

> Notícias da ESTeSC

- > Calendário eleitoral
- > I Congresso da AE-ESTeSC pág. 3
- > Proibição da Praxe na escola pág. 8

> ESTeS

pág. 4

> **Illegalidades** no processo eleitoral

Gentes da minha terra...

pág. 5

Guarda ...
a cidade dos 5E's ...

> AE-ESTeSC

pág. 3

> I FLESTeS

> Diz lá...o que pensas sobre

pág.11

> Novos moldes da latada

> Em destaque ...

- > Festa das Latas 2007
- > Agenda AE-ESTeSC
- > Núcleos AE-ESTeS
- > Provocações
- > Ciência e Tecnologia
- > Personalidade do mês
- > Passatempos
- > Cultura

Novembro em Destaque

Illegalidades no Processo Eleitoral para a Direcção da ESTeSC pág. 4



Festa das
Latas

**O NID precisa de ti...
Entrega-nos as tuas
propostas ... Colabora
neste projecto!
O (L)ESTES anseia pelo
teu talento!!!**

> Editorial

Mais um mês passado, mais uma latada vivida, e começa agora a sentir-se o verdadeiro regresso ao trabalho... ao qual nem a redacção do (L)ESTES escapou, comprovado pelo atraso da edição! Contudo, notícias e eventos não faltam! Pelo segundo ano consecutivo, foi proibida a praxe no recinto da escola. Arriscamo-nos a que se torne hábito, até porque este ano se revelou ainda mais precoce do que no ano anterior. Apesar disto, foi permitida a realização do baptismo na escola, para felicidade de padrinhos e caloiros que puderam dar uso ao penico e cumprir a tradição.

Apesar deste ser o assunto mais polémico, não é o único do desagrado dos alunos. A notícia de última hora são as ilegalidades na eleição da nova direcção da ESTeSC, denunciadas pelo Gabinete de apoio jurídico do IPC...Que consequências trará isso para a escola? Mais tarde se verá...

Por último, voltamos a apelar a todos os interessados em projectos semelhantes ao do (L)ESTES, que continuamos abertos a novos membros... e aproveitamos para nos afastarmos de qualquer outro projecto que possa ter surgido, que não esteja relacionado com o NID ou a AE-ESTeSC.

Até ao próximo mês!

Edições anteriores...



Novembro de 2005



Novembro de 2006

> Notícias do NID

O NID não pára e aqui te traz mais uma edição do (L)ESTES... Como já sabes WE NID YOU, porque o NID é feito por ti e para ti. Não te inibas e vem fazer parte do nosso grupo de trabalho, basta passares na tua AE e fazeres a inscrição.

E como prometido este mês tivemos as sessões de cinema, **6Noites 6Filmes**, para ocuparem os teus finais de tarde! Na semana passada **"Memento"** e **"A Verdadeira História do Capuchinho Vermelho"**, com relativa adesão. De qualquer maneira o balanço foi positivo, pelo menos pela iniciativa.

Agenda ESTeSC

CALENDÁRIO ELEITORAL Eleição dos órgãos da AE-ESTeSC

	Datas
Entrega das Candidaturas	28/11/2007
Homologação das Candidatura	29/11/2007
Período de Campanha Eleitoral	De 29/11 a 10/12/2007
Eleição	12/12/2007
Tomada de Posse	14/12/2007

ELEIÇÃO DO MISS E MISTER CALOIRO 2007

Para não falhar na tradição, dia 11 de Dezembro será realizada na escola a eleição do Miss e Mister Caloiro 2007, que poderá contar com algumas inovações...lá estaremos para ver!

JANTAR DE NATAL DA AE-ESTeSC

Mais uma vez a realizar-se na "Liga dos Combatentes", dia 13 de Dezembro. Faz a tua inscrição a partir do dia 3!!!

> Notícias da ESTESC

I Feira do Livro da ESTeS Coimbra

Decorreu nos passados dias 15, 16 e 17 de Outubro a primeira Feira do Livro da ESTeSC, intitulada de "FLESTeS". Para o efeito foi instalada uma tenda na esplanada em frente à cantina, sendo portanto um local bastante espaçoso, o que permitia a visita simultânea de muita gente. Sempre presentes estavam dois elementos da comissão organizadora, a nossa Associação de Estudantes. Segundo eles, foi uma primeira vez bem conseguida. Apesar disso, consideram que podia, como habitual, ter havido maior adesão por parte dos próprios alunos da escola, mas que assim o tinham previsto.

Já a comunidade estudantil considera que em termos de livros específicos não havia grande variedade nem novidades e que a própria (des)localização da tenda não apelava muito às chamadas visitas de passagem já que, quem queria realmente visitar a feira, tinha de

ali se dirigir propositadamente. Quem sabe para o ano não aproveitar a dica.

A feira terminou com um pequeno jantar convívio da escola, em que a organização passou o testemunho a cada curso, dando-lhes oportunidade de organizar um espaço para vender o mais variado tipo de comida e bebidas. Apesar do desinteresse por vezes expresso pelos alunos, foi aqui visível o sucesso do empenho de alguns dos cursos que decidiram aproveitar a oportunidade e juntar o útil ao agradável. A animar a noite estiveram a Tu Na D'ESTeS e a banda "Traços", que proporcionaram um agradável petisco e encerraram estes três dias de promoção da cultura literária, de um modo mais académico.

Kátia Almeida



Agenda ESTeSC

I Congresso das Ciências Aplicadas na Saúde

Caros Colegas,

A vossa Associação de Estudantes não pára e continua com projectos de e para os alunos. Agora, numa visão mais pedagógica, a AE proporcionamos a aquisição de mais conhecimento e de formação académica.

Nos próximos dias 29 e 30 de Novembro decorrerá na nossa Escola o I Congresso das Ciências Aplicadas na Saúde, cujo tema é a "Investigação Aplicada".

Este Congresso terá uma dinâmica muito própria na área da Investigação, proporcionando aos alunos toda uma gama de conhecimento e de formação para uma Melhor construção de Projectos de investigação e/ou Monografias.

Se atentarem ao programa, perceberão que todos os

campos necessários à realização de um Projecto de investigação existem como Temas de discussão e debate neste Congresso.

Este primeiro Congresso a ser realizado nesta Escola tem como objectivo principal dar aos nossos estudantes uma visão global da Investigação na área da Saúde, primando pela *qualidade* da informação, pela *qualidade* da formação mas, acima de tudo, pela *qualidade* dos oradores. Os oradores são na sua maioria pessoas com um percurso académico de Doutoramentos e Mestrados, provenientes de vários locais de ensino do país.

Aproveitem e participem! Inscrevam-se na Vossa Associação de Estudantes!



A Presidente da Associação de Estudantes
Dina Figueiredo

Illegalidades no Processo Eleitoral para a Direcção da ESTeSC

ALUNOS da ESCOLA SUPERIOR DE TECNOLOGIA DA SAÚDE DE COIMBRA

Decorrem situações na nossa Escola que muitas pessoas não têm conhecimento. Ou porque não estão muito interessadas em saber o que se passa, ou porque não têm mesmo acesso a qualquer tipo de informação.

Todos se recordam que no passado dia 26 de Outubro de 2007 se procedeu à eleição para o cargo de Director da Escola, com a participação de 2 candidatos: Prof. João Gil e Prof. Jorge Conde.

Durante o decorrer da campanha eleitoral surgiram conjunturas que dificultaram todo um processo saudável de apresentação das bases programáticas de cada um dos candidatos. Por exemplo, foi negada uma convocatória para que todo o Colégio Eleitoral se reunisse, sendo alegado que "a única função deste era VOTAR e não REUNIR". Torna-se engraçada a situação, visto que convém saber o conteúdo de uma campanha e não apenas a pessoa em que se vai votar.

Atenemos então sobre esta questão. O Colégio Eleitoral é a entidade responsável por eleger o Director da Escola, e é composto por:

- a) Todos os professores em serviço na Escola em regime de tempo integral (29 professores);
- b) Representantes dos professores em serviço na Escola em regime de tempo parcial (3 representantes);
- c) Representantes dos assistentes em regime de tempo integral (7 representantes);
- d) Representantes dos assistentes em regime de tempo parcial (3 representantes);
- e) Representantes dos alunos (14 representantes dos alunos);
- f) Representantes dos funcionários não docentes (14 representantes);

No total, 70 pessoas converteriam os seus votos numa decisão, como se verificou com a Eleição do Prof. Jorge Conde.

O Colégio Eleitoral tem como função a Eleição do Director, no que diz respeito a todo o Processo Eleitoral dessa Eleição. A função da Assembleia de Representantes não é a de promover o Processo Eleitoral ou a Mesa Eleitoral para a Eleição do Director, mas UNICAMENTE de promover o Processo Eleitoral da formação do Colégio Eleitoral, que ficará responsável pela Eleição do Director. (Segundo os Estatutos da ESTeSC e do IPC - funções do colégio eleitoral nos estatutos do IPC, presentes no Capítulo III, Secção I, art. 9º, pontos 6 e 7 que passo a citar "6- O colégio eleitoral elaborará um regulamento interno, que será aprovado por maioria qualificada de dois terços dos seus membros; 7- O colégio eleitoral será dirigido por uma mesa, constituída por um presidente e dois secretários, eleitos por lista, sendo o presidente um docente"; e processos eleitorais nos estatutos da ESTeSC, presentes no Capítulo VII, art. 77º e passo a citar "**Sem prejuízo** do estabelecido nos presentes estatutos e nos **estatutos do IPC**, este capítulo rege os processos de eleição dos representantes dos diferentes corpos da Escola para:

a) O colégio eleitoral para eleição do director;

b) A assembleia de representantes;

c) O colégio eleitoral para eleição do presidente do IPC;

d) A representação da ESTeSC no conselho geral do IPC;

e) *Demais assembleias ou colégios extraordinários em que sejam eleitores a totalidade dos membros de um ou mais corpos da Escola.*"

No ponto 3 do art. 83º dos estatutos da ESTeSC diz o seguinte: "**Sem prejuízo** do estabelecido nos presentes estatutos e nos estatutos do IPC, os regulamentos dos diferentes órgãos e colégios estabelecerão o procedimento de tomada de posse dos elementos, que deverá decorrer da primeira reunião após a homologação do acto eleitoral." Se "supostamente" o colégio eleitoral só deve votar sem reunir, e este ponto presente nos estatutos da nossa Escola diz que existem regulamentos para colégios, no mínimo dá que pensar.

Será que a Assembleia de Representantes não terá extravasado as suas competências? Será que estamos perante umas eleições ilegais? Será que podem ser impugnadas?

Porque razão não foram tomados os devidos procedimentos aquando do alerta da Directora da ESTeSC ao presidente e vice-presidente da Assembleia de Representantes? Talvez apenas uma outra interpretação dos respectivos estatutos...

Apenas sabemos que pessoas que conhecem as leis e as respeitam, nomeadamente o Gabinete Jurídico do Instituto Politécnico de Coimbra, colocam em causa as acções deste Processo Eleitoral.

Gostaria que todos os Alunos tomassem conhecimento da gravidade da situação para que, através do conhecimento, possam emitir opiniões acerca do que se passa na Escola em que estudam e onde têm direitos. Vale a pena reflectir sobre isto.

**Um Membro da Assembleia de Representantes
Nem pressionado nem pressionável**

> Look around... ... the world

Itália

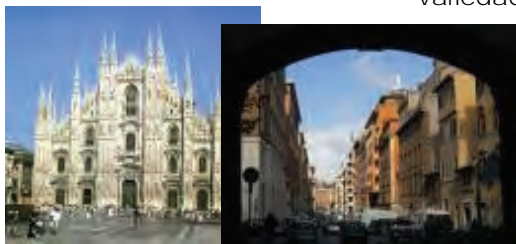
A Itália é um país europeu, localizado no sul do continente, que compreende o vale do rio Pó, a Península Itálica e as duas maiores ilhas no mar Mediterrâneo, a Sicília e a Sardenha, e sendo a capital da Itália Roma (a maior cidade do país). Possui o formato aproximado de uma bota e por esse motivo os italianos chamam-na de "*lo stivale*" ("*a bota*"), ou *la Penisola* ("*a Península*" como uma antonímia). A fundação do Estado italiano moderno remonta à Unificação, completada em 1870. O



Estado italiano é actualmente uma república parlamentarista.

Sendo um país da Europa meridional, faz fronteira ao norte com França, Suíça, Áustria e Eslovénia, cujo território principal forma uma península no mar Mediterrâneo. Sofreu, historicamente, a influência de etruscos, gregos e celtas antes de ser unificada em 262 a.C. pelo domínio romano. O nome Itália vem da Roma antiga. Os romanos chamavam de Itália o sul da península Itálica ou Apenina, que significa "terra de bois" ou "terra de pastos". A Itália é chamada "*il Belpaese*" (italiano para belo país) pelos seus habitantes, devido à beleza e a variedade das suas paisagens e por ter o maior património artístico do mundo; é a pátria do maior número de patrimónios mundiais da UNESCO.

Teresa Dedro



> Look around... ... Coimbra

Conímbriga

A região de Conímbriga,

face às evidências arqueológicas, tem definida a ocupação humana desde a idade do ferro até ao século VIII

da nossa era, com o domínio romano situado a partir da segunda metade do século I a.C.

Provavelmente de origem celta, a cidade de Conímbriga sofreu grandes alterações durante o domínio romano, com a construção de diversos edifícios, como as termas ou o Fórum, adquirindo uma elevada importância. O declínio do Império Romano e as invasões bárbaras da península que tomaram de assalto a cidade, por volta de 460, ditaram o abandono progressivo de Conímbriga.

A riqueza dos mosaicos encontrados, os sistemas de distribuição de água, as termas, os vestígios do Fórum e uma série de artefactos expostos no Museu Monográfico de Conímbriga, justificam uma visita atempada a esta antiga cidade romana.

Teresa Dedro



> Gentes da minha terra ...

G
U
A
R
D
A

A cidade da Guarda é uma das 18 capitais de distrito de Portugal. Localiza-se na província da Beira Alta, a 1056m de altitude, sendo a cidade mais alta do país. Actualmente, está organizada em 3 freguesias e tem cerca de 31 mil habitantes.

Para além da cidade mais alta do país, esta pacata cidade do interior é também conhecida como a cidade dos 5 F's: Farta, Forte, Fria, Fiel e Formosa, sendo os dois últimos os mais recentes, que apareceram em substituição de Feia e Falsa. Conhecida pelo seu clima rigoroso, os seus habitantes chegam até a experimentar temperaturas negativas durante o Inverno, com frequentes quedas de neve, e temperaturas muito altas no Verão, que descem significativamente ao cair da noite.



Na época medieval a Guarda fazia parte de uma malha de fortificações, sendo uma das mais importantes na escala hierárquica. Esta sua posição de destaque face ao território envolvente, levou D. Sancho I a atribuir-lhe foral, a 27 de Novembro de 1199.

Alguns autores consideram que o gentílico da Guarda não é guardenses mas sim egitanenses. Egítânia é o nome latino de Idanha, rela-

cionada com a Guarda pelo facto de, em tempos, para ali ter sido transferida a diocese no entanto, ao longo dos anos este termo tem tendência a perder adeptos.

Recentemente, a Guarda foi distinguida pelo seu ar puro e saudável, sendo-lhe atribuído o título de primeira "Cidade Bioclimática Ibérica", pela Federação Europeia de Bioclimatismo (2002).

Ao deambular pelas ruas da cidade são visíveis marcas da sua longa e interessante história, não esquecendo outros locais de interesse tais como os diversos espaços verdes, cantinhos que só os mais velhos conhecem e outros do domínio das camadas mais jovens, todos eles recheados de surpresas para descobrir e histórias para contar.

A visitar: Alameda de Santo André; Museu da Cidade; Sé Catedral; Igreja de São Vicent; Igreja da Misericórdia; Capela do Mileu; Muralhas e Portas da Cidade; Torre dos Ferreiros e Torre de Menagem; Paço da Cultura/Paço Episcopal.

Kátia Almeida



Em destaque...



A Latada 2007, realizada de 25 a 31 de Outubro deste ano, foi marcada por algumas inovações. Ao contrário dos anos anteriores, foi realizada na praça da canção, conhecida como o recinto da Queima das Fitas. Este local foi a única alternativa ao campo pelado usado, também pela primeira vez o ano passado, nas traseiras do pavilhão n.º 1

do Estádio Universitário, e que segundo o presidente da DG - AAC deu alguns problemas de circulação, localização de bilheteiras e instabilidade de piso quando chovia. Este ano assistiu-se também a acções de solidariedade, como a recolha de roupa e facilidades na obtenção de bilhete para alunos bolseiros da universidade de Coimbra. Assim, o bilhete esteve acessível a alunos com bolsa de escalão totalmente grátis, e a alunos com bolsa de escalão B por apenas 20€.

A serenata, que por tradição é às 00H00 de quinta-feira, esteve em dúvida quanto ao local onde se realizaria, uma vez que a zona da Via Latina, onde habitualmente se realiza, estava em obras. A alternativa era a Sé Velha, contudo, acabou por se realizar frente à Porta Férrea, em palco montado para o efeito.

Apesar dos muitos rumores acerca das bandas que viriam à latada, como Bob Sinclair, Justin Timberlake, e Mika, quem foi a esta latada teve a oportunidade de assistir a Gentleman, Orishas, Gary Pine Nesta, Papas da Língua, Xutos e Pontapés, David Fonseca...enfim, as do costume.

Lamentável foi a pouca divulgação do facto do bilhete geral te dar possibilidade de assistir gratuitamente ao jogo de futebol entre a Académica de Coimbra e o Estrela da Amadora, no dia 4 de Novembro (Domingo) no Estádio Cidade de Coimbra.

Esta latada, com uma tenda dedicada aos 23 núcleos de estudantes das várias faculdades, com duração de 6 dias (mais um do que até agora era feito) e participação de um total de 23 bandas e pouco mais de 6 tunas, foi a mais cara de sempre.

Fonte: [Diário As Beiras](#)

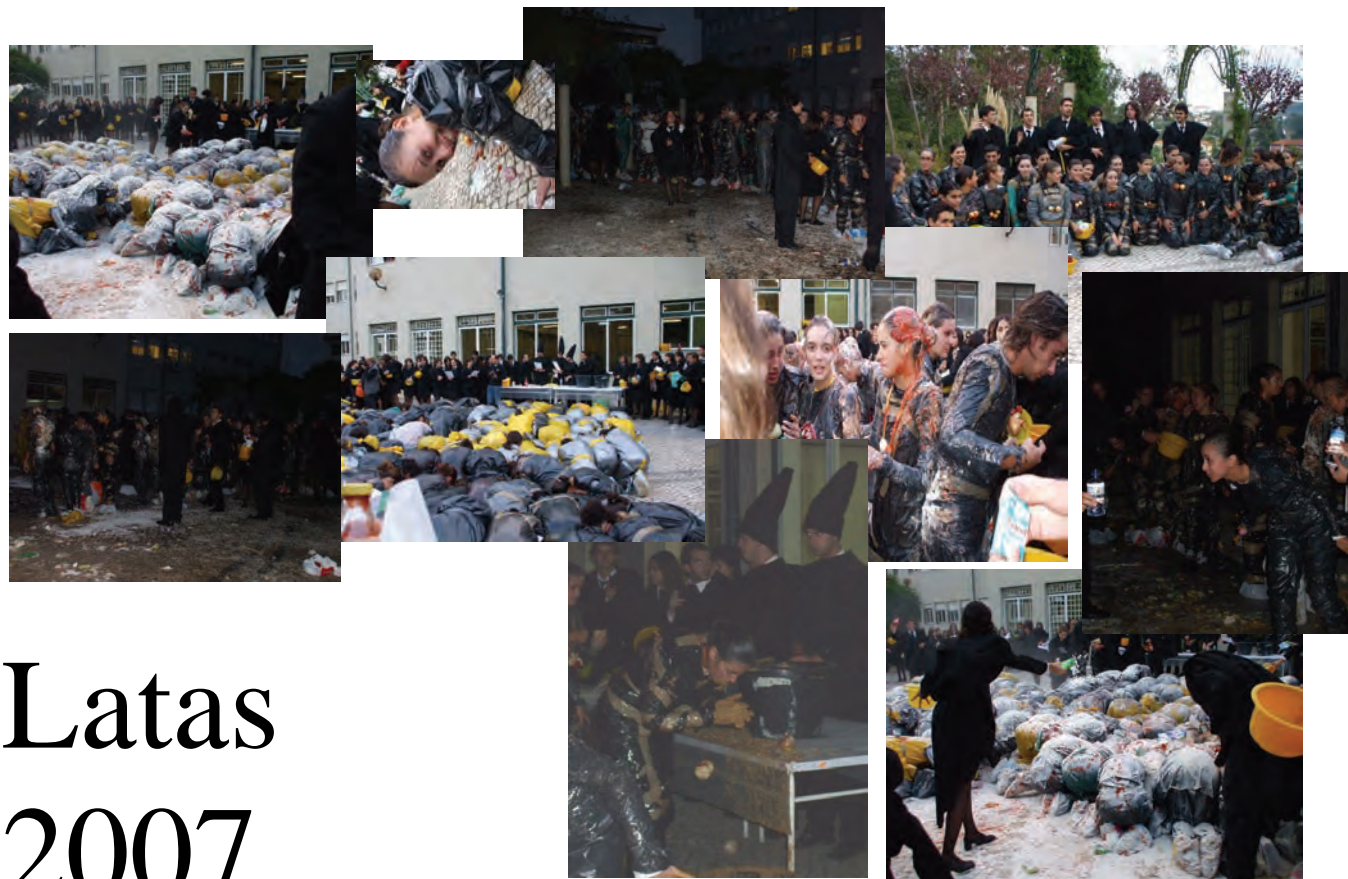
Teresa Pedro



A Tradição...

A "Latada" ou "Festa das Latas" remonta aos tempos em que os estudantes de Coimbra saíam à rua e exprimiam ruidosamente a sua alegria pelo fim do ano lectivo, utilizando, em particular, as latas. O momento alto desta festa, actualmente realizada no início do ano lectivo, é o cortejo que tem lugar na terça-feira e que percorre as ruas da cidade tão bem conhecidas dos "velhos doutores", mas onde o destaque é dado aos "novos gelados" e "fitados".





Latas 2007

Baptismo na ESTeSC

Apesar da proibição da praxe na ESTeSC, imposta pela Directora, conseguiu-se que fosse aberta uma excepção para a realização do Baptismo.

Assim padrinhos e caloiros puderam cumprir tradição, participando na missa seguida do baptismo propriamente dito.

Este decorreu dentro da normalidade;; os caloiros ficaram limpinhos como sempre deliciaram-se com a papa preparada pela comissão de praxe e foram depois baptizados pelos respectivos padrinhos na fonte da ESTeSC.

Pena foi que o número de caloiros ficou bastante aquém do esperado, talvez pela escassez de tempo entre a decisão da permissão do baptismo e a sua realização, pelo desleixe dos intervenientes (doutores/caloiros), ou pelos dois motivos.

Irene Jorge



> Conselho de Marduk Proibição da Praxe

Como é do conhecimento de todos, a PRAXE encontra-se suspensa na nossa escola por tempo indeterminado e por ordem da Directora da nossa escola. Foi uma decisão tomada à margem do Conselho de Marduk e da qual apenas fomos informados após a sua deliberação. A Ninurta Veterana Marlene Rodrigues e o Presidente da Comissão de PRAXE Veterano Ricardo Pereira de imediato se reuniram com a Directora em representação do Conselho de Marduk e da Comissão de PRAXE na tentativa de esclarecer qual ou quais os motivos para a tomada desta decisão. Foi-lhes comunicado que esta foi o resultado de um acumular de exageros e de queixas resultantes da PRAXE. Ao Conselho de Marduk foi pedido, por parte da Directora, que esta suspensão só seria levantada e que a PRAXE só seria restabelecida se esta fosse totalmente regulamentada e vigiada. O Conselho de Marduk entendeu que as regras que Directora da escola pretendia impor na PRAXE dos nossos alunos eram desajustadas e que feriam as Tradições e Espírito da PRAXE, daí que estas não tenham sido aceites. Seguiram-se mais uma série de reuniões nas quais a Directora da ESTeSC se mostrou intransigente na mudança de decisão, tanto que a realização do Baptismo dos Caloiros só foi de facto possível após a aceitação por parte

do Conselho de Marduk das suas condições, com a apresentação de um regulamento onde todas as actividades a realizar fossem esclarecidas. Esta foi a única forma de realizar o Baptismo em tempo útil e de garantir o percurso Académico dos nossos Caloiros.

O restabelecimento da PRAXE tem sido o principal objectivo do Conselho de Marduk, contudo, o período de transição de Director que a ESTeSC vivencia não tem facilitado o nosso trabalho e não nos tem proporcionado o ambiente ideal para a luta por uma PRAXE que pertence aos estudantes desta escola. Por isso, esperamos a entrada em funções do novo Director para desde logo entrarmos em diálogo com este e garantir o regresso da PRAXE e de todo o Espírito que a envolve. O Conselho de Marduk espera ter novidades que a todos nós nos agradem dentro de muito em breve. Acrescentamos que para expressar qualquer dúvida ou sugestão poderão fazê-lo para o mail do Conselho de Marduk: conselho.marduk@gmail.com.

Com as Melhores Saudações Académicas,

O Conselho de Marduk

Tiago Carvalheiro

> Saúde in (forma)...

Cerveja após exercício físico faz bem!!!



Este artigo é directamente dirigido a atletas que tentam evitar ao máximo a ingestão de cerveja, não só por pensarem ser uma bebida extremamente calórica mas também por pensarem que esta reduz as suas capacidades atléticas.

Segundo um estudo realizado por um grupo de cientistas espanhóis (Faculdade de Medicina da Universidade de Granada - Espanha) a ingestão moderada de cerveja após actividade física pode trazer benefícios para o corpo humano no sentido da reidratação, sem prejudicar as capacidades psicognitivas dos indivíduos.

Para chegarem a estas conclusões estes cientistas, nomeadamente o professor Manuel Garzón, levou a cabo uma experiência numa sala a 40° C onde os indivíduos corriam até à exaustão. De seguida foram dados dois copos de cerveja a metade dos indivíduos e à outra metade foi dada água, no entanto depois todos puderam ingerir água. De seguida, os investigadores mediam os níveis de hidratação, concentração e coordenação motora e chegaram à conclusão que

aqueles que beberam cerveja tinham níveis de hidratação "um pouco superiores" e no entanto não houve alterações dos níveis de concentração e coordenação motora.

Para ele, o dióxido de carbono da cerveja ajuda a matar a sede mais rápido, enquanto os hidratos de carbono substituem as calorias perdidas e o gás ajuda o organismo a absorver os fluidos mais rapidamente.

Depois de várias repetições deste estudo os pesquisadores recomendam a ingestão de 500 ml para homens e 250 ml para mulheres.

Segundo Corbalán, o baixo teor alcoólico da bebida é "absolutamente compatível" com o rendimento desportivo de alto nível, "desde que se tenha em conta que a quantidade de cerveja ingerida deve ser adequada à capacidade do organismo de metabolizar o álcool".

Isto para dizer que os senhores desportistas depois de uma actividade física intensa podem beber uma ou duas cervejas, não muito mais, e estarão a contribuir para a sua recuperação física!



Tiago Morais



Stress contribui para doença de Alzheimer

Uma equipa de investigadores que inclui um português descobriu que o stress contribui directamente para o desenvolvimento da doença de Alzheimer e que um corticóide usado para tratar os pacientes poderá agravar a doença, em vez de a atenuar.

O estudo foi conduzido por três investigadores, entre os quais o português Nuno Sousa, e resultou da colaboração entre diversos cientistas da Alemanha, Reino Unido e Portugal. Nuno Sousa, investigador da Universidade do Minho, explicou que as alterações que conduzem à doença de Alzheimer são devidas ao mau processamento de uma proteína chamada beta-amiloide, responsável pela formação das chamadas placas amilóides que aparecem no cérebro dos doentes com Alzheimer.

Recorrendo ao uso de animais, avaliaram se a exposição ao stress induzia o processamento anómalo dessa proteína. Submetendo os animais a protocolos de stress crónico e verificaram que havia essa relação. Posteriormente foram adicionados mais dois estímulos: a injeção de glucocorticóides - cuja produção é a primeira resposta fisiológica ao stress - e de beta-amiloide no cérebro dos ratos.

Verificaram se havia efeito cumulativo e, de facto, estímulos distintos caminham no sentido de aumentar essa proteína, o que demonstra que os glucocorticóides têm o mesmo efeito, confirmando o importante papel desempenhado pelo stress na doença, ou seja, stress e hormonas de stress são indutivas do aparecimento de marcadores de Alzheimer.

Esta conclusão é particularmente importante, porque o glucocorticóide é usado para tratar doentes de Alzheimer, mas tendo em conta os resultados da investigação, poderá estar a contribuir para a doença em vez de ajudar.

Contudo, o investigador mostra-se extremamente cauteloso nas implicações destes dados em clínicas. Uma coisa são os animais, outra são as pessoas. Mas não deixa de ser um fortíssimo indicador de que pode ter confirmação clínica, acrescentando que a mesma equipa de investigadores já está a dar os primeiros passos nestes estudos clínicos.

Notícia na íntegra em:

<http://www.cienciahoje.pt/24259>

Cristiano Cunha

Técnicos de Farmácia conquistam linha de saúde



A linha de saúde 24 vai passar a disponibilizar informações sobre fármacos, sob orientação de Licenciados em Farmácia.

Os utentes terão acesso a informações como interacção de medicamentos, modo de utilização ou efeitos secundários. Resta apenas dizer que Farmácia soma e segue...

Paula Oliveira

Cientistas fazem clone de macaco pela 1ª vez

Recentemente, foi publicado online pela revista científica britânica "Nature", um trabalho sobre clonagem de embriões de macaco. O estudo foi dirigido por Shoukhrat Mitalipov do Centro de Pesquisas de Primatas de Oregon, em Portland, juntamente com outros colegas, e consistiu em fundir o DNA das células da pele de um macaco com óvulos de macaca não-fertilizados que tiveram seu próprio DNA removido. Os óvulos transformaram-se em embriões em estágio inicial, dos quais foram removidas as células-tronco. O estudo exigiu 304 óvulos de 14 macacas para produzir apenas dois lotes de células-tronco.

Com este avanço científico, os cientistas esperam usar um processo como este em seres humanos para criar tecidos para transplante especificamente para cada paciente, diminuindo o risco de rejeições.



Paula Oliveira

Núcleos da AE-ESTESC

Junta-te ao núcleo que melhor te expresse...

> NAQ - Núcleo de Ambiente e Qualidade



SEMANA DO NÃO FUMADOR 2 a 16 de NOVEMBRO



Na Europa, o fumo do tabaco é responsável por 1 milhão e 200 mil mortes anuais, prevendo-se que, em 2020, este número ascenda a 2 milhões. O tabagismo é considerado, no mundo ocidental, pela Organização Mundial de Saúde, a principal causa de morbilidade e de mortalidade, que poderá ser evitada pela sua cessação, no entanto, deixar de fumar constitui uma tarefa bem difícil, para o fumador dependente.

A partida para a descoberta, uma certa dose de irreverência e a saudável afirmação da personalidade que são sintomas de uma juventude pura e sadia, é descuidada quando o jovem utiliza, na sua interacção com os outros, a ostentação do cigarro e a afirmação do hábito. A **Escola** é o local privilegiado para se começar. Por isso é importante que nela se criem novas expectativas, novos desafios e se cultivem outros e novos valores, a bem de uma geração mais capaz, mais responsável, mais digna e mais saudável.

Foi precisamente a pensar que a **Escola** não é meramente uma formação académica, mas também, uma formação de vida, que o curso de Saúde Ambiental (docentes e alunos) resolveu organizar a **Semana do**

não fumador de 12 a 16 de Novembro (semana que antecede o Dia Mundial do Não Fumador, 17 de Novembro). Esta campanha de sensibilização antitabágica cujo slogan é **"Para uma vida sã...troque o cigarro por uma maçã"**, destina-se a toda a comunidade escolar. A campanha tem ainda, a colaboração do curso da Cardiopneumologia e do Núcleo de Ambiente e Qualidade, e consiste na distribuição de informação alusiva aos benefícios de não fumar; visualização de um filme no bar, alertando para os malefícios do tabaco; realização de espirometrias e claro, distribuir maçãs em troca de cigarros. **Assim, informar, sensibilizar e educar para a necessária responsabilização individual e colectiva face à protecção da saúde (de cada um de nós, fumador ou não) e do ambiente, constituem o grande objectivo desta campanha de sensibilização.**

A introdução da nova lei, que proíbe o tabaco em ambientes fechados e controlando a publicidade do tabaco, é certamente um avanço, mas não é suficiente para conseguir controlar o avanço desta verdadeira epidemia que ameaça a vida de milhões de pessoas. É preciso que as pessoas se consciencializem do problema e decidam livremente melhorar a duração e a qualidade da sua vida, abandonando definitivamente o vício do cigarro.

Ana Ferrelra

Directora do Curso Superior de Saúde Ambiental

> Tu Na D'ESTES



A minha primeira vez!!!

Olá caros colegas, ouvintes e fãs da Tu Na D'ESTES.

Esta é a primeira vez que escrevo para o jornal da escola como Magister da Tu Na D'ESTES, confesso que está a ser difícil e ao mesmo tempo emocionante.

O início do ano lectivo, quer dizer este primeiro mês, pode-se dizer que foi positivo. Começamos o ano a actuar na apresentação dos caloiros, onde o calor era muito, mas a vontade de actuar para todos os alunos presentes e, em especial, para os caloiros era muito maior. Quanto ao regulamento da Tuna houve algumas alterações que, depois de muito pensar e discutir, espero que sejam para melhorar e enveredar pelo melhor caminho. Não poderia deixar de falar dos recém-chegados à Tuna, agora chamados de aspirantes, que nos vão ajudar muito em muitas tarefas, como transportar e arrumar os instrumentos, acompanhar-nos e apoiar-nos nas actuações, e também ter o prazer de

comer, "beber e beber" à mesa connosco em muitas actividades. Foi o que sucedeu no primeiro jantar de Tuna deste ano, que ocorreu no último dia da latada, em que a parte de beber foi muito mais activa que a de comer...deviam estar com sede, digo eu...depois viu-se no que deu... poucos foram os aspirantes que chegaram ao recinto! Mas isto é só questão de hábito, depressa se habituarão a esses jantares e não só!

Neste momento a Tuna está com alguns projectos, em que parte destes já se encontram a ser trabalhados por isso, já sabes, que pouco a pouco vão surgir nas nossas actuações algumas surpresas agradáveis... A Tu Na D'ESTES está a trabalhar de forma a melhorar a qualidade da Tuna e, sem menos importância, para agradar e surpreender quem gosta de nós e de nos ouvir. Por isto e por muito mais...NÃO PERCAS A PRÓXIMA ACTUAÇÃO, PORQUE NÓS TAMBÉM NÃO!...

A Magister

Carolina Matos

> Núcleo de Desporto



Começou um novo ano lectivo e para variar estamos a programar novas actividades desportivas, para que seja possível dar continuidade ao trabalho realizado pelo núcleo de Desporto nos últimos anos.

Com a chegada de novos alunos à nossa escola, pretende-mos através das actividades propostas pelo núcleo de desporto dar uma maior dinâmica à instituição e contribuir na dinâmica desportiva do IPC, para que cada vez mais os nossos caloiros possam ser melhor recebidos e integrados.

No entanto, para tal é necessário sempre pessoas para ajudar na organização das actividades, porque não nos podemos esquecer que todos que fazem parte quer dos núcleos quer da associação, também são estudantes e tem trabalhos, frequências, estágios e outras avaliações para fazer, como as pessoas para quem se destinam as actividades. Por isso é importante que todos os alunos contribuam da maneira que podem na organização das actividades, para que estas tenham sucesso.

O núcleo de Desporto tenta sempre estar o mais perto possível dos alunos, porque sem estes não tinha sentido algum estar a organizar actividades, e para tal criamos um blogue - <http://ndestesc.wordpress.com/>, onde é possível ver varias informações, nomeadamente dos

elementos do núcleo, as actividades realizadas, a decorrer e planeadas, contactos (email - ndesporto@aeestesc.net), links entre outras.

No site www.fadu.pt, é possível também ver o calendário com as datas das actividades propostas pela FADU – Federação Académica do Desporto Universitário, onde o IPC – Instituto politécnico têm equipas a participar em várias modalidades, nomeadamente Voleibol, Basquetebol, Futsal e futuramente em Rugby. Existem também atletas a participar noutras modalidades. Nos dias 10 e 11 de Dezembro vai decorrer em Coimbra, no Pavilhão 3 do Estádio Universitário de Coimbra o II Torneio de Apuramento para as finais de Voleibol, onde o IPC terá equipas em sua representação.

É neste contexto, que contamos com o teu apoio para obter um bom resultado neste torneio de apuramento de forma a repetir o feito de ter conquistado no primeiro ano de participação o 3º lugar na fase final dos Jogos Universitários de Voleibol.

Não esqueçam de passar pelo blogue do núcleo para se manterem actualizados e a par do desenrolar das actividades e caso tenham alguma dúvida ou sugestão não hesitem de a fazer directamente com algum dos elementos do núcleo ou para o e-mail.

Paulo Cortesão

> Diz lá ... o que pensas sobre: os novos moldes da Latada

"Pode-se dizer que 80% da latada foi passada no chão, uma vez que, moches era o que não faltava, assim como o comer o pão com manteiga no chão no meio de tanta gente e tanto pó. Acima de tudo posso dizer que esta foi a minha primeira queima do último ano, uma vez que, esta realizou-se no queimódromo... Foi muito fixe, sempre a bombar ao som do álcool, ou não."

Carolina Matos (4º ano Radiologia)

"Apesar do pó do recinto, do frio e de algumas surpresas menos interessantes, posso dizer que foi uma latada em grande em que a noite fulcral foi mesmo o "nosso" Quim. Resumindo, foi muito fixe agora há que esperar pela queima!"

Sofia (2º Ano Radiologia)

"Apenas posso comentar o decorrer dos festejos que aconteceram num local limitado – o maravilhoso, esplendoroso, o único, o... "X" de Fisio. Neste local ocorreram inúmeros atentados às pernas do pessoal (penaltis) onde houve inclusive finos derramados, hematomas, fracturas, contusões mas repito finos derramados (desperdício!)."

Flávio Mateus (3º ano Fisioterapia)



"O recinto esteve bem, diferente de todos os outros anos, mas penso que se perdeu a diferença entre a latada e a queima. Tinha-se a ideia que a latada era uma festa menor, e este ano isso perdeu-se. Relativamente as bandas não estavam mal para uma latada, mas fica a sensação que são sempre as mesmas."

David Pascoal (2º ano Audiologia)

"Foi a melhor latada de sempre!! Em termos de condições de espaço. Fora à parte o facto de haver muito pó e do som no interior da tenda principal ser demasiado intenso. Realço também os artistas! Deviam trazer alguma coisa melhor..."

Igor Simões (4º ano Cardiopneumologia)

> **o mundo lá fora****Recurso a aborto ilegal continua...**

Três meses após a vigência da nova legislação, portuguesas continuam a abortar clandestinamente. Para muitos, a razão reside essencialmente na escassez de informação que ainda se sente em torno desta temática. De acordo com o Diário de Notícias, "passar em tão pouco tempo de uma situação em que o aborto só era permitido em casos muito específicos (violação, perigo para a saúde física e psíquica da mulher e malformações fetais) e que era lida pela generalidade da população como uma proibição total, para uma situação em que, tendo havido legalização até às dez semanas, poderá ficar a ideia de uma "liberalização total" pode resultar em total confusão".

Na Clínica dos Arcos, um dos três estabelecimentos privados certificados no país para a interrupção da gravidez, mais de um quinto das mulheres que aí recorrem já terão ultrapassado as dez semanas de gravidez. A diretora da clínica, Yolanda Hernandez, considera que existem vários motivos para aparecerem nestas circunstâncias: "umas talvez não saibam de quanto tempo estão, outras sabem mas querem ver se passa. E haverá aque-

las que nem conhecem bem a lei". Contudo, uma recusa não é o fim da linha para estas mulheres. Muitas acabam por recorrer a clínicas espanholas.

A realidade é dura e crua. Existem casos de mulheres que recorrem a farmácias para adquirir Cytotec (misoprostol, um medicamento para o estômago com potencialidades abortivas); outras continuam a recorrer a consultórios ilegais. As razões são várias: como já foi referido, em muitas mulheres, o tempo de gestação já ultrapassou as 10 semanas, outras não querem expor o seu caso.

Irrisória é também esta teia de contradições políticas que assola Portugal. Por um lado temos a legalização do aborto e o fecho maciço de maternidades (que leva grávidas a comprar, como precaução, kits esterilizados para ambulâncias); por outros, temos os recentes subsídios de incentivo à natalidade!...E é assim, neste clima de confusão e perplexidade, que vamos vivendo em Portugal.

Paula Oliveira**Bangladesh pede ajuda internacional**

O Governo de Bangladesh lançou esta semana um apelo à comunidade internacional para que inicie os mecanismos de ajuda, depois da passagem do ciclone Sidr no país, que segundo o Governo causou 2.407 mortos, número que segundo o Crescente Vermelho poderá ascender a 10.000.

«O nosso ponto de vista é de que os nossos amigos nos irão ajudar neste momento de necessidade», afirmou em comunicado o ministro dos Negócios Estrangeiros bengali, Iftekhar Ahmed Chowdhury.





«Estamos a fazer tudo o que podemos, mas a magnitude da calamidade foi, simplesmente, demasiado grande», acrescentou.

Antes, um porta-voz do Ministério dos Negócios Estrangeiros tinha dito que o ciclone Sidr foi mais um dos desastres que o Bangladesh sofreu este ano, após ter

registado dois grandes inundações.

O Sidr assolou quinta-feira passada o litoral sul do país com ventos de 233 quilómetros/hora, que causaram um aumento do nível do oceano de cinco metros e causaram transtornos a mais de 6 milhões de pessoas, segundo o Crescente Vermelho. A ajuda começou a chegar a muitas zonas do país, onde dezenas de milhares de pessoas ficaram sem casa e acesso à água potável, com o risco de que comecem a surgir as epidemias.

Teresa Pedro> **Sabias que...**

-  A palavra ASSASSINO deriva de HASHÁSHIN que em árabe significa "fumadores de erva" e que também era um seita de assassinos;
-  Alquimia vem de ALKHEMIT, que significa EGITO em árabe;
-  O Homem e o Rato partilham 85% de ADN, apesar de separados por 75 milhões de anos;
-  Um metro é a Décima Milionésima parte do meridiano terrestre.



> Novembro em destaque ...

Literatura



Um Pequeno Grande Amor

Fátima Lopes

Cinema



A Bússola de Ouro

Realização: Chris Weitz, baseado num livro de Philip Pullman

Música



Gentleman

Álbum: Confidence (2004)
Músico de Reggae Alemão

Página 15

Soluções Passatempos:

T	E	R	R	I	F	I	C	O	S
R	U	A				F	E	M	E
A	R	P	A	O		L	O		R
M	O	A	G	F	M			O	A
B		R	A	S		A	L	A	R
O		I	S	T	O			U	R
L		G	A	E	L	I	C	O	
H		A	I			H	A	R	P
A	R		H	I	A	T	O		M
O	R	T	O		R	E	S		O

3	1	7	5	9	4	8	6	2
6	2	5	1	8	7	3	4	9
4	9	8	2	6	3	5	7	1
1	8	3	7	5	9	4	2	6
2	6	9	4	1	8	7	5	3
7	5	4	6	3	2	9	1	8
8	4	1	9	7	6	2	3	5
5	3	2	8	4	1	6	9	7
9	7	6	3	2	5	1	8	4

● teu espaço

> Sugestões

> Ideias

> Anedotas

> E-Mail's

> Fotografias

> Passatempos

> Concursos



As tuas sugestões... Slimmy



Beatsound Loverboy é o álbum de estreia do português Slimmy.

Dividido entre o Porto e Londres, Slimmy conseguiu algum destaque, tendo já participado na digressão dos Electric Six, bem como com um tema na banda sonora da série *CSI Miami*.

Neste disco, definido pelo próprio autor como electro/rock, poderás encontrar 11 temas, nos quais participaram, durante a sua produção, Saul Davies, dos *James*, e Quico Serrano, dos *Plaza*.

Liliana Ribeiro

> Personalidade do mês

Hugo Chávez...o "Ditador"



Hugo Chávez Frías, nasceu em Sabaneta de Barinas em 1954. Ex-militar e político venezuelano, Hugo Chávez realizou os seus estudos primários e secundários em Sabaneta e os superiores na Academia Militar Venezuelana, onde obteve o grau de subtenente em 1975. Também é licenciado em Ciências e Artes Militares, ramo da Engenharia. Nas Forças Armadas Nacionais ocupou diversos cargos de comandante.

Em 1982 Hugo Chávez fundou o "Movimiento Bolivariano Revolucionario" (MBR-2000). Foi comandante da operação militar Ezequiel Zamora, que protagonizou a rebelião de 4 de Fevereiro de 1992. Prisioneiro militar devido à rebelião (1992-1994), acabou por ser libertado e fundou o "Movimiento V República", pelo qual apresentou a sua candidatura às eleições presidenciais de 6 de Dezembro de 1998.

Eleito presidente constitucional da República, Hugo Chávez impulsionou a eleição, por referendo, de uma Assembleia Constituinte encarregue de redigir um novo texto constitucional, que mais tarde seria aprovado, também por referendo.

Em Julho de 2000 Chávez foi reeleito presidente de

Venezuela por ampla diferença sobre os seus adversários.

Dois anos mais tarde, em 11 de Abril de 2002, foi alvo de um golpe cívico-militar fracassado. Apesar de ter ficado prisioneiro por dois dias na "Ilha da Orchila", Hugo Chávez tomou novamente funções graças à acção do Exército Nacional e dos seus partidários.

A oposição organizou novas manifestações que resultaram numa greve geral entre Dezembro de 2002 e Fevereiro de 2003. Os conflitos com a oposição não cessaram e em Agosto de 2004 foi submetido a referendo a revogação do seu mandato presidencial, do qual saiu fortalecido ao conseguir, a seu favor, 59% dos votos. Da mesma forma, dois meses mais tarde, o partido de Chávez arrecadou uma vitória redonda nas eleições regionais e locais da Venezuela.

Desde que Chávez chegou ao poder, muito mudou na Venezuela... para pior! A política de Chávez é muitas vezes ditatorial, mas afirmando-se como homem do povo consegue a simpatia da grande maioria dos venezuelanos, que vêem nele um salvador. A verdade é que Chávez está a retirar o poder de certos órgãos administrativos, muitas vezes acabando com os próprios, e recambia-os para ele próprio – O presidente. Intenta também em perpetuar os mandatos dos presidentes para se tornar, assim, presidente para todo o sempre da Venezuela. Com uma atitude frontal e nada discreta, Hugo Chávez (que até tem um programa de televisão) segue o seu caminho e nem mesmo D. Juan Carlos o consegue calar.

Cristiano Cunha

>Comentários corrosivos...



O nosso aquário está vazio...
Será que vamos ter peixinhos a sério?!



Voltamos ao velhinho problema das acessibilidades!
Obrigado ao popó da escola por estacionar aqui...
Será que temos problemas de estacionamento?

> **Comentários construtivos...**

O jardineiro foi avistado...

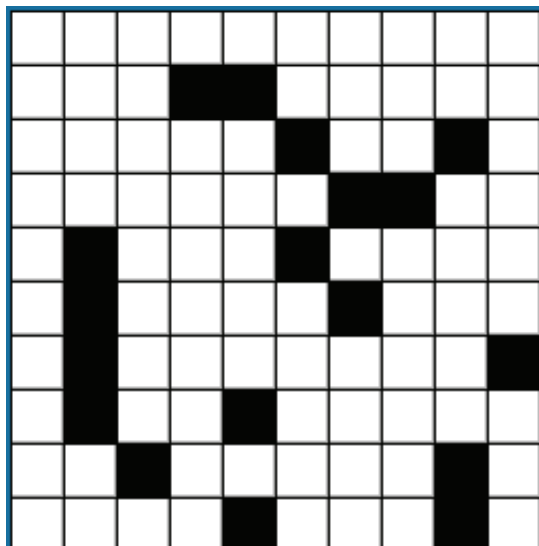
Pedimos desculpa se ferimos susceptibilidades...



Parece que há notícias que têm efeito...

Já foram tomadas as diligências para que a rede da escola fosse arranjada! Já não era sem tempo!

Pedimos desculpas aos Srs ladrões...

> **Passatempos...****Palavras cruzadas:****SUDOKU**

		7	5				6	
6				8				9
4			2					
		3		5	9	4		
						7		
	5							8
						2	3	5
	3			4	1		9	

Horizontais:

1. Aterradores;
2. Estrada, o oposto de macho;
3. Arma de caça submarina, espécie de escumilha;
4. Acto de moer, contr. (inv.);
5. Chefe etíope, que serve de asa;
6. Pron. demonstrativo, larva que se cria nas feridas dos animais;
7. Céltico;
8. O árabe, instrumento musical;
9. Brisa, espaço;
10. O nascimento de um astro, ente (inv.).

Verticais:

1. Grande queda;
2. Moeda europeia, Rolls Royce;
3. Moça;
4. Abrigo;
5. Cardeal;
6. Letra dobrada, a visão;
7. Norma (inv.), barco de recreio;
8. Com (anagr.), ganhos;
9. Vogais, armazém subterrâneo (inv.);
10. Curara, patrão.

Soluções pág. 13.

> **Cartoon****Lúcifer Chávez****Provocações...**

A Latada deste ano foi diferente! Teve qualquer coisa que não costuma ter nos outros anos. Mas o que mais me aborrece é que ainda não descobri o que foi... Estou para aqui a pensar, a pensar, a pensar... Já sei! Este ano não choveu! Não, não pode ser isso. Era demasiado evidente, além de que não faz muita diferença. Mas o que terá sido? O local! É isso! Não foi no sítio do costume! Isso talvez faça a diferença... Acho que também não é isso. O local e o tempo não alteram nada... quer dizer alteram o consumo de refrigerantes de cevada!

Se calhar é só impressão minha. Talvez a doença das vacas loucas afecte os lobos ou até mesmo o aquecimento global! Esperem! Já sei! É isso! Descobri! A diferença deste ano foi as eleições para director da ESTESC!

Aproveito para felicitar a nova direcção e também para felicitar a direcção que está de saída pelo trabalho feito.

O facto de terem existido duas candidaturas para ocupar o lugar de director revela não só que é um lugar muito apetecido, como também que existem pessoas com vontade de valorizar ainda mais a escola e torná-la uma escola de referência. (Consta para aí que um dos candidatos perdeu porque não é grande apoiante de praxes...)

Pede-se a esta nova direcção que se mostre mais que a anterior, que se misture mais com os alunos e que continue o bom trabalho da direcção anterior.

Caso queiram comentar este artigo ou enviar sugestões enviem um email para:

lobo.o.mau@hotmail.com

Lobo Mau

> **Fotografia do mês**> **Frase do mês**

“Nada se perde; o passado continua vivo em tudo o que interessa para o futuro.”

In “Tarot” Oswald Wirth

FICHA TÉCNICA

Coordenador: Vasco Vicente **Responsável financeiro:** Tiago Domingues; **Secretária:** Nicole Albuquerque; **Redacção:** Nicole Albuquerque, Nuno Fontes, Teresa Pedro, Tiago Domingues, Vasco Vicente **Logótipo:** Ana Carvalho Fonseca; **Fotografia:** Teresa Pedro, Tiago Domingues, Vasco Vicente **Colaboradores permanentes:** Diana Mestre, Dina Figueiredo, Hugo Pereira, Luís Domingos, Maria Paula Russo, Ricardo Monteiro, Miguel Pereira, Paula Oliveira, Tomás Oliva; **Publicidade:** Diana Covas, Licínia Pino; **Impressão:** Centro de Cópias; **Tiragem:** 300 exemplares; **Supervisão:** Núcleo de Informação e Divulgação da AE-ESTESC; **Propriedade:** Associação de Estudantes da ESTeS Coimbra; **Agradecimentos:** Associação de Estudantes da ESTeSC.

Edição:

*Núcleo de
Informação e
Divulgação
AE-ESTESC*

