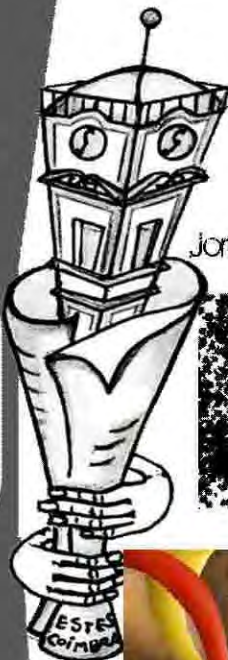




Associação de Estudantes da  
Escola Superior de Tecnologia da  
Saúde de Coimbra

# CL

nid.aeestesc@hotmail.com



Jornal de Distribuição Mensal | n. 61 | Maio/Junho 2012

# ESTES

**NOTÍCIAS DA AE**  
(pág. 3)

**NÓS POR LÁ:**  
**ENTREVISTA**  
**ERASMUS**

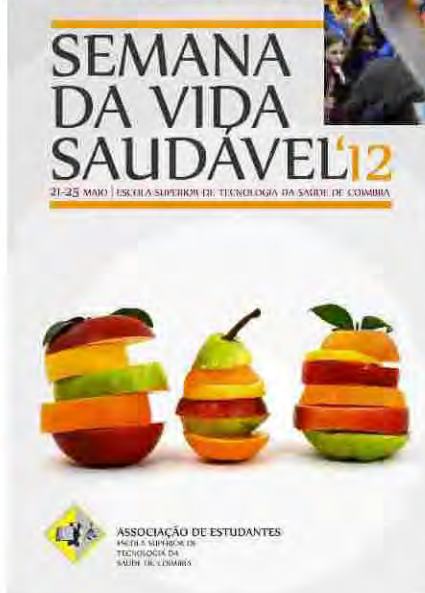
**DIZCURSO:**  
**FARMÁCIA**  
(pág. 7)

**EM DESTAQUE:**  
**QUEIMA DAS FITAS**  
**2012**  
(pág. 8)

**CIÊNCIA HOJE**  
(pág. 13)



facebook /escolaverao.estesc



**CALOIRO DO ANO!!!**

## **E AINDA....**

- > Notícias do NID
- > Nós por cá...
- > SCAS
- > Núcleo de Desporto
- > Interessa-te
- > Cultura
- > Estórias da História

- > Sabias que...
- > Passatempos
- > Cartoons do Mês
- > Poema do Mês
- > Frase do mês

## EDITORIAL

Mais um ano letivo quase a acabar aqui na ESTeSC, é incrível como o tempo passa... Ainda ontem eu me vim matricular aqui na ESTESC e inscrever-me como elemento do NID e hoje despeço-me aqui de vocês, como coordenadora deste núcleo.

Quando falamos que existe um núcleo de divulgação e informação, cuja maior contribuição para a comunidade estudantil é a elaboração de um jornal mensal, ninguém dá realmente o devido valor. Eu não digo isto apenas pelo trabalho, empenho e horas despendidas pelos elementos do NID, eu digo isto porque nós, ESTESC, somos a única escola do IPC que tem um jornal feito pelos alunos para os alunos. Quando iniciei o meu mandato como coordenadora deste núcleo, fiz todo o possível por promover uma maior ligação entre o jornal, a escola, os departamentos e os alunos. Apesar de todos os esforços, o feedback da vossa parte nem sempre foi positivo.

Gostava de realçar que o NID é o fruto de bastante trabalho e empenho de muitos alunos que passaram por esta escola. Penso que por vezes essas pessoas são um pouco esquecidas e subvalorizadas. Tenho que dar os parabéns pelo fantástico trabalho realizado.

Durante o meu mandato, a força e a vontade de outros no passado fez-me querer realizar todas as atividades realizadas anteriormente e ir sempre mais longe, fazendo mais e melhor. Por vezes isto não se verificou, mas o meu objetivo nunca foi de retroceder, foi sim de evoluir, para que as iniciativas de outros não tivessem sido esquecidas.

Ser coordenadora deste núcleo foi uma experiência magnífica. Neste meu mandato quero agradecer especialmente ao ex-aluno Vasco que me ensinou e apoiou sempre que necessário, à Associação de Estudantes da ESTESC, pois apesar de todas as dificuldades, nunca deixou de lançar o jornal mensalmente, e a todos os alunos que integraram esta equipa NID - Cristiano Matos, Diogo Castro, Hugo Costa, Jéssica Rodrigues, Luís Soares, Mafalda Oliveira, Márcia Correia, Marco Pinheiro, Marta Leal, Raquel Santos, Sara Barreirinhas, Sara Bragancês e Tânia Santos.

O NID está aqui, sempre esteve e, espero eu, sempre estará! Apelo aos alunos, não deixem o NID morrer.

A coordenadora,  
Ana Silva



## Notícias da AE

Caros alunos,

Em primeiro lugar a Associação de Estudantes gostava de dar os parabéns a todos os alunos que contribuíram para o sucesso da SCAS!

Agradecemos o esforço e empenho de todos!

O Ciclo de workshops da AE teve início no passado dia 12 de Abril e encontra-se ainda a decorrer. Até então foram realizados quatro workshops, três da área de Dietética e Nutrição e um de Análises Clínicas e Saúde Pública. Houve bastante aderência da parte dos alunos da ESTeSC, de alguns alunos da Escola Superior Agrária de Coimbra e licenciados em outras áreas.

O workshop "Produção de Vinhos sem Sulfetos" contou com 43 pessoas, o workshop "Doenças em Pediatria e Intervenção Nutricional" contou com 72 pessoas e o workshop "Nutracêuticos como ingredientes alimentares – pré-bióticos e fibras alimentares" contou com 71 pessoas.

Voltamos a lembrar, cada workshop tem o custo de 1 euro e dá direito a certificado de participação. As inscrições são feitas na Associação de Estudantes.

De 21 a 25 de Maio realizar-se-á a Semana da Vida Saudável!

### Programa:

Dia 21 (Segunda-feira): Aula de Yôga Grátis

Dia 22 (Terça-feira): Feira de produtos biológicos e aula de exercícios localizados grátis, orientada por Estetic Gym (na cantina às 16.30h)

Dia 23 (Quarta-feira): Feira de produtos biológicos

Dia 24 (Quinta-feira): Feira de produtos biológicos e batidos saudáveis grátis

P'la Associação de Estudantes

## SEMANA DA VIDA SAUDÁVEL'12

21-25 MAIO | ESCOLA SUPERIOR DE TECNOLOGIA DA SAÚDE DE COIMBRA



ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES  
ESCOLA SUPERIOR DE  
TECNOLOGIA DA  
SAÚDE DE COIMBRA



## Notícias da ESTeSC

### ESTeSC REPRESENTADA EM SEMANA INTERNACIONAL NA FINLÂNDIA

A Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra (ESTeSC) esteve representada na Semana Internacional da Universidade de Ciências Aplicadas de Turku, Finlândia, pelos docentes do Departamento de Análises Clínicas e Saúde Pública (DACSP), Armando Caseiro e Fernando Mendes e pelo responsável do Gabinete de Relações Internacionais e Comunicação Institucional (GRICI), Rui Branco Lopes. Esta semana internacional, que decorreu de 16 a 20 de Abril, contou com a presença de mais de 100 participantes (entre docentes e pessoal administrativo) oriundos das mais diversas instituições de ensino superior da Europa e do mundo, proporcionando assim aos representantes da ESTeSC contactos importantes para futuras parcerias.

Os docentes do DACSP tiveram oportunidade de lecionar para os estudantes finlandeses, abordando áreas como a Bioquímica Clínica, Imunohemoterapia, Bioética em Análises Clínicas, bem como apresentar o seminário "Ser Estudante em Coimbra". Destacam-se também as várias palestras relacionadas com os cuidados de saúde, proferidas por diversos convidados internacionais e as visitas guiadas aos Hospitais Cirúrgico e Universitário da cidade de Tur-

ku, incluindo diversos laboratórios de Análises Clínicas e Saúde Pública.

No âmbito do programa administrativo, o Técnico Superior do GRICI teve oportunidade de participar na discussão de temas como as estratégias de internacionalização das instituições de ensino superior, na vertente interna e externa, problemas e soluções na gestão e promoção de mobilidades, bem como de debater questões de comunicação universitária, com os seus homólogos da Universidade de Turku e de outras universidades.

(Retirado do site oficial da ESTeSC)

Ana Sha



## Núcleo de Desporto

Notícias fresquinhas sobre o núcleo de desporto, que te vão deixar a par daquilo que se passa na tua Escola e IPC! Para começar pela escola, falemos do torneio de futebol, que está a terminar a sua primeira fase, e que devido à chuva, será concluída logo na primeira 4ª feira após a Queima! No IPC, temos que começar por vos dizer que breve se iniciará o torneio de Basquete. Quanto aos torneios a decorrer existem boas e más notícias. Começando nas más, temos a informar que das equipas da ESTeSC que disputaram o torneio de Voleibol, nenhuma se apurou para as fases finais. Este torneio

fica também marcado por alguma falta de organização, constatada na utilização dos mesmos jogadores em diferentes equipas de outras escolas e na dificuldade de verificar se os jogadores estudam no IPC. Por fim, acabando em beleza, podemos congratular as equipas de futebol que estão a representar a ESTeSC e que no seu global, estão a conseguir bons resultados para se classificarem para as fases finais.

Fernando Dias



## Eventos da AE-ESTeSC



## Caloiro do Ano

Como todos sabem, antes de a praxe chegar ao fim é realizada a famosa competição do Caloiro do Ano, onde um caloiro de cada curso dá o seu melhor para tentar ganhar o tão cobiçado título. Este ano foi realizada uma praxe do *concilium praxis* durante a tarde para escolher os finalistas ao caloiro do ano e à noite uma festa na escola para dar lugar à competição propriamente dita.

Durante a tarde foram escolhidos dois caloiros de cada curso nomeados pelos seus doutores para posteriormente terem uma praxe com o *concilium*. Esta praxe particular serviu como semi-finais por assim dizer, pois foi "apurado" um caloiro de cada curso. Foi muito divertido, pois todos os caloiros que participaram tinham capacidade para criar um bom ambiente e divertir os outros. A festa foi agradável quer a nível de convívio e animação quer também, como nunca pode faltar em nenhuma festa universitária, ao nível do abastecimento de álcool. Como seria de esperar de uma festa da escola, não desiluiu e toda a ESTeSC teve um momento de diversão. Gostei muito de participar na competição do caloiro do ano, foi uma experiência fantástica e nunca a irei esquecer. Todos os participan-

tes mereciam ganhar, a meu ver, mas a sorte só podia sorrir a um. Na minha opinião, o caloiro do ano não deve ser visto apenas como um caloiro melhor que os outros. O caloiro do ano é uma pessoa que consegue, durante a praxe, transmitir o espírito da praxe, tanto ao seus colegas como aos doutores que praxam. No fundo, é nada mais do que a manifestação da sua interação na praxe e com os colegas. Quando ouvi o meu nome na nomeação, eu mal pude acreditar! Foi uma sensação muito boa, pois consegui honrar o meu curso. Eu estou completamente consciente que apenas consegui ganhar o título de caloiro do ano porque tive o apoio dos meus doutores e dos meus colegas, que desde o início criaram um ambiente na praxe que me deixou à vontade e assim, ajudaram-me a desinibir e fazer mais brincadeiras e palhaçadas. Eu gostei de ganhar a competição sim, mas não foi por mim nem para eu ser titulado caloiro do ano. Eu gostei de ganhar porque foi um modo de honrar o meu curso, os meus doutores e os meus colegas.

João Anselmo, Cardiopneumologia

## Nós por lá...

ERASMUS

Entrevista ao Gabinete de Relações Internacionais da ESTeSC – Rui Branco Lopes.

### 1 – Quantas pessoas se inscreveram nesta 1ª fase?

Inscriberam-se 86 pré-candidatos. A candidatura oficial só acontece quando é feito o contacto e o comprometimento com a instituição de destino.

### 2 – Quantos alunos costumam ir em Mobilidade Erasmus por ano?

O Gabinete de Relações Internacionais funciona desde 2009. Antes desta data a média rondava os 15 alunos, maioritariamente de dois cursos: Radiologia e Fisioterapia.

A nossa principal preocupação passou por motivar alunos de todos os cursos para a mobilidade. Os resultados deste esforço têm sido positivos, no ano letivo de 2009/2010 foram 18 alunos de mobilidade Erasmus, em 2010/2011 32 alunos e em 2011/2012 foram 52 alunos.

Como podemos ver, a adesão e motivação dos alunos tem aumentado de ano para ano.

### 3 – Neste momento quantos protocolos existem?

Neste momento temos protocolo com 44 instituições de Ensino Superior, que operam com uma rede de saúde que envolve desde Hospitais Universitários a Centros de Saúde e de Reabilitação. O ano passado conseguiu-se que duas alunas de Mestrado fossem em mobilidade para um centro de investigação.

A equipa de Relações Internacionais liderada pelo vice-presidente da escola Dr. Graciano Paulo, responsável das relações internacionais, e o Gabinete de Relações Internacionais, em conjunto com os coordenadores internacionais de cada curso, têm feito um esforço contínuo para que se estabeleçam protocolos com os locais pedidos pelos alunos. Estrategicamente as parcerias são estabelecidas em resposta às solicitações dos interessados em

efetuar mobilidade.

### 4 – Quais são os locais mais procurados?

Não existe um local ou um grupo de locais em especial, pelo contrário, existe realmente uma abrangência de países europeus como locais de destino, para a mobilidade.

### 5 – Qual o balanço? Normalmente gostam? Há desistências?

O balanço é bastante positivo. Muitos dos alunos que vão, querem lá ficar mais tempo ou mesmo lá voltar.

Normalmente existem algumas preocupações iniciais da parte dos alunos, como a língua, o alojamento e o custo de vida. No entanto, tentamos motivar e promover confiança nos alunos e fazê-los perceber que o nosso sistema de ensino privilegia o ensino de línguas estrangeiras, o que nos permite perceber que temos realmente competências linguísticas para interagir com outras nacionalidades.

Não é muito comum haver desistências, salvo casos excecionais. Durante a mobilidade nunca se registou qualquer desistência.

Relativamente ao aproveitamento, as notas têm sido boas. No caso de não ter aproveitamento durante a estadia, o aluno tem que retomar o dinheiro da bolsa. A escola faz bastante esforço para que todos os alunos tenham bolsa. Esta bolsa é apenas um apoio e varia consoante o custo de vida do país.

É uma experiência única, de enriquecimento pessoal e profissional. Tanto para quem pretende trabalhar fora do país como para quem pretende trabalhar em Portugal, ir em mobilidade Erasmus tem bastante valor a nível curricular. É importante conviver com os estudantes de outros países, conhecer a sua forma de viver, quais as suas dificuldades e como as ultrapassam.

A troca de informação é fundamental!

O Gabinete de Relações Internacionais está sempre disponível para esclarecer eventuais dúvidas dos alunos.



## Nós por cá...

### AZUL E AMARELO?

No passado dia 26 de Abril, durante uma AGA, o Presidente da ESTESC, Dr. Jorge Conde, propôs a alteração das cores com que os cursos da escola vão no cortejo, de cinza e amarelo para azul e amarelo. A associação de estudantes deu aos estudantes algum tempo para refletir, para posteriormente se proceder à votação.

O NID andou pela escola a tentar perceber quais as justificações de cada uma das partes....

#### AZUL E MARELO

Faz sentido adotar o azul e amarelo porque:

- Amarelo é a cor de Saúde e azul é a cor de Ciências;
- Mesmo que não se mudem as cores, no mundo profissional vamos ser representados pelo azul e amarelo;
- Se a mudança faz sentido, porque não mudar?;
- A ESTeS do Porto e de Lisboa usam o cinza e amarelo, mas as outras escolas de saúde não.
- O cinza identifica-nos como sendo do politécnico e as cores devem ser usadas para definir a área de estudo e não da instituição onde se tira o curso.

#### CINZA E AMARELO

Faz sentido manter o cinza e amarelo porque:

- Há alguns anos que as cores da ESTeS são cinza e amarelo, logo porquê alterar agora? Além disso, todas as escolas superiores de saúde têm a cor cinza e amarelo;
- Talvez a alteração das cores seja encarada levemente por alunos que vão entrar agora na escola ou entraram há pouco tempo, no entanto para outros que praticamente já concluíram o curso com as cores cinza e amarelo provavelmente irão importar-se com a alteração da cor que vão cartolar ou fazer o carro.
- As cores que representam as ESTeS, a nível nacional, são o cinza e o amarelo. Não faz sentido as outras escolas continuarem cinza e amarelo e a nossa ser diferente.

(O NID não se responsabiliza pelas informações fornecidas pelos alunos, pois andamos a pesquisar e em legislação não se encontra nada definido).

LUSCO FUSCO

## DizCurso

### FARMÁCIA

#### **Vou a Queima! E a ressaca?**

A fisiologia da ressaca é interessante devido aos seus sintomas apenas se apresentarem após a completa eliminação do álcool do organismo, geralmente no dia seguinte ao consumo excessivo de álcool. Portanto, o que fazer? Desde já, é aconselhado que, durante a ingestão de álcool, por cada duas cervejas se beba um pouco de água. Isto irá ajudar a diminuir a desidratação provocada pelo mesmo. Agora chegou a pior parte: curar a maldita ressaca. Para isso, é preciso programar uma

desintoxicação. A água é importante nesse processo. Ela repõe os líquidos perdidos e auxilia na remoção das toxinas acumuladas. Deve-se ainda compensar as perdas energéticas devidas ao excesso cometido, comendo uma refeição rica em hidratos de carbonos e vitaminas que irão servir de catalisadores. Existem ainda produtos disponíveis nas farmácias que poderão ajudar na prevenção e cura da ressaca.

Hugo Costa, Pedro Cruz e João André

## Em Destaque... QUEIMA DAS FITAS 2012

"PARA TUDO HÁ UM TEMPO, PARA CADA ESTUDANTE UM MOMENTO..."

Chega-se ao fim de mais uma queima espetacular repleta de aventuras, novas amizades, bubadeiras, novos amores, espírito académico e sobretudo com um coração repleto de saudades de algo que ainda não acabou.

Mais uma vez, a queima das fitas foi composta por várias atividades, entre as quais se destaca a serenata, o cortejo, a garraíada, a bênção das pastas e as atividades na Praça da Canção, onde se organizaram os concertos musicais. O cartaz foi marcado por alguns nomes de renome, que elevaram ainda mais o prestígio da queima das fitas. Durante 7 noites de parque viveu-se todo o espírito académico possível entre um palco principal, outro secundário e 4 tendas diferentes. Um recinto para todos os estilos musicais, com os mais diversos tipos de comida rápida e bebida.

De capa negra aos ombros viu-se nos olhos dos nossos caloiros o orgulho em poder usar o traje pela primeira vez, o êxtase dos

segundos anos em grelar, a vaidade dos novos fitados a abanar as fitas pelas ruas de Coimbra em cima dos carros como símbolo de agradecimento à cidade por todos os momentos passados nas suas vidas académicas e as saudades que arrebatavam os cartolados. Porque Coimbra é isto! É chorar de orgulho, de alegria e de saudade. É vangloriar-se por ser estudante nesta cidade marcada pelas badaladas da cabra. É viver mais e melhor a cada minuto que passa e aproveitar cada queima como se fosse a última. Porque se hoje somos caloiros, amanhã somos finalistas e vestimos capa negra de saudade para o resto da vida.

Volta queima, estás perdoada!

Jéssica Rodrigues e Tânia Santos





## Em memória do colega João Gil

Qualquer um de nós, em algum momento da nossa vida, já questionou a sua existência. Perguntas como: *O que é a Vida? Existe Vida após a morte? O que faço eu aqui? Porquê eu? Face à transitoriedade de vida, para onde caminha a Humanidade? A nossa insignificância diante do universo infinito? Existe um ser superior que dirige as nossas vidas?* Enfim, a angústia existencial vem desde os primórdios da Humanidade e assalta-nos a mente em momentos mais delicados das nossas vidas. Vem isto a propósito da recente perda do nosso colega João Gil. A sua partida abrupta e inesperada, sem aviso nem preparação prévia, tudo nos faz questionar. Mas afinal o que fica depois da nossa passagem terrena? O que permanece são os verdadeiros valores da Vida Humana, como sejam: a Pessoa/Indivíduo, Humanidade, Liberdade, Solidariedade, Fraternidade e Igualdade, perduram no tempo e marcam a passagem dos Homens por esta existência material.

Ora, numa época marcada pela sociedade de consumo, onde se destacam os valores da aparência, da ostentação, da superficialidade, da apologia do banal como nova identidade, é oportuno apresentar aos alunos da ESTeSC, esta lindíssima carta de Gabriel García Marquez, como exemplo de uma pessoa lutadora dos grandes temas sociais, de sonhos e valores de carácter universal.

### Carta aos amigos

"Se por um instante Deus se esquecesse de que sou uma marioneta de trapo e me presenteasse um fragmento de vida, possivelmente não diria tudo o que penso mas em definitivo pensaria tudo o que digo. Daria valor as coisas, não pelo que valem, senão pelo que significam. Dormiria pouco, sonharia mais, entendo que por cada minuto que fechamos os olhos, perdemos sessenta segundos de luz. Andaria quando os demais se detêm, despertaria quando os demais dormem. Escutaria quando os demais falam, e como desfrutaria um bom sorvete de chocolate!

Se Deus me obsequiasse um fragmento de vida, vestiria simples, me atiraria de bruços ao sol, deixando descoberto, não somente meu corpo senão minha alma. Deus meu, se eu tivesse um coração, escreveria meu ódio sobre o gelo, esperaria que saísse o sol.

Pintaria com um sonho de Van Gogh sobre as estrelas um poema de Benedetti, e uma canção de Serrat seria a serenata que lhes ofereceria à lua. Regaria com minhas lágrimas as rosas, para sentir a dor de seus espinhos, e o encarnado beijo de suas pétalas... Deus meu, se eu tivesse um fragmento de vida... Não deixaria passar um só dia sem dizer as pessoas que quero, que as quero. Convenceria a cada mulher ou homem de que são meus favoritos e viveria enamorado do amor. Aos homens lhes provaria quão equivocados estão ao pensar que deixam de enamorar-se quando envelhecem, sem saber que envelhecem quando deixam de enamorar-se! A criança lhe daria asas, porém lhe deixaria que sozinho aprendesse a voar.

Aos velhos lhes ensinaria que a morte não chega com a velhice senão com o esquecimento. Tantas coisas tenho aprendido de vocês, os homens... Tenho aprendido que todo o mundo quer viver no topo da montanha, sem saber que a verdadeira felicidade está na forma de subir a escarpa. Tenho aprendido que quando um recém-nascido aperta com seu pequeno punho, pela primeira vez, o dedo do pai, o tem apanhado para sempre. Tenho aprendido que um homem só tem o direito de olhar a outro com o olhar baixo quando há-de ajudar-lhe a levantar-se. São tantas coisas as que tenho podido aprender de vocês, porém realmente de muito não haverão de servir, porque quando me guardarem dentro dessa mala, infelizmente estarei morrendo"

Rui Santos Cruz, Prof. Coord.

Presidente da Assembleia de Representantes da ESTeSC)





## Interessa-te

### **Análises Clínicas e Saúde Pública:**

1ª Reunião da Imunoalergologia do Hospital de Dona Estefânia  
Hotel Sana Metropolitan  
25 de Maio de 2012

XXXVII Jornadas Portuguesas de Genética  
Reitoria da Universidade Nova de Lisboa  
28 a 30 de Maio de 2012

5as Jornadas Ibéricas de Análises Clínicas  
Lisboa, no Hotel Olisippo Oriente  
2 de Junho de 2012

### **Audiologia:**

VII Jornadas de Audiologia ESTeSC  
Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra (ESTeSC)  
18 a 19 de Maio de 2012

Congresso Anual da Associação Portuguesa de Otoneurologia - 2012  
Aveiro, no Hotel Meliá  
15 a 16 de Junho de 2012

### **Cardiopneumologia:**

IX Jornadas de Pneumologia em Medicina Familiar  
Lisboa, no Hotel Sana Metropolitan  
10 a 11 de Maio de 2012

Simpósio: «A importância da hipertensão arterial e da fibrilhação auricular»  
Hotel Altis, em Lisboa  
18 de Maio

Sessões de Cardiopneumologia da Beira Interior  
Castelo Branco, no Cine-teatro Avenida  
26 de Maio de 2012

X Congresso de Pneumologia do Centro - 2012  
Luso - Grande Hotel de Luso  
28 a 29 de Junho de 2012

### **Dietética e Nutrição:**

International Advanced Course on Endocrinology, Diabetes and Nutrition  
Hotel Porto Palácio - Porto  
17 a 19 de Maio de 2012

XI Congresso de Nutrição e Alimentação  
Centro de Congressos da Alfândega, no Porto  
24 a 25 de Maio de 2012

Congresso Anual da APNEP - Associação Portuguesa de Nutrição Entérica e Parentérica  
Edifício Egas Moniz, na Faculdade de Medicina de Lisboa  
6 a 7 de Junho de 2012

ESPEN Congress on Clinical Nutrition & Metabolism  
Barcelona - Espanha  
8 a 11 de Setembro de 2012

### 11º Encontro de Química dos Alimentos

Bragança  
16 a 19 de Setembro de 2012

### **Fisioterapia:**

Jornadas de Fisioterapia da ESTeSC 2012  
Auditório de Santa Clara da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra (ESTeSC)  
9 a 10 de Junho de 2012

### **Farmácia:**

6th European Congress of Pharmacology - EPHAR 2012  
Granada - Espanha  
17 a 20 de Julho de 2012

6th Annual PSSRC (Pharmaceutical Solid State Research Cluster) Symposium  
Faculdade de Farmácia - Lisboa  
26 a 28 de Agosto de 2012

### **Radiologia:**

VII Jornadas do Ombro e Cotovelo  
Local: Monte da Quinta Suites, Quinta do Lago - Algarve  
11 a 12 de Maio de 2012

VI Jornadas de Radiologia da ESTSP  
Auditório da Escola Superior de Tecnologia da Saúde do Porto (ESTSP)  
19 de Maio de 2012

Jornadas de Radiologia da ESTeS Coimbra: «Um novo olhar sobre o abdómen»  
Escola Superior Tecnologia da Saúde (ESTeS) de Coimbra  
25 a 26 de Maio de 2012

### **Saúde Ambiental:**

2º Congresso Internacional de Qualidade em Saúde e Segurança do Doente  
Lisboa  
25 a 26 de Maio de 2012

### **Geral:**

1º Congresso Internacional de Saúde do IP Leiria  
Leiria  
11 a 12 de Maio de 2012

VII Encontro Luso-Brasileiro de Bioética/II Encontro Lusófono de Bioética  
Fundação Calouste Gulbenkian, em Lisboa  
18 a 20 de Julho de 2012

Sara Branganças



## Gentes da Minha Terra

GUIMARÃES

Guimarães é uma cidade portuguesa situada no Distrito de Braga, região Norte e sub-região do Ave (uma das sub-regiões mais industrializadas do país), com uma população de 52 181 habitantes. É uma cidade histórica, com um papel crucial na formação de Portugal, e que conta já com mais de um milénio desde a sua formação, altura em que era designada como Vimaranes. O seu centro histórico é considerado Património Cultural da Humanidade, tornando-a definitivamente um dos maiores centros turísticos da região. As suas ruas e monumentos respiram história e encantam quem a visita.

A cidade atual soube conciliar, da melhor forma, a história e consequente manutenção do património com o dinamismo e empreendedorismo que caracterizam as cidades modernas, que se manifestou na nomeação para Capital Europeia da Cultura em 2012, fatores que levaram Guimarães a ser eleita pelo New York Times como um dos 41 locais a visitar em 2011 e a considerá-la um dos emergentes pontos culturais da Península Ibérica.

É muitas vezes designada como "Cidade Berço", devido ao fato de aí ter sido estabelecido o centro administrativo do Condado Portucalense por D. Henrique. O seu filho D. Afonso Henriques pode ter nascido nesta cidade e, além disso, a região é assim chamada fundamentalmente pela importância histórica da Batalha de São Mamede, travada na periferia da cidade em 1128. Contudo, as necessidades da Reconquista e de proteção de territórios a sul levou esse mesmo centro para Coimbra em 1129. Os "Vimaranenses" são orgulhosamente tratados por "Conquistadores", fruto dessa herança histórica de conquista iniciada precisamente em Guimarães. Guimarães, como cidade de dimensão média, tem uma vida cultural interessante. Para além dos museus, monumentos, associações culturais, galerias de arte e festas populares, tem

desde setembro de 2005 um importante espaço cultural, o Centro Cultural Vila Flor, com dois auditórios, um centro expositivo e um café-concerto. O fato da cidade ter como germen as terras de um convento feminino influenciou muito a gastronomia marcante da região, especialmente a nível da doçaria, como nas tortas de Guimarães e, principalmente, no toucinho do céu. Para além do que é habitual no Minho, como o vinho verde, as papas de sarrabulho, os rojões, etc., confecciona-se também o chamado "bolo" constituído por um tipo de pão (com o formato de uma pizza) servido com carne de porco, sardinhas ou outros acompanhamentos.

As Festas Gualterianas, em honra de São Gualter, decorrem desde 1906 sempre no primeiro fim de semana de agosto. Estas comemorações são marcadas pelo Cortejo do Linho e pela Batalha das Flores. Por fim, como é tradição, a Marcha Gualteriana encerra as festas. Além disso, existe também a Festa de Santa Luzia, que acontece anualmente a 13 de dezembro. Associada a esta festividade está a tradicional venda de bolos, designados como Sardões e Passarinhas, com óbvias conotações sexuais. Segundo a tradição, os rapazes deveriam oferecer o Sardão, de forma fállica, à rapariga que, estando interessada em namorar, lhe deveria retribuir com uma Passarinha. A Romaria Grande de São Torcato, chamada ainda por muitos como a maior romaria do Minho, acontece anualmente em julho, na vila de São Torcato. Tem normalmente a duração de quatro dias e a particularidade da procissão ser enfeitada a cetim. A cidade de Guimarães possui ainda diversos espaços culturais de referência na região e a nível nacional. Entre os diversos museus da cidade, destaca-se o Museu de Alberto Sampaio. No verão, numa iniciativa ímpar em Portugal, encontra-se aberto à noite.

Luís Costa

## CULTURA

## FILMES A ESTREAR

1. MIB - Homens de Negro 3D  
 2. A Branca de Neve e o Caçador  
 3. À segunda não me escapas  
 4. Hugo Carvalhais  
 5. Atómic  
 6. Paus + You can't win, Charlie Brown  
 7. 2ª Edição da Feira do Livro  
 8. XII Feira de Artesanato de Coimbra



A Branca de Neve  
e o caçador  
Estreia: 31 de Maio



À segunda não me  
escapas  
Estreia: 31 de Maio

## CONCERTOS EM MAIO E JUNHO

Hugo Carvalhais

Data: 25 de Maio

Local: TAGV

Horário: 21:30

Entrada: 4€

Atómic

Data: 26 de Maio

Local: TAGV

Horário: 22:00

Entrada: 5€

Paus + You can't win,

Charlie Brown

Data: 14 de Junho

Local: TAGV

Horário: 21:30

Entrada: 8€

## EVENTOS EM COIMBRA

## 2ª Edição da Feira do Livro

De 25 de Maio a 3 de Junho vai realizar-se no Parque Verde do Mondego a segunda edição da Feira do Livro em Coimbra. Esta tem por objectivo promover e divulgar o livro, privilegiando as editoras independentes e os editores livreiros que promovem a publicação de autores portugueses, nas mais distintas áreas, da poesia ao ensaio, da ficção ao teatro. Além de que assim se incentiva, também, os hábitos de leitura em suporte de papel e aumenta os níveis de literacia na população em geral. A não perder se 2ª a 5ª Feira das 16h às 23h e 6ª e Sábado das 15h às 24h.

## XII Feira de Artesanato de Coimbra

No Parque Dr. Manuel Braga vai ocorrer de 25 de Maio a 3 de Junho a 12ª Edição da Feira de artesanato de Coimbra, que nos traz os vários artesãos das diversas regiões do país, mostrando as artes e ofícios tradicionais de cariz contemporâneo. Não percas. Em baixo seguem os horários:

25 de maio | 16h00 - 24h00

26 de maio | 14h00 - 24h00

27, 28, 29, 30 e 31 de maio | 14h00 - 23h30

1 e 2 de junho | 14h00 - 24h00

3 de junho | 14h00 - 18h00

Sara Barreirinhas



## Estórias da História

### SÉ VELHA

A Sé Velha encontra-se na freguesia de Almedina, no Conselho de Coimbra. É um dos edifícios em estilo românico mais importantes do país. Isto devido ao facto de ser a única catedral portuguesa românica da época da reconquista a ter sobrevivido praticamente inalterada até aos nossos dias. Vista do exterior, a Sé Velha é de forma paralelepípedica, o que lhe confere grande robustez e lembra um castelo pequeno, com muros altos e pequenas e estreitas janelas. O interior é sóbrio e pouco iluminado, constituído por um aspeto notável, o grande número de capitéis esculpidos (cerca de 380). A decoração desempenha ainda um papel preponderante na porta, onde se vislumbram claras influências islâmicas. A sua construção começou depois da batalha de Ourique em 1129. O projeto foi atribuído ao possível francês Roberto, que na mesma altura dirigia a construção da Sé de Lisboa. A direção das obras ficou ao cargo do mestre Bernardo, também possivelmente francês. Nessa época, Afonso Henriques, foi declarado rei de Portugal e escolheu Coimbra como a capital do reino. O culto regular iniciou-se em 1184. Na Sé está sepultado o moçárabe D. Sesnando, conde de

Coimbra.

No século XIX todo o edifício foi objeto de uma campanha restauradora, no sentido de devolver-lhe a pureza medieval original, projeto este que se estendeu à primeira metade do século XX.

Como todos sabemos a Sé Velha possui ainda algum simbolismo estudantil, visto ser o local da serenata, onde se canta o fado de Coimbra que marca o início da queima das fitas.



Jéssica Rodrigues

## Ciência Hoje!

### LEITURA DE MENTES DEIXA DE SER FICÇÃO CIENTÍFICA.

Uma empresa destinada a investigação científica denominada IBM, prometeu estudar vários avanços científicos para os próximos 5 anos entre os quais a capacidade de se ler a mente. Vamos começar a ver surgir aplicações de leitura da mente e os médicos poderão usar esta tecnologia para testar padrões no cérebro, e possivelmente compreender e ajudar na reabilitação de pessoas com doenças cerebrais,

como o autismo.

Os cientistas da IBM estão a estudar a melhor forma de ligar o nosso cérebro a alguns dispositivos, como um computador ou um smartphone, de forma que bastará pensar em algo, como por exemplo, que quer ligar a alguém, para que isso aconteça.

Os cientistas já começaram a desenhar auscultadores com sensores avançados para ler a atividade elétrica do cérebro. E quando isso acontecer, basta pensar, que aconteça!

Luís Costa



## Sabias que...

Foi em 1920 que surgiu o primeiro programa oficial da Queima.

Em 1901 tem lugar o primeiro acontecimento conhecido das festas ligadas à Queima das Fitas, já com um programa estruturado. Estudantes do IV ano jurídico organizaram um cortejo com cerca de 20 carros motorizados e a cavalo, enfeitados com flores e festões de murta.

No primeiro cortejo conhecido os caloiros iam amarrados por fitas vermelhas e com várias latas atadas com fios onde os doutores batiam com as bengalas. As fitas vermelhas representavam a cor do curso jurídico.

Em 1901 as tiras de tecido que serviam para atar os livros (grelo) eram queimadas de noite. As cinzas eram colocadas na Porta

A tradição de queimar as fitas remete para à década de 50 do século XIX. Grupos de estudantes que, passando nos exames do 4º. Ano, se juntavam por faculdade à Porta Férrea e faziam um cortejo até ao Largo da Feira e aí queimavam as fitas numa pequena cova no chão.

Em 1903 foi lançada a primeira brochura de caricaturas, com apenas 10 caricaturas.

Tânia Santos

## Diz lá o que pensas sobre...

### A MUDANÇA DE CORES?

Não concordo, porque se comecei o curso de amarelo e cinza, não faz sentido acabá-lo de azul e amarelo. Mas se todas as ESTES mudarem as cores, já faz mais algum sentido nós também alterarmos.

Olivia Sousa, Cardiopneumologia

As cores da escola mexem com a nossa identidade enquanto estudantes. Se houver a troca (ou não) de cores, essa identidade tem de ser respeitada. No entanto, enquanto não nos mentalizarmos que nunca iremos a uma entrevista de emprego cartolados e de traje vestido, esta decisão será tomada, a meu ver, pelos motivos errados. Afinal representar a ESTeSC deve ser muito mais do que uma questão estética ou infundadamente histórica.

Élia Batista, Dietética e Nutrição

Acho essencialmente que se perde a tradição! Ainda nem percebi bem as razões dessa mudança, talvez porque ainda nem me tenha informado com as pessoas correctas, mas para quem já terminou a faculdade, e para os que ainda cá ficam, as cores da escola identificavam-nos e para além do mais, eram as cores que defendíamos, visto terem um simbolismo até perante a praxe!

Joana Pinho, 2º Audiologia

Desnecessária. Não percebo qual possa ser o interesse em alterar as cores da escola com as quais os seus alunos se identificam: CINZA e AMARELO.

Rosália Cardoso, Audiologia

Sara Braganças

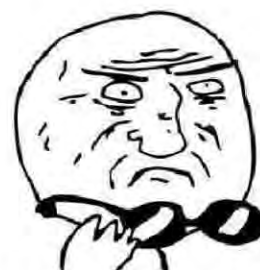


# Passatemplos

# Sudoku

[illegible]

Mafalda Oliveira



## MOTHER OF SUDOKU

Soluções Passatempos: pag.16

nid.aeestesu@hotmail.com

## Cartoon do Mês



## Frase do Mês

"Uma pessoa inteligente aprende com os seus erros, uma pessoa sábia aprende com os erros dos outros."

Augusto Cury

Marta Leal

## Soluções Passatempos

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

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

MAIO/JUNHO 2012

CILD

### FICHA TÉCNICA

Coordenadora: Ana Silva;  
Responsável Financeira:  
Sara Braganças Secretária:  
Sara Barreirinhas; Redação:  
Ana Silva, Fernando  
Dias, Jéssica Rodrigues,  
Hugo Costa, João André,  
João Anselmo, Luís Costa,  
Mafalda Oliveira, Marta Leal,  
Pedro Cruz, Sara Barreiri-  
nhas, Sara Braganças, Tânia  
Santos. Logótipo: Ana Car-  
valho Fonseca; Imagem:  
Cristiano Cunha. Colabora-  
dores Permanentes: Ana  
Silva, Diogo Castro, Hugo  
Costa, Luís Costa, Jéssica  
Rodrigues, Mafalda Pinto,  
Marta Leal, Sara Barreiri-  
nhas, Sara Braganças; Tânia  
Santos. Impressão: Centro  
de Cópias RR; Tiragem: 250  
exemplares; Supervisão:  
Núcleo de Informação e  
Divulgação da AE-ESTES;  
Propriedade: Associação de  
Estudantes da ESTES Colim-  
bra; Agradecimentos: Asso-  
ciação de Estudantes da  
ESTES