

Alunos do AEAHV promovem debate sobre saúde física e mental



BEATRIZ RIBEIRO

O papel da atividade física durante as várias fases da vida, conselhos para uma alimentação saudável e uma conversa sem tabus sobre saúde mental foram os temas em destaque na 2.ª edição das Jornadas da Saúde, que decorreram ao longo do dia 20 de fevereiro, no Cineteatro Alba.

O evento, organizado pelos alunos do Curso Profissional de Técnico Auxiliar de Saúde do AEAHV - Agrupamento de Escolas de Albergaria-a-Velha, após o sucesso do primeiro encontro, teve como propósito incentivar os estudantes a "pensar de forma consciente e crítica sobre aquilo que fazemos diariamente pela nossa Saúde, questionando práticas, reforçando o que fazemos bem e procurando caminhos para fazer ainda melhor", como disse, a abrir a sessão, Rosa Maria Silva, subdiretora do AEAHV.

O encontro contou com o apoio logístico e cobertura dos alunos do Curso Profissional de Multimédia. Antes do primeiro painel, decorreu a enérgica atuação das alunas de Dança do Desporto Escolar.

A professora Bárbara Camões, uma das docentes envolvidas na organização, louvou esta interação entre cursos e colegas, "uma ligação que permite que trabalhem bem em equipa e consigam, juntos, concretizar projetos", como disse, em conversa com o JA, dias depois do evento.

Com admiração pela dimensão e qualidade do encontro, Carlos Coelho, presidente da Câmara Municipal de Albergaria, deu os parabéns aos alunos e incentivou-os a fazer perguntas e questionar de forma crítica os intervenientes. "Não basta saber, é preciso pôr em prática o que nos faz bem à saúde – sei que vão sair daqui com essa sabedoria e orientar os vossos pais e avós", afirmou o edil.

MESES DE TRABALHO

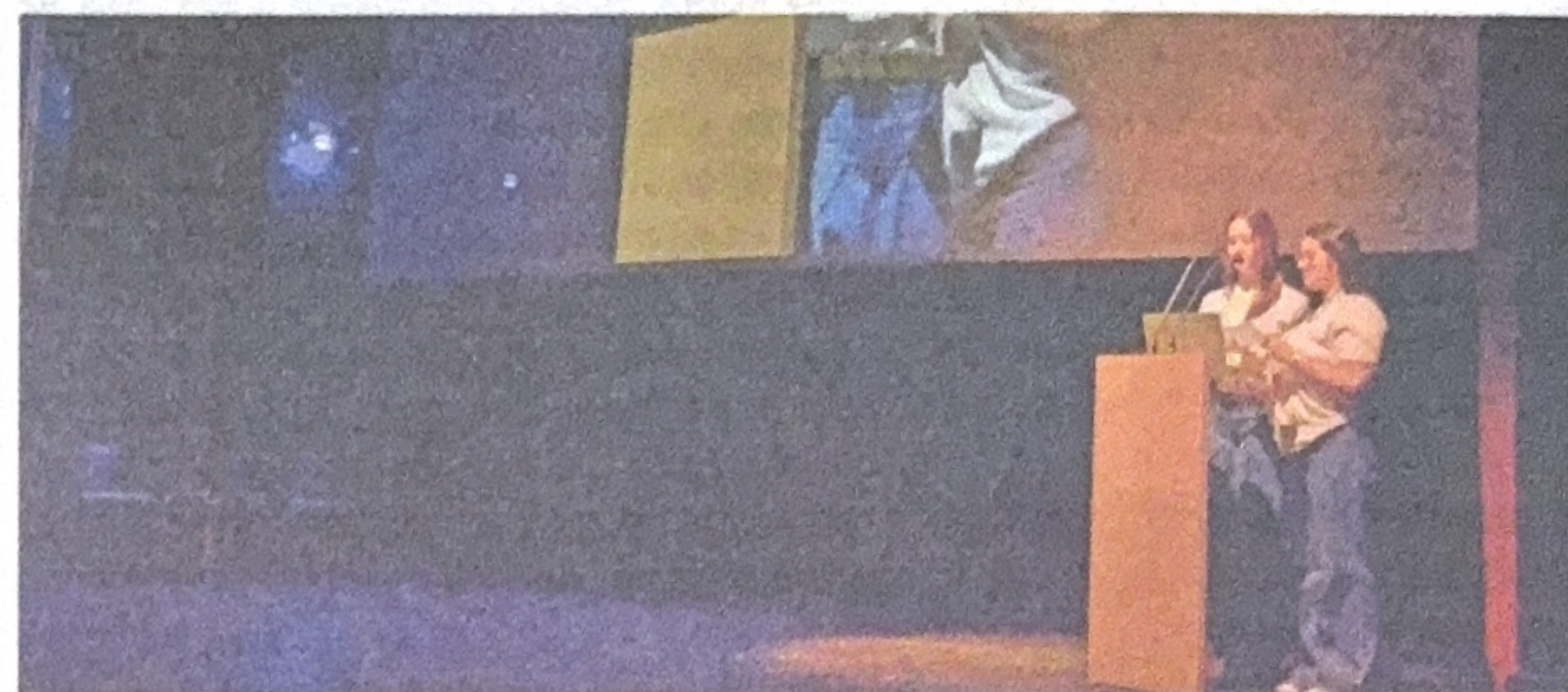
Bárbara Camões assegurou que a resposta do coletivo esteve à altura daquele que foi "o primeiro ano de grande evento", considerando que a estreia do encontro se fez no auditório da Escola Básica de Albergaria, com espaço reduzido para público e intervenientes. Para a 3.ª edição, o desejo é conseguir "um envolvimento maior da comunidade", sobretudo com um reforço de IPSS, associações e pessoas a título individual no público. Neste sentido, como melhorias a ponderar para o ano que vem, a organização apontou a alteração de horário do evento e uma maior aposta na divulgação.

A professora agradeceu o contributo dos colegas que lecionam Português e Educação Física que ajudaram na realização das Jornadas da saúde, "muito para além das horas" habituais de trabalho. No final, o mais importante foi, para a professora, o culminar dos "meses de trabalho" no grande encontro.

"Foi uma jornada feita desde o início do ano e é um projeto em que os alunos, apesar da orientação que têm dos professores, são realmente as personagens principais na organização", afirmou, orgulhosa, Bárbara Camões.

A sessão foi apresentada e dirigida pelos alunos do Curso de Auxiliar de Saúde, um desafio de superação para os menos habituados a subir a palco – e, como lembrou a professora, uma boa preparação para o momento da Prova de Aptidão Profissional, projeto apresentado no final dos cursos profissionais em Portugal.

O maior desafio, transversal à atual realidade de estímulos constantes, exacerbados pelo uso quase permanente do telemóvel, foi captar e manter a atenção dos alunos. "É muito difícil, mas é um problema geral e acreditamos que, neste tipo de evento, são sempre capazes de captar algumas ideias. Fica sempre qualquer coisa", sintetizou a docente.



CONVIDADOS VARIADOS

Com o tema de partida "Hábitos de Vida Saudáveis", as II Jornadas da Saúde começaram com a mesa-redonda 'O Papel da Atividade Física ao Longo da Vida', que contou com os oradores: Dra. Joana Correia, professora adjunta convidada na Escola Superior de Desporto, Bem-Estar e Sistemas Biomédicos do Instituto Politécnico do Cávado e do Ave; Dra. Ester Alves, diretora-geral da Estádio Clínica e da Run-treino e docente na Escola Superior de Saúde do Porto e a Dra. Anabela Brito, médica especialista em Medicina Interna na ULSAM - Unidade Local de Saúde do Alto Minho.

Por sua vez, a Dra. Cecília Soares, nutricionista na UCC de Albergaria-a-Velha; a Dra. Patrícia Carreira, nutricionista na Nutreino.Come e a Dra. Ana Pinto, investigadora na Universidade de Aveiro compuseram o painel 'Comida para que te quero?'.

A encerrar o encontro, a apresentação teve intervenções das colaboradoras da ULSRA: Dra. Filipa Tróia, assistente social no Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental; Enf.ª Catarina Barcelo, especialista em Enfermagem

de Saúde Mental e Psiquiatria; Enf.ª Ondina Matos, com a mesma especialidade; Dra. Salomé Leça, Médica Interna de Saúde Pública e a Enf.ª Sara Seica, especialista em Saúde Comunitária e Saúde Pública. Juntou-se ainda à última conversa a Dra. Mariana Parente, psicóloga dos Serviços de Psicologia e Orientação do AEAHV. JA

CCA
CENTRO CLÍNICO DE AVEIRO

AQUI, O UTENTE ESTÁ SEMPRE
EM PRIMEIRO LUGAR

- Arritmologia
- Cardiologia
- Cirurgia
- Dermatologia
- Endocrinologia
- Fisiatria
- Fisioterapia

- Ortopedia
- Gastroenterologia
- Hematologia
- Medicina Dentária
- Medicina Geral e Familiar
- Neurocirurgia
- Neurologia

- Oftalmologia
- Otorrinolaringologia
- Psiquiatria
- Reumatologia
- Urologia
- Pediatria
- Pneumologia Adulta e Pediátrica

234 385 075

WWW.CENTROCLINICOAVEIRO.PT
R. de Ovar, N.º 53 | 3410-145 AVEIRO - centroclinicoaveiro@sapo.pt

CENTRO OFTALMOLÓGICO
Albergaria-a-Velha

Diagnóstico em primeiro lugar

Consultas e Exames de Diagnóstico

Albergaria-a-Velha
(Junto aos CTT)

234 108 521

HARMONIZAÇÃO ORO FACIAL

ORTODONTIA ALINHADORES

FASTBRACES®

CONTACTE-NOS

ALBERGARIA 234 525 809
BRANCA 234 542 809

WWW.CPDENTAL.NET

CP DENTAL
CLÍNICA MÉDICA DENTÁRIA

25

Em março, celebramos 25 anos a cuidar de sorrisos com confiança. Uma história que continua todos os dias consigo.