

Associação de Estudantes da
Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra

**Maio
2009**

Apoio:



INSTITUTO POLITÉCNICO
DE COIMBRA

(L)ESTES | JORNAL DE EDIÇÃO MENSAL | N.º 46

Distribuição Gratuita

AE-ESTeSC

> **Não Paramos!!!**

pág. 3

Notícias da ESTeSC

**Afinal o que se
passa??**

pág. 3

Dia da Escola

Relatório

pág. 4

IV Mentas Brilhantes

Relatório

pág. 5

> **Diz lá...o que pensas**

> **“NID/(L)ESTES”**

pág. 9

> Em destaque ...

- > Notícias do NID
- > Sabias que...
- > Cultura - Maio em Destaque
- > A Avozinha
- > Comentários construtivos e corrosivos
- > Personalidade do Mês: Susan Boyle
- > Passatempos: Quem é Quem?
- > Carroon, Foto e Frase do mês
- > Saúde (in)forma: Gripe Suína
- > PEI: Plano de Emergência Inferno



**Contra tudo,
informar, in-
formar!!**

5 ANIVERSÁRIO
desde 2004 a informar a ESTeSC



**“Pintar
com Luz”**



1º Kátia A.
2º Kátia A.
3º Marco A.



Bênção

nid.aeestese@hotmail.com

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

> Editorial

Bem mais uma Queima se passou... Para alguns foi a primeira para outros a última, o que interessa é que todos sentem a falta da maior festa desta cidade, que apesar de a pintar de preto durante uma semana, traz a maior das alegrias aos que por cá passam... mas como "não há bela sem senão", finda a "ramboiada" aí vem, essa sim, a época negra para todos os estudantes, e claro também para nós cá na ES-TeSC... Frequências, trabalhos, monografias, aaaaaiiiiiiii... mas pronto também há boas notícias finalmente os estatutos da escola já são oficiais, mas será que alguém vai ter tempo de também ainda ir estudar isso?... humm... por outro lado o nosso estimado presidente do IPC experimentou as novas tecnologias pela negativa: recebeu um mail a destituir-lo... e não era brincadeirinha... A todos boa sorte e pernas partidas para o que aí vem... e em especial aos novos doutores... Parabéns...

Até Junho, e que venha o calor...



Edições anteriores... Maio



Maio de 2005



Maio de 2007



Maio de 2006



Maio de 2008

Edições anteriores... Maio

Notícias do NID



A Impressora não parou e já vos trouxe mais uns duzentos e picos (L)ESTES! Pena é que ela não imprima mais membros para este núcleo que mesmo assim não desiste e continua a apresentar-te com este teu companheiro de curso, que é o (L)ESTES, este menino que faz



este mês exactamente 5 anos... Guarda esta edição, pois foi há cinco anos que uma mente iluminada decidiu arriscar começar uma edição informativa regular na ES-TeSC, que ainda hoje se publica...

Mas este mês mesmo depois da Queima e mesmo no meio de tanto trabalho, convidamos-te a dispensar alguns

momentos e participares nos nossos concursos de fotografia, "Foto mais estúpida da Queima" e "4 elementos". Todos os outros pormenores estão em regulamento que te foi enviado por e-mail.

Por outro lado foi neste mês no dia 27 que se realizou o "Mentes Brilhantes da ES-TeSC", grande campeonato de agilidade mental e cultura geral, que mais uma vez contou com pouca adesão, mas acerca deste evento saberás mais na página 5.

Se te agradam estes eventos, inscreve-te experimenta e vem ajudar-nos a organizá-los...

Vasco Vicente

Notícias da AE-ESTeSC



A AE-ESTeSC não pára...na passada semana de 18 a 23 de Maio realizamos a segunda edição da Semana da Vida Saudável. Ao contrário do ano passado, não conseguimos um patrocínio para darmos iogurtes, contudo não foi por isso que deixamos de alertar para o que podemos fazer para termos uma vida um pouco mais saudável.

O balanço desta actividade foi positivo, contudo consideramos que poderia ter tido mais adesão pela vossa parte.

Por falar em adesão...o torneio de PES2009 foi sem dúvida uma actividade que chamou a atenção da comunidade estudantil masculina. Fica no ar a possibilidade de repetir e quem sabe fazer algo parecido para "avaliar" os dotes vocais do pessoal da ESTeSC.

Mas...agora e para aqueles, que como eu, se aproximam do fim desta passagem pela ESTeSC, a AE está a ultimar os preparativos para o Baile de Finalistas. Posso desde já adiantar que este será no dia 10 de Julho, na Quinta Dona Maria, em Soure, sendo que será garantido o transporte para a quinta. Os preços serão 30€ para sócios da AE e 32€ para não sócios, mas muito em breve as inscri-

ções serão abertas e dadas mais informações sobre este momento tão esperado.

Bem, mas não é só de actividades que a AE-ESTeSC vive, temos nos feito representar nos diversos fóruns de discussão estudantil, nomeadamente na Federação Nacional de Estudantes do Ensino Superior Politécnico (FNAEESP), onde temos dois elementos nos órgãos directivos. E no Encontro Nacional de Direcções Associativas (ENDA) que se realizou este fim-de-semana na Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra. Neste ENDA foram discutidos temas de bastante relevância para o ensino superior nomeadamente no que diz respeito a Acção Social e a fórmula de atribuição de bolsas, debatendo-se formas para que estas sejam mais justas e abranjam um maior número de estudantes.

Como podes ver, não temos parado...apesar de algumas vezes a AE estar de porta fechada, isso não é sinónimo de não trabalharmos, apenas como toda a gente somos estudantes e também temos as nossas aulas. De qualquer forma podes sempre contar connosco para te apoiar! Saudações Académicas. ■ **Maria João Dias**

Notícias da ESTeSC/IPC

Afinal o que se passa?!!

Se têm estado atentos aos jornais devem ter reparado nas polémicas que se geraram no seio do IPC...estas polémicas estão relacionadas com um processo de extrema importância para todo o politécnico, uma vez que se trata da eleição de um novo presidente para esta instituição. Se tudo correr dentro da normalidade no próximo dia 19 de Junho os membros do Conselho Geral do IPC irão eleger o novo presidente do Instituto. Cargo para o qual existem três candidaturas. A saber: Professor Torres Fariña (actual presidente do IPC), Professor Rui Antunes (presidente do Conselho Directivo da ESEC) e Professor Jorge Bernardino (presidente do Conselho Directivo do ISEC).

Na nossa escola também se estão a verificar algumas mudanças, com a publicação dos estatutos em Diário da Republica no dia 14 de Maio de 2009.

Para quem anda desatento ou desligado a partir de agora temos oito departamentos que correspondem aos cursos, mais o departamento das Ciências Complementares que engloba todas as áreas transversais aos cursos. Todos estes departamentos já sofreram um processo de eleição para o seu Director, em tempo útil serão informados dos mesmos.

Os Departamentos terão um Conselho de Departamento no qual estão representantes dos alunos que deverão ser eleitos para os mesmos anualmente.

No que diz respeito aos outros órgãos em que os alunos estão representados, Assembleia de Representantes e Conselho Pedagógico, a representação estudantil foi diminuída. No primeiro caso passamos a ter apenas quatro alunos, os quais já foram eleitos (Francisco Silva, Cardiopneumologia; Cristiano Cunha, Radiologia; Lisa Fulgêncio e Bartolomeu Alves, ambos de Saúde Ambiental) e tomam posse esta terça-feira, dia 2 de Junho no Salão Nobre pelas 12h. No que respeita ao Conselho Pedagógico cada curso terá um aluno em sua representação, que será eleito em tempo útil em reunião geral de curso.

A outra alteração mais evidente, será ao nível da gestão da escola, sendo que o Presidente da ESTeSC, Professor Jorge Conde, passará a ser auxiliado por dois vice-presidentes nomeados por ele, a Professora Ana Ferreira e o Professor Graciano Paulo, que também tomarão posse terça-feira. Desde já ficam os votos de um excelente trabalho.

De uma forma simples são estas as principais mudanças dentro da ESTeSC, contudo fica o desejo que estejam alerta para as mesmas, pois só assim poderão opinar. ■ **Maria João Dias**

Comemoração do Dia da Escola

Já lá vai o tempo em que o “dia da escola” era comemorado a 18 de Março... é já um hábito anual entregar os diplomas a bacharéis e licenciados noutro dia que não esse mas este ano os planos correram mal aos que decidiram aproveitar a Queima das Fitas do primeiro ao último dia. Ora dois fins-de-semana em Coimbra, as saudades já apertavam e era a vez de ir a casa aproveitar para também trazer uns trocos para as propinas já que no fim-de-semana seguinte era a Bênção das Pastas!

Afinal, acabou por ir bastante gente, ficou só a pena de ter um fim-de-semana mais curtinho.

A comemoração começou com a

já habitual missa, seguindo-se então os famosos discursos e a cerimónia de entrega dos diplomas. Apenas a apontar que apesar de sete cursos, só foram revelados seis directores de curso – fica o suspense...

Por entre muitos aplausos e festa, principalmente por parte dos elementos da Tuna, lá seguiu a cerimónia de entrega dos diplomas, acompanhados da tradicional Gerbera.

De elogiar a decoração especialmente florar do auditório, deixando uma mensagem de um maior apreço na escolha do próximo dia que substitua o original “Dia da Escola”.

Kátia Almeida

Poemas de Despedida

Adeus, Sé Velha saudosa
Com guitarras a rezar
Minh'alma parte chorosa
No dia em que eu te deixar

O adeus da despedida
Não dura mais que um minuto
Mas fica na minha vida
Como cem anos de luto

“Sé Velha”, Camacho Vieira

Coimbra, tu eras dantes
O que não voltas a ser;
Quando fomos estudantes,
Eras Coimbra, a valer!

Recordações de estudante
São mais fiéis do que um cão;
Seguem-nos por toda a vida;
São como a sombra no chão

A. Alexandre de Matos

A Avozinha no Dia da Escola



Muitos acharão estranho o porquê da Avozinha no Dia da Escola. Passo a Explicar:

Primeiro: o Dia da Escola nem foi no Dia da Escola e por isso não percebo o porquê de se chamar Dia da Escola. Deve ser como o Natal: é quando o Homem quiser.

Segundo: Já cá ando há muito e está na hora de acabar (ofereceram-me o diploma para não abrir mais a boca).

Passemos ao relatório.

Para variar houve atrasos, a começar pela cerimónia religiosa. O fru fru de que o Sr. Pároco estava noutras bandas, de barriga pró ar e a beber uma cocada foram por água abaixo quando ele apareceu. Teria sido mais interessante se as suspeitas se verificassem mas lá tivemos de orar um pouquinho. Cerimónia animada, cantada por finalistas (ou não), com alguns choros, risos e pedidos ao Senhor lá de cima!

Finda a cerimónia religiosa passou-se à abertura solene com discursos vários.

Começou a Exma Presidente da AE-ESTeSC com um discurso improvisado e de surpresa por estar na mesa. Ora se os alunos não estivessem representados é que eu achava surpresa. O que é uma Escola sem alunos?? Bom, ficou muito por

dizer devido a isso mesmo. A voz dos alunos queria uma palavrinha sobre o site (que vai de vento em poupa), sobre a pasta PED (cada vez mais acessível), sobre matrícula via Internet (quase, quase)... enfim. Mas está perdoada Sra. Presidente pois os alunos (em geral) também não falam.

Seguiram-se o Exmo Presidente do CP, a Exma Vice-Presidente do CC e a Exma Presidente da AR (metade dos que lêem estão a pensar o que será isto do CP, do CC e da AR. Fácil: *Google is your friend*).

Chegou finalmente o Exmo Director/Presidente (ainda ninguém sabe bem) com um discurso IMPLACÁVEL! (aplaudo!)

Teve então a palavra o Exmo Presidente do IPC (via providência cautelar) com um discurso tremido e engolido a seco. Quando pagar o que nos deve, aí sim, eu aplaudo.

Na cerimónia de entrega de diplomas fiquei entorpecida!! Os alunos aderiram em massa, sobrelotando o auditório. É bonito ver como o diploma tem tanto significado na vida (e no bolso) dos Estudantes de hoje...

Mas bem, fico por aqui. Na contracapa há mais.

A Avozinha

IV Mentes Brilhantes da ESTeSC

Pois é jovens, o NID não pára!

No passado dia 27 de Maio do presente ano, decorreu mais uma edição desse grande concurso de cultura geral que é o Mentes Brilhantes. Carinhosamente chamado de "mentes" pelos elementos da organização, desta feita contou com a participação de quatro equipas de verdadeiros geniozinhos de trazer p'la ESTeS!

O auditório foi pequeno para acolher tantos... lugares vazios! Infelizmente, mais uma vez contou com fraca adesão, não só dos candidatos ao estrelato, mas também de plateia... É pena que esta escola use óculos de cortiça! Tão pouco sabe acolher o que lhe é oferecido! Agrava ainda o facto de esta ser organizada por alunos, que se sacrificam pelos alunos sem qualquer retribuição para além do divertimento dos poucos que tiveram coragem de pôr os seus conhecimentos à prova! Mas já lá dizia a minha mãezinha, mais vale poucos mas bons, e se bem calha, isto é bem verdade pois este concurso foi disputado taco a taco...

Também, verdade seja dita, já vem sendo um "habitué" o desinteresse desta comunidade. Os cartazes já são impressos em A3, a divulgação é feita de todas as formas possíveis e imaginárias, e continuam a haver energúmenos que se saem com aquela frase já tão conhecida dos colegas dos restantes núcleos, cursos, e sobretudo da associação de estudantes: "ai que giro, o que é?! Não sabia de nada...". Contudo os cartazes continuam a ser roubados, pelo menos alguém deve saber, não?!

Posto isto, a direcção planta plasmas, os placards que eram para abate foram pendurados por essas paredes adiante, menos aqueles três ou quatro que tiveram de se esconder por causa de uma auditoriazeca que por aí houve. Digo, num processo de reflexão forçada, aparecem dossiês com as notas, os horários mais parecem os dos comboios na estação nova, mas eis se não quando a AE não fica para trás. Esta pondera usar hologramas, néons e cartazes tipo "meta" à entrada da escola... naaa, acho que não resulta, o pessoal ia dizer que não tinha visto, e perguntava de quem raio tinha sido a ideia de pôr aquilo ali, que até lhe tinha estragado o penteado e teve de enxotar com tanto vigor.

É verdade, só a título de curiosidade, esses porreiros da associação e dos núcleos nos tempos livres também tem um curso para tirar... Mas como é por amor

à camisola, que se dane. A gente continua, como sempre, a dar tudo o que pode e que não pode por vós.

Voltando ao mentes... agora aqui vai uma pergunta que não fazia parte do relatório do evento:

Quem organizou o mentes?

A) O mesmo boi que vai a voar e defeca um (L)ESTES todos os meses

B) A secretária do Presidente

C) O pessoal da AE que nem tem assim muito que fazer

D) A Dona Adosinda com ajuda do Sr. Vieira

E) Três elementos do NID e um ex elemento

Não me alongo mais, nem vos puxo mais as orelhas, e vou revelar os vencedores... A concurso as "Shutz Staffael" (SS), "As π sem pé" (têm de ler rápido), os "Shoty Team" (os gatinhos), e os "Analfabutos" (analfabetos e brutos). Na final com alguns contratempos, as SS a concurso com a contratação de última hora, os Analfabutos, tendo vindo a ganhar as Shutz Staffael, não tirando o mérito aos outros finalistas que demonstraram grande qualidade e Fair Play, tendo perdido, por um Pokémon, a taça!

Houve de tudo, perguntas de cultura geral, desde a tradição académica/Coimbra, à história e geografia, arte e cultura, até às ciências e tecnologias; numa primeira fase; mímica e desenho, muita figura triste e muito boneco mutilado vimos nós, então aquela interpretação do cavalo marinho...; e por fim a terceira fase, com carinhas nossas conhecidas um pouquinho tortas, vá distorcidas, pronto atrocidades! E ainda desempates, em que os concorrentes tentaram acertar números inimagináveis. Todos receberam um Kit como prémio de participação, os três primeiros, diploma, e os vencedores um prémio digno de uma mente brilhante a entregar brevemente numa AGA perto de ti. Um louvor a todos os que proporcionaram mais este evento que glorifica quem participou, e envergonha quem não o fez! Nomeio-os, porque são tão poucos que nem têm mal. Ao Vasco, Coordenador e amigo em tempos difíceis, ao Cunha, designer e mentor do evento, a mim, cromo e revoltado como sempre, e à Lili, que nunca nos deixou, um MUITO OBRIGADO, porque se não nos podemos alegrar pelo reconhecimento de todos, vangloriamos-nos pelo dos poucos que sabem do que falam!

Tiago Domingues, vulgo Zé da Kona

Plano de Emergência Interno



A Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra implementou o Plano de Emergência Interno, organizando acções de formação destinadas aos docentes, não docentes e discentes, utilizando diversos meios de transmissão de informação, como anúncios

nos ecrãs, distribuição de panfletos, entre outros.

Este plano, consiste em sistematizar um conjunto de procedimentos, tendo como finalidade otimizar os recursos humanos e materiais disponíveis, de modo, a garantir uma resposta eficaz e segura face a situações de emergência.

Como principais objectivos, este Plano visa, não só, prevenir e evitar a ocorrência de acontecimentos graves, como também definir e determinar uma resposta eficaz e segura em caso de emergência. Para tal, é essencial a sensibilização de todos os intervenientes, durante a ocorrência de um acontecimento indesejado, visando a segurança das pessoas e a preservação

dos bens.

Para garantir esta segurança é necessário cumprir algumas regras comuns a todos os processos de evacuação tais como, seguir as instruções dos chefe de fila (aluno), cerrafileira (professor) e sinaleiros; não se preocupar com o material escolar e sair, prudentemente, fechando a porta; seguir as setas de saída, mantendo a calma; descer as escadas encostado à parede, nunca parar nas portas de saída e, por último, dirigir-se para o Ponto de Encontro (parque de estacionamento B em frente à escola e na zona verde atrás do refeitório).

Deste modo, é fundamental que todos conheçam as instruções gerais de uma evacuação porque todos juntos podemos fazer a diferença. As mais fortes e persuasivas razões para adoptarem comportamentos e medidas de segurança são aquelas que definem o bem colectivo e não, apenas, o bem individual.

Alunos do 3º ano de Saúde Ambiental

> Tu Na D'ESTES



Pois é meus amigos já lá vai o tempo em que não ouviam falar na nossa tuninha. Vamos às últimas novidades! No remoto dia 26 de Março, aconteceu mais um grande FAST'À NOITE, festival de tunas mistas da nossa escola, organizada pela tua tuna. Nesta IV edição, a Tu Na D'ESTES desafiou e propôs as tunas a concurso o tema "Disney".

Tunas provenientes das cidades de Abrantes, Braga, Coimbra e Viseu deram nessa noite um pouco da sua boa música, espírito académico e boa disposição. De terras de Viriato foram também convidados os "Viriatos" que abriram o festival com ritmos ao som de bombos e animação. Por fim, e como não poderia deixar de ser, a Tu Na D'ESTES mostrou também aquilo que melhor sabe fazer e encerrou o festival com uma esplêndida actuação!

O auditório estava repleto, e até tivemos necessidade de vender bilhetes adicionais para aqueles que não quiseram perder de forma alguma esta IV edição do "fast".

A apresentação do espectáculo ficou a cargo de vários elementos da Tu Na D'ESTES que encarnaram o papel de diversas personagens do mundo da "Disney".

Como tunas a concurso tivemos: Estudantina Universitária de Viseu; ESTATUNA: Tuna da Escola Superior de Tecnologia de Abrantes; Tuna Académica do Externato Infante D. Henrique (Braga); Desconcertuna: Tuna Mista da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

Cada uma destas tunas pôde refastelar-se com os nossos fantásticos prémios que foram entregues no final da nossa actuação.

Prémio "Dedos de Ouro" (Melhor Instrumental) - Tuna Académica do Externato Infante D. Henrique

Melhor "Pau" (Porta-Estandarte) – Estatuna

Melhor Caricas (Pandeireita) – Estatuna

Melhor Adaptação – Estatuna

Melhor Original – Estudantina Universitária de Viseu

Melhor "Cordas Vocais" (Solista) – Desconcertuna

Tuna mais Mista – Tuna Académica do Externato

Infante D. Henrique

Prémio Temático (Disney) – Desconcertuna

Tuna mais Tuna – Estudantina Universitária de Viseu

Prémio FAST'À NOITE (Melhor Tuna) – Estatuna

Num rescaldo "pós-fast" os elogios foram bastantes à organização por parte de todas as tunas a concurso e do próprio público.

Não esquecendo todos aqueles que nos ajudaram e proporcionaram que o IV FAST'À NOITE fosse possível, os mais sinceros agradecimentos! Venha o V FAST'À NOITE!

Mais recentemente estivemos presentes nas jornadas de Audiologia, Fisioterapia e Análises Clínicas e Saúde Pública.

Participamos ainda na homenagem ao Leonardo Braga Pinheiro no passado dia 22 de Maio. Leonardo era um antigo aluno de Saúde Ambiental que partiu mais cedo do que esperávamos, para ele fica a nossa homenagem e saudade! Para todos aqueles que ainda não tiveram oportunidade de ver a sua exposição de fotografia aconselhamos vivamente!

Fiquem atentos! Vamos andar por aí porque o ano está quase a terminar mas a TU NA D'ESTES não pára! Muitas actuações ainda nos esperam!

Saudações Tunantes

O magister e a ensaiadora

Eduardo Martins "Edu"

Nicole Albuquerque "Toppo Gigio"

Instituto Politécnico de Coimbra



Instituto Politécnico de Coimbra

O futuro construído hoje!

Licenciaturas
Pós-graduações
Mestrados
Cursos de Especialização Tecnológica

nas áreas de:

Ambiente
Alimentação
 Animação Socioeducativa
Artes

Biotecnologia
Ciências Agrárias
Contabilidade
Desporto

Educação
Gestão
Comunicação
Teatro

Turismo
Engenharia
Saúde

Escola Superior Agrária de Coimbra

www.esac.pt | esac@mail.esac.pt

Escola Superior de Educação de Coimbra

woc.esec.pt | geral@esec.pt

Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Oliveira do Hospital

www.estgoh.ipc.pt | geral@estgoh.ipc.pt

Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra

www.estescoimbra.pt | geral@estescoimbra.pt

Instituto Superior de Contabilidade e Administração de Coimbra

www.iscac.pt | geral@iscac.pt

Instituto Superior de Engenharia de Coimbra

www.isec.pt | info@isec.pt

**Patrocinador
Oficial do (L)ESTES**

Instituto Politécnico de Coimbra

Av. Dr. Marmoco e Sousa, n.º 30

3000-271 Coimbra

Tel.: 239 791250

Fax: 239 791262

informacoes@mail.ipc.pt | www.ipc.pt

> Em destaque...

QUEIMADOS!! (Mais uma Vez)

Depois da monumental Serenata e do tradicional Cortejo, faltava apenas outro histórico ponto da Queima das Fitas: a Garraiada.

Seguida de uma fantástica noite ao som dos Wraygunn e dos Buraka Som Sistema, lá fui eu em direcção à Figueira da Foz, com esperança de ver a minha primeira Garraiada como estudante. Infelizmente, a missão não foi concluída com êxito. Atrasos no almoço, uma ligeira falta de orientação na baixa daquela cidade e o preço (um bocado) abusivo não me permitiram entrar "na arena" a tempo da lide.

Mas, por sorte ou não, tive uma nova oportunidade para ver o porquê do descontentamento dos alunos do Instituto Politécnico de Coimbra.

É que mais uma vez fomos discriminados em relação aos alunos da Universidade de Coimbra... já não bastava a forma como fomos tratados na última Lata-da, vem agora mais uma ache-ga para atear a chama na luta pelos nossos direitos.

Ao chegar à Praça de Touros (Coliseu Figueirense) deparei-me então com uma situação caricata, mas que faz todo o sentido...

Um grupo de novos fitados da ESTeSC, juntamente com outros alunos do Politécnico decidiu barrar a entrada dos cavaleiros como forma de protesto à discriminação constante destes alunos. Pergunta-se: Porque é que não podemos entrar na arena tal qual os novos fitados da UC???

Pagamos propinas tal como eles, estudamos e vivemos o espírito académico tal como eles, mas continuamos a ser postos de lado como se fossemos inferiores. Afinal onde está a igualdade de direitos?



Muitos defendem esta atitude (e são esses que nos inferiorizam), papagueando assim, somente porque não somos alunos da Universidade... E aí reside o problema! Estes senhores não entendem que se fazemos parte de outro organismo de Ensino Superior, é porque a UC não pode comportar mais outros milhares de alunos na sua instituição... Veja-se o caso de Aveiro que tem os cursos de Tecnologias da Saúde na Escola Superior de Saúde integrados na Universidade de Aveiro!

Pergunto então porque não fazer o mesmo em Coimbra? Porquê deixar Radiologia, Fisioterapia e Enfermagem (entre muitos) fora da Universidade?

Pergunto mais! Porque é que somos tão diferenciados e menosprezados, quando na verdade temos médias de entrada muito superiores a numerosos cursos da UC?

Verdade seja dita, e muito friamente, ainda existem muitos cursos nas nossas universidades, que servem apenas para oferecer

título de Engenheiro, já que em termos de empregabilidade e importância têm de tão pouco quanto os alunos que para lá vão... Todos os anos se falam numa dúzia de cursos que não podem ser leccionados porque têm apenas 3 ou 4 inscritos... no entanto estão na Universidade!

E valem mais que nós?

Mas no final aconteceu o que se previa... a luta foi em vão, as portas abriram e os cavaleiros entram para a arte tauromáquica.

Um dia... Talvez um dia...

Tiago Dadeiro, 2º Ano de Radiologia

www.monarquicodivagador.blogspot.com

> **Mitos Urbanos do dito à verdade**

Depois de uma semana de Queima bem regadinha, quem ainda não se preocupou sobre o possível efeito que o álcool tem sobre a pílula? ...

Apesar dos seus 99(9)% de segurança, muito se ouve sobre o que pode diminuir ou mesmo anular esta percentagem que tanto nos descansa. Relativamente ao álcool, podem ficar descansados porque o álcool não tem qualquer efeito directo sobre a pílula no entanto, convém ter algum cuidado extra, não vá o comprimido milagroso sair misturado com

A pílula e o álcool

o jantar. Ai sim pode haver problemas uma vez que a pílula não foi ainda absorvida e conta, portanto, como um esquecimento!

Quanto a outras substâncias que podem anular o efeito da pílula, o principal cuidado a ter são os antibióticos. O ideal é informarem-se bem a cada dúvida e terem noção que afinal responsabilidade e divertimento são a combinação perfeita. Em caso de dúvida, o preservativo é sempre a melhor solução. ■ **Kátia Almeida**

Pintar com Luz

Homenagem a Leonardo Braga Pinheiro

No passado dia 22 de Maio, realizou-se no auditório Santa Clara, uma homenagem ao nosso colega Leonardo Pinheiro, que faleceu dia 7 de Maio de 2008, de uma forma tão drástica. Leonardo era natural de Vila Franca - S. Miguel, Açores, e frequentava na altura o 1º ano de Saúde Ambiental. Este ser único e extraordinário, deixou-nos uma verdadeira obra de arte: fotografias tiradas e



com Luz".

A homenagem contou com a participação da Professora Ana Ferreira, coordenadora do curso de Saúde Ambiental, Francisco Silva, vice-presidente da Associação de Estudantes e Soraia Lopes, colega e amiga.

Houve também a visualização do filme "A Essência da Vila", elaborado por

Leonardo, que retrata um pouco o que é a vida na sua terra.

A Tu Na D'ESTES, também deixou a sua mensagem, dedicando-lhe 3 temas: Chuva, de Mariza; Eterno Beijo, original da tuna; e Secretamente, de Rita Guerra.

"Pintar com Luz" esteve o resto do dia exposta no auditório, passando uma parte no dia 25 para o hall de entrada da escola, onde permaneceu até dia 27 de Maio.

Quero, por último, agradecer a todas as pessoas que me ajudaram a tornar o sonho do Leonardo uma realidade.

Informo também que a exposição vai para os Açores, Vila Franca do Campo - São Miguel e que no dia 24 de Junho será lá realizada a grande exposição de Leonardo Braga Pinheiro.

Soraia Lopes

2º ano de Saúde Ambiental



trabalhadas por ele. Estas não eram meras fotografias. Cada uma era escolhida ao pormenor e tinham sentimentos retratados. Ele trabalhava cada uma de uma forma inexplicável. Cada tom, cada traço parece que foram "pintados" com a maior ternura e carinho. Todas as fotografias têm uma ou várias mensagens, cabendo a cada visitante interpretá-las.

Como o Leonardo nutria uma paixão pelas suas fotografias, resolvi, com a ajuda dos meus colegas de turma, realizar uma exposição com elas, em sua homenagem. Qual o meu espanto, quando a mãe me disse que este era um dos seus sonhos e que ele já tinha nome para a exposição: "Pintar

> Diz lá ... o que pensas sobre:

Eu penso que o NID propõe umas actividades interessantes. É pena os alunos não serem muito participativos nelas. Quanto ao (L)ESTES, acho que aborda assuntos interessantes e até importantes, é leve e divertido o que não torna chata a sua leitura.

Susanne Cunha, 3º ano de Audiologia

Sobre o jornal acho que é uma boa iniciativa. Conseguem conjugar uma parte mais de como é que eu hei-de dizer....tipo mais divertida mas conjugar com a crítica! No fundo acaba por ser o sítio onde as opiniões dos estudantes acerca das coisas menos boas da escola podem ser expostas...

Joana Sá, 4º ano de Fisioterapia

ONIDe o (L)ESTES



Na minha opinião o (L)ESTES e o órgão que o elabora, o NID, são muito importantes na nossa escola não só porque nos informam sobre as novidades da mesma mas também do mundo universitário..inclusivamente contém críticas que todo e qualquer estudante e/ou membro da escola devia prestar toda a atenção, já que é o jornal que dá destaque aos alunos e às suas opiniões..

Vanessa Teixeira, 4º ano de Saúde Ambiental

> Em destaque...

Bênção das Pastas IPC

No passado dia 23 de Maio, e como tem vindo a ser hábito, realizou-se na Sé Nova de Coimbra a Bênção das Pastas do Instituto Politécnico de Coimbra, Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, Instituto Superior Miguel Torga, Instituto Superior Bissaya Barreto, Escola Universitária das Artes de Coimbra e Escola Universitária Vasco da Gama.

Centenas de estudantes começaram a aglomerar-se junto à entrada da Sé ainda não eram duas e meia. E com eles como não podia deixar



de ser, também os parentes mais próximos vieram ver a alegria de ver os seus rapazes e raparigas, neste momento que

simboliza o "quase" final do seu percurso académico, e o início da vida profissional.

Para organizar melhor as coisas cada Escola ou Instituto ficou com o seu cantinho da Igreja. Aos nossos finalistas foi reservada a parte de trás do altar, onde ficaram a assistir à missa como antigamente se fazia, com o padre de costas para os fiéis.

Esta foi decerto para muitos uma missa especial repleta de nostalgia, que depressa pôs muitas almas em choro por saberem que terão que deixar esta vida de estudante e para outros ainda também deixar Coimbra... Ai Saudade Ai...

Mas rápido entrou em cena o coro que com as suas músicas alegres e melódicas conseguiu afastar por momentos a tristeza de alguns. E nesse mesmo coro, também esteve a nossa Escola bem representada com alunos e alunas que quer já pertencessem à área (Tu Na D'ESTES) ou simplesmente quisessem fazer parte desta cerimónia, deram um

bom espectáculo.

E eis se não quando, depois de muitas e boas recomendações do Sr. Bispo, começam a chamar os finalistas pelas suas escolas e mal se ouve "Escola Superior de Tec..." já só se viam fitas cinzas e amarelas todas repletas de dedicatórias a serem agitadas no ar presas às pastas. Depois vieram todas as outras escolas e institutos, sendo de realçar o "batalhão" da ESEnfC", e os três representantes da EUVG.

Mas também existiram falhas pois por um lado, é claro que muitos dos familiares não puderam assistir à missa tão ansiada para tristezas deles e dos seus "rebentos", mas também é verdade que houve um certo desleixo na organização, pois no dia seguinte na Bênção das Pastas da Universidade de Coimbra, foi disponibilizada uma tela e um projector para os familiares que não conseguissem assistir à cerimónia dentro da Sé. Quem sabe, para o ano, alguém se lembre disso, porque este é um momento único na vida de família e estudantes...

Mas acabada a cerimónia, não se sabe se por nostalgia ou por orgulho de estar formado, os mesmos estudantes continuaram a agitar as suas pastas no ar desta vez em simultâneo, o que proporcionou um cenário multicolor fantástico.



Já cá fora era a altura das fotos, com as famílias, as "lancharadas", "jantaradas" e também para alguns a viagem para casa com os seus... sendo que ainda houve uns resistentes que foram afogar a saudade na noite...

Decerto que Coimbra sentirá a vossa falta...

Parabéns Finalistas da ESTeSC... "Coimbra tem mais Encanto, na hora da despedida..."

Vasco Vicente, finalista de Fisioterapia



> Em destaque...

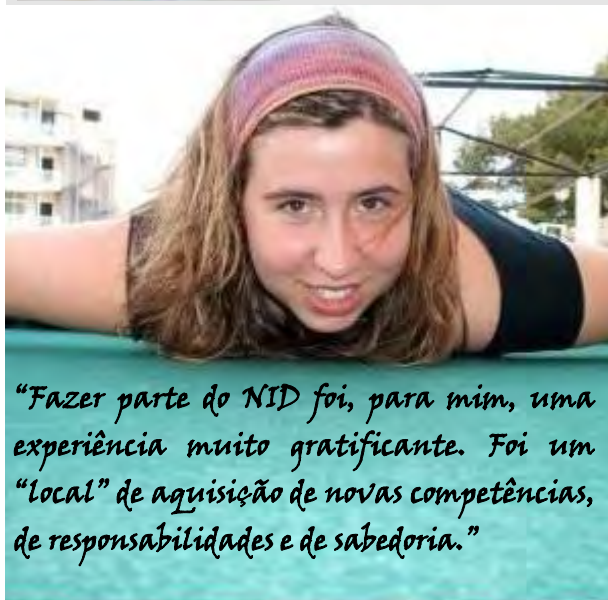
5º aniversário

Página dos ex-coordenadores

Diana Covas

“Fórmula 1 ecológica”

Um grupo de estudantes da Universidade de Warwick (Inglaterra) desenvolveu uma pesquisa cujo resultado final é um carro de corrida verdadeiramente ecológico, o EcoF3. O primeiro protótipo foi concebido com o design de um monolugar de Fórmula 3. Este carro tem a particularidade de apresentar o volante feito de cenouras, a carroçaria composta por batatas, um banco à base de soja e muitos dos restantes componentes deste carro contêm fibras e resinas vegetais. O EcoF3 alimenta-se de óleos vegetais, nomeadamente de óleo de chocolate. E como ecológico não é sinónimo de lentidão, nos testes preliminares este amigo do ambiente atingiu os 233Km/h. Ainda não vamos ver o EcoF3 nas pistas já na próxima época de competições, isto porque ainda não cumpre os actuais regulamentos da Federação Internacional do Automóvel, o chocolate ainda não faz parte da actual lista das fontes de energias permitidas. Mesmo assim, este grupo de estudantes promete continuar a trabalhar e tentar levar o EcoF3 até à Formu-



“Fazer parte do NID foi, para mim, uma experiência muito gratificante. Foi um “local” de aquisição de novas competências, de responsabilidades e de sabedoria.”

obrigado!!

Paula Oliveira

“Árvore cresce em pulmão de jovem russo”

Artyon Sidorkin, um jovem russo de 28 anos, ficará para história de casos insólitos da medicina contemporânea. Após a avaliação da sua história clínica e realização de alguns exames complementares, o diagnóstico apontava para um tumor no pulmão. Contudo, durante a cirurgia, a surpresa foi grande. Encontraram um broto de pinheiro a crescer no pulmão.

De acordo com a equipa cirúrgica, “o galho era muito grande para ter sido simplesmente engoli-



do. Possivelmente, uma semente foi inalada por Sidorkin, que acabou por brotar e continuava a desenvolver-se no pulmão.”

NID...

*um pequeno filho que
acarinhei,*

*Vi crescer e que me deixa
muita saudade!*

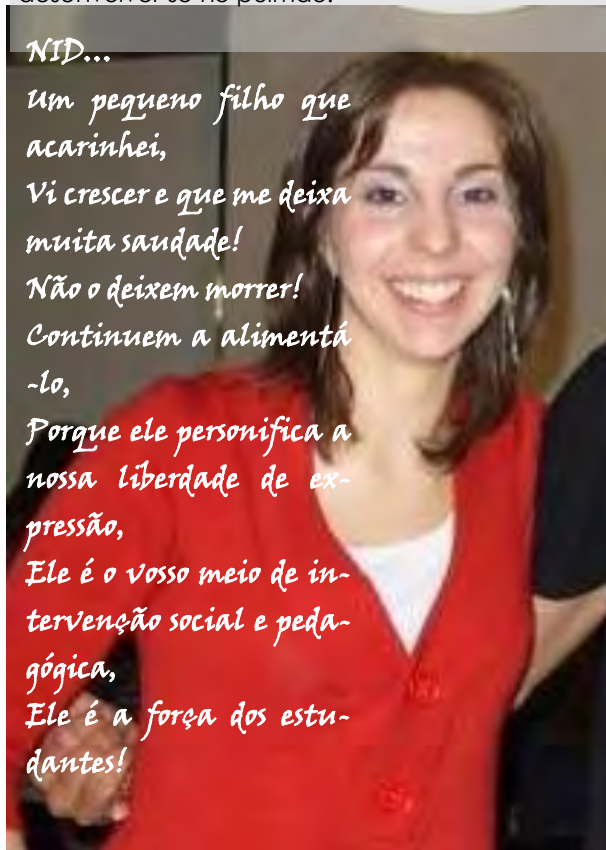
Não o deixem morrer!

*Continuem a alimentá-
-lo,*

*Porque ele personifica a
nossa liberdade de ex-
pressão,*

*Ele é o vosso meio de in-
tervenção social e peda-
gógica,*

*Ele é a força dos estu-
dantes!*



> Saúde in (forma)...

A "Gripe suína", "Influenza suína" ou também "gripe A H1N1" (alteração recente feita pela Organização Mundial de Saúde - OMS) é uma doença respiratória aguda dos suínos, altamente contagiosa, causada por um dos vários vírus influenza A suína. O vírus é transmitido entre os suínos pelo ar, por contacto directos e indirectos, e por suínos portadores assintomáticos. Os vírus da gripe suína mais comuns são os do subtipo H1N1, mas outros subtipos também circulam em suínos (ex., H1N2, H3N1, H3N2). Os suínos também podem ser infectados com o vírus da gripe das aves e com vírus da gripe sazonal humana, para além dos vírus da gripe suína. Embora os vírus da gripe suína sejam normalmente específicos da espécie suína, por vezes conseguem ultrapassar a barreira das espécies provocando doenças em seres humanos, como podemos assistir neste momento.

Geralmente os sintomas clínicos são semelhantes aos da gripe sazonal, variando desde a assintomatologia até pneumonias graves que resultam em morte. Como esta gripe assemelha-se às outras gripes e a outras infecções respiratórias, a maioria dos casos foram detectados por acaso, durante a vigilância da gripe sazonal normal. Assim, os casos moderados e leves podem ter "escapado" e não ter sido detectados, de modo que a verdadeira extensão desta doença nos seres humanos não é conhecida.

Como é que se transmite esta "gripe"? Este tipo de gripe costuma contrair-se a partir de suínos infectados, através do ar, ou pelo contacto pes-



Gripe Suína

soa-a-pessoa. O facto de ser transmissível pessoa-a-pessoa, fomenta o processo da "globalização" do dito vírus e faz com que a doença se espalhe rapidamente.

Podíamos-nos, então, questionar que, se o vírus tem origem nos nossos queridos porcos, se calhar é melhor não comer da tão apetecível carne!!? Aquilo que tem sido dito é que a gripe suína não é transmitida através da alimentação, desde que a carne e seus derivados sejam confeccionados

normalmente. No entanto também assistimos recentemente a algumas proibições no que diz respeito a importações de carne de porco, nomeadamente de países como o México e Estados Unidos, onde a epidemia apareceu.

Face aos acontecimentos recentes também nos poderíamos questionar se existe alguma vacina para os humanos. Pois bem, para o vírus actual ainda não existe nenhum tipo de vacina, mas ainda não se sabe se a vacina anti-gripe sazonal pode proporcionar alguma protecção.

Ao que sabemos e segundo os dados mais recentes da OMS já contaminou mais de 12 mil pessoas no mundo. De acordo com a entidade, estão contaminadas 12.022 pessoas em 43 países e provocou 86 mortes.

Para que se possa ter noção da situação actual a OMS elevou para 5 (numa escala de 1 a 6) o seu nível de alerta contra pandemias.

Tiago Morais

> Sabias que...

- 🔵 O coração do colibri bate 1000 vezes num minuto;
- 🔵 O colibri é o único pássaro que consegue voar para trás;
- 🔵 Em Maio de 1969 os estudantes de Coimbra revoltaram-se contra o regime, com várias manifestações reprimidas pela GNR e PSP e que culminaram com a greve geral aos exames em Junho do mesmo ano.



> Maio em destaque ...

Literatura

**"Marcada"**

P. C. Cast e Kristin
Cast

Cinema

**"Anjos e Demónios"**

Ron Howard

Música

**"The Classical Conspiracy"**

Epica

Soluções (Pág. 15):

Vasco Vicente
Coordenador do NID
Finalista Fisioterapia



Local: Docas (Junto à
Ponte Pedro e Inês)
Resposta: Resto de
esferovite do chá dan-
çante (do dado)

**Foto + estúpida
da Queima**

Kátia Almeida



Kátia Almeida



Marco Ferreira

> **Personalidade do mês****Susan Boyle**
"Britain's Got Talent"

Susan Boyle nasceu a 1 de Abril de 1961 e é filha de Patrick e Bridget Boyle, sendo a mais nova de quatro irmãos e seis irmãs. Susan, é uma cantora amadora escocesa

que se tornou célebre por aparição em 11 de abril de 2009, no reality show "Britain's Got Talent", transmitido pela rede de televisão britânica ITV. Boyle debutou no programa cantando "I Dreamed a Dream" do musical: "Os Miseráveis" na fase preliminar.

Susan concorreu pela primeira vez no programa de Michael Barrymore chamado: "My Kind of People", que fez selecção no Braehead Shopping Centre em Glasgow, mas ficou de tal maneira nervosa, que acabou por perder a sua primeira oportunidade. No entanto, não desistiu do seu sonho e decidiu assistir às aulas no Edinburgh Acting School, e participou do Edinburgh Fringe. Além disso, teve lições de canto com Fred O'Neil e em 1999 fez sua única gravação, para um CD de caridade, cantando "Cry Me a River".

Mas o seu estrelato só se deveu ao incentivo da sua mãe que insistiu para que ela concorresse no "Britain's Got Talent", afirmando que deveria correr o risco de cantar para um grande público em vez da

igreja local. No entanto, Susan só se sentiu pronta para depois da morte de sua mãe. A primeira vez que Susan cantou desde então, foi justamente no reality show "Britain's Got Talent".

Após a sua inesperada e surpreendente representação, esta mulher proveniente de uma pequena aldeia, foi capa de muitos dos jornais de todo o mundo, enquanto os vídeos hospedados na internet com sua apresentação bateram recordes.

De tal maneira fascinado, um dos anfitriões do programa, Simon Cowell, planeia assinar contrato com a cantora amadora através do selo Sony Music. Além disso, ele também planeia fazer um filme sobre a história dela, sendo este, porém, mais focado no desejo dela de participar do "Britain's Got Talent" e, consequentemente, na sua vitória no programa.



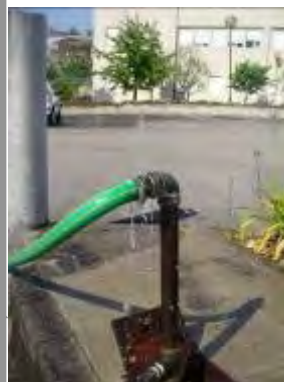
Patrícia Oliveira

> **Comentários construtivos...**

OS GÉNIOS

> **Comentários corrosivos...**

Novos nebulizadores da ES-TeSC



Já começa o desperdício...

> Passatempos...



**Sabes dizer onde é
e o que
é??**

**Quem
É
Quem??**

**(imagem distorcida com
consentimento do foto-
grafado)**



Soluções pág. 13.

● teu espaço

- > Sugestões
- > Ideias
- > Anedotas
- > E-Mail's
- > Fotografias

- > Passatempos
- > Concursos
- > ...



> **Cartoon**> **Estórias d'Avózinha**

É verdade e é assim: a Queima já foi. E com ela surgiu uma nova Manteiga no mercado nacional (da empresa AAC) "alunos do IPC", cujo slogan é: "alunos do IPC: você vai gostar de barrar". Mas deixo os pormenores p'ró Padeiro (pág. 8).

Com isto tudo de manteiga e padeiro só falta mesmo é a farinha. E o Farinha lá anda, não muito bom, meio pálido, mas vai-se aguentando.

Por cá, o reboço dos Vices foi desvendado (não é que ninguém soubesse já, mesmo antes de aprovar os estatutos, mas pronto).

A ESTeSC está-se a modernizar. Vai-se construir um *Nails for Us* (uma espécie de aquário) na zona dos sofás. Notícia FRESQUINHA!!! É que agora, com aquilo de pôr o dedo na maquina para abrir portas, quem não tiver unha arranjada não entra!!! Por isso é que o controlo biométrico ainda não está a funcionar... ainda não há *Nails for Us*.

A auditoria passou e quase ninguém deu por ela. Dos 7 cursos só um foi auditado.. Uma pena p'ra uns (alunos) e uma satisfação para outros. Afinal, é o curso que se apresenta menos mal nisto da qualidade!!

Isto fez-me lembrar o quarto dos miúdos, quando a mãe o manda arrumar. A maneira mais rápida e eficaz é mandar tudo p'ró armário e fechá-lo, fazendo figas p'rá mãe não o abrir...

E por falar em qualidade, meus caros, isto das freq's e dos exames tem umas quantas regras próprias, pelo que devem saber quais são. Ah, desculpem, de tão interessados que são só um ou dois é que ainda não deve saber.

Por fim, e porque a despedida está próxima, não posso deixar de agradecer a todos aqueles que sempre me apoiaram, permitindo que a crítica pudesse surgir.

Deixo, ainda, um agradecimento muito especial: Prof. Paulo Caseiro, fã incondicional (e até tem *aifaive*).

Obrigado... Até à próxima edição... ■ **Avózinha**
(aavozinha@hotmail.com)

> **Fotografia do mês**

VENCEDOR

Kátia Almeida



Foto + estúpida da Queima

> **Frase do mês**

"Deus apenas fez a água, mas o homem fez o vinho"

Victor Hugo

FICHA TÉCNICA

Coordenador: Vasco Vicente; **Responsável Financeiro:** Cristiano Cunha; **Redacção:** Cristiano Cunha, Liliana Ribeiro, Patrícia Oliveira, Tiago Padeiro, Tiago Domingues, Vasco Vicente **Logótipo:** Ana Carvalho Fonseca; **Fotografia:** Joelma Godinho, Kátia Almeida, Marco Almeida, Nélia Ribeiro, Tiago Domingues, Vasco Vicente **Colaboradores Permanentes:** Kátia Almeida, Luís Domingos, Maria Paula Russo, Nuno Fontes, Paula Oliveira, Sofia Pereira, Sílvia Vaz, Teresa Pedro, Tiago Morais **Impressão:** Centro de Cópias RR; **Tiragem:** 250 exemplares; **Supervisão:** Núcleo de Informação e Divulgação da AE-ESTeSC; **Propriedade:** Associação de Estudantes da ESTeS Coimbra; **Apoio:** Instituto Politécnico de Coimbra **Agradecimentos:** Associação de Estudantes da ESTeSC; Instituto Politécnico de Coimbra.

Edição:

Núcleo de
Informação e
Divulgação
AE-ESTeSC
✓