRA: Fazer uma avaliação é um momento muito mais complexo. Primeiro, deve-se pensar nas perguntas, e também nas respostas, ter atenção à ambiguidade das mesmas e à individualidade de cada um. Formular critérios que auxiliem uma correção mais fácil, rápida e justa para os discentes. Depois, ter atenção ao tempo que se faculta para a realização da avaliação. E... às dúvidas que vão surgindo. Até aqui tudo bem. Onde a "coisa" fica engraçada é quando se fazem frequências e nunca se sabe a correção da mesma. Qual

a lógica? Não deveríamos todos aprender com os nossos erros? Não deveria ser este o princípio da realização de uma avaliação? A verdade é que, se o professor avalia, também é avaliado... autoavaliado, se nunca se souber quais os resultados de uma frequência, quer aluno a aluno, quer no global. Imaginem que 85% de uma turma erra uma pergunta, e o erro é comum a quase todos: foi o aluno que não estudou, ou o professor que não explicou bem? Mesmo quando se consulta uma frequência, as respostas devem ser dadas. Se não, de que vale?

Senhores professores: a aprendizagem é uma ação constante (até mesmo quando somos docentes numa escola superior, nos devemos atualizar, if you know what I mean) que não termina com a realização da frequência. Pelo contrário: é a partir daqui que se percebe onde temos de melhorar. Ora, se faço uma frequência e fico sem perceber o que errei, de que serve? Pensem nisso e... boas avaliações!

CARTOON DO MÊS



FRASE DO MÊS

"A mão que move ao berço é a mão que manda no mundo."

W. S. Ross

POEMA DO MÊS

QUEIMA É EM COIMBRA

Decorada de capa e batina
Eis o início de uma sina
Uma história afortunada
Que termina numa balada

Na serenata começa a vigília
"Oh Padrinho traça-me a capa!"
E um brinde a esta família
Concluída mais uma etapa

Eis que chega o cortejo
"Já 'tou tão mal que nem te vejo!"
Oh então "vejo a dobrar"
Não faz mal, é para festejar!

Ó tradição tu que ditas:
Queima o grelo,
Abana as fitas,
Ditas também o sofrimento hepá-
tico
E leis físicas que contrariam
O movimento ortostático.

Coimbra, és sentida
Na chegada e na partida
Esta semana o teu Mondego
Não vai ter paz nem sossego.

Tânia Lopes

FICHA TÉCNICA

Coordenadora:

Carla Correia

Secretária:

Katia Silva

Responsável Financeiro:

Luís Costa

Logótipo:

Ana Fonseca;

Imagem:

Cristiano Cunha

Daniel Cipriano

Colaboradores

Permanentes:

Ana Isabel Santos

Andreia Costa

Carla Correia

Cristina Correia

Daniel Cipriano

Daniel Matos

Élia Batista

Katia Silva

Laura Marques

Luís Costa

Mafalda Oliveira

Maria Raminhos

Marta Leal

Marta Malhó

Raquel Costa

Rui Soares

Sara Matias

Tânia Lopes

Tânia Martins.

Impressão:

Centro de cópias RR;

Tiragem:

150 exemplares

Supervisão:

Núcleo de Informação e

Divulgação da AE-ESTESC

Propriedade:

Associação de Estudantes

da ESTeSCoimbra;

Agradecimentos:

Associação de Estudantes
da ESTeSC