

Anexo 1. Guión de las entrevistas realizadas en los tres centros

ENTREVISTA SANTIAGO DE COMPOSTELA

1. **Nombre del servicio:**
2. **Nombre del responsable:**
3. **Cargo que ocupa:**
4. **Años de experiencia en el cargo:**
5. **Otros cargos relacionados con el estudiantado universitario:**
6. **Formación:**
7. **Breve descripción del servicio del cual es responsable:**
8. **¿Cuáles son las actividades desarrolladas por el servicio del cual usted es responsable?**
9. **¿Cuáles son las más y menos demandadas?**
10. **¿De entre esas actividades hay alguna que sea específica de promoción de la salud?**
11. **¿Por qué motivos cree que es necesario que la universidad se implique en la promoción de la salud de sus estudiantes?**
12. **En caso de existir estas actividades o programas de promoción, ¿a quién correspondería el desarrollo de estas actividades en la universidad: profesores, educadores, psicólogos, médicos, ...?**
13. **¿Qué tipo de actividades o programas propondría para promocionar la salud de los universitarios? (Ejemplos de algunas actividades para distintos temas)**
14. **¿En que casos cree que son mejores las actividades individuales y en cuáles las colectivas?. ¿Para qué temas cree que funcionan unas actividades y para cuales otras?**
15. **¿Qué tipo de actividades cree que deberían desarrollarse en cada una de las etapas de la vida académica: a la entrada en la universidad, durante los estudios, al finalizar la carrera?**

16. ¿Qué importancia le concede a estas actividades para el momento actual y para el futuro del joven universitario?
17. ¿Cuáles cree que podrían ser desarrolladas por el servicio del cual usted es responsable?
18. ¿Cree que representa un importante valor añadido para la universidad el hecho de que pretenda ser promotora de salud? ¿Cree que incrementa la calidad de la enseñanza?
19. ¿Cuál o cuáles cree que serían los principales impedimentos o dificultades para poner en marcha actividades de este tipo? (Medios, personal, preparación, ...)
20. ¿Cree que los jóvenes estarían interesados en este tipo de actividades si se llevasen a cabo?
21. Califique los siguientes temas según la importancia que a su manera de entender tienen en la vida de los jóvenes universitarios (distinguir entre lo que él percibe que sería importante para los jóvenes y lo que cree que los jóvenes perciben importante para sí mismos. Si en algún caso no coincide señalarlo)

(A. Muy importante. B. Importante C. Poco importante)

Temas	Impresión del entrevistado			Impresión de lo que considera el entrevistado que opina el alumno		
	A	B	C	A	B	C
Educación sexual						
El abuso de drogas y adicciones						
Alcohol						
Tabaco						
Otras						
Problemas alimentarios						
Alimentación saludable						
Anorexia						
Bulimia						
Ejercicio físico						
Accidentes						
Salud mental						
Ansiedad						
Depresión						
Otros						
Otros temas						

22. Justificación de la importancia y aspectos destacables de los siguientes temas

Temas	Justificación de su importancia
Educación sexual	
El abuso de drogas y adicciones	
Alcohol	
Tabaco	
Otras	
Problemas alimentarios	
Alimentación saludable	
Anorexia	
Bulimia	
Ejercicio físico	
Accidentes	
Salud mental	
Ansiedad	
Depresión	
Otros	
Otros temas	

23. ¿En su servicio ha recibido alguna vez demanda sobre alguno de estos asuntos u otros que tengan que ver con la salud?
24. ¿Tiene conocimiento de algún tipo de proyecto de este tipo que se esté llevando a cabo en algún centro o universidad?
25. ¿Cómo cree que podría realizarse una evaluación de la eficacia de la promoción de la salud? y ¿Cuáles cree que serían las principales dificultades para realizar esta evaluación?
26. ¿Cuál cree que ha de ser el objetivo u objetivos de la promoción de la salud en la universidad?

ENTREVISTA VIANA DO CASTELO

1. Nome do serviço:
2. Nome do responsável:
3. Cargo que ocupa:
4. Anos de experiência no cargo:
5. Outros cargos relacionados com os estudantes universitários:
6. Formação:
7. Breve descrição do serviço do qual é responsável:
8. Quais são as actividades desenvolvidas pelo serviço de que é responsável?
9. Que actividades têm mais e menos procura?
10. De entre essas actividades há alguma que seja específica da promoção da saúde?
11. Porque motivos pensa que é necessário que a universidade se implique na promoção da saúde dos seus estudantes?
12. Se existissem estas actividades ou programas de promoção, a quem corresponderia o desenvolvimento destas actividades na universidade: professores, educadores, psicólogos, médicos...?
13. Que tipo de programas proporia para promover a saúde dos estudantes universitários? (Exemplos de algumas actividades para diferentes temas)
14. Em que casos pensa que são mais adequadas actividades individuais e em que casos acha que seriam mais adequadas actividades colectivas? Para que objectivos considera que funcionam umas actividades e para quais funcionam as outras?
15. Que tipo de actividades pensa que deveriam ser desenvolvidas em cada uma das etapas da vida académica: na entrada na universidade, durante os estudos, ao finalizar os estudos.
16. Que importância atribui a estas actividades para o momento actual e para o futuro do jovem universitário?
17. Que actividades pensa que poderiam ser desenvolvidas pelo serviço do qual é responsável?
18. Pensa que ser promotora de saúde acrescenta valor à universidade? Pensa que incrementa a qualidade do ensino?
19. Qual ou quais seriam os principais obstáculos ou inconvenientes para pôr em marcha actividades deste tipo? (meios, pessoal, preparação...)
20. Se estas actividades se concretizassem, pensa que os jovens estariam interessados neste tipo de actividades?
21. Qualifique os seguintes temas segundo a importância que lhes atribui no seu ponto de vista, para a vida dos jovens universitários (distinga entre o que percebe que seria importante para os jovens e o que pensa que os jovens percebem como importante para si próprios. Assinalar caso não seja coincidente).

(A. Muito importante. B. Importante C. Pouco importante)

Temas	Impressão do entrevistado			Impressão do entrevistado sobre qual seria a opinião do aluno		
	A	B	C	A	B	C
Educação sexual						
Abuso de álcool e consumos						
Álcool						
Tabaco						
Outras (Assinalar)						
Problemas alimentares						
Alimentação saudável						
Anorexia						
Bulimia						
Exercício físico						
Acidentes						
Saúde mental						
ansiedade						
depressão						
Outros						
Outros temas						

22. Justificação da importância e aspectos a salientar dos seguintes temas

Temas	Justificação da sua importância
Educação sexual	
Abuso de drogas e consumos	
Álcool	
Tabaco	
Outras (assinalar)	

Temas	Justificação da sua importância
Problemas alimentares	
Boa alimentação	
Anorexia	
Bulimia	
Exercício físico	
Acidentes	
Saúde mental	
Ansiedade	
Depressão	
Outros	
Outros temas	

- 23. No seu serviço alguma vez houve procura sobre algum destes assuntos ou outros que tenham a ver com a saúde?**
- 24. Tem conhecimento de algum projecto deste género que esteja a ser levado a cabo em alguma instituição de ensino superior?**
- 25. Como pensa que poderia realizar-se uma avaliação da eficácia da promoção da saúde?**
- 26. Na sua opinião quais devem ser os objectivo(s) da promoção da saúde na universidade?**

ENTREVISTA UNIVERSIDAD DE TURÍN

1. **Nome del servizio:**
2. **Nome del intervistato:**
3. **Posto che occupa:**
4. **Anni di esperienza nel posto sopra menzionato:**
5. **Altre cariche in relazione con l'Università:**
6. **Titolo di Studio:**
7. **Breve descrizione del servizio del quale Lei è Responsabile:**
8. **Quali sono le attività sviluppate per il servizio del quale Lei è Responsabile?**
9. **Quali sono le più e le meno richieste?**
10. **Tra queste attività, ve ne sono di specifiche per la prevenzione della salute?**
11. **Per quali motivi crede che sia necessario che l'Università si implichi nella promozione della salute dei suoi propri studenti?**
12. **Nel caso esistessero tali attività o programmi di promozione, chi sarebbe responsabile per lo sviluppo di tali servizi all'interno dell'Università: professori, educatori, psicologi, medici...?**
13. **Quali tipi di attività o programmi proporrebbe per promuovere la salute degli studenti universitari? (Esempi di alcune attività per i differenti temi)**
14. **In quali casi crede che siano migliori le attività individuali e in quali quelle collettive? In quali occasioni crede che funzionino le prime e in quali circostanze le seconde?**
15. **Quali tipi di attività crede che si dovrebbero sviluppare in ognuna delle tappe del percorso accademico: all'inizio dell'Università, durante gli studi, al termine della carriera?**
16. **Quale importanza attribuisce a tali attività per la crescita durante gli anni universitari e per il futuro del giovane?**
17. **Quali attività crede che potrebbero essere sviluppate nell'ambito dei servizi per cui Lei è responsabile?**
18. **Crede che rappresenti un importante valore aggiunto per l'Università il fatto che la Facoltà stessa si ponga al timone dei programmi di promozione della salute? Crede che ciò implichi un incremento della qualità della istituzione universitaria?**
19. **Quale o quali crede che sarebbero i principali impedimenti o inconvenienti per mettere in marcia attività di tale tipo? (Infrastrutture, personale specializzato, preparazione...).**
20. **Crede che i giovani sarebbero interessati a tali tipo di attività se si riuscisse a portarle a compimento?**
21. **Esprima un giudizio sui seguenti temi a seconda dell'importanza che a suo modo di vedere, questi hanno nella vita dei giovani universitari (distinguendo tra quello che Lei creda che sarebbe importante per i giovani e quello che crede che i giovani apprezzino come importante per loro stessi. Nel caso esistesse una differenziazione di tale tipo, degna di nota)**

(A. Molto importante. B. Importante C. Poco importante)

Temi	Impressioni dell'intervistato			Impressioni che il intervistato ha su quello che pensano i giovani		
	A	B	C	A	B	C
Educazione sessuale						
Uso di droghe e sostanze stupefacenti						
Alcohol						
Tabacco						
Altro (specifica..)						
Problemi di alimentazione						
Alimentazione sana						
Anorexia						
Bulimia						
Esercizio fisico						
Incidenti						
Salute mentale						
Ansieta						
Depressione						
Altro						
Altri temi						

22. Giustificati le risposte fornite in precedenza ricalcando l'importanza attribuita a ciascuno aspetto considerato "importante"

Temi	Giustificazione della risposta
Educazione sessuale	
Uso di droghe e sostanze stupefacenti	
Alcohol	
Tabacco	
Altro (specificare...)	

Temi	Giustificazione della risposta
Problemi di alimentazione	
Alimentazione sana	
Anoressia	
Bulimia	
Esercizio fisico	
Incidenti	
Salute mentale	
Ansietà	
Depressione	
Altro	
Altri temi	

23. All'interno dei servizi per cui Lei è responsabile, ha ricevuto mai delle domande su alcuni di questi temi o su altri che abbiano a che fare con la salute?
24. Conosce qualche progetto di questo tipo che si stia implementando in qualche centro o Università?
25. Come crede che si potrebbe realizzare una valutazione della efficacia della promozione della salute?
26. Per concludere, quale crede che dovrebbe essere l'obiettivo o gli obiettivi della promozione della salute all'interno dell'Università?

Anexo 2. Transcripción de las entrevistas realizadas en los tres centros

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTAS DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

Fecha :27 abril de 2004

Entrevista:

1. **Nombre del servicio:** Área de cultura integrada en el área de extensión cultural.
2. **Nombre del responsable:** C
3. **Cargo que ocupa:** Director
4. **Años de experiencia en el cargo:** Desde o 91
5. **Otros cargos relacionados con el estudiantado universitario:** Sempre este.
6. **Formación:** Titulado superior. Son médico especialista pero logo especialiceime neste ámbito.
7. **Breve descripción del servicio del cual es responsable:**

Responde a un dos tres pilares que a Universidade española dende o século XX inclúe nas súas responsabilidades. Están a docencia, a investigación e a extensión universitaria ou extensión cultural. (Varía o nome dependendo das universidades pero o concepto e o mesmo) Quere decir que aparte da docencia dos estudantes, a investigación de estudantes e profesores hai un elemento importante que é a formación integral da persoa que é que ademais de adquirir coñecemento nunha titulación adquirw hábitos culturais e un coñecemento máis universal. De ahí que os distintos servicios que existen nas distintas universidades pois o que buscan é ou ben biunívoco ou ben levar o coñecemento da universidade fóra. Tanto cos cursos de extensión como cos cursos de verán que están abertos a sociedade, a xente de de fóra da universidade ou que a universidade vai a concellos para que ali adquiran coñecementos ou traer a sociedade e a cultura en concreto ós alumnos e os profesores e os traballadores da universidade. Este é un pouco o concepto básico e xenérico do servicio de cultura na universidade.

8. ¿Cuáles son las actividades desarrolladas por el servicio de cual usted es responsable?

Hai varios campos de actuación: por unha parte hai unha liña que nos chamamos de promoción cultural queé apoiar as iniciativas que podan xurdir no seo da comunidade universitaria, desde convocatorias, subvencións axudas de asistencia técnica de maneira que alguén ou un grupo que teñan unha inquietude para realizar actividades pois nos desde aquí as recollemos e as apoiamos de distintas maneiras.

Logo temos unha segunda liña de actuación que é a difusión cultural que é a organización de actividades que están pensadas basicamente no que é a presentación ou ofrecerlle a senté unha serie de propostas, desde concertos ou ciclos de cine ou actividades de teatro, conferencias... Por tanto é un pouco o que sería ter o membro da comunidade universitaria como espectador que recibe e percibe cousas.

E logo hai a produción cultural que sería a terceira liña de actuación que é a área desde a que organizamos estruturas nas que a xente participa activamente, quere decir que non é so un espectador se non que está activamente participando e xenerando unha actividade como é por exemplo a aula de teatro, hai un grupo, ou varios grupos de teatro nos que alguén da comunidade universitaria interesado no mundo do teatro pode participar como actor, ou como axudante de produción, ou para aprender as asistencias técnicas por tanto esa persoa non so está como espectador se non que está participando activamente nunha actividade e además está aprendendo unha formación cultural. Ou o coro universitario, por exemplo, tamén alguén que ten inquietudes musicais entra no coro universitario e aprende técnica vocal, aprende un repertorio, canta, intervén...asi que é de un xeito máis activo que o que é a difusión.

E despois temos un último apartado que é o que comentei antes da extensión universitaria que é a organización de cursos, de cursos de calquer tipo, cursos de verán de ámbito máis aberto, máis interdisciplinar, cursos de teatro, cursos de música ou ciclos de conferencias científicas relacionadas con algún área.

Estos son os 4 grandes pilares sobre os que traballamos.

9. ¿Cuáles son las más y menos demandadas?

É máis cuestión de capacidade. Cuando programas un curso estás condicionado por un número limitado. E soe haber unha demanda superior a capacidade do curso. Na difusión cultural como concertos son para un número máis amplo sobre 200 ou 300 persoas. A demanda en cada un destes apartados está equiparable falando en termos relativos.

10. ¿De entre esas actividades hay alguna que sea específica de promoción de la salud?

Non específica, non é o nos ámbito, si sucede que algunhas actividades que programas en algunha destas 4 liñas de actuación poden ter relación coa a saúde. Por exemplo hai cursos de verán programados que teñen unha temática claramente orientada a saúde. Son cursos puntuais que teñen como temática nuclear o tema da saúde.

Téñense feito varias exposicións que trataban o tema da SIDA. Son exposicións formativas dirixidas a mentalizar a poboación cara a un problema tan importante como é a SIDA e ten habido algunhas outras relacionadas directa ou indirectamente coa saúde. Son exposicións informativas e divulgativas pero son sempre puntuais.

11. ¿Porque motivos cree que es necesario que la universidad se implique en la promoción de la salud de sus estudiantes?

Por suposto que a universidade como tal institución e nos temos unha mentalidade máis clara nese sentido.

A universidade ten que ser moito máis universal de ahí ven a súa denominación.

Que unha persoa se matricula nunha carreira aprenda moito desa disciplina é unha vez titulada sae sabendo moito diso pero pouco máis. Todo o que é o Sistema educativo, non so a universidade, dende a primaria o posgrado sempre deben aproveitar esa circunstancia que unha persoa está durante moitas horas, moitos días e durante varios anos da súa vida para adquirir coñecementos e a saúde é unha das máis importantes na vida de unha persoa por tanto si que a universidade debía ter un papel moi importante na difusión de calquer tipo de información relacionada.

12. En caso de existir estas actividades o programas de promoción ¿A quien correspondería el desarrollo de estas actividades en la universidad: profesores, educadores, psicólogos, médicos... ?

É un papel de moita xente ou no que poden ter moito que decir moita xente. Os profesores relacionados con ciencias da saúde si que poden transmitir pero non podemos pretender que un profesor de economía financeira de informacións porque coñece moi pouco pero os profesores implicados en ciencias da saúde poden ter un papel moi importante, pero penso que tamén os servicios de vixianza da saúde que existen dentro das universidades que é un servicio equipado precisamente para buscar saúde, que poden ter iniciativas neste sentido de información, ou departamentos de facultades de medicina preventiva que tamén fan campañas.

O servicio de vixianza da saúde non é para alumnos en canto o que é a tención pero si dende este servicio poderíanse poñer en funcionamento campañas de concienciación e de información sobre os distintos temas ou enfermidades relacionadas co mundo do estudio dende propiciar información sobre hábitos de estudio posturales, prevención do uso excesivo do ordenador ...relacionado co mundo do estudante.

13. ¿Que tipo de actividades o programas propondría para promocionar la salud de los universitarios? (Ejemplos de algunas actividades para distintos temas)

Todas as vías posibles son positivas desde campañas de divulgación e información a través de conferencias polos centros e a publicación de folletos informativos utilizando os novos medios, as exposicións con temáticas variadas en relación coa saúde.

Importante a propia implicación activa dos colectivos de estudantes.

14. En que casos cree que son mejor actividades individuais y en cuales las colectivas. Para que argumentos cree que funcionan unas actividades y para cuales otras.

A actividade colectiva cando se trata de transmitir unha información que se quere que chegue a todo o mundo, porque son informacións xenéricas para unha poboación tamén xenérica. Teñen moita importancia e penso que son efectivas se están ben planteadas. As informacións individualizadas aparte que é máis complicado articular un servizo de ese tipo. Cando sexa posible debería estar dirixido a casos concretos e particulares, de dúbidas que poda ter unha persoa diante de situacións que persoalmente lle impliquen. Así que depende máis de si é unha información que lle queres dar que é máis xenérica ou si é unha información que solicita unha persoa sobre un aspecto concreto.

15. Que tipo de actividades cree que deberían desarrollarse en cada una de las etapas de la vida académica: a la entrada en la universidad, durante los estudios, al finalizar la carrera.

Entendo que dependendo da temática poda haber unha diferenciación. Un estudante que chega a primeiro está muy desorientado en todos os sentidos. En tódolos ámbitos, tanto no académico como no acceso a información que non sabe onde dirixirse e se acaso habería que facer un especial esforzo pero é máis facil porque os que chegan reponde máis as convocatorias de tipo informativo que a xente que leva máis tempo.

Pois aproveitando que chegan os alumnos de primeiro que hai unhas charlas informativas sobre as titulacións pois se podería aproveitar nese sentido a estratexia de achegamento o colectivo de estudantes. É diferente para os de primeiro con respecto a outros pero a información en si tería que estar dirixida a todos. A diferenza intelectual en relación a temas de saúde entre un alumno de 1º e de 4º non a vexo real pero si a estratexia para chegar a eles.

16. ¿Qué importancia le concede a estas actividades para el momento actual y para el futuro del joven universitario?

Entendo que se a difusión, a promoción, a información en calquer ámbito, concretamente no da saúde si está ben feita e ben asimilada vai servir para toda a vida. As cousas que aprendemos con respecto a cultura son para sempre. Falando do noso servizo, se alguén a través dos nosos servizos descubre a música clásica que antes non coñecía ou simplemente non lle interesaba e a descubre asistindo a varios concertos, vai saír de aquí para toda a vida con un coñecemento e se acaso unha paixón pola música clásica e o que aprenda en relación a saúde máis todavía dada a súa importancia. Outra cousa é que somos seres humanos e a pesar das campañas antitabaco seguimos fumando. Pero a aprendizaxe e para toda a vida e a vai trasladar alí onde vai traballar, onde vai vivir e alí onde teñen o núcleo familiar.

17. ¿Cuáles cree que podrían ser desarrolladas por el servicio del cual usted es responsable?

Dende aquí aínda que non é o ámbito específico, nos traballamos puntualmente e podemos facer un solapamento de actividades de estrutura cultural. Non sei incluso podemos pensar en concertos de musicoterapia. Sempre hai algún punto no que a cultura a saúde se entrecruzan. Penso que as exposicións son o exeplo máis claro e máis fácil neste sentido.

18. Cree que representa un importante valor añadido para la universidad el hecho de que pretenda ser promotora de salud. Cree que incrementa la calidad de la enseñanza.

Por suposto que sí. Se incrementaría a calidade e esa vocación de formación integral da persoa.

19. ¿Cuál o cuáles cree que sería los principales impedimentos o inconvenientes para poner en marcha actividades de este tipo? (Medios, personal, preparación...)

O económico e o máis habitual . Calquer campaña por moi sinxela que sexa implica necesidades económicas se falamos de 30 000 ou 40 000 estudantes os que chegar, e hai que imprimir a información material para todas esas persoas e iso implica unha necesidade económica. Se hai que implicar persoas en un proxecto o tema económico sempre é o primeiro no que se pensa. O primeiro atranco sobre todo nunha universidade na que se está a vivir unha crise económica tan importante.

Penso que en canto a implicación das persoas se se lle plantexa con un mínimo de comodidade e de seguridade de realizar ese proxecto. Habería moitas persoas interesadas en facelo tanto desde as facultades relacionadas coas ciencias da saúde como o servizo de vixianza da saúde, o noso servizo ... nese sentido penso que non habería atrancos de carácter persoal ou conceptual.

20. ¿Cree que los jóvenes estarían interesados en este tipo de actividades si se llevasen a cabo?

Os xovenes dende a nosa experiencia sempre presentan unha certa inercia a todo tipo de convocatoria. Están máis metido no seu mundo, nas súas preocupacións académicas ou extra-académicas pero que non teñen nada que ver co que se presenta desde a universidade. Entonces a intelixencia e a capacidade que teñen os promotores desas actividades e desas campañas teñen que ter en conta isto, que a formación ou a campaña chegue e sexa atractiva entón de entrada o estudante pode estar interesado pero non é un público fácil. Hai unha dificultade de superar esa inercia e facer atractiva esa campaña para implicalos pero non é fácil

21. Califique los siguientes temas según la importancia que a su manera de entender tienen en la vida de los jóvenes universitarios (distinguir entre lo que el percibe que sería importante para los jóvenes y lo que cree que los jóvenes perciben importante para si mismo. Si en algún caso no coincide señalarlo)

(A. Muy importante. B. Importante C. Poco importante)

Temas	Impresión del entrevistado			Impresión de lo que considera el entrevistado que opina el alumno		
	A	B	A	B	A	B
Educación sexual		X				X
El abuso de drogas y adicciones		X			X	
Alcohol						
Tabaco						
Otras (señalarlas...)						
Problemas alimentarios	X					X
Alimentación sana		X				X
Anorexia		X				X
Bulimia		X			X	
Ejercicio físico	X				X	

Temas	Impresión del entrevistado			Impresión de lo que considera el entrevistado que opina el alumno		
	A	B	A	B	A	B
Accidentes		X				X
Salud mental		X				X
Ansiedad		X				X
Depresión		X				X
Otros						
Otros temas						

22. Justificación de la importancia y aspectos destacables de los siguientes temas

Temas	Justificación de su importancia
Educación sexual	A estas alturas da vida os estudantes de 18 anos deberían ter unha educación sexual, vamos a sobre-entender que isto é así. Así que entendo que hai outros elementos ou aspectos máis importantes. É verdade que os alumnos pensan que saben máis do que en realidade saben.
El abuso de drogas y adicciones	A verdade é que hai moitas campañas moita información así que hoxe en día a estas alturas da vida deberían saber moi ben cando se trata este tema cales son os seus problemas e perigos. Pero o considero importante. O alumno tamén pide máis información neste sentido porque o está vendo día a día.
Alcohol	
Tabaco	
Otras (señalarlas...)	
Problemas alimentarios	É un tema pouco asumido.
Buena alimentación	A alimentación sana é moi importante para todos, pero se sabe pouco, sobre como comer e que tipo de alimentación levar, pero penso que a eles lles interesa pouco.
Anorexia	temas específicos de anorexia e a bulimia que é un sector moi determinado dentro de modas actuais que se fala de que aumenta moito este fenómeno.
Bulimia	É para un sector máis concreto e tampouco lles interesa moito os alumnos
Ejercicio físico	O do exercicio físico penso que tamén desde atrás, dende o ensino medio hai un certo adestramento e o alumno si que ten interese.
Accidentes	Sobre todo de seguridade vial é un dos problemas máis graves que existen na xuventude. A relación co alcohol. Non sei ata que punto os alumnos son conscientes desto.
Salud mental	Penso que é moi importante para todos en xeral e que os estudantes tal vez lle dean pouca importancia.
Ansiedad	
Depresión	
Otros	
Otros temas	

23. ¿En su servicio ha recibido alguna vez demanda sobre alguno de estos asuntos u otros que tengan que ver con la salud?

Por exemplo no caso do teatro ou participar no coro, non é que o expliciten dunha maneira clara porque teñen problemas de relacións ou de autoestima ou de depresión e ahí pensa que vai

a estar máis animado, non o dicen claramente pero si indirectamente percibes que hai personas que si llevai a vir moi ben. Ou que unha vez que realizan a experiencia ves que milloraron na súa relación cos demais ou na súa autoestima. Peroas que o mellor veñen como Erasmus e que non controlan moi ben o idioma e en canto chegan aquí buscan actividades para estar ralacionada con outra xente. Non e exactamente que estén deprimidos ou ansiosos pero si é unha maneira que encontran para que a súa saúde, digamos relacional, teña unha resposta efectiva, é unha maneira de integración importante. É importante para eles desde o momento que inician unha actividade, fan amigos, en 15 días están integrados na comunidade.

24. ¿Tiene conocimiento de algún tipo de proyecto de este tipo que se esté llevando a cabo en algún centro o universidad? Non

25. ¿Cómo cree que podría realizarse una evaluación de la eficacia de la promoción de la salud? y cuáles que cree que serían los principales inconvenientes para realizar esta evaluación?

Todo é avaliabile, hoxe en día os métodos de estatística sociolóxica, tanto en psicología, como en medicina hai ferramentas cuantitativas para poder sacar conclusións avaliativas sempre é cando estén ben plantexadas dende o inicio.

26. ¿Cuál cree que ha de ser el objetivo u objetivos de la promoción de la salud en la universidad?

Insistiría nese aspecto de que a Universidade non debería desatender ningunha iniciativa que tivese finalidade a formación integral da persoa e a súa saúde é unha das máis importantes na vida de unha persoa, tanto a saúde física como a psíquica durante a estadía dun estudante na Universidade e como vagaxe que vai levar para a súa vida futura.

Quiza a saúde como a temos tan cerca, tan encima de nos a atendemos moito menos que outros aspectos.

Fecha :21 abril de 2004

Entrevista:

- 1. Nombre del servicio:** Área de deportes
- 2. Nombre del responsable:** D
- 3. Cargo que ocupa:** Director
- 4. Años de experiencia en el cargo:** Desde el 88
- 5. Otros cargos relacionados con el estudiantado universitario:** Desde el 72. Primero como profesor de educación física y luego como encargado del equipo de atletismo.
- 6. Formación:** Licenciado en Educación física. Master en alto rendimiento deportivo entrenador nacional de atletismo.
- 7. Breve descripción del servicio del cual es responsable:**

Lo tenemos desglosado en una serie de áreas o departamentos: una es deporte para todos en el cual incluimos las actividades para la mayoría de los universitarios y no universitarios porque lo tenemos abierto al público. Luego tenemos las escuelas deportivas que hacen actividades de ocio y recreación y algunas competiciones de poco nivel, que se juntan para jugar una pachanga. Y por último deporte de competición con una serie de fases desde las ligas universitarias hasta llegar a los campeonatos nacionales universitarios y estos dependen del consejo superior de Deportes o que se suele decir los equipos representativos de cada universidad.

Por otra parte tenemos lo que es el deporte de alta competición, entre comillas, el deporte federado a través del club deportivo de la Universidad de Santiago tenemos una serie de secciones de deporte federado que se incardinan en las federaciones y compiten en las ligas de federación de deporte individual.

8. ¿Cuáles son las actividades desarrolladas por el servicio de cual usted es responsable?
(contestado en la 7)

9. ¿Cuáles son las más y menos demandadas?

Lo más demandado lógicamente es el deporte para todos. Movemos una masa de más de 13000 personas, este año esperamos llegar a los 14000 (El año pasado batimos el record y a pesar de que la afluencia de universitarios se reduce considerablemente nosotros nos sentimos muy orgullosos de que el número de practicantes de deportes siga subiendo, lo cual parece una paradoja) Prácticamente de esos 13 600 del año pasado 13000 son de deportes para todos.

10. ¿De entre esas actividades hay alguna que sea específica de promoción de la salud?

Entendemos en principio que el deporte es salud, al menos hasta cierto límite y a partir de este límite tienes que preocuparte del deportista no pierda salud para que pueda seguir rindiendo.

Tampoco es cierto que el deporte de alto nivel quite salud porque sino dejaría de ser deporte de alto nivel en el momento en que empiece a fallar la salud. Pero a parte de este comentario hay una serie de actividades como son la gimnasia terapéutica, el Yoga, las clases de relajación... que están encaminadas fundamentalmente a la salud y el bienestar.

Pero luego hay otras que por el mero hecho de ser actividad física y moderada sin altas exigencias pues lógicamente contribuyen a la salud y sobretodo a los hábitos saludables que a la larga repercuten en la salud.

11. ¿Porque motivos cree que es necesario que la universidad se implique en la promoción de la salud de sus estudiantes?

La universidad está implicada, no todo lo que quisiéramos, pero está implicada desde el momento que todos los estudiantes tienen su seguro y hay campañas para que dejen ciertas actividades nocivas para la juventud.

Nosotros hemos hecho algunas campañas en este sentido por ejemplo con fútbol sala en vez de botellón abriendo los polideportivos hasta las 4 de la mañana. En estos momentos se abre hasta las 2 así que si por lo menos de 22 a 2 vienen a jugar hemos reducido un poco el tiempo para el botellón.

Pero sobretodo cuando el deporte llega a un grado de exigencia es incompatible con cualquier actividad no saludable como el botellón o cosa más graves.

12. En caso de existir estas actividades o programas de promoción ¿A quien correspondería el desarrollo de estas actividades en la universidad: profesores, educadores, psicólogos, médicos... ?

Creo que es una actividad transversal y cada servicio, cada facultad debería involucrarse a su manera. Es una opinión de un técnico pero para esto están los políticos que son los que tienen que lanzar este tipo de proyectos o por lo menos dar los medios. Dada la masa social con la que trabajamos nosotros, que es una masa social si no tan peligrosa como puede ser el bachillerato que es cuando se decantan por una actitud u otra, si es una masa social que necesita campañas y que se gasten medios. Y en este aspecto la universidad que recibe dinero para docencia e investigación no puede hacer demasiado. Tendrían que ser unos organismos superiores como el Ministerio de Sanidad o algún otro que pudiese. Hay que tener en cuenta que un cáncer de pulmón tratado durante 4 años cuesta mucho más caro que conseguir que 500 niños no cojan el hábito de fumar. Es un problema meramente económico si queremos quitar la parte humana y social.

13. ¿Que tipo de actividades o programas propondría para promocionar la salud de los universitarios? (Ejemplos de algunas actividades para distintos temas)

Hay que tener en cuenta que las colectivas aportan la socialización y la gente viene a pasarlo bien pero el deporte individual y de exigencia física en el que se quieren batir marcas

14. En que casos cree que son mejor actividades individuales y en cuales las colectivas. Para que argumentos cree que funcionan unas actividades y para cuales otras. (Ya contestada)

15. Que tipo de actividades cree que deberían desarrollarse en cada una de las etapas de la vida académica: a la entrada en la universidad, durante los estudios, al finalizar la carrera.

En las escuelas deportivas tenemos niños desde los 9 años, no es función de la universidad pero yo que consideramos que la Educación Física cada vez está más deteriorada porque cada vez hay menos horas y son más teóricas los niños no vienen con actitud ni hábitos. Unos 3000 son del bachillerato. Cuando lleguen a la universidad serán más receptivos.

16. ¿Qué importancia le concede a estas actividades para el momento actual y para el futuro del joven universitario?

La Educación Física es un aspecto de la formación

Cuando se marchen de la universidad que sigan practicando deporte, que sea una actitud ante la vida, una actitud deportiva con una serie de valores, de fuerza de voluntad, de saber reaccionar ante situaciones límite, situaciones adversas. Una serie de valores que te de el haberte autodisciplinado constantemente.

Lo primero es crear hábitos y necesidades y después vienen los conocimientos y el error en las escuelas es empezar por los conocimientos porque si no lo sienten previamente por muchos conocimientos que les quieras dar el niño pasa olímpicamente. Lo importante es hacerles coger el gusto y después explicarles lo que es.

17. ¿Cuáles cree que podrían ser desarrolladas por el servicio del cual usted es responsable?

Proyectos de colaboración con campañas antidrogas en una serie de aspectos, por ejemplo como lo hemos hecho.

El deporte es una herramienta fundamental hoy en día como elemento no solo bueno para la salud sino como elemento disuasorio

18. Cree que representa un importante valor añadido para la universidad el hecho de que pretenda ser promotora de salud. Cree que incrementa la calidad de la enseñanza.

Desde luego, un aspecto transversal que todas las facultades tuviesen no una asignatura sino una implicación unos contenidos, unos impactos desde todos los puntos de vista, todas las direcciones para que el alumnos esté “ bombardeado” para cuidarse, para tener más calidad de vida. Ya que al final la salud es por encima de todo calidad de vida.

19. ¿Cuál o cuáles cree que sería los principales impedimentos o inconvenientes para poner en marcha actividades de este tipo? (Medios, personal, preparación...)

Lo económico es secundario porque hay actividades deportivas que no cuestan dinero: el crearle el hábito de correr todos los días a las personas en un parque antes de desayunar no cuesta dinero. Pero hace falta dinero para hacer esas campañas y para que estas impacten en la gran masa de los universitarios. El universitario que se levante a las 7 de la mañana para correr media hora es difícil que se haya quedado la noche anterior hasta las 4 tomando whisky.

Hay países donde las empresas les obligan a sus trabajadores a hacer ejercicio en una hora de trabajo porque luego en el resto de las horas rinden mucho más.

20. ¿Así que cree que en general hay una falta de conciencia?

La universidad, en general y con muchas precauciones, en la universidad quienes mandan son aquellos con unos expedientes altísimos que la mayoría de su tiempo lo han dedicado a estudiar y que normalmente no han sentido la necesidad de hacer deporte. Las personas que gobierna la universidad no están mentalizadas de que esto es muy importante hasta que el médico les dice que su hijo está muy gordito y que tiene un nivel de colesterol altísimo.

Pero también hay que tener en cuenta el problema económico ya que la universidad no recibe dinero para actividades deportivas solo para docencia e investigación, entonces lo que se desvía para deportes es porque se genera desde el propio deporte o porque se desvía algo de docencia o investigación. No hay unas partidas para promocionar deporte y salud.

21. ¿Cree que los jóvenes estarían interesados en este tipo de actividades si se llevasen a cabo?

Si se les pilla en un a edad permeable sí pero una persona con unos hábitos de vida muy arraigados en contra de la salud. Solamente puedes reciclar alguno.

22. Califique los siguientes temas según la importancia que a su manera de entender tienen en la vida de los jóvenes universitarios (distinguir entre lo que el percibe que sería importante para los jóvenes y lo que cree que los jóvenes perciben importante para si mismo. Si en algún caso no coincide señalarlo)

(A. Muy importante. B. Importante C. Poco importante)

Temas	Impresión del entrevistado			Impresión de lo que considera el entrevistado que opina el alumno		
	A	B	A	B	A	B
Educación sexual			X			X
El abuso de drogas y adicciones	X	X				X
Alcohol	X	X				X
Tabaco	X	X				X
Otras (señalarlas...)						
Problemas alimentarios	X					X
Alimentación sana	X					X
Anorexia						
Bulimia						
Ejercicio físico	X					X
Accidentes	X					X
Salud mental	X					X
Ansiedad						
Depresión						
Otros						
Otros temas						

23. Justificación de la importancia y aspectos destacables de los siguientes temas

Temas	Justificación de su importancia
Educación sexual	Es importantísima, pero no tiene tanta repercusión en la salud física como las otras. Incidiría mucho más en los otros temas para potenciar la salud.
El abuso de drogas y adicciones	Creo que el uso acarrea el abuso.
Alcohol	El alcohol es una droga tan dura como las otras solo que legalizada
Tabaco	Los fumadores cada vez mas afortunadamente serán una raza a extinguir.
Otras (señalarlas...)	
Problemas alimentarios	Es importantísimo
Buena alimentación	Cada vez se come más porquería por la influencia americana y otros factores. Generación tras generación los niños son más obesos e infradotados
Anorexia	
Bulimia	
Ejercicio físico	Importantísimo como ya hemos hablado
Accidentes	El deporte previene accidentes en general de todo tipo. Sin hacer deporte se tienen menos recursos. Por ejemplo en el coche una persona deportista es capaz de reaccionar mejor
Salud mental	Muy importante. El deporte interviene en el cerebro al igual que en el resto del cuerpo. El dualismo está totalmente obsoleto y por tanto lo que activa el cuerpo activa el cerebro. Permite tener una mente más despejada y contribuye a la salud mental.
Ansiedad	
Depresión	
Otros	
Otros temas	

Los chavales no tienen conciencia de lo importante que es todo esto para ellos, en absoluto. Tanto los chavales, como el sistema educativo y los padres deberían asumir la importancia de este tipo de formación en los chicos. Empiezan a preocuparse cuando es tarde, cuando el colesterol y la tensión les juegan malas pasadas. El gran problema, la administración, el ministerio están montados para curación y no para prevención que debe pasar por la educación.

24. ¿En su servicio ha recibido alguna vez demanda sobre alguno de estos asuntos u otros que tengan que ver con la salud?

En alguna de nuestras actividades viene gente con problemas para gimnasia terapéutica, o gente que le mandan hacer natación. Suele ser en relación con el tema curativo

25. ¿Tiene conocimiento de algún tipo de proyecto de este tipo que se esté llevando a cabo en algún centro o universidad?

Supongo que si las hay actividades de relajación, de control corporal, de gimnasia terapéutica... pero esto no está institucionalizado a nivel estatal, cada universidad tiene autonomía total en cuestiones deportivas.

26. ¿Cómo cree que podría realizarse una evaluación de la eficacia de la promoción de la salud? y ¿cuáles cree que serían los principales inconvenientes para realizar esta evaluación?

La universidad tendría que hacer una investigación seria con grupos control y grupos que practican deporte y todo eso y comprobar cuales tienen mejores condiciones de salud... previamente habría que definir que se entiende por salud.

27. ¿Cuál cree que ha de ser el objetivo u objetivos de la promoción de la salud en la universidad?

28. Dar calidad de vida al ciudadano y esto conlleva la felicidad: sentirse a gusto contigo mismo, con los demás y a gusto y feliz con lo que estás haciendo. En el momento en que debes preocuparte por tu salud, cuando te duele algo, todo eso se derrumba.

Fecha :21 abril de 2004

Entrevista:

1. **Nombre del servicio:** Servicio de Orientación e información estudiantil. (COIE)
2. **Identificación del servicio:** I
3. **Cargo que ocupa:** Director.
4. **Años de experiencia en el cargo:** Muchos con altibajos, lo más reciente son 8
5. **Otros cargos relacionados con el estudiantado universitario:** Director del colegio mayor San Clemente.
6. **Formación:** Licenciado en filosofía.
7. **Breve descripción del servicio del cual es responsable:**

Información, orientación y técnicamente empleo que ahora lo lleva el OSIX que depende de nosotros. Pretendemos aportar elementos de información preuniversitaria, durante la universidad y también postgrado..

8. **¿Cuáles son las actividades desarrolladas por el servicio de cual usted es responsable?**

Diríamos genéricamente que se trata de atender las necesidades informativas de del estudiante.

¿Se centra por tanto exclusivamente aquí en la información académica? Hubo un tiempo que se decía que el cliente nuestro primero es estudiante, luego joven y luego ciudadano en orden de importancia, porque se supone que los otros campos están atendidos por otras instituciones o deberían estarlo. Hay una actitud activa de buscar información y documentación de la parte más académica y profesional después. Y de lo otro se recibe y se divulga, como campañas de organismos de juventud en sentido amplio o iniciativas de salud de los que sea. Evidentemente se colabora pero no es nuestro objetivo. También campañas como ciudadano de entidades de cultura o políticas o lo que sea pero no como prioritario. El fin que justifica el centro es universitario.

Se trata sobretodo de dar información y se ha avanzado mucho en el campo preuniversitario. Muchas actividades hacia la enseñanza media: charlas, mesas redondas dentro del programa Puente. Hay muchas demandas de información por parte de los chavales de los institutos ahora que se les da la oportunidad.

A los universitarios es por épocas, especialmente al inicio del curso y se les da la información que vienen a pedir

9. **¿Cuáles son las más y menos demandadas?**

Va por épocas del curso. Hay muchísima demanda al inicio del curso y no solo de los que entran. Hay traslado de expedientes, optativas, libre configuración, formación complementaria... y también, aunque ahora eso lo lleva más la OSIX, cursos de verano, tanto los de tipo académico como los de idiomas.

Ahora como los cursos están divididos en cuatrimestres es al inicio de cada cuatrimestre para preguntar en relación a la matrícula. La mayoría de la demanda está ahí.

Se nota también mucho que está el ordenador porque aunque hay demanda presencial y a veces se montan colas se notan menos porque hay muchos que consultan por Internet.

10. **¿De entre esas actividades hay alguna que sea específica de promoción de la salud?**

Directamente no pero por ejemplo hace unos años cuando había aquí aquellas pantallas para lo del SIDA, cuando las autoridades empezaron a tener conciencia del problema, pero desde aquí

se divulgaba, no se organizaba. Y ahora mismo todas las cosas que llegan se divulgan y se les da publicidad.

11. ¿Porque motivos cree que es necesario que la universidad se implique en la promoción de la salud de sus estudiantes?

Pues por lo mismo que se ha implicado en el desarrollo sostenible en el que se han hecho cosas muy bien hechas también en esto deberían implicarse.

Hay campañas que serían necesarias pero se supone que teóricamente las atienden otras organizaciones. Pero hay necesidades que yo percibo, como situaciones de estrés y luego Santiago es una ciudad donde muchos estudiantes llegan a vivir solos por primera vez y ahí se pueden producir muchos problemas. No es que vayamos a crear clubes de amigos pero seguro que hay muchos que se sienten solos y que hay demandas de apoyo psicológico y a veces incluso psiquiátrico. Al menos es lo que yo percibo. No sé que es lo que se puede hacer pero el apoyo psicológico es muy importante y en otras universidades lo tienen.

El problema es que con nuestras actividades intentamos llegar a miles de personas y ¿Cómo haces atención personalizada de técnicas de estudio, de relaciones personales, de relaciones afectivas... para 40.000 personas? Por eso hace falta atención personalizada pero hace falta sobre todo campañas y luego que sepas donde ir. Así que lo más importante son las campañas que estén respaldadas por instituciones donde puedas acudir. La universidad debe atender a los problemas de sus miembros que hoy en día son muy diferentes a los que había hace muchos años de enfermedades como la tuberculosis.

12. En caso de existir estas actividades o programas de promoción ¿A quien correspondería el desarrollo de estas actividades en la universidad: profesores, educadores, psicólogos, médicos... ?

Primero hay que decir que la buena voluntad no puede sustituir la profesionalidad. Para determinados aspectos se necesitan profesionales en orientación psicológica, en técnicas de estudio... Los demás colaboraremos en la medida que sea posible ya que es muy necesario implicar a las personas, también a los beneficiarios de los servicios.

13. ¿Que tipo de actividades o programas propondría para promocionar la salud de los universitarios? (Ejemplos de algunas actividades para distintos temas)

Lo más importante son campañas que lo que digan sea cierto, que no sean publicidad barata para vender, que si anuncian un determinado servicio, ese determinado servicio exista.

Si hay unas necesidades especiales de una población de 30000 habitantes en una ciudad es necesario prestar unos servicios. Y a veces se hacen aberraciones como cerrar el centro juvenil de anticoncepción de Conxo para embarazos juveniles. La mayor parte de los que acudían a ese centro, me decían las profesionales que trabajaban allí eran estudiantes universitarios. Yo sospecho que ese es un campo que hoy necesita atención y no se pueden cerrar los ojos.

Otro campo que también necesita mucho es el de la organización del estudio, también el del control de situaciones de estrés que lo van a necesitar también en el futuro porque ahora es un examen pero luego va a ser una entrevista de trabajo, una oposición...

14. En que casos cree que son mejor actividades individuales y en cuales las colectivas. Para que argumentos cree que funcionan unas actividades y para cuales otras.

Ya contestada.

15. Que tipo de actividades cree que deberían desarrollarse en cada una de las etapas de la vida académica: a la entrada en la universidad, durante los estudios, al finalizar la carrera.

El momento de la entrada es muy importante. Dejas el nido y tienes que organizarte la vida en todos los niveles, desde hábitos de comer no solo spaghettis y ahorrar en las comidas para que te quede para copas.

16. ¿Qué importancia le concede a estas actividades para el momento actual y para el futuro del joven universitario?

Igual que decimos que lo importante no es lo que sabes ahora si no esas técnicas que te permiten buscar la información que necesitas, pues lo mismo con los hábitos saludables, con el control del estrés.

También pensando que la mayoría de los estudiantes de hoy va incidir dentro de unos años en mucha gente en su profesión pues igual que va a llevar unas destrezas en su carrera también unos hábitos saludables para el mismo y para poder transmitirlos.

En todos los campos, ya no digamos en aquellos que tengan un contacto más directo y una influencia las las personas como el ámbito educativo y el sanitario. Pero en general en todas.

17. ¿Cuáles cree que podrían ser desarrolladas por el servicio del cual usted es responsable?

En el COIE lo que podemos hacer es divulgar.

18. Cree que representa un importante valor añadido para la universidad el hecho de que pretenda ser promotora de salud. Cree que incrementa la calidad de la enseñanza.

Desde luego que sí. Igual que han asumido y está funcionando muy bien lo del desarrollo sostenible, incluso gastando mucho dinero, pero es un avance y la universidad debe ir por delante. Y yo creo que en esto también.

Los equipos de gobierno cada vez tienen más conciencia de que no solo es importante formarte para que salgas un buen profesional sino que deben prestar unos servicios lo más complementarios posibles para sacar a una persona lo mejor posible no solo en su profesión sino como persona.

19. ¿Cuál o cuáles cree que sería los principales impedimentos o inconvenientes para poner en marcha actividades de este tipo? (Medios, personal, preparación...)

No es de dinero porque no hace falta que ponga tanto dinero si se coopera con los organismos de salud por ejemplo. Igual que para la donación de sangre la universidad colabora prestando salas e incluso donde está la unidad central.

Por tanto cosas de colaboración con entidades que afortunadamente tenemos de por ejemplo campañas de sanidad de detección precoz de tumores. Tenemos organismos de la administración autonómica y del gobierno central y de otros organismos como para poder colaborar. Encauzar las necesidades y conseguir convenios es lo más importante.

20. ¿Cree que los jóvenes estarían interesados en este tipo de actividades si se llevasen a cabo?

Sí los jóvenes estarían interesados. A veces no lo piden por pudor o lo que sea pero si que están interesados. Y siempre que se han desarrollado actividades de este tipo han tenido muchísima afluencia.

21. Califique los siguientes temas según la importancia que a su manera de entender tienen en la vida de los jóvenes universitarios (distinguir entre lo que el percibe que sería importante para los jóvenes y lo que cree que los jóvenes perciben importante para sí mismo. Si en algún caso no coincide señalarlo)

(A. Muy importante. B. Importante C. Poco importante)

Temas	Impresión del entrevistado			Impresión de lo que considera el entrevistado que opina el alumno		
	A	B	A	B	A	B
Educación sexual	X			X		

Temas	Impresión del entrevistado			Impresión de lo que considera el entrevistado que opina el alumno		
	A	B	A	B	A	B
El abuso de drogas y adicciones	X				X	
Alcohol	X				X	
Tabaco	X				X	
Otras (señalarlas...)		X				
Problemas alimentarios	X				X	
Alimentación sana	X					
Anorexia	X					
Bulimia	X					
Ejercicio físico	X					
Accidentes	X					
Salud mental	X				X	
Ansiedad						
Depresión	X			X		
Otros						
Otros temas						

El tratamiento de todos estos temas en general pienso que ha sufrido un retroceso porque o se piensa que no existe el problema o que la gente se arregla como puede. Alo mejor es solo una percepción mía pero hace unos años había tal vez más conciencia de crear servicios.

Tienen que estar informados para poder decidir.

22. Justificación de la importancia y aspectos destacables de los siguientes temas

Temas	Justificación de su importancia
Educación sexual	Con las relaciones sexuales y afectivas se supone que hoy ya lo saben todo y sin embargo a lo mejor ni siquiera están tan informados y si que hay problemas. Hay un déficit y de hecho cualquier conferencia o lo que sea sobre esto se llena de gente.
El abuso de drogas y adicciones	
Alcohol	El problema del alcoholismo es muy importante porque ya no es que un día te tomes una copa es que parece que si no beben cada vez que salen les falta algo. No sé, no creo en las medidas represoras, pero son problemas muy graves. Esa cultura de que si no te colocas no te diviertes. Es un problema esa asociación de que una fiesta sin alcohol no es una fiesta.
Tabaco	

Temas	Justificación de su importancia
Otras (señalarlas...)	No creo que la dependencia de drogas sea muy importante porque el propio sistema la eliminaría, el que es cocaínómano, por ejemplo, de verdad el sistema lo eliminaría porque es muy competitivo.
Problemas alimentarios	
Buena alimentación	
Anorexia	
Bulimia	
Ejercicio físico	
Accidentes	Su relación con el alcohol es una cosa crucial. Y vemos las trágicas consecuencias muy a menudo.
Salud mental	
Ansiedad	
Depresión	
Otros	
Otros temas	

23. ¿En su servicio ha recibido alguna vez demanda sobre alguno de estos asuntos u otros que tengan que ver con la salud?

No demasiadas. Llegan aquí y los mandamos a psicología o a donde corresponda. En el sobre de matrícula todos llevan los sanatorios que están concertados. La gente usa más la Seguridad Social que el seguro escolar.

24. ¿Tiene conocimiento de algún tipo de proyecto de este tipo que se esté llevando a cabo en algún centro o universidad?

En Cataluña, en Salamanca. Pero lo hay o lo habrá en casi todos porque hoy cada vez más se pide que se prevenga. Como sucede en los ayuntamientos donde en todos hay dedicación al bienestar social.

Pero la administración casi siempre va por detrás creando los servicios y se ve por ejemplo con los problemas de salud mental en el sentido amplio es un tema pendiente. Y con esto hay otros muchos temas relacionados como el de la violencia doméstica.

25. ¿Cómo cree que podría realizarse una evaluación de la eficacia de la promoción de la salud? y ¿cuáles que cree que serían los principales inconvenientes para realizar esta evaluación?

26. ¿Cuál cree que ha de ser el objetivo u objetivos de la promoción de la salud en la universidad?

Fecha :21 abril de 2004

Entrevista:

- Nombre del servicio:** Servicio de Voluntariado.
- Nombre del responsable:** V
- Cargo que ocupa:** Coordinador de la oficina.
- Años de experiencia en el cargo:** Desde septiembre del 96
- Otros cargos relacionados con el estudiantado universitario:** Coordinador de exposiciones en el quinto centenario.
- Formación:** Licenciado en Historia del Arte y luego Master en gestión de ONG's

7. Breve descripción del servicio del cual es responsable:

Viene siendo un servicio de intermediación entre la comunidad en la que se asientan los campus de la universidad y los miembros de la comunidad universitaria para encauzar todas las actividades relacionadas con la participación social, el voluntariado o la integración con personas con discapacidad o con necesidades especiales. Nosotros decimos una ETT de la buena voluntad.

8. ¿Cuáles son las actividades desarrolladas por el servicio de cual usted es responsable?

Hay tres áreas diferentes: Área de programación diseño y comunicación; Áreas de voluntariado y participación social; Área de integración universitaria

9. ¿Cuáles son las más y menos demandadas?

Las de trabajo con menores son las más demandadas y las que menos las de trabajo con adultos.

10. ¿De entre esas actividades hay alguna que sea específica de promoción de la salud?

Hay actividades de promoción de la salud a través de programas que coordina Cruz Roja. Y se puede decir que apoyos que se están realizando en los hospitales como en el clínico en unidades como puede ser la Unidad de Desordenes Alimentarios tienen que ver con la promoción de la salud. Este año se van a incorporar actividades de este corte, relacionadas con el consumo del tabaco dentro de la propia estructura de la Universidad. Se van a desarrollar unas campañas para que la gente no fume. Dependiendo de la lectura más a menos amplia de promoción de la salud que quieras hacer pueden considerarse otras. Cualquier acción desarrollada dentro de tu tiempo libre de este tipo dedicada al voluntariado puede promocionar tu salud. Y después las hay que por la propia actividad en sí tienen una connotación más marcada de educación o promoción de la salud como puede ser la Unidad de Trastornos alimentarios donde hay sobre todo chicas que están con otras chicas que tienen anorexia, o los programas de tratamiento de drogas de la UMAD. Así que depende de la lectura que quieras hacer no solamente los programas con consumidores o ex-consumidores de drogas activos sino también colaborar en la escuela de padres de la UMAD en la cual se imparten a los padres cosas vinculadas a la problemática del alcohol, drogas... de manera transversal estas por tanto viviendo esto. Es difícil en todas las acciones con el voluntariado establecer un marco cerrado porque hay mucha transversalidad, muchas conexiones con distintos temas.

11. ¿Porque motivos cree que es necesario que la universidad se implique en la promoción de la salud de sus estudiantes?

Es necesario que la universidad se implique. No solo en temas de salud sino en cualquier actividad vinculada a la educación personal y a la maduración y al desarrollo correcto de las personas, no sólo a nivel académico.

La universidad tiene que ofrecer, si no programas específicos, si apoyo para que los miembros de su comunidad puedan desarrollar su vida de la manera más plena y correcta posible. Entonces evidentemente una estructura como la universidad en la que trabajan y estudian un montón de personas, yo creo que debe incluir un servicio de apoyo médico y programas de distintos contenidos y uno de ellos es la salud para la población tanto de estudiantes como de profesores y PAS. Y de hecho es una de las cosas de las que adolece esta universidad.

12. En caso de existir estas actividades o programas de promoción ¿A quien correspondería el desarrollo de estas actividades en la universidad: profesores, educadores, psicólogos, médicos... ?

Todos tenemos parte en el tema. Lo que debería facilitar la propia estructura de la Universidad es la colaboración entre los distintos cuerpos que la integran a través de mecanismos que tengan la suficiente flexibilidad como para permitir la participación desde profesores hasta profesionales e incluso voluntarios. Es complicado pero lo que tiene que haber es una estructura mínima lo suficientemente flexible, no especialmente rígida. Yo creo que no se soluciona sólo con un servicio de asesoramiento psicológico ni con un servicio médico. Eso es un mínimo que debería haber

pero no llega. Es un papel de varios y luego en función del papel de cada uno la participación en el programa o en las actividades y la responsabilidad en las mismas serían mayor o menor, pero la responsabilidad primera es de la universidad como estructura.

13. ¿Que tipo de actividades o programas propondría para promocionar la salud de los universitarios? (Ejemplos de algunas actividades para distintos temas)

Se pueden establecer tantas cosas, desde reducir las zonas de tabaco hasta prohibir la venta de alcohol en los restaurantes y cafeterías de la universidad. Son medidas que se podrían tomar pero que yo no tomaría porque nunca creo que se deba prohibir nada, ni fumar ni comprar alcohol pero son cosas que en un determinado momento se podrían hacer.

Dentro de las facultades se pueden establecer puntos de información sobre temas de salud: de consumos responsables de drogas de todo tipo, vinculado a sexualidad, a enfermedades tan en boga como la anorexia, la bulimia, la obesidad. Puntos de información que vayan rotando por los distintos edificios relacionados con la universidad. Y podrían llevarlo voluntarios. Tiene que haber un gestor que se encargue de diseñar el programa. Este gestor trabajaría con psicólogos, con pedagogos, con profesores... que serían los encargados de diseñar los programas a desarrollar luego por los universitarios en las facultades.

14. En que casos cree que son mejor actividades individuales y en cuales las colectivas. Para que argumentos cree que funcionan unas actividades y para cuales otras.

Tiene que haber de todo, pero creo que para drogas, sexualidad, enfermedades de transmisión sexual... hace falta mucha información. No descarto que no funcione la cartelera, de hecho en las últimas jornadas que hemos hecho el 65% de las personas que asistieron nos decían que se enteraron por carteles y me sorprendió porque yo pensaba que los carteles no se veían. Puedes aplicar todo tipo de mecanismos pero evidentemente para lo relacionado con las enfermedades mentales o problemas personales tiene que haber otro tipo de servicio que tampoco existe.

Pero para promoción y campañas yo utilizaría todo, desde la cartelera hasta jornadas reconocidas con créditos de libre configuración como elemento de formación personal aparte de lo académico, que se centrasen en cualquiera de estos temas. Tu puedes hacer unas jornadas sobre anorexia y bulimia o sobre enfermedades relacionadas con la alimentación de unas 30 horas reconocidas con 1 crédito de libre configuración y se te apunta gente de la rama sanitaria o no y estas difundiendo un mensaje sobre el tema y lego además y lego además a mayores eso lo puedes apoyar con las campañas que se hagan en las facultades y escuelas y también en los colegios mayores.

Yo no descartaría ningún método. Para las actividades que se desarrollen en facultades y centros yo utilizaría a los mismos estudiantes matriculados en los centros porque de entrada ya conocen a la gente que está estudiando con ellos y de entrada ya tienes un público al que mandarle el mensaje y es mas fácil que se paren y hablen. El recurrir a lo que tienes más próximo en facultades y escuelas funciona mejor que si llevas gente de fuera a hacerlo. Hay que aprovechar que aunque solo sea por la gracia se acerquen a ti y te pregunten ¿tu que haces aquí? Pues estoy con este tema que es esto y esto. Es una manera de empezar y todo es aprovechable, aunque claro no puedes pedirle el mismo resultado a eso que a una charla o aun taller que desarrollas durante cinco horas una tarde, que también son cosas que se pueden hacer, tal vez en un espacio más cerrado que en una facultad, en un colegio mayor por ejemplo o en una residencia.

La Universidad tiene muchísimos recursos para poder desarrollar programas de este tipo.

15. Que tipo de actividades cree que deberían desarrollarse en cada una de las etapas de la vida académica: a la entrada en la universidad, durante los estudios, al finalizar la carrera.

Las actividades pueden valer para cualquier momento. Pero en una Universidad como la de Santiago de Compostela depende que temas necesitan más los que llegan a primero porque vienen a vivir fuera de su casa con la alegría en el cuerpo y con ganas de descubrir cosas que por el control paterno y demás no habían podido experimentar. Hay determinadas cuestiones que el primer año son fundamentales sobretudo temas de adicciones, de drogas de alcohol y ETS

(enfermedades de transmisión sexual) me parecen básicos. No quiere decir que a lo largo de la carrera no lo tengan que volver a tratar pero en una ciudad como Santiago de Compostela donde muchísima gente vive fuera de casa si que vendría muy bien que se tratasen estos temas.

16. ¿Qué importancia le concede a estas actividades para el momento actual y para el futuro del joven universitario?

Estoy totalmente convencido de la importancia de estos temas para el futuro. Porque estoy hablando de estos temas como fundamentales de la formación de una persona. Entonces tan importantes como la carga académica que tu puedas desarrollar en la facultad de biología por ejemplo y entonces si lo que tu estás aprendiendo como biólogo te va a valer luego profesionalmente, y no solo a nivel profesional sino también personalmente. Estos conocimientos nunca sobran.

No estoy en contra de que la gente consuma determinadas sustancias pero hay unos riesgos en ese tipo de comportamientos que tu debes conocer y luego tu puedes optar o no responsablemente. Pero lo que hay ahora es desconocimiento y por tanto cuanto más sepas más vas a poder elegir de una manera responsable.

Estas cosas influyen en tu vida siempre: vas a durar más años y vas a vivir mejor.

17. ¿Cuáles cree que podrían ser desarrolladas por el servicio del cual usted es responsable?

Jornadas de formación. Poner en marcha campañas o programas relacionados con todos los temas incluso diseñar las propias campañas. Y como contamos con todos los miembros de la comunidad universitaria, obviamente desde la oficina no vamos a ser un servicio de orientación personalizada para personas con determinadas problemáticas pero si podemos ser un cauce de comunicación o de transmisión de a donde recurrir para solucionar determinados problemas.

Porque cuando hablamos de integración universitaria hablamos de todos, no solo de los derechos de las personas con discapacidad. Entonces el conocer los recursos que la universidad tiene y transmitirlos si que podríamos hacerlo.

Aparte de las jornadas o los apoyos a las campañas desarrolladas por ONG podríamos elaborar campañas relacionadas con estos temas para desarrollar en colegios, residencias o facultades.

18. Cree que representa un importante valor añadido para la universidad el hecho de que pretenda ser promotora de salud. Cree que incrementa la calidad de la enseñanza.

Por supuesto, rotundamente sería un aumento de la calidad de la propia oferta de la Universidad. Y si yo tuviese hijos me gustaría que fuesen a una universidad en la cual a este tipo de programas se le diese la importancia que creo que deben tener.

19. ¿Cuál o cuáles cree que sería los principales impedimentos o inconvenientes para poner en marcha actividades de este tipo? (Medios, personal, preparación...)

El desconocimiento de la importancia que tienen. Las universidades se han visto como trasmisoras de una formación estrictamente académica y esto no es verdad. Los años que tu pasas en la universidad aprendes muchas cosas que no tienen que ver con lo que es la formación estrictamente académica y la universidad tiene que ser uno de los foros que te permite aprender cosas no relacionadas estrictamente con tus estudios. Por tanto creo que es el desconocimiento, de la sociedad, de lo importante que es informar sobre estos temas y después la falta de tradición de trabajo en equipo. Es muy complicado moverse en una institución como la universidad y desarrollar actividades coordinadas entre los distintos servicios. Como en cualquier organización grande y es a veces donde más esfuerzos se pierden.

Hacen falta recursos para determinados asuntos pero creo que este no es un problema.

20. ¿Cree que los jóvenes estarían interesados en este tipo de actividades si se llevasen a cabo?

Si se proyectan de manera adecuada y se organizan de una manera interesante para cada uno de los sectores a los que se quiere ofrecer por supuesto que sí. Los jóvenes son muy listos pero es que a veces se les hacen propuestas sin sentido.

21. Califique los siguientes temas según la importancia que a su manera de entender tienen en la vida de los jóvenes universitarios (distinguir entre lo que el percibe que sería importante para los jóvenes y lo que cree que los jóvenes perciben importante para si mismo. Si en algún caso no coincide señalarlo)

(A. Muy importante. B. Importante C. Poco importante)

Temas	Impresión del entrevistado			Impresión de lo que considera el entrevistado que opina el alumno		
	A	B	A	B	A	B
Educación sexual		X			X	
El abuso de drogas y adicciones		X			X	
Alcohol		X			X	
Tabaco		X			X	
Otras (señalarlas...)						
Problemas alimentarios	X			X		
Alimentación sana	X			X		
Anorexia	X			X		
Bulimia	X			X		
Ejercicio físico	X			X		
Accidentes	X			X		
Salud mental	X			X		
Ansiedad						
Depresión	X			X		
Otros						
Otros temas						

Los estudiantes en sexualidad y drogas sobretodo son una población que se cree que lo saben todo y que en gran medida no tienen conciencia de la importancia de estos temas. De ninguno de ellos quitando el ejercicio físico porque tiene otras connotaciones. No hay una conciencia dentro del joven alumno universitario de lo importante que puede ser tratar estos temas.

22. Justificación de la importancia y aspectos destacables de los siguientes temas

Temas	Justificación de su importancia
Educación sexual	Muy especialmente por las enfermedades de transmisión sexual, más que por los embarazos, aunque también por estos.
El abuso de drogas y adicciones	
Alcohol	El abuso de alcohol sobretodo con relación a los accidentes de tráfico, me parece que hay que hacer mucho hincapié en el tema.
Tabaco	
Otras (señalarlas...)	
Problemas alimentarios	Creo que estos, la anorexia por ejemplo, están relacionados con el consumismo y con una falta de valores de los que los jóvenes no son conscientes como de que conseguir algo requiere un esfuerzo y un trabajo, entonces tal y como están viviendo hoy en día las cosas y tal y como se las están ofreciendo desde casa el valor de las cosas no lo tienen. Por tanto creo que son problemas que llevan parejas muchas cosas, que tienen relación con valores como el esfuerzo, el sacrificio, la responsabilidad.
Buena alimentación	
Anorexia	
Bulimia	
Ejercicio físico	
Accidentes	
Salud mental	Hay muchos tabúes con respecto a esto, como que no puedo ir al psiquiatra porque no estoy loco. También los valores a los que aludíamos hablando de problemas alimentarios son importantes aquí. Dentro de esos valores los más importantes son: la responsabilidad y el valorar las cosas.
Ansiedad	
Depresión	
Otros	
Otros temas	

23. ¿En su servicio ha recibido alguna vez demanda sobre alguno de estos asuntos u otros que tengan que ver con la salud?

Bueno algunos casos particulares de estudiantes con problemas psicológicos, básicamente esquizofrenias. Y ha venido mucha gente que quiere colaborar en campañas relacionadas con estos asuntos.

24. ¿Tiene conocimiento de algún tipo de proyecto de este tipo que se esté llevando a cabo en algún centro o universidad?

Si en la Universidad Autónoma de Barcelona, la Fundación Autónoma Solidaria trabaja sobre muchos de estos aspectos. Y en Murcia el SAOP (Servicio de Asesoramiento y Orientación Personal)de la Universidad tiene también iniciativas diferentes para sus alumnos como una sala de relajación para combatir la ansiedad.

25. ¿Cómo cree que podría realizarse una evaluación de la eficacia de la promoción de la salud? y ¿cuáles que cree que serían los principales inconvenientes para realizar esta evaluación?

Depende de la acción que tu desarrolles puedes establecer mecanismos de evaluación. Por ejemplo si haces unas jornadas de formación puedes pasar una encuesta sobre el interés de los distintos temas, ponentes... en las que solicites la valoración. La mayor parte de las cuestiones cerradas y luego dejas alguna abierta para sugerencias.

Por ejemplo en las facultades podría hacerse con fichas anónimas.

La medición del cambio de actitudes es algo que mides con el paso del tiempo, menos jóvenes que fuman, menos muertes y discapacidades de jóvenes por accidentes en la carretera bajo los efectos del alcohol...

26. ¿Cuál cree que ha de ser el objetivo u objetivos de la promoción de la salud en la universidad?

El permitirnos llevar una vida más saludable que forma parte de desarrollar una sociedad más responsable de los unos con los otros y la participación de las personas en las actividades.

La Educación para la Salud la puedes utilizar no solo para que no haya anorexia y bulimia sino también para que la gente vote en unas elecciones generales, aunque parezca que no tiene nada que ver si tu participas en un programa de promoción de la salud estás descubriendo toda una serie de valores además de los que están estrictamente relacionados con la sanidad.

Fecha :21 abril de 2004

Entrevista:

- 1. Nombre del servicio:** Servicio Universitario de Residencias (SUR)
- 2. Nombre del responsable:** R
- 3. Cargo que ocupa:** Directora del área.
- 4. Años de experiencia en el cargo:** Desde junio del año pasado.
- 5. Otros cargos relacionados con el estudiantado universitario:** Previamente he sido directora del San Clemente. También como profesora.
- 6. Formación:** Pedagoga.
- 7. Breve descripción del servicio del cual es responsable:**

El Servicio Universitario de Residencia no es meramente un servicio de alojamiento. El SUR lo que realmente supone es todo un apoyo para el desarrollo integral de los universitarios. Esos espacios no son simplemente hoteles sino que hay toda una propuesta de actividades que complementa y forma y apuesta por un proyecto educativo general.

8. ¿Cuáles son las actividades desarrolladas por el servicio de cual usted es responsable?

La de apoyo residencial propiamente dicho como se entiende en cualquier otro contexto. Además propuesta de actividades culturales, de deportes, de informática, medioambientales... se cubren todas las áreas.

9. ¿Cuáles son las más y menos demandadas?

Todas las que están propuestas están desarrollándose porque tienen una funcionalidad y una demanda dada. Dentro de cada una de ellas siempre hay acciones concretas con más alta participación pero todas ellas son necesarias.

10. ¿De entre esas actividades hay alguna que sea específica de promoción de la salud?

Dada la transversalidad del tema nos la podemos encontrar en muchas de las áreas de actividades que hemos planteado. Y de hecho es así. Por ejemplo desde el tema de la alimentación se pueden generar jornadas gastronómicas vinculadas al intercambio cultural que podemos tener porque tenemos muchos alumnos de intercambio nacional e internacional y dentro de esta no solo hay esa presentación, esa convivencia de alumnos de distintas nacionalidades si no que están muchas veces acompañadas de propuestas en cuanto a cursos o acciones específicas de por ejemplo hacer comida de determinada nacionalidad y esa es la excusa y se habla también de sus valores nutricionales y de sus ventajas cara a la salud. De propuestas que pueden salir de actividades socio-culturales que generan conferencias o mesas o intercambio. Estoy pensando en unas que se desarrollaron no hace mucho de consumo de alcohol y uso y abuso del mismo y eso vinculado a distintas culturas. Hay muchas iniciativas que podemos vincular. En drogo-

dependencia distintas acciones, ha habido campañas con el tema del tabaco y no solamente las tradicionales de marco más académico de conferencias y demás sino a veces concursos y apuestas entre grupos como por ejemplo la semana sin tabaco, se hacen competiciones entre distintos colegios.

11. ¿Porque motivos cree que es necesario que la universidad se implique en la promoción de la salud de sus estudiantes?

Evidentemente porque dentro del sentido del SUR que está muy distanciado de lo que meramente un servicio de alojamiento cuando estamos hablando de una propuesta en la que nosotros pretendemos apoyar la formación de nuestros estudiantes de un modo integral esta línea (de promoción de la salud) la suficiente importancia para que claramente aparezca.

12. En caso de existir estas actividades o programas de promoción ¿A quien correspondería el desarrollo de estas actividades en la universidad: profesores, educadores, psicólogos, médicos... ?

Nosotros colaboramos con otros servicios existentes como el voluntariado, optimizamos los servicios existentes. Existe colaboración no vamos con guerras independientes. Existe coordinación entre los distintos servicios que se complementan y se pueden extender de la mejor manera.

13. ¿Que tipo de actividades o programas propondría para promocionar la salud de los universitarios? (Ejemplos de algunas actividades para distintos temas)

Hay distintas actuaciones en función del objetivo de esta actuación y en función también del tipo obviamente tiene que haber una parte más profesionalizada y otra parte, como puede ser acciones concretas en colegios y residencias, que los propios colegiales se organizan para lo cual siempre van a buscar apoyos y referentes y otras muchas iniciativas las van a poder generar por ellos mismos ya que simplemente quieren plantear un debate o un análisis de una situación normalmente acompañada después por la búsqueda de un referente especializado o profesionalizado que las complementa, pero creo que todas son importantes y tienen su función.

No meramente por tanto un trasvase de información profesional será la que considero más efectiva, no tienen menos importancia las otras.

Porque no hay en la sociedad en el momento en que vivimos una escasez de información, al contrario la información es amplia y diversa y por muchos medios, entonces el compromiso y actuaciones que hagan modificación de actitudes y un análisis, una práctica más directa de modificación de hábitos será más eficaz aunque más complicada. No es por desconocimiento el que a veces no se efectúen esas modificaciones.

14. En que casos cree que son mejor actividades individuales y en cuales las colectivas. Para que argumentos cree que funcionan unas actividades y para cuales otras..

En el caso en el que nos podamos encontrar situaciones particulares con una problemática específica serán necesarias acciones particulares. Nosotros hacemos además de los apoyos inmediatos con los que puedes dotar a la gente, si por ejemplo tenemos conocimiento de una situación de una situación, que sé yo, de anorexia pues no vas a tener una actuación profesional, pero si hay una detección porque es el lugar donde está viviendo y los compañeros lo dicen. Y lo que hacemos es darle todos los apoyos necesarios para poder dirigirla a los servicios médicos oportunos. Se trata de acompañarles y facilitarles. Estamos en un marco universitario y por tanto por la estructura los miembros de la comunidad universitaria dada su especialidad pueden dar su apoyo.

15. Que tipo de actividades cree que deberían desarrollarse en cada una de las etapas de la vida académica: a la entrada en la universidad, durante los estudios, al finalizar la carrera.

Las actuaciones que hacemos contemplan esa diversidad que es tenida en cuenta y hay que ser sensibles a ella.

16. ¿Qué importancia le concede a estas actividades para el momento actual y para el futuro del joven universitario?

No son actuaciones exclusivamente dirigidas a una finalidad inmediata. Pero incluso en estas en que el objetivo es más específico o muy inmediato está en la línea de lo que es fundamentalmente una propuesta de consolidación y de proyección futura para que se incorpore a lo que son formas de entender y de hacer y de ser, por tanto con una propuesta con pretensiones más a largo plazo. Son apuestas a largo plazo.

17. ¿Cuáles cree que podrían ser desarrolladas por el servicio del cual usted es responsable?

Desde el SUR un poco todas. No hay un único lugar desde donde salen todas las propuestas, lo que sí buscas es esa optimización que no existan acciones aisladas y que puedas concentrar actuaciones en un único eje y no dejar desatendidos otros. Lo que te permite es tener una visión amplia y poder poner en contacto las propuestas que desde distintos puntos te pueden estar planteando. En este trabajo en equipo los equipos de dirección de los distintos centros hacen un papel fundamental. Colaboramos con todos los diferentes servicios de la USC: voluntariado, deportes, cultura, programa ponte, servicio médico...

18. Cree que representa un importante valor añadido para la universidad el hecho de que pretenda ser promotora de salud. Cree que incrementa la calidad de la enseñanza.

Claramente en el sentido de la función y finalidad de los que es el SUR, en ese compromiso y esa búsqueda de desarrollo y mejora constante de búsqueda de calidad se encuadra esta línea de trabajo.

19. ¿Cuál o cuáles cree que sería los principales impedimentos o inconvenientes para poner en marcha actividades de este tipo? (Medios, personal, preparación...)

Fundamentalmente la poca participación. La dificultad mayor es hacer llegar este tipo de iniciativas y conseguir una participación importante.

En esa búsqueda de calidad, en los estándares de excelencia se busca que la implicación sea cada vez mayor, se llegue cada vez a un número mayor. Es uno de los objetivos implícitos en cada una de las actuaciones.

Por tanto uno de los mayores retos es como formalizar esa propuesta para que realmente tenga el alcance o la extensión que se pretende. Por ejemplo, muchas de nuestras actuaciones, en muchas ocasiones, están abiertas no solo a residentes sino a todos los demás estudiantes. Los colegios y residencias se constituyen como ce dinamizadores y ejes de actuaciones, que son abiertos al resto de los universitarios de nuestra universidad.

La amplitud de las propuestas hace que puedan quedarse difuminada. La propia valoración que ellos hacen de que tenga una rentabilidad inmediata, y hablo de rentabilidad en cuanto a obtener un crédito de libre configuración. En ese sentido la tendencia y a veces obsesión académica se nota en el sentido de que si no existe determinada rentabilidad deja de ser de interés para determinados núcleos de estudiantes. De hecho hemos aplicado ese tipo de incentivos cuando programamos actuaciones con un valor muy importante y dentro de los mecanismos para ese tipo de oferta alcanzar los objetivos se han realizado en aquellos que entendemos pueden aproximar a personas que de otro modo no lo harían. Y el hecho de que hagan ese primer acercamiento luego les facilitará el acceso a otros sin que tengan que tener más rentabilidad. Porque el hecho de que den el paso y se acerquen a conocer hace que después vean el valor que tienen y continúen con una serie de actividades que no van incentivadas.

20. ¿Cree que los jóvenes estarían interesados en este tipo de actividades si se llevasen a cabo?

Si pero creo que hay que tener en cuenta las particularidades que hemos mencionado.

21. Califique los siguientes temas según la importancia que a su manera de entender tienen en la vida de los jóvenes universitarios (distinguir entre lo que el percibe que sería impor-

tante para los jóvenes y lo que cree que los jóvenes perciben importante para si mismo. Si en algún caso no coincide señalarlo)

(A. Muy importante. B. Importante C. Poco importante)

Temas	Impresión del entrevistado			Impresión de lo que considera el entrevistado que opina el alumno		
	A	B	A	B	A	B
Educación sexual		X			X	
El abuso de drogas y adicciones		X			X	
Alcohol		X			X	
Tabaco		X			X	
Otras (señalarlas...)						
Problemas alimentarios	X			X		
Alimentación sana	X			X		
Anorexia	X			X		
Bulimia	X			X		
Ejercicio físico	X			X		
Accidentes	X			X		
Salud mental	X			X		
Ansiedad						
Depresión	X			X		
Otros						
Otros temas						

Creo que para estudiantes depende mucho del itinerario formativo, si es que hacen biología, farmacia, educación social... y también depende del momento, de si están en primer ciclo. Para como los perciben ellos es fundamental la formación, el ámbito en el que están trabajando por el conocimiento e implicación que tienen, incluso ya por su propia elección formativa y también del nivel o ciclo en el que están.

Todos estos temas son muy importantes.

22. Justificación de la importancia y aspectos destacables de los siguientes temas

Temas	Justificación de su importancia
Educación sexual	
El abuso de drogas y adicciones	En cuanto a educación sexual hay campañas en colaboración con asociaciones, con el voluntariado...
Alcohol	Nosotros por ejemplo no vendemos alcohol o tabaco en las residencias pero no creo que la prohibición, la eliminación del estímulo aminoren la posibilidad o no la favorezcan. Son unos mínimos gestos de compromiso, respecto al uso pero creo que es más importante no solo la información sino planteamientos de responsabilidad cuando hacen una fiesta que se vincula siempre a alcohol y tabaco.
Tabaco	El alcohol y el tabaco tienen una presencia más clara que otras drogas con diferencia, pero entiendo que para darle importancia o trabajar con ellos no cuenta solo la extensión, el número de personas afectadas, el único criterio no puede ser a considerar para trabajar sobre ello y considerar su importancia. El problema del alcohol lo veo lo veo como grave en cuanto a que es muy extendido pero no es que tengamos un problema de ingesta abusiva y sistemática de alcoholismo manifiesto. Pero si es necesaria esa educación y asistencia en buscar otro tipo de uso o acercamiento al alcohol, que los aleje de esa visión presente en una sociedad como la nuestra lo considero muy importante.
Otras (señalarlas...)	Puede haber problemas pero las dimensiones son muy pequeñas, no tenemos constancia. Si hay un contacto socialmente en determinados locales y horas es una realidad. No es que no exista por el hecho de que no lo veas en los centros universitarios. Por tanto no lo veo como un problema específico.
Problemas alimentarios	
Buena alimentación	Como en otros asuntos hay actuaciones indirectas como en las cocinas de las residencias con hostelería hicimos cursos para que hiciesen cocina económica y nutritiva.
Anorexia	Tuvimos algún caso pero son casos aislados.
Bulimia	
Ejercicio físico	Además de tener gimnasios completamos con becarios de actividades deportivas en cada uno de los centros que desarrollan programas específicos que se vinculan además con conferencias, charlas de profesionales.
Accidentes	Hacemos cursos de prevención de riesgos y de primeros auxilios.
Salud mental	Hay un trabajo primero en cuanto a detección y prevención fundamentalmente porque ya en los casos que afloran derivación a los servicios oportunos.
Ansiedad	Necesidades de controlar la ansiedad por tensión en los estudios, por afrontar nuevas situaciones, sobre todo a los que llegan, cambios de realidad, les hace que pierdan seguridad y les genera ansiedad. No tienen de forma autónoma recursos suficientes para manejar la situación. El aporte que supone esa convivencia, esas interrelaciones, esas estructuras de apoyo son elementos muy importantes. Hay toda una red de apoyos. Hay situaciones que obviamente pueden pasar más desapercibidas por número. A veces es una mala organización en el estudio lo que les provoca ansiedad y son actividades indirectas las que les pueden ayudar. Por todo ese cambio, esa desestructuración que se puede producir no son capaces de afrontar esa situación nueva, nuevas demandas y los hábitos de trabajo se quedan muy desfasados de las nuevas demandas, de las nuevas situaciones. Hay personas que de forma natural van resolviendo sus problemas y otros que necesitan apoyos. La ventaja de los colegios es que tienen la constancia de que tienen a quien dirigirse, de que hay respuesta no solo a iniciativas propias sino a demandas directas. Si se detectan y se trabajan estos problemas no llegan a más.
Depresión	Son los propios compañeros, de la persona afectada, los que se dirigen a plantearlo a las direcciones de los centros comentando "me preocupa, está muy triste, no sale..." y a partir de ahí es la dirección la que toma contacto y activa los recursos necesarios.
Otros	
Otros temas	

La justificación de todos estos aspectos es clara en esta población universitaria ya que si estamos hablando de una propuesta de formación integral de desarrollo de las personas de cara a su posible integración y contribución a una sociedad libre, sana y democrática, pues lógicamente alegarla de todos estos problemas será importante.

Muchas de las actuaciones tienen implícitos trabajos en distintas áreas pero no es de manera explícita, no son al uso. No es por ejemplo una campaña explícita porque no hay una conferencia donde viene fulanito y dice esto pero es que hay muchas maneras diferentes de trabajar en este

sentido. A veces las actuaciones indirectas son las más efectivas, porque desde luego no es el formato académico lo que más llena o lo que más atrae. Cuando los protagonismos son suyos, cuando son propios desde dinámicas ordinarias y ahí es donde se trabaja en muchos casos estos aspectos.

23. ¿En su servicio ha recibido alguna vez demanda sobre alguno de estos asuntos u otros que tengan que ver con la salud? Ya contestada en anteriores.

24. ¿Tiene conocimiento de algún tipo de proyecto de este tipo que se esté llevando a cabo en algún centro o universidad?

En casi todas. No siempre vinculada la gestión a la universidad sino a fundaciones y demás. Son temas comunes independientemente de las particularidades de las distintas comunidades la población universitaria tiene unas demandas muy parecidas.

25. Como cree que podría realizarse una evaluación de la eficacia de la promoción de la salud.

En cada una de las actuaciones tenemos establecidos mecanismos de evaluación. Algunos más o menos formales dependiendo de la actividad que sea. Tiene que ser en función de la actividad y de los objetivos que tenga. Hay indicadores muy diversos y procedimientos muy distintos.

26. ¿Cuál cree que ha de ser el objetivo u objetivos de la promoción de la salud en la universidad?

Nosotros insistimos en que el SUR es un elemento más y un apoyo fundamental en esa apuesta por la formación integral de nuestros estudiantes en los que no pueden mantenerse con una formación meramente académica sino que todos los elementos son importantes. Y la salud es una de las partes clave.

Fecha :21 abril de 2004

Entrevista:

- 1. Nombre del servicio:** Servicio de tutorías personalizadas.
- 2. Nombre del responsable:** T
- 3. Cargo que ocupa:** Responsable del servicio. Asesor del vicerrectorado de estudiantes para todo lo relacionado con el ensino medio y como esto es el principio un poco porque es coger a los chavales cuando llegan aquí, pues me dijeron sí me hacia cargo.
- 4. Años de experiencia en el cargo:** Desde que empezaron, este es el cuarto año.
- 5. Otros cargos relacionados con el estudiantado universitario:** Soy el responsable del programa puente con el encino medio de la USC, un poco lo que hago es tratar de conseguir que los alumnos de la enseñanza media en vez de marcharse a otros sitios vengan a la universidad de Santiago. Y para ello como hacemos? : pues promocionamos todo lo que tenemos, promocionamos las carreras, los estudios, todo eso... Fui director de colegio mayor tres años.
- 6. Formación:** Licenciatura en matemáticas.
- 7. Breve descripción del servicio del cual es responsable:**

Lo que pretendemos, en principio fue un impulso, ponerlas a funcionar. Claro, es que los estudiantes cuando llegan aquí a Santiago, por primera vez, en este momento la vicerrectora, con una serie de personas los recibe muy bien los recibe, les va a hablar a la facultad le cuenta los servicios que hay, etc. pero los chicos se siguen encontrando un poco perdidos entonces buscábamos que un profesor, no tenia porque darle clase a ello, un profesor de la facultad, se encargase mas o menos de 15 alumnos. Los coge en 1º y los deja en 5º, este profesor que tenga trato con ellos y que ellos tengan trato con el profesor y que sean capaces de acercarse a él para preguntarle las

dudas que tienen, qd cosa, me rompí un dedo a donde puedo ir, o tengo este problema a donde puedo asistir, bueno pues todas esas cosas que muchas veces no sabes a donde ir que tengas dentro de la facultad una persona de confianza que es el que te atiende los problemas. Después te dirige también para cuando quieras marcharte de erasmus, si debes de irte o no, a donde, se preocupa de ti de enseñarte las optativas que puedes elegir, si eliges esta o la otra va un poco formando tu curriculum, es fundamentalmente los que hacemos.

Por tanto ¿se ocupan tanto del plano personal como académico?

Obviamente no nos metemos en lo personal de estudias o no estudias o vas de copas o no vas pero procuramos todo lo que está dentro de la universidad tratar de resolvérselo, tanto académico como burocrático u otro tipo de problemas que se le presenten.

En principio cada tutor de alumnos le exige de 15 horas de docencia, entonces en las facultades donde no hay mucho problema de docencia se pudieron montar sin problema pero claro donde hay problemas no se van a contratar profesores para esto, y como también está un poco experimental se espero un poco, sé esta viendo un poco el resultado que da, cada año intentamos ponerlo en un sitio nuevo este año se puso en Lugo en todas las escuelas politécnicas. Intentamos eso ir cada año ir aumentando alguna facultad hasta que lo tengamos en todas porque es algo fundamental.

¿En cuales lo hay ahora? En química, matemáticas y filosofía

8. ¿Cuáles son las actividades desarrolladas por el servicio de cual usted es responsable?

Es una cosa un poco delicada, el chico que no quiere pues no quiere yo no voy a ponerle una escopeta para que pase por mi despacho a narices. Lo que pretendemos al menos es un contacto un poco forzado y es que a principio de curso reunimos a todos los chavales juntos, cada tutor sus 15 chavales en un aula y hablas con ellos y les cuentas lo que pretendes, luego les dices que En el mes de diciembre pasen por su despacho y allí les das una encuesta en donde esta un poco el grado de satisfacción de ellos con la carrera con los tutores... un poco, los problemas que puedan tener, eso lo estudiamos nosotros y hacemos un informe que le pasamos a la junta de facultad, para que sepan los problemas que hay, por ejemplo si todos los chavales coinciden que hay un problema con un profesor intentamos resolverlo y después de los exámenes de feb les pedimos que vuelvan a hablar con nosotros A ver que tal van y finalmente en junio para que nos digan como fue todo , que tal van y que piensan hacer.. y eso es todo pero claro el que no quiere venir no viene, no podemos forzarlo.

9. ¿Cuáles son las más y menos demandadas?

Estamos intentando hacerlo pero todavía no lo tenemos hecho un informe con lo que más demandan y lo que menos, la sorpresa es que demandan cosa muy diversas y que no te esperas, por ejemplo uno tenía que ir a un juzgado popular y le coincidía con un examen y quería saber como podía hacer, y entonces lo pusimos en contacto con la secretaria general, otros, por ejemplo, vienen y te piden que el profesor los deje salir a la hora de clase y no se alargue porque si no llegan tarde a la hora siguiente, algunos son problemas estúpidos, ellos te lo dicen a ti y tu hablas con el decano y el decano trata de arreglarlo de manera mas sencilla

10. ¿De entre esas actividades hay alguna que sea específica de promoción de la salud?

Sinceramente creo que para evitar estrés de ellos para evitar problemas psíquicos o emocionales de ellos, ten en cuenta que los chavales, sobre todo los que llegan a primero se encuentran fuera de casa, se encuentran solo, desprotegidos puede ser un choque muy grande en cambio siempre tienen esta persona a la que le cuentan sus problemas, somos un poco psicólogos sin serlo (que no nos oigan los psicólogos que se nos echan encima) pero un poco estas con ellos para ayudarles a solucionar problemas si ves que tiene un problema muy grave le dice que tendría que ir a un ps u otra u otra persona

11. ¿Porque motivos cree que es necesario que la universidad se implique en la promoción de la salud de sus estudiantes?

Debería tener algún servicio, que tratase eso, aunque los chavales tienen el seguro médico. Hay el servicio de vigilancia de la salud que es para profesores y PAS pero ellos también pueden acudir y la verdad es que es importante que ellos tuviesen un sitio donde acudir.

12. En caso de existir estas actividades o programas de promoción ¿A quien correspondería el desarrollo de estas actividades en la universidad: profesores, educadores, psicólogos, médicos... ?

Creo que ahí deberíamos estar un poco todos implicados, debería ser como los voluntarios que hacen de todo, el vicerrectorado de estudiantes podría poner a alguien que se preocupe de esto.

13. ¿Que tipo de actividades o programas propondría para promocionar la salud de los universitarios? (Ejemplos de algunas actividades para distintos temas)

Creo que estarían bien campañas, yo deje de fumar gracias a una de esas campañas y yo creo que están muy bien campañas de alcoholismo, de tabaco, de deporte, son fundamentales. Yo creo que se están haciendo pero habría que promocionarlas mejor y que los chavales supiesen que están dirigidas también a ellos porque sino piensan que tal vez es solo para profesores, o para personas mayores, no sé por ejemplo la gimnasia de mantenimiento que sepan que es para todo el mundo y nos solo para las personas mayores. Debe implicarse en ellas dejando de fumar y bebiendo menos.

14. En que casos cree que son mejor actividades individuales y en cuales las colectivas. Para que argumentos cree que funcionan unas actividades y para cuales otras.

Si es un problema serio de una persona hay que tratarlo individualmente pero sino de modo colectivo también puede ser eficaz. Cuando era director del S. Clemente puse un medico de los tres colegios mayores y nunca estuvo descansado, es algo que podría ser interesante.

15. Que tipo de actividades cree que deberían desarrollarse en cada una de las etapas de la vida académica: a la entrada en la universidad, durante los estudios, al finalizar la carrera.

A las tutorías por ejemplo al principio vienen mucho y luego no vienen nada. Ya se atreven a solucionar varios problemas ellos solos

16. ¿Qué importancia le concede a estas actividades para el momento actual y para el futuro del joven universitario?

En general en todo porque es muy importante acostumbrarse, si se acostumbra a hacer gimnasia ahora va a seguir siempre, si deja el coche y van andando ves que aquí muchos viene en coche, si van dejando el habito de fumar, reduciendo lo de beber, los hábitos alimentarios y aquí los comedores tienen un papel fundamental, promocionando la verdura y haciendo que se acostumbren a la comida mediterránea. Si tu vas cogiendo estos hábitos esto lo mantienes. Son hábitos y costumbres que debes ir cogiendo y que son fundamentales.

17. ¿Cuáles cree que podrían ser desarrolladas por el servicio del cual usted es responsable?

Todo las cosas que acabamos de decir los tutores se lo podrían transmitir con ilusión con los chavales para que estos lo siguieran

18. Cree que representa un importante valor añadido para la universidad el hecho de que pretenda ser promotora de salud. Cree que incrementa la calidad de la enseñanza.

Esto sería calidad de vida y calidad de vida es calidad de universidad y de todo.

19. ¿Cuál o cuáles cree que sería los principales impedimentos o inconvenientes para poner en marcha actividades de este tipo? (Medios, personal, preparación...)

No sabría muy bien. Económico es siempre porque siempre que se empieza un nuevo servicio se dice y de cuanto dinero se dispone, y cuanto nos vas a dar... Por ejemplo si fuese un servicio médico para los estudiantes pues habría que hacer un edificio... y eso claro no se puede pero si fuese una cosa sencilla de los mismos que pasan por aquí hablar con ellos, pues lo que haría falta sinceramente sería buena voluntad.

Habría que coordinarse informarles de donde pueden acudir pero eso es complicado, yo como estoy en el vicerrectorado de estudiantes controlo todas estas actividades, pero no todos los tutores lo saben.

¿Hay algún tipo de formación específica para estos tutores?

No, nada, bueno lo que tenemos es en cada facultad un delegado representante de ellos y yo me reúno con todos los delegados y les digo lo que pretendemos y ellos son los que se lo transmiten a los otros y nada más y cada uno, obviamente va un poco por libre, en cada facultad. Hay tutores que los chavales se le acercan muy fácil y hay otros que los chavales no se le acercan se le escapan. Esto es un problema.

20. ¿Cree que los jóvenes estarían interesados en este tipo de actividades si se llevasen a cabo?

Nosotros decimos mucho lo de los jóvenes de ahora es que no quieren nada y pasan de todo y yo creo que no es cierto y los que estáis en el voluntariado lo veis que se implican fácilmente y además de una manera constante trabajan. La verdad es que desde que estoy metido en este mundo (voluntariado) me sorprende la gente que es capaz de dar horas y horas en el bien de los demás. Y yo creo que esto pasaría lo mismo.

21. Califique los siguientes temas según la importancia que a su manera de entender tienen en la vida de los jóvenes universitarios (distinguir entre lo que el percibe que sería importante para los jóvenes y lo que cree que los jóvenes perciben importante para si mismo. Si en algún caso no coincide señalarlo)

(A. Muy importante. B. Importante C. Poco importante)

Temas	Impresión del entrevistado			Impresión de lo que considera el entrevistado que opina el alumno		
	A	B	A	B	A	B
Educación sexual		X			X	
El abuso de drogas y adicciones		X			X	
Alcohol		X			X	
Tabaco		X			X	
Otras (señalarlas...)						
Problemas alimentarios	X			X		
Alimentación sana	X			X		
Anorexia	X			X		
Bulimia	X			X		
Ejercicio físico	X			X		
Accidentes	X			X		

Temas	Impresión del entrevistado			Impresión de lo que considera el entrevistado que opina el alumno		
	A	B	A	B	A	B
Salud mental	X			X		
Ansiedad						
Depresión	X			X		
Otros						
Otros temas						

22. Justificación de la importancia y aspectos destacables de los siguientes temas

Temas	Justificación de su importancia
Educación sexual	Aquí ya llegamos un poco tarde, la gente que viene aquí ya sabe todo lo que tiene que saber y más.
El abuso de drogas y adicciones	También ya lo deben de conocer, cuando empiezan en drogas a los 12 años es la edad más peligrosa, que son mucho más débiles.
Alcohol	Hay que enseñarles para que se vayan no para que no empiecen porque realmente están todos que empezaron.
Tabaco	Hay que enseñarles para que se vayan no para que no empiecen porque realmente están todos que empezaron.
Otras (señalarlas...)	
Problemas alimentarios	Esto si es muy importante, es fundamental aquí
Buena alimentación	
Anorexia	
Bulimia	
Ejercicio físico	Es fundamental
Accidentes	Hay que insistir muchísimo porque sobre todo los de tráfico en esta etapa son tan graves y frecuentes.
Salud mental	Esto es muy grave
Ansiedad	
Depresión	De verdad no os imagináis la cantidad de estudiantes que están con antidepresivos. También de profesores. Por más que se diga no se cree pero el prozac y el transilium están en boca de todos Tanta gente deja de estudiar ¿por qué deja de estudiar?
Otros	
Otros temas	

Si creo que los chavales están interesados en todo esto. Por ejemplo cuando estuve en colegios mayores ellos me pedían para hacer sus propios menús tratando de equilibrarse, de que no les diesen tantas patatas. Te pedían cosas para poder hacer ejercicio físico. Y bueno de salud mental pues a veces te venían al despacho porque no podían más a soltarse y a soltar todo lo que tenía dentro, problemas que no ves pero que existen.

¿Y esos problemas son más académicos o personales?

Se suman las dos cosas, ten en cuenta cualquier problema en casa por grande o pequeño que sea, lo juntas con uno académico y es una bomba que puede estallar, es muy serio.

23. ¿En su servicio ha recibido alguna vez demanda sobre alguno de estos asuntos u otros que tengan que ver con la salud?

Alguno viene, pero lo que pasa es que lo suelen comentar cuando vienen a despedirse y te dicen mire yo me voy, dejo la carrera. Porque sus padres se separaron y económicamente está peor porque no se encuentra con fuerzas para seguir. Te los encuentras al final, no al principio.

24. ¿Tiene conocimiento de algún tipo de proyecto de este tipo que se esté llevando a cabo en algún centro o universidad?

No. Hay muchas campañas para Pas y profesores pero no alumnos.

25. Como cree que podría realizarse una evaluación de la eficacia de la promoción de la salud.

Yo creo que es eficaz como con las tutorías yo creo que es eficaz y con tal de que haya dos que les haya valido el servicio, pues para mí ya valió el servicio.

26. ¿Cuál cree que ha de ser el objetivo u objetivos de la promoción de la salud en la universidad?

Crear gente sana, sana en todos los sentidos física y moralmente, formar personas formadas en todos los aspectos. La universidad no es solo darle una enseñanza académica eso se consigue hasta por Internet hay que darles una formación completa para que ellos sirvan para más cosas y el día de mañana puedan ayudar a más gente a sus alumnos a sus compañeros eso sería fundamental.

Fecha :21 abril de 2004

Entrevista:

1. Nombre del servicio: Servicio de Psicología-Facultad de Psicología (Viernes Clínicos)

2. Nombre del responsable: P

3. Cargo que ocupa: Responsable del servicio

4. Años de experiencia en el cargo: 22 años

5. Otros cargos relacionados con el estudiantado universitario: En residencias universitarias

6. Formación: Licenciatura en psicología.

7. Breve descripción del servicio del cual es responsable:

Servicio de tratamiento clínico, de atención a personas con problemas psicológicos graves. Tratamiento clínico, no es orientación porque esa se refiere a administrar tratamiento psicológico de forma suave.

8. ¿Cuáles son las actividades desarrolladas por el servicio de cual usted es responsable?

Psicoterapia, atención clínica al paciente. Y no psicología blanda de cosas como no tengo autoestima o algo así sino cosas graves. Actividades de tratamiento clínico, en la memoria podrás ver con más detalle todo.

Creo que en primer lugar es depresión y luego los tenemos clasificados en una serie de categorías pero lo ves luego.

9. ¿Cuáles son las más y menos demandadas?

Muchos casos de esquizofrenia, de anorexia, depresión... los problemas de rendimiento (académico) son secundarios, no atendemos casos de no se que estudiar, o querría estudiar otra cosa.

Tenemos en este momento una lista de espera de 15 pacientes. El jueves y el viernes es cuando funciona la unidad viernes clínicos. Mi compañera todas las mañanas. Para que veas (me enseña su agenda) Esta semana por ejemplo, el martes yo acabo mis clases y el miércoles ya atendí a tres personas, el jueves otras 3 personas, jueves por la tarde atendimos a toda esta gente (cinco

personas) el viernes yo atendí a otras cuatro personas por la mañana a toda esta gente por la tarde (6 personas). El lunes y el martes cuando acabe las clases atendí a una persona, atendí a dos personas antes de esta entrevista, mañana tengo dos personas, después un grupo de pacientes esquizofrénicos y así un día tras otro y tras otro, son pacientes muy graves.

Distintos gobiernos rectorales quisieron encargarme de este servicio pero siempre mis colegas de la facultad se oponían, llegué a tener hasta financiación de la Xunta, en el año 89 yo recibo gente de toda España tengo una cierta relevancia los rectores saben que yo existo

10. ¿De entre esas actividades hay alguna que sea específica de promoción de la salud?

No, son actividades de terapia de tratamiento.

Yo no creo en la promoción y prevención de salud y ¿por qué no creo? No sabemos que es la salud y a duras penas podemos tener más o menos éxito en ayudar cuando la gente se avería, cuando tiene un problema a veces somos mas o menos afortunados y podemos devolver a esas personas a su ajuste premórbido, a tener una vida más o menos complicada como la de todo el mundo. A veces sabemos en que consiste la anorexia o los ataques de pánico o los brotes de esquizofrenia pero lo que no sabemos es como prevenirlos.

Sabemos que si practican sexo oral sin contacto con los flujos no se transmiten ciertas infecciones. O sea cuando sabemos exactamente el mecanismo de acción de un proceso, de una enfermedad podemos decir a la gente “ tenga cuidado no haga esto” pero como podemos decirle a alguien que no se deprima. Además de tonterías de sentido común. Yo estoy en contra de varias cosas: la primera de la prevención porque es un exceso de soberbia al creernos que somos capaces de igualarnos a los médicos que te dicen hierba el agua en una determinada situación como una inundación o tenga relaciones sexuales con preservativo... porque ahí se sabe exactamente lo que hay que evitar para no tener problemas en la vida pero ¿para no contraer una depresión? Porque a veces las depresiones dependen de la cantidad de malas personas que tienes alrededor o a veces las personas tienen mala suerte en la vida. Incluso haciendo la tesis, si tienes un director que disfruta ejerciendo el poder sobre ti en vez de animarte y darte sus conocimientos y que cada vez te sientas mejor puedes llegar a estar muy mal. Tengo varios pacientes que están haciendo la tesis doctoral que son el fruto de directores que son gente patética que está en la universidad y que disfrutan teniendo a alguien bajo su control, teniendo a gente que representa la vitalidad y las ganas de hacer cosas debajo de su zapato. Pero esto también ocurre en la vida privada, en las empresas en el ejercito.

Sin embargo a los políticos les encanta esto de la prevención porque les ahorra dinero. Yo desprecio bastante a las personas que se dedican a crear problemas que les encanta denominar problemas pero que no hacen nada y yo, sin embargo, me considero que estoy en la primera línea de combate. Yo pongo la metáfora de la vía de servicio de la autopista por estar averiado y se trata de cómo hacer para que se atrevan a entrar en la carretera otra vez. Se trata de entender que la carretera es muy ancha y que hay carriles lentos y que no tienen que ir a 240 jugándose el tipo. Mi trabajo es devolverles a la carretera y que hagan lo que puedan.

11. ¿Porque motivos cree que es necesario que la universidad se implique en la promoción de la salud de sus estudiantes?

No creo en las habilidades sociales, esas las sabe todo el mundo. Mal vamos si la sociedad en la que estamos no nos ha enseñado que somos libres y que podemos decir que sí y que no. Las habilidades tienen que ver con el mundo de las relaciones anglosajón porque es propio del tipo de distancia interpersonal que tienen que favorece habilidades como la asertividad.

Aquí no nos hace tanta falta porque tenemos una red social mucho más amplia que en otros sitios como Canadá donde necesitan, por tanto, más actividades de ese tipo.

12. En caso de existir estas actividades o programas de promoción ¿A quien correspondería el desarrollo de estas actividades en la universidad: profesores, educadores, psicólogos, médicos...?

A personas mayores, se lo ofrecería a personas con una suficiente experiencia de la vida. Incluso a los jubilados les permitiría hacer este trabajo y con eso se huye de una cuestión técnica. Va a actuar mejor una persona que ha vivido las dificultades.

¿Entre compañeros? Es como se hace. Creo que las chicas lo recibirían mejor que los chicos. Pero si estaría bien porque a nosotros nos encanta relacionarnos.

Los foros y los chats que a los chavales les engancha mucho. Anunciarse dentro de la página web de la universidad, tener abiertas ideas de este tipo donde la gente pueda participar y podría ser también libre configuración.

13. ¿Que tipo de actividades o programas propondría para promocionar la salud de los universitarios? (Ejemplos de algunas actividades para distintos temas)

No creo que necesiten conocimientos. Tengo tres personas con SIDA y una de ellas ahora se quedó embarazada y por tanto quiere decir que tuvo relaciones sin preservativo aunque lo sabía el peligro que corría. Y otros muchos más aunque saben que corren el riesgo de contraer sida siguen corriendo riesgos y cuando llega el momento les parece que es demasiado frío poner una barrera de látex.

Facilitar que en la universidad hubiese muchos intereses diversos y que la gente no tuviese que salirse del campus para poder hablar de cualquier cosa: de jazz, de submarinismo... Al margen de las actividades estructuradas como los cursos, hacer sentir a la gente que no tiene que salirse fuera para poder hablar de todas esas cosas.

Creo que la salud es el resultado de las cosas que haces en la vida así que cuanto más sintiesen que la universidad además de darle unas clases aburridísimas les sirve para conocer y contactar con gente de intereses similares pues mejor.

Yo creo que las páginas web y los chats podrían ser para poder hablar de sus intereses, de sus hobbies... más que para informarles. Y que no hubiese ningún recato a la hora de hablar de cualquier tema. Creo eso promocionaría la salud. La salud no es un fin en si mismo, la salud es para algo. Es simplemente que uno hace las cosas se siente que puede hacerlas, que alguien le va a apoyar y que tiene derecho a que cualquier cosa que sienta lo más habitual es que sea normal y no que se sienta anormal.

Los alumnos tienen más formación de la que pensamos porque han estado expuestos desde siempre a esas informaciones. En la televisión se habla continuamente de estas cosas. Pero en temas de sida, por ejemplo homosexuales, saben que está ahí pero lo hacen igual y yo les digo que me parece heroico y precioso lo que hacen a pesar de ser trágico porque no se están cogiendo una gonorrea es el SIDA. Yo soy muy amigo de lo irracional.

Es mejor no hablar de ciertos temas como la anorexia porque es dar ideas. Tiene el mismo efecto que hablar sobre los malos tratos. Si yo te quiero matar a ti el hecho de ver siempre por la tele otro valientes que han sido capaces me da valor. Y con la anorexia igual, si tu les dices que es mortal y todo eso con lo que se quedan es con que vomitan y toman laxantes, no piensan que van a ser ese 12% que se van a morir sino que piensan en una forma fácil de adelgazar.

14. ¿Tiene conocimiento de algún tipo de proyecto de este tipo que se esté llevando a cabo en algún centro o universidad?

Sí, si hay muchos sitios donde se trabaja sobre esto.

15. Cómo cree que podría realizarse una evaluación de la eficacia de la promoción de la salud ¿cuales cree que serían los principales inconvenientes para realizar esta evaluación?

16. Creo que lo importante es la satisfacción. Y también saber si querrían, los usuarios, que hubiese más.

17. Aquí hacemos una evaluación sobre los síntomas y eso no es difícil. O sea es ver si ya puedo salir a la calle o si sigo teniendo ataques de pánico.

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTAS DE VIANA DO CASTELO

Entrevista: Associação de estudantes

Nome do serviço: associação de estudantes

Como funciona em Portugal a Associação de Estudantes? Há uma associação por cada escola?

Sim, no nosso caso, aqui no IPVC. Em cada escola há uma associação de estudantes e agora estamos com um projecto que é reunir todas as associações e criar só uma para todas as Escolas que tem mais força. É diferente eu representar uma associação individual: a Associação de Estudantes da Escola Superior de Educação ou representar a Federação Académica do IPVC de todas as escolas.

Isso também acontece nas faculdades?

Sim, sim, sim.

Em cada faculdade há uma só Associação, porque em Espanha é diferente?

Existe, por exemplo, no Porto existe uma associação em cada faculdade mas também já existe a Federação mas também... mas continua na mesma. Cada escola tem uma associação, por exemplo a nossa Escola tem uma associação e vai continuar na mesma mas vai haver uma Federação também.

Mas em cada escola só pode existir uma associação de estudantes? Por exemplo, em Espanha existe uma Associação que é mais de direita, outra que é mais de esquerda...

Mas aqui em Portugal as associações de estudantes não podem assumir questões políticas. Nós temos de... o objectivo de uma associação de estudantes é dar apoio aos estudantes, sim defender algo que seja político mas nunca ter preferências partidárias. Eu tenho a minha pessoal mas como presidente da associação académica não posso assumir que sou pela direita, que sou pela esquerda, que sou do centro.

As associações em Portugal são financiadas pelo...

Pelo Estado, recebemos apoios do IPVC, da Escola mas a grande verba que nos suporta a nós é o Estado.

E isso é proporcionado ao número de sócios que a associação tem?

Não é ao número de alunos da Escola. É a média que fazem do valor total... nós somos 600 alunos mais os complementos que dá 800 ...é por esse número que recebemos a verba.

Qual é aproximadamente o vosso orçamento?

No caso da nossa associação o valor que recebemos são cerca de 11000 euros por ano.

Para fazer...

Para fazer actividades, para fazer festas, para facturas de telefone, fax, tratar de conferências, tudo o que queremos fazer. Nós quando nos candidatamos somos obrigados a apresentar um projecto com actividades e um relatório de contas com aquilo que fizemos no outro ano para eles saberem onde aplicamos o dinheiro que eles nos atribuem.

Qual é a denominação do cargo que ocupas?

Presidente da Associação de Estudantes.

Quantos associados tem a Associação?

Nós associados temos 200 a 300, eu não sei precisar o número certo mas é à volta desse número.

Os que estão a trabalhar são...

A Associação tem um presidente, um vice-presidente, um tesoureiro e um secretário. Depois tem os vogais que são responsáveis por cada departamento. O vogal do departamento cultural que trata dessa parte, depois tem o logista que trata da parte da logística. Depois tem o recreativo que trata da parte de tudo o que seja recreativo da associação. O pedagógico tem a ver com

tudo o que está relacionado com as disciplinas, os horários, os calendários de exame tem outra pessoa que é responsável. Todos nós trabalhamos no mesmo mas há sempre uma pessoa que é mais responsável para haver uma certa organização.

Quais são então as linhas das associação de estudantes?

...logística, pedagógica, cultural, recreativa, desportiva, essas seriam as 5 linhas...

O desportivo é aquele que trabalha em coordenação com o centro desportivo?

Sim, sim, sim. Tem de... além de organizar torneios e tudo o que seja desportivo, já fizemos uma semana cultural e desportiva de fazer ...jogos tradicionais... organiza, portanto, actividades desportivas e também coopera com o centro desportivo. Todas as associações têm um representante que vai às reuniões, que decide os preços que vai aplicar ao estudante, ao não estudante, etc.

Depois da parte recreativa é mais organizar festas...

Sim, sim, sim. O objectivo é mesmo procurar os bares da cidade e fazer protocolos e fazer contactos em que a gente faça... é uma forma de a gente ganhar dinheiro. A associação patrocina ou ajuda a patrocinar... organizamos uma festa nesse bar e o objectivo é levarmos a gente para esse bar e nós ganhamos uma comissão por cada pessoa que entra. E isso é uma forma de a gente colher fundos.

A parte cultural...

Tem a ver, portanto, com divulgações ...por exemplo nós temos a parte que está ligada ao cinema que passa cinema na Escola, dar apoio porque nós temos uma pequena biblioteca de livros que nós recolhemos, de colegas que vão para a escola ...alguns já são antigos mas às vezes pode ter algum que precisem ...tratam um pouco disso.

A pedagógica está relacionada com problemas com exames...

Com exames com a escola, disciplina, discussões ou problemas de uma disciplina ... é nessa área.

Algum aluno que não pertença à Associação também pode dirigir-se à Associação?

Pelo menos para pôr o problema não. A Associação até tem, temos um horário em que estamos sempre lá, temos uma caixa de sugestões e críticas se houver algum problema e na Associação -é uma coisa que nós falamos muito entre nós- é mesmo incentivá-los e mostrar que a Associação está cá é para isso. É complicado um aluno que tenha um problema com um professor o aluno ir falar ao Conselho Directivo ou ao Pedagógico, é complicado para um aluno estar-se a expor através desse problema, mas através da Associação torna-se muito mais simples, é a Associação e quem vai falar é a Associação não sou eu como presidente mas a Associação, o presidente da Associação e então a Associação expõe os problemas do aluno ou da turma e pronto a Associação está cá mesmo para isso.

A parte de logística...

Isso já é fazer publicidade, cartazes aquele apoio que demos ao Gabinete... o nosso apoio é tratar disso. Temos protocolos com a Docentuna da ESE e fazemos telefonemas, publicidade dos espectáculos deles portanto há uma interligação...

Quantos anos tens de experi-encia neste cargo?

Como Presidente já estou há um ano mas já fui vice-presidente e já fui colaborador. Eu já estou na Associação há 4 anos.

Estes são cargos democráticos, elegem-se por votos...?

Sim, sim elegem-se por votos, é um espaço de mandato é um ano.

No próximo ano posso ainda ser presidente desde que me candidate porque há eleições, novas listas...

Digamos que no teu caso tens colaborado sempre com a Associação de estudantes...

Sim.

Em relação à tua formação, qual é o teu curso?

Educação Musical.

(uma breve descrição do serviço) é um pouco como tens vindo a dizer: tratar dos problemas dos alunos...

sim, resolver problemas, das actividades que há na Escola, melhorar ali a reprografia se a entrada ou os funcionários não estiverem a trabalhar bem... o bar da Escola... prontos é isso. Depois ao nível pedagógico também é muito importante que é onde se decide o que acontece numa turma, se uma turma tem muitos alunos. Aqui na Escola há disciplinas em comum então juntam-se turmas e, às vezes, pode ficar um exagero, muita gente dentro de uma sala e o edifício não... muitas vezes ao nível da acústica, se tiver muita gente, quem ficar atrás não ouve o que o professor diz, portanto, há esses problemas... é um objectivo da Associação expor esses problemas e preocupar-se com isso.

Quais são as actividades que vos ocupam mais tempo?

Normalmente, são as festas que nós fazemos: a recepção ao caloiro que é quando vêm os alunos do primeiro ano, depois há a festa dos finalistas que nós chamamos-lhe a Semana Académica que todos os anos há, no final do ano, uma festa que aí é onde um maior número de alunos a trabalhar.

Normalmente, depois ao longo do ano tudo o que a gente faça, normalmente, aí é mais ... e temos a semana cultural também que também é um grande número de pessoas a trabalhar...

Depois ao longo do ano temos vários trabalhos como conferências, assuntos -discutir problemas- é uma acção mais fechada portanto, são menos pessoas portanto é mais dentro da Associação que se discute esses assuntos.

Quais são os problemas que os alunos mais vos apresentam?

Problemas de turma ou com os professores ou coisas que estão mal na escola. Por exemplo, uma queixa que chegou à nossa associação foi que, das escolas todas a nossa vai ser a única que vai ter aulas portanto, temos muitos alunos que ficam cá e comem cá ao meio dia e à noite. Por exemplo, a cantina para a semana vai funcionar ao meio dia mas à noite não então eles dizem que estão a ser discriminados, um exemplo... todos os dias tenho sempre queixas, um aluno que achou mal o que se passou na aula ou dos funcionários no bar ou na biblioteca algo que funciona mal porque os funcionários não são competentes, tenho vários problemas. Todos os dias chega algo diferente.

Mas são mais problemas com os professores, com a administração, com os funcionários?

Eu diria que é com o funcionamento da própria Escola, o modo como está organizada: eu acho que um pouco todas as queixas que vêm têm a ver com o funcionamento da Escola.

Normalmente as queixas são resolvidas por vós, Associação, ou reenviam para outros serviços?

Há coisas que são imediatas para resolver e nós vamos mesmo ao Conselho Directivo da Escola ou vamos mesmo ao local ou ao bar para chamar à atenção de alguma coisa ou basicamente é isso... quando são assuntos mais problemáticos marcamos uma reunião com o Presidente do Conselho Directivo da Escola e vamos lá um tempo para solucionar o problema. Se for solucionado, pronto acaba, mas se não for solucionado temos de partir para outras coisas...

Pensas que o trabalho que fazem tem a ver com a promoção da saúde?

A nossa preocupação nesse campo, normalmente, é na Recepção ao Caloiro que fazemos, para o aluno do primeiro ano. Nós temos um kit que todos os alunos compram, e nesse kit temos uma t-shirt da Associação, temos mapas da cidade, folhetos da cidade, temos coisas alusivas à Escola e depois também temos -nós vamos aos centros de saúde daqui de Viana e eles fornecem-nos vários folhetos sobre a SIDA, sobre o álcool, temos preservativos que pomos nesse kit. Mesmo o problema da SIDA que é um problema grave actualmente em Portugal, normalmente, um grande número que começa a actividade sexual é no ensino superior, normalmente é quando

começa a iniciar a sua actividade sexual e nesse problema ... usar preservativo, pílula etc. a Associação tem sempre actuação é nesse sentido e durante o ano nós afixamos cartazes alusivos à SIDA, à droga, é outra coisa que fazemos... fizemos um ciclo de conferências que se chamava “drogas, álcool e sexo”.

Por que motivos pensa que é importante que a universidade se implique na promoção da saúde?

Um dos maiores problemas, hoje em dia, é as novas doenças que ... doenças que nós temos que herdamos do século XX, de 1980 e 1990 mais ou menos, das décadas de 80 e 90 - a SIDA e as drogas e eu acho que isso é um problema que ainda há muita gente hoje em dia que não tem consciência do que é que é a SIDA, o que é que a SIDA provoca e tivemos essa experiência na conferência. E também as drogas porque há muita gente que experimenta sejam drogas leves e é um problema porque é um caminho para passar para drogas mais pesadas. A gente vê quando sai à noite e vê um grande número de estudantes que ... ainda há muita gente que está ligado a drogas leves, portanto, tem a ver com isso... esse é um dos grandes problemas da nossa sociedade de hoje em dia porque os jovens não têm consciência da gravidade que isso é e das consequências que vai ter com isso, agora não tem mas futuramente vai ter.

No caso de existirem actividades de promoção de saúde a quem pensas que corresponde desenvolver este tipo de actividades?

Eu penso e defendo sempre isso, uma colaboração de todos. Pode todavia haver pessoas específicas na área mas... eu sou da opinião... eu sou a favor de... muitas vezes ouvir experiências de pessoas que já tiveram e que ...viverem com os alunos e saem com os alunos e sabem como é que eles falam, e sobre o que falam tem mais, como é que hei-de dizer, a experiência do campo, a experiência da ordem é diferente da de uma pessoa que viveu - que não quer dizer que tenha a experiência... eu acho que deve ser uma colaboração de todos...

Fizeste esta conferência agora com O Gabinete de Apoio ao Estudante, pensas que estas colaborações podem resultar bem?

Sim, sim sem dúvida. Eu acho que se devia alargar. Quanto maior for a organização mais impacto tem na sociedade.

Quais são as actividades que melhor levam a cabo a promoção da saúde?

Nas escolas é importante ter conferências, a publicidade que se faz, os cartazes. É como na outra conferência que se fez, o convidado que esteve presente -não me lembro do nome- defendeu a ideia dele e eu pensei um problema como a SIDA, como as drogas, como o álcool tem que ... a publicidade tem de ser mais objectiva, não fazer publicidade, com um bonequinho e um preservativo e ter em baixo a dizer SIDA não demonstra qual é a gravidade, diz só usar o preservativo, ter uma relação sexual se calhar eu também não gosto e não vou usar, não é? Ali nos cartazes não dizem o problema... como vai acontecer com o tabaco, quer dizer, as pessoas que fumam. Os maços de tabaco agora têm a dizer “Fumar mata” e futuramente vai ter imagens e acho que é assim que as pessoas conseguem ter a consciência de qual é a gravidade de fumar e, por exemplo, por causa da SIDA e do álcool... acho que também se tem de começar a partir por aí porque o dinheiro que se investe e com publicidade a dizer SIDA, álcool e droga... acho que eles têm de ser mais objectivos: o que é que consiste ter SIDA, o que é que provoca e ter até depoimentos de pessoas... por exemplo, como fazem na tv de pôr pessoas a falar dos acidentes: vem uma pessoa falar de uma experiência que já teve, Vinha na rua distraída ou vinha com muita velocidade e aquilo - parece que não - mas choca as pessoas e chocando as pessoas as pessoas ficam a pensar naquilo... eu acho que sendo mais real a informação, o objectivo acho que se consegue, as pessoas ficam chocadas e hoje em dia as pessoas só se, pelo menos é isso que eu vejo, as pessoas só se começam a preocupar se ficarem chocadas com alguma coisa, senão ficam chocadas elas deixam andar cai na rotina...

Pensas que são melhores actividades mais formais (como conferências) ou mais informais (como por exemplo uma festa)?

As duas são importantes, eu penso que uma conferência é importante mas estar numa festa também é importante. Acho que é importante haver uma conferência mas acho que também é importante haver essas preocupações numa festa, acho que é importante. Não consigo dizer qual é mais, acho que uma ou outra.

Em geral, são melhores actividades individuais ou colectivas. Ou para que tipo de actividades são melhores as actividades individuais ou de grupo?

Eu acho que depende caso a caso, acho que depende do problema de cada um e para isso é preciso ter o apoio de um psicólogo ou de um pediatra ou há casos em que a actuação em actividades de conjunto se calhar é melhor, não sei depende,. Se calhar nesse caso as duas também é importante, o acompanhamento individual e depois o acompanhamento em grupo ... acho que é importante não só pensar no acompanhamento individual ou só no acompanhamento em grupo.

Quando pensas que são mais importantes essas actividades: quando os alunos chegam à universidade, durante a sua experiência na universidade ou ao acabar?

Ao nível de necessidade de apoio...

É muito importante quando eles chegam porque é aquele problema do ensino, é a transição, do 12º ano para o ensino superior. É uma realidade completamente diferente, é um salto mesmo, é um dos problemas do ensino em Portugal: não é gradual. Ao nível de escola 5º, 6º, 7º, até ao 12º é gradual mas a passagem não é gradual, é um salto e as pessoas que chegam ao ensino superior ficam... é um sistema completamente diferente de onde vêm, portanto, é muito importante o apoio o aluno que chega ao primeiro ano. É muito importante mesmo: dizer-lhe o que vai encontrar, se precisar de ajuda onde encontrar, se precisar de ajuda onde encontrar, tudo, tudo, dar as informações... mesmo da Escola e da cidade que envolve a escola, etc.

Mas também é importante acompanhar ao longo dos anos, há sempre coisas que vão aparecer, há sempre coisas que ... também temos de estar atentos e de acompanhar os alunos não só os do primeiro ano. Os alunos que vão sair, também a Associação pode saber como está o mercado e quais as dificuldades que vão encontrar porque também é importante os alunos que terminam porque a gente dá-lhes informação sobre o desemprego ou o que têm de fazer para concorrer, quais é as dificuldades que vai ter, etc. ... é importante, sobretudo quando entra e quando sai, são duas fases importantes. O resto também é importante mas é dentro da normalidade...

Vocês notam que há mais problemas nos primeiros anos?

É, é mais nos primeiros anos.

Estas actividades de promoção de saúde são importantes para a sua jornada universitária mas pensas que também poderão ser importantes para o seu futuro enquanto profissionais?

Sim eu acho que sim. Nesse aspecto ainda é mais importante ser porque nós aqui vamos ser educadores e vamos trabalhar com crianças e se temos uma formação ao nível da saúde e como vamos ser profissionais e vamos trabalhar com crianças nós temos de ter essa preocupação e transmitir a essas crianças os problemas e ter uma formação sobre isso é essencial, hoje em dia é essencial porque não devemos ter medo de chegar a uma crianças de 10, 11 anos e de dizer o que é a SIDA ou de explicar-lhes a eles sem rodeios. Hoje em dia uma criança com 8, 10 anos de idade já sabe muita coisa e se calhar é a altura certa para se começar a dar alguma informação sobre esses problemas que vai encontrar futuramente.

Destas actividades, quais poderiam ser desenvolvidas pelo serviço de que és presidente? Pensas que a Associação deve criar as iniciativas ou apenas colaborar?

Eu acho que devem ser as duas coisas. Deve ter iniciativas e deve realizá-las e deve colaborar isso é, eu acho que isso é um objectivo para uma associação. A associação deve ter preocupação com tudo e ter iniciativas para resolver e também se há actividades na escola a Associação deve colaborar e ter disponibilidade para isso, eu acho que isso deve ser um objectivo da Associação.

Pensas que a promoção da saúde pode ser um critério que aumente a qualidade da universidade?

Hoje em dia sim. Hoje em dia no mundo em que vivemos e com os problemas que há no mundo eu acho que isso é importante, não só no ensino superior como já há disciplinas no segundo ciclo e etc.. Acho que isso é importante e as escolas devem interessar-se por isso e já há no ensino superior.

Pensas que nas etapas anteriores há mais preocupação com isso?

As etapas anteriores há um grande grau de preocupação mas também não se pode esquecer que o ensino superior é alargado. Como há bocado disse, as pessoas têm novas experiências e etc. e então também deve ser preocupação do ensino superior ver isso e alargar a uma nova disciplina, não sei, mas que não tenha nada a ver com o curso mas que seja simplesmente informação sobre saúde, se calhar é importante, não sei.

E quais são os principais inconvenientes para desenvolver estas actividades? Crês que são problemas económicos ou problemas de mentalidade, as pessoas podem pensar que não é o mais importante ou...?

Hoje em dia penso que esse problema de mentalidades já está um pouco ultrapassado. Eu penso que hoje em dia isso de não haver nas nossas escolas em Portugal é a nível de financiamento, a nível económico. Hoje em dia, nós aqui... o nosso problema é que (sem estar a relacionar nenhum partido, mas...) os governos em si, que têm estado em Portugal, o investimento nunca tem virado para a educação nem para a saúde. Eles reduzem na saúde, reduzem na educação para investirem noutras áreas, e acho que, qualquer país, seja ele qual for, é importantíssimo (que é a base de um país) que é a educação e a saúde. Um país que tenha saúde e qualidade de ensino tem futuro certamente. E aqui em Portugal não há essa preocupação, como se vê é reduzir as escolas, as escolas estão a ter problemas, a saúde... os hospitais precisam de medicamentos, precisam de médicos, precisam de apoios, precisam de hospitais novos. Aqui em Portugal, quando se fez o euro 2004, houve dinheiro para em três anos -foi um recorde que quase dava para o Guinness- fez-se 10 estádios novos em 3 anos e agora há um projecto em Portugal para 10 novos hospitais e reformular outros hospitais. E o novo, o primeiro hospital que está previsto ficar pronto é para receber pessoas em 2008, o primeiro hospital,... então aí já se vê qual é a preocupação do Governo, a preocupação do Governo foi criar uma imagem -isto na minha perspectiva- criar uma imagem do que é Portugal e transmitir alegria e esta onda de euforia e de não sei quê e de coisas muito bonitas mas a realidade não é essa e não investem em Saúde.

Pensas que é necessário muito dinheiro para desenvolver programas de saúde?

Eu penso que o dinheiro era importante sim para fazer infra-estruturas hospitalares e assim, agora outras coisas eu penso que se as pessoas tiverem qualidade de atendimento e bons hospitais e a saúde fosse normalizada acho que depois as iniciativas iriam partir das pessoas e se calhar depois não preciso tanto dinheiro como gastam hoje em dia em publicidade, acho que se calhar ia ser diferente.

Pela experiência que tens na organização desse tipo de actividades, pensas que os estudantes estão interessados?

O exemplo desta Escola não. Não têm muito interesse, isso é uma realidade e uma preocupação. Não sei porquê mas as pessoas não se interessam. Muitas vezes nós fazemos uma conferência e os alunos vão porque muitas vezes ou professor pede um trabalho sobre a conferência ou um relatório ou se calhar tem um certificado (vão à conferência e recebem um certificado) e depois quando acabam o curso é mais algo a acrescentar ao currículo. Eles não vêem um conferência como importante pelo que se vai discutir lá. Eu acho que, por exemplo esta Escola, no ano passado trouxemos cá uma figura pública bem conhecida da televisão que era o Doutor Pinto da Costa e fez uma conferência belíssima. Foi extraordinária sobre a pedofilia e teve pouca gente, muita gente não se interessou.

Porque crês que há essa falta de interesse nos alunos?

Sinceramente não sei porquê! Não sei, sinceramente não sei... eu por mim eu acho que... eu vejo as conferências e isso eu acho que é importante dizê-lo pessoas que têm grande experiência de vida ou um conhecimento cultural extraordinário e que saibam dialogar com as pessoas e que cativam as pessoas, acho que até as aulas deviam ser assim, uma conversa entre as pessoas, eu gosto e sinceramente acho que se aprende muito com uma conferência mas sinceramente não sei o que é não leva os alunos a ir às conferências, sinceramente não sei.

Na Literatura são sugeridos uma série de temas relacionados com a saúde. Para ti enquanto presidente quais achas que são mais importantes e como achas que são vistos pelos teus colegas alunos?

Educação sexual

Por exemplo, educação sexual com tenho vindo ao longo da entrevista a falar creio que é extremamente importante mas tenho colegas que, alguns dizem que é importante e outros dizem que não é importante porque já sabem e porque não dão muita importância. Eu faço parte de um grupo que diz que é importante mas há outro que diz que não é importante, que se riem e que entendem que a educação sexual no secundário ou no ensino superior que é risório, dá para rir, não é?

Porque já sabem tudo e se calhar não percebem o que é educação sexual, educação sexual não é ... eles não vão aprender como se faz um acto sexual, não é isso.

Uso de álcool

Sim, sim isso é importante. E acho que eles acham que é importante,

Por que achas que o consideram importante? Porque em Portugal há um elevado consumo entre os estudantes?

Sim, sim, a nível de estudantes sim... nas festas.

Como se faz, sabes que agora em Espanha há uma coisa que se chama “botellon” isto é não ir a uma discoteca ou a um bar mas ir para casa bebê-las depois de comprar as bebidas num hipermercado isso aqui não há?

Isso cá existe. O pessoal em vez de ir para uma discoteca o pessoal fica cá...muitas vezes tem-se o hábito de as pessoas ficam casa, faz-se um jantar e bebe-se... há um pouco, há de tudo...

Mas há gente que bebe até emborrachar-se...

Sim, sim

Crês que é um problema grave que afecta muita gente?

Sim, sim, sim, isso é verdade. Hoje em dia há muita gente. Há a preocupação de alguns mas há um grande número de pessoas que bebem e muitas vezes muitos não têm consciência do que estão a fazer.

Algumas dessas festas são patrocinadas por marcas de álcool ou não?

Sim, sim, sempre. A nossa preocupação não é que eles vão dar ...é porque eles dão-nos dinheiro ou a cerveja para nós sai mais barata e esse é o nosso objectivo porque não é porque são interessados...claro que são interessados porque sabem que a maior parte dos estudantes vão beber então eles têm interesse e dão dinheiro para a gente pôr lá o patrocínio e nós aceitamos porque nós precisamos disso, precisamos de patrocínios para fazer as nossas actividades senão não tínhamos hipótese.

Tabaco

Penso que é um problema importante. Eu, por exemplo, eu fumo mas tenho consciência do que é, de que é grave. Eu não sou um fumador que fume um maço de tabaco por dia ou coisa que se pareça sou uma espécie de fumador que fuma às vezes pelo vício dos outros. É um vício, não é um vício no sentido do vício de fumar, por exemplo, eu se tiver em casa passo por exemplo umas férias sem fumar um cigarro mas se for a um café eu fumo um cigarro. Mas se ficar em casa, conforme o ambiente, sou um fumador desse tipo. Sou capaz de fumar dois ou três cigarros e de ir a uma discoteca e fumar 10 o ambiente é que é propício à gente fazer isso.

Mas penso que fumar prejudica é grave.

Também penso que o tabaco, é a tal coisa... acho que toda a gente sabe que é prejudicial, que provoca cancro e que não se deve fumar mas eu acho que pensam isso que é muito importante mas fumam na mesma.

A realidade é essa...

Pensas que estariam interessados em informação sobre o tabaco ou como deixar de fumar ou assim...

Sim eu acho que sim. É um problema como o álcool como a droga. É um problema parecido, é idêntico. Acho que é importante só que é como eu digo, eles dizem que é importante só que fumam na mesma como é o meu caso.

Quanto a outras drogas?

É em Portugal é...as drogas ligeiras porque em Portugal são a maior parte dos jovens que praticam em Portugal, são essas drogas que se vê muito.

A que drogas te referes?

Eu aqui nesta zona, neste meio eu não vejo, a não ser nas festas não há muito pastilhas... acho que isso é mais nas grandes cidades, Porto, Lisboa, Coimbra.

Drogas leves (marijuana) vê-se a gente vai na noite e repara, vê-se muita gente com drogas leves e isso é um problema.

Achas que afecta muita gente?

Pelo menos é o que se vê falar e há pessoas a falar sobre isso ... drogas leves é um bom número, de pessoas que fumam, que têm prática nas drogas leves.

Pelo que se vê nas festas a gente anda pelo meio a ver como estão as coisas e vê-se muita gente e depois o cheiro que fica, etc.(sobre a marijuana)

(sobre a cocaína) Nunca vi nunca vi ninguém, nem de conhecimento que tenha, isso não.

Relativamente às drogas leves crês que há uma consciência de que é algo mau ou ...

Sinceramente, conheço colegas que fumam e que pronto,... eu às vezes questiono-os e eles dizem que têm consciência do que estão a fazer e que não vão partir para outras drogas pesadas e que dizem que é uma passagem da vida e dizem que não vão ter problemas com isso ou que não vão ter problemas de saúde ou coisa do género, também não fazem aquilo diariamente. Eles dizem que é nas festas e que não têm esse problema...

Problemas alimentares, de alimentação equilibrada

Isso é um grande problemas mas acho que isso é geral. Hoje em dia com o shopping... não é natural que as pessoas não vão à cantina e que fica mais barato, porque fica a metade do preço, muito muito mais barato, as pessoas preferem ir comer um hambúrguer, uma pizza, as comidas rápidas. Eu estou no meio e vejo que raramente se come... só mesmo ao fim de semana quando vão a casa e a comida dos pais e às vezes aqui lá há um dia ou outro em que as pessoas caem em consciência e lá vão mas há um pouco de abuso... nesse sentido há.

Pensas que os teus companheiros não estão muito preocupados.

Não. A realidade é mesmo essa.

E problemas de anorexia ou bulimia...

Não, que eu tenha conhecimento não.

Exercício físico e desporto pensas que é uma preocupação dos estudantes?

Sim, isso é. Geralmente todos praticam desporto. Geralmente o que acontece é quando deixam de estudar e começam a trabalhar e constituem família então aí deixam de ter tempo para ...há sempre tempo mas muitas vezes não faz parte da preocupação das pessoas. Normalmente os jovens procuram sempre o exercício desportivo, mesmo nós às vezes amigos juntam-se e vamos jogar à bola, vamos correr. Pronto, há sempre algum exercício físico que se faz. Eu acho que isso

é sempre uma preocupação mesmo que seja para - e isso é errado não é - para ficar mais bonita, não ter barriga, acho que isso faz parte.

Quanto aos acidentes rodoviários.

Estou na Associação há 4 anos e desde que me lembro... Acidentes tivemos um caso... até foi na nossa semana cultural em que os alunos saíram e aconteceu um acidente aqui frente à Escola mas assim a nível geral não há... porque a cidade é muito pequena e muitas vezes eles vão a pé porque daqui ao centro são 5 minutos a pé e à noite até é agradável o pessoal todo junto.

Por exemplo, nas universidades já há esse problema, por exemplo, no Porto os estudantes estão em casa vão para discoteca e levam carro depois bebem depois há acidentes e etc.. aqui não há muito esse problema porque é como eu digo, a cidade é pequena e por isso eles vão muito a pé

Quanto aos problemas de saúde mental...

Eu acho que isso é importante no sentido, às vezes em termos de stress, na época de exames, com os trabalhos eu acho que isso é importante.

Nós nunca recebemos esses problemas mas às vezes a gente detecta que um aluno está mais stressado está mais nervoso e isso na época de exames é mais crítico.

Não acho que seja um problema grave, é uma situação não vejo assim ninguém que tenha problemas com isso.

Quanto a problemas de adaptação?

Nós aqui recebemos todos de forma igual, não acho que haja esse tipo de problemas, temos pessoas de raça negra, temos pessoas que a religião não é a mesma mas isso para nós... não há aqui discriminação, ninguém é posto de parte.

Problemas de depressão

Que tenha conhecimento não.

Na Associação houve alguém que os procurasse com um problema de drogas, de depressão,

...

Não. Isso de chegar à Associação -a gente sabe que alguém que fuma e que alguém não sei quê- mas nunca ninguém chegou à Associação e expôs esse problema.

Nós tivemos mas isso não foi a pessoa que veio ter connosco. Foi um caso que até foi passado par aqui. Foi um aluno que entrou para o primeiro ano que foi uma pessoa que teve alguns problemas mas nós detectamos ele enviou umas cartas mas não dizia que tinha o problema. Ele enviou mas... nas cartas estava bem explicito alguns problemas de família e eu acho que ele era uma pessoa que tinha problemas com ele, mesmo mental. Na carta ele dizia que era uma pessoa que os 2 melhores amigos não eram da família sequer e aí a gente começou a ficar preocupada

Tem conhecimento de algum projecto de promoção de saúde que esteja a ser levado a cabo noutras universidades?

Sim, sim. A gente na Associação recebe muitas cartas de muitas escolas que fazem conferências, por exemplo, a escola de Psicologia do porto, acho que é do Porto, nós recebemos muitas vezes cartas relacionadas com actividades de lá.

Pensas que a avaliação deste tipo de jornadas é difícil? Achas que é importante a avaliação destes projectos de promoção da saúde é importante? Por exemplo, como fizeste a avaliação das actividades que levaste a cabo sobre a droga?

A avaliação que fizemos foi através do número de pessoas que assistiram. A avaliação é um pouco por aí...

Quais devem ser os objectivos da promoção da saúde na universidade?

Acho que o objectivo deve ser conseguir chegar a todos a informação que pretende que é ter a preocupação em ter o conhecimento. Eu acho que é objectivo que se devia falar e isso é grave, o conhecimento de todos os problemas que existem, isso não é visto como um problema.

Eu quando digo que os jovens são o futuro, serão o futuro de amanhã. Se a gente não tem uma formação e se a gente não tem uma preocupação depois quando for daqui a 10 anos as pessoas não vão ver isso como uma preocupação mas também depende da mentalidade de cada um ... tentar consciencializar as pessoas para estes problemas e mesmo as pessoas preocuparem-se e preocuparem-se por todos... as pessoas falarem e de isso ser por todos

Entrevista: Centro Desportivo

Entrevistadora - O nome do serviço é centro desportivo?

Centro desportivo do IPVC (Instituto Politécnico de Viana do Castelo).

E - O cargo que ocupa neste serviço...

— Coordenador. O Centro Desportivo é constituído por vários membros e esse membros são: um representante de cada uma das associações de estudantes para terem algum tipo de poder de decisão, o Dr. Fernando Santos que é o administrador dos serviços de acção social, um representante do Instituto Politécnico de Viana do Castelo (IPVC) que é o Dr. Diogo e eu que sou o coordenador das actividades desportivas.

E - Tem já experiência neste cargo?

— Comecei agora, porque o centro desportivo é uma entidade que só começou o ano passado. Estava um colega meu e por questões de impedimento de tempo ele não pode continuar e eu como estou ligado (sou licenciado em educação física e também estou a tirar o mestrado em educação física-lazer)... pronto! ... E então assumi o cargo este ano. Sou da área, já tenho trabalhado nessa área, mas este cargo específico do centro desportivo foi só este ano.

E - Quais foram esses outros cargos relacionados com os estudantes universitários? Teve alguma outra experiência em relação, com os estudantes universitários?

— Eu tirei cá o curso, tive... relacionado mesmo com a prática desportiva??

E - Sim.

— Tirei cá o curso de educação Física, fiz prática desportiva muitos anos, agora por impedimento de tempo não consigo... não sei exactamente mais...

E - Alguns por exemplo, antes de ter o cargo que têm foram professores universitários...

— Ah, não, não! Porque... em termos de cargos de gestão de instalações desportivas nunca tinha tido...

E - E a formação?...

— A minha formação é educação física na escola superior de educação, aqui na instituição.

E - Um pouco, assim... Fazer uma breve descrição dos serviços do centro desportivo, não sei se pode fazer uma breve descrição...

— É assim: o centro desportivo foi um conceito que se criou para um ginásio (por assim dizer) e o centro desportivo tem actividades contínuas e sistemáticas e essas actividades são: é aeróbica, step, localizada, kickbox, capoeira, cardiofitness, musculação, todas as actividades ditas de ginásio, de grupo e individuais e depois têm actividades paralelas. As actividades paralelas que se desenvolvem são: torneios, participações na FADU (Federação Académica do desporto Universitário)... Tivemos pela primeira vez, porque é a tal coisa..., isto foi um entidade nova criada à pouco tempo, recentemente. Até ao momento existiram sempre a promoção das actividades, mas não de uma forma organizada e sistemática acima de tudo... era organizada, mas não era sistemática! E neste momento através da criação do centro desportivo é exactamente isso que se pretende, que se tenha... as actividades sejam contínuas e sistemáticas. Ou seja... então, vamos fazendo um apanhado: existe o centro desportivo que tem sempre aquela actividade regular e depois existem as actividades paralelas: eventos, torneios...

E - Ou seja, seriam actividades próprias e depois outras... Dessas actividades que oferecem, quais são as mais e menos procuradas?

— As que têm mais população e as que têm menos população, é isso?

E - Sim.

— Do centro desportivo, as actividades que têm mais adesão são as modalidades relacionadas com a aeróbica, localizada, step... depois fora isso é a musculação e o cardiofitness até pela própria disponibilidade de horário, porque enquanto as actividades ditas do grupo têm um horário específico, não é? Têm a professora que dá uma aula a esta hora, a musculação e o cardiofitness têm um horário muito mais abrangente, então é muito mais fácil as pessoas conseguirem estar na aula por assim dizer... Nas actividades paralelas, as que têm mais pessoas (pela natureza do desporto) é o futebol, como é obvio! Tudo o que esteja ligado com o futebol... No entanto, nós tivemos um evento no passado (foi o dia desportivo do IPVC), mas que foi... esse evento foi para a comunidade e não só para os alunos do instituto. Que este serviço (e é mesmo isso, é um serviço) é apenas para os alunos e para os funcionários do instituto. Enquanto que esse evento que nós tivemos foi ali numa zona verde da cidade e foi aberta à comunidade (não sei, talvez tivemos 300 pessoas), mas foi um evento pontual! Tirando isso, tudo o que é relacionado com o futebol, não é?... os próprios latinos, é homem!... (risos) tem de ser o que tem mais gente! (risos)

E - De qualquer modo, há algum tipo de estatísticas, ou algo que diga quantos alunos, que percentagem de alunos do IPVC estão no centro desportivo?

— É assim... essa percentagem... eu não tenho dados exactos... Eu posso dizer, ora bem... nós temos 3.400 alunos sensivelmente, mais ou menos por aí... nós se tivermos em conta que o centro desportivo... neste momento não tem assim tantas pessoas, arrancou este ano lectivo novamente e está a subir. Se tivermos em conta que tenha à volta de 100 pessoas regularmente, isso dá uma percentagem... dos três pontos qualquer coisa. Os estudos apontam que deve-se ter à volta dos seis pontos tal, sete por cento. Mas está numa fase embrionária ainda, não é? Por isso... Mas não tenho dados concretos.

E - Destas actividades, digamos que este serviço completamente não... Outros serviços podem ser uma peça específica para a promoção da saúde ou se não é específica de promoção da saúde pode ser para alguém que tenha problemas, digamos, específica para alguém que tenha problemas... por exemplo: em Santiago há um ginásio para pessoas doentes, aqui não há um específico...

— Que eu tenha conhecimento, nós no instituto não fazemos isso, nem na própria comunidade em si. Existem associações que desenvolvem esse trabalho muito pontual, mas agora... enquanto um serviço que se possa encontrar em qualquer ginásio ou em qualquer clube... não tenho conhecimento!

E - E sem ser para doentes, digamos...

— Para um grupo específico?

E - Bem, digamos que... na tua opinião, como pensas que o desporto pode “promocionar”, incentivar a saúde?

— Sim, sem dúvida alguma!

E - Qual é a tua opinião e se achas que sim, até que ponto?

— Eu creio que sim, porque isso está provado cientificamente, inclusivamente sou da área, não é? Ora bem... toda e qualquer pessoa que pratique desporto é obvio que tem benefícios a nível não só biológico, como psicológico e tudo mais. Acho que isso está demais provado, não é?

E - E achas que é necessário que a universidade incentive essa promoção da saúde? É bom, é necessário esse incentivo por parte da universidade?

— Sem dúvida, aliás a criação do centro desportivo vem no seguimento dessa lógica do pensamento, não é? O centro desportivo nasceu e foi criado para ajudar os alunos a terem estilos de vida saudáveis associados à sua prática. Para terem um desenvolvimento harmonioso, não só

académico, puramente académico, mas também desportivo, indo ao encontro da saúde, como é obvio!

E - E esse tipo de actividades de promoção da saúde através do desporto... quem crês que deveria desenvolver esse tipo de actividades? Professores, educadores, psicólogos, médicos? Crês que devia ser algo combinado?

— É assim... o ideal é obvio que se tivesse uma pessoa das diferentes áreas, pelo menos uma pessoa das diferentes áreas para se complementarem saberes! Agora, como nós sabemos é muito complicado em termos financeiros reunir todas essas entidades e diferentes saberes, mas... Na parte de promoção directamente é obvio que tem de ser alguém ligado ao desporto, no acompanhamento já poderia ser o psicólogo... o ideal seria isso! Agora... em termos financeiros é um bocado complicado principalmente nesta altura. Mas isso seria o ideal, claro que sim, que todas as áreas se complementem umas às outras! Nós sabemos perfeitamente ao momento que a actividade física não pode ser dissociada das outras áreas, porque até a própria componente psicológica, principalmente, que agora está muito em voga mais a nível da alta competição! O porquê do sucesso ou insucesso e todas essas questões, não é?

E - Que tipos de actividades em geral (não só relacionadas como desporto), que tipo de actividades e programas podiam ser melhores para “promocionar” a saúde ou digamos, por exemplo: crês que são melhores as actividades colectivas ou actividades individuais para essa mudança de estilos de vida, por exemplo?

— Eu penso que isso depende da pessoa, não é? E do que se pretende acima de tudo! É obvio que eu tenho características pessoais e que posso gostar de estar envolvido num desporto de grupo ou por outro lado eu posso gostar de fazer natação. Primeiro depende do gosto pessoal das pessoas, mas em termos de (a que tem mais aderência) e isso se calhar esta relacionado com o próprio relacionamento, dado que nós somos um ser social. Geralmente as actividades que têm mais adesão são as colectivas. Penso eu que será por isso, não tenho nenhum estudo, mas penso que será por aí. Agora quais é que são mais benéficas? Depende o que cada pessoa quer. Podemos dizer por exemplo: temos a natação que sabemos perfeitamente que é um desporto completo e podíamos ir para a aeróbica, se for para o step já não é um desporto completo por assim dizer... Basicamente está ali a trabalhar cargas a nível dos membros inferiores.

E - Sei que algumas perguntas que eu possa fazer podem parecer muito obvias... eu já sei, tu já sabes, mas eu quero que sejam os profissionais dizer para que eu possa analisar...

— Quem trabalha e o que sabe...

E - Mais o que sabe... conseguir informação importante disso que sabe. Os profissionais sabem que a promoção da saúde é importante e o que em diferentes formas pode causar. Na tua experiência, trabalhando com universitários, em que etapa (entrada na universidade, durante os estudos ou à saída) em que etapa crês que são mais vulneráveis ou que têm mais necessidades de ser apoiados, mais necessidades de promoção da saúde entendendo sempre o termo saúde no sentido óbvio (saúde física em termos gerais). Argumentos que possam ser interessantes para os jovens...

— Como o centro desportivo ainda esta numa fase muito embrionária, nós ainda não temos estudos realizados aqui no instituto sobre isso. Agora... na minha sensibilidade pessoal, eu posso dizer apenas isto: as pessoas que chegam ao instituto (a maior parte das vezes) são deslocados, não são aqui de Viana (uma grande percentagem, não é?) e chegam cá e perdem os seus hábitos, sejam eles quais forem, a não se os maus hábitos, esses infelizmente não se perdem... E então eu penso que é importante, desde o início que se consigam apanhar ao alunos. Eu posso dizer que nós ao momento estamos a realizar um inquérito que é para sabermos exactamente o que é que as pessoas já fizeram, o que é que querem fazer e o que pretendem vir a fazer a todos os níveis. Não só a nível desportivo, mas também a nível cultural. Para quê? Para nós podermos fazer o nosso planeamento em função das motivações dos jovens que para aqui vêm. Eu penso que de acordo com o que eu estava dizer, o momento mais importante será mesmo o início, até porque

(como eu disse) eles são deslocados e chegam cá e querem-se integrar em grupos. Somos um ser social... é a tal coisa! E se nós pudermos apanhá-los logo desde o início, integrá-los em grupos, neste caso em práticas de actos saudáveis, eu penso que é o ideal! Mas não tenho dados para provar isso, isto é apenas a minha sensibilidade...

E – Mas é importante, como responsável de um serviço, e isso é o que mais me interessa. Para este momento actual, estamos de acordo que é importante para o momento que estão na universidade e para o futuro deles um dia que acabem a universidade que desenvolvam o seu papel profissional, de vida adulta que também é importante essa promoção que se fez durante a etapa universitária para o seu futuro?

— Penso que sim, sem dúvida alguma! Aliás, não existem estudos (que eu tenha conhecimento) que façam essa comparação da saída da vida universitária para a vida adulta, mas existem estudos dos jovens para a vida adulta e onde está provado que existe uma relação directa entre os hábitos de vida saudáveis, neste caso, a prática de desporto ou lazer, ligada à juventude e à passagem para a vida adulta. Por isso eu penso que, já que ainda por cima estando ele já numa fase digamos semi-adulta ou adulta (alguns), não é? É óbvio que vai ter um seguimento à partida. A não ser que existam outras relações... porque é a tal coisa... eles são deslocados (alguns aqui) e depois ao saírem novamente deste meio poderão enviesar-se novamente os seus comportamentos dependendo da oferta que lá existir. Penso eu...

E – Dentro das actividades que estávamos a falar, em concreto estas do desporto, mas falemos noutras de promoção, prevenção... qualquer tipo de divulgação dos argumentos desde o uso do preservativo até outro tipo de iniciativa... que tipo de actividades crês que possam ser desenvolvidas pelo seu serviço?

— No caso concreto do centro desportivo em si, nós não temos desenvolvido actividades desse género, porquê? Porque existem já entidades que têm vindo a desenvolver isso dentro do seio das associações de estudantes. Nomeadamente entidades públicas e não só, governamentais e outras. Por isso nós não temos desenvolvido esse tipo de actividades. Porque o centro desportivo é muito virado para o desporto.

E – Representa um importante valor incutido na universidade quando esta (como nalguns países nórdicos da Europa e Estados Unidos) se transforma numa universidade promotora da saúde para implementar qualidade na universidade, inclusive do ensino. Ser promotora da saúde pode aumentar e contribuir para a qualidade do ensino em termos gerais?

— Eu penso que sim, até a própria prática desportiva é exactamente um meio para atingir isso. São acções de sensibilização com outras questões ligadas à saúde... No meu caso concreto, nós tratamos mais directamente da questão desportiva, sempre sem descuidar essas temáticas. Mas pessoalmente ou neste caso a partir do centro desportivo não temos desenvolvido essas práticas porque também elas são desenvolvidas por outras entidades. Nós temos conhecimento porque: ou nos chega aqui essas informações de que existem pessoas especializadas, médicos, psicólogos que vão junto das associações de estudantes e depois desenvolvem acções de sensibilização sobre essas temáticas. No caso concreto do centro desportivo, não temos desenvolvido isso, exactamente porque também não é essa a nossa área específica, mas também porque temos conhecimento de que são desenvolvidas essas acções, não é?

E – Em geral, quais crês que são os principais impedimentos, as dificuldades ou inconvenientes que pode haver para desenvolver esse tipo de actividades? São impedimentos do tipo económico, pessoal, que não haja essa sensibilidade, não haja meios, vontade, voluntários?...

— No caso concreto do centro desportivo é um pouco porque não é a nossa área, exactamente aquilo que referia há pouco. Existem pessoas especializadas em determinadas áreas e neste caso, no caso da prevenção sexual e tudo mais, de doenças sexualmente transmissíveis... não é muito a nossa área, a minha área de actuação. Penso que não será tanto a nível económico... e também porque elas também já têm vindo a ser desenvolvidas. Inclusivamente enquanto eu era estudante, elas foram desenvolvidas, não é?

E – Mas em geral na universidade, às vezes não se desenvolvem todas as actividades desportivas, ou melhor, não têm todo o apoio que pensam que deveriam ter...

– Todo o apoio nunca se tem, não é? Porque quanto mais se tem, mais se quer. Mas eu penso que... nós estamos a promover a participação na federação académica de desporto universitário e da nossa parte, tudo o que for necessário, nós temos... inclusivamente nós apoiamos, somos nós que pagamos as inscrições, somos nós que pagamos as deslocações... o atleta basicamente só tem de ir lá concorrer! (risos)

E – Pensa que em geral, no caso do desporto, em geral, em outras actividades que pode promover saúde, os estudantes mostram-se interessados ou nota alguma desmotivação por participarem na vida extra académica? Por parte dos estudantes...

– Extra académica no caso desportivo?

E – E outro tipo de actividades... Pensa que os estudantes se interessam apenas com a vida académica ou têm outros interesses...? Em concreto eu pergunto por actividades de promoção da saúde como por exemplo o desporto.

– Eu penso que eles motivados estão... às vezes, o problema é mesmo a questão de tempo e a própria questão monetária, financeira dos próprios alunos que às vezes são complicadas e eles não podem participar. No caso concreto das actividades desportivas, esse... pensamos que não é um factor, um factor desmotivador o de não-participação, dado que muitas vezes nós patrocinamos as próprias acções, não é? Sem terem de gastar dinheiro ou quantias irrisórias... nesse aspecto, não é? Mas eu penso que existe algum tipo de participação académica! Outro factor que eventualmente poderá causar a não-adesão massiva (digamos assim) de certas actividades é o problema geográfico, dado que essas escolas estão distanciadas geograficamente umas das outras e à vezes é complicado fazer essa ligação.

E – pode-se dizer que há um interesse, em geral, por parte dos estudantes, uma participação positiva?

– Sim, eu penso que sim... Não tenho dados e é apenas a minha sensibilidade... existe motivação e as pessoas ao momento têm conhecimento e sabem que faz bem a prática desportiva e de actos saudáveis de vida. Mas, muitas vezes, por impedimentos ou por o “deixa andar”... Porque, nós sabemos perfeitamente que os hábitos não saudáveis têm um prazer no próprio momento, ou seja, eu apetece-me comer um hambúrguer e sei perfeitamente que faz mal e sabe-me bem na hora, mas o efeito maléfico dessa mesma prática apenas de vai sentir distante, temporalmente, não é? Enquanto que a prática desportiva em si, nós fazemos a prática desportiva ou outras de lazer, nós estamos aqui a fazer futebol, sentimo-nos cansados, sentimo-nos bem, mas sentimo-nos cansados e isso só se vai notar ao longo do tempo, enquanto as más práticas têm um prazer imediato e às vezes penso que é um pouco difícil dissociar isso para os alunos e para comunidade em geral, para a população.

E – Estamos a acabar... Destes temas que falámos... qualificar para um destes temas segundo a impressão que tem, da sua sensibilidade trazida pela experiência, sem ter de recorrer a estudos feitos, para si, que importância é que tem para o jovem, qual a impressão que os jovens lhe dão, por exemplo: a educação sexual? Podes pensar pela tua experiência que é muito importante a educação sexual nos jovens. O que é que pensas que eles acham? Eles por vezes pensam que já sabem tudo...

– A educação sexual eu penso que é muito importante mesmo a nível universitário porque independentemente de já terem alguma idade, muitas vezes as pessoas chegam aqui e principalmente os que não são das áreas das áreas de científico-natural, que são as áreas ligadas à biologia, não sabem, nem têm consciência do que está por detrás e o que é que pode prevenir ou não doenças e todas essas questões e mesmo a própria (como é que eu hei-de dizer...) a sua própria, o seu próprio bem estar em relação à própria educação sexual e porque também existe um grande tabu, não é? Por isso, eu penso que é muito importante. A nível dos alunos eu penso que a impressão que eles têm é que sabem tudo! A impressão que eles têm é que sabem tudo

exactamente por causa disso, ou seja, “ah, não porque eu já fiz, eu já tenho vinte anos e não sei quê...”. Mas não sabem realmente do que é que estão a falar nem... não têm noção mesmo! Isso é a minha sensibilidade pessoal.

E – Agora em relação à drogas... Crês que o álcool ou o tabaco ou assinalar uma outra... Se é um problema importante?

– Eu penso que é um problema importante. Não estando ligado directamente... no caso das drogas sim, mas no caso da alta competição... Como o nosso serviço que nós directamente, não está tão ligado à alta competição, não tem esse problema ligado directamente, não é? No entanto é uma temática importante, mas que pela especificidade do nosso serviço não oferece isso directamente, apenas através daqueles organismos que nós temos conhecimento que fazem esse tipo de campanha de sensibilidade, inclusivamente nos bares nocturnos e tudo mais, eles fazem esse tipo de campanhas. Eu penso que é importante. A impressão dos alunos também penso que vai um pouco no seguimento da educação sexual: eles pensam que sabem tudo, que sabem o que é que existe, o que é que não existe, eu próprio não sei tudo! Conheço alguma coisa... também não é a minha área concretamente, mas tenho conhecimento de algumas coisas, algumas prestadas por essas acções de sensibilização que foram desenvolvidas, mas eu penso que o aluno tem sempre a noção que sabe tudo e que “eu não me meto” (neste caso) “eu não me meto, eu não faço porque sei”, mas se calhar às vezes descaiem... Apesar... penso que não existe nenhum surto aqui em Viana do Castelo, nem nada parecido.

E – Surto??

– Surto é algo grande, não existe numa grande percentagem de pessoas exactamente.

E – Ah, ok! Em relação a problemas de alimentação, não crê que têm uma alimentação saudável, uma alimentação equilibrada? Se em geral há uma preocupação...

– Na universidade, neste caso?

E – Sim.

– Nos problemas alimentares?

E – Sim

– Pois, é a tal coisa... em termos do centro desportivo em si, não está ligado directamente... Nós temos consciência...

E – Sim, mas em geral na universidade, para além do centro desportivo. Se crê que é uma coisa importante ou que...

– Importante é sem dúvida alguma! Sem dúvida nenhuma que é importante! No entanto, se formos a ver as práticas alimentares, pelo menos da maior parte... Como nós temos a maior parte dos alunos, ou grande parte que almoçam nas cantinas, têm esse acompanhamento, não é? Porque têm nutricionista lá para planear juntamente com as cozinheiras o tipo de comida que é fornecido. Fora esse campo já... Penso que não existe nada assim... de concreto! Apesar de também só há momento é que se a ter alguns problemas alimentares, com os novos hábitos alimentares da fast-food e tudo mais. Só agora é que se está a começar a ter alguns efeitos nocivos dessas mesmas práticas.

E – Caso de anorexia ou assim, não?

– Não conheço...

E – O exercício físico (suponho que é claro que para ti é importante), mas eles também têm noção que para eles também é importante?

– É exactamente como nas outras questões. Eles têm consciência do que é necessário para a prática dos hábitos saudáveis (foi exactamente o que eu tinha dito), os maus hábitos muitas vezes...

E – ... dão uma satisfação mais imediata?

– Exactamente! Mas que é importante, sem dúvida alguma!! Senão não estaríamos aqui!

E – E quanto aos acidentes de tráfego, de carros?

— Em termos dos acidentes... é assim: Portugal é um mau exemplo, não é? Em termos de acidentes rodoviários é muito complicado! Claro que, sem dúvida alguma é um trabalho que deve ser feito. A nível da universidade, neste caso concreto, eu não tenho grande conhecimento que haja grandes acções de sensibilização, talvez porque existe já de fora... Talvez, se calhar também nós próprios devíamos complementar essas mesmas acções de sensibilização. Ao momento não temos... não utilizamos isso, não tenho conhecimento pelo menos... Poderá eventualmente outros... porque dentro da universidade existem muitos organismos separados. Nós temos conhecimento às vezes de acções de formação, mas de uma maneira muito geral. Por exemplo, nós temos um gabinete que é o ISU que é da cooperação na Escola Superior De Educação e que desenvolve acções paralelas, não é? E sabe especificamente trabalhar aqueles temas. Nós sabemos que existiu lá umas formações, uma acção de formação sobre isto ou aquilo, mas não sabemos exactamente... Só se estivermos lá presencialmente. Mas penso que se calhar até seria mesmo importante esse... já que é um problema da sociedade portuguesa, neste caso.

E - E quando pensam neles, têm a consciência do perigo de conduzir por exemplo sob a influência de álcool ou...

— Eu penso que eles consciência têm, só que... é exactamente aquela questão...

E - ... do momento!

— Exactamente! Agora, consciência eu penso que toda a gente tem, pelo menos a este nível, não é? Porque já estamos a falar de adultos. Penso que eles consciência têm, agora a prática é sempre um bocado mais complicado!

E - Enquanto a saúde mental (entendida como bem-estar psicológico), crê que é um problema importante nos jovens universitários?

— Sem dúvida, aliás a própria prática desportiva converge nesse sentido, não é? Um desenvolvimento harmonioso. Porque nós sabemos perfeitamente que a prática desportiva em si e as artes de lazer estão ligadas inevitavelmente à parte psicológica, não é? E à saúde mental, sem dúvida alguma. E os alunos exactamente, penso... eles têm consciência disso, eles próprios sentem isso quando vêm fazer prática desportiva sistemática, não é? Têm consciência disso, mas muitas vezes, se calhar pela própria oferta, ou por outros impedimentos ou o próprio... os próprios prazeres da vida, não é? São um bocado corrompidos... penso que é mais isso!

E - Destes problemas, que problemas de ansiedades, depressão, problemas de integração social. Em relação ao bem-estar psicológico, quais crê que são os problemas que mais...

— ... que mais contribuem para uma má...

E - Os que mais detectas, que mais acontecem, que estão mais presentes nos universitários?

— Talvez a ansiedade por causa de todas as provas a que são submetidos, penso eu. Depressões?? Existem casos pontuais, mas não...

E - Crê que há algum outro tema que tenha que ver com a saúde?...

— Um outro tema que tenha que ver com a saúde...? Já falámos de quase tudo penso eu...

E - sim, não sei... será? De todos eles, quais crê que os estudantes estariam mais interessados em ter mais informação, ainda que não a peçam. Mas pensas que se tivesses que decidir, qual seria mais importante de todas elas para dar mais informação, mais formação, mais prevenção?

— Bem, aí é uma pergunta um bocado complicada, não é? Porque todas elas são importantes... É óbvio se eu fizer uma promoção, vou fazer da área que eu conheço e sei exactamente, não é? É um bocado complicado partir para outras, para outras áreas que não a minha, não é? Não sei... Tirando a minha área que é o próprio exercício físico, a actividade física em si... a saúde mental está ligada ao exercício físico...

E - Na realidade dizia o coordenador de Santiago dos assuntos desportivos que todas as áreas estão ligadas ao exercício físico, a saúde mental está ligada ao exercício físico, o consumo de drogas e álcool e tabaco se se fizer exercício físico acabavam, a alimentação saudável na rea-

lidade... está relacionada... Perguntava antes se tinha recebido alguma “demanda” sobre estes assuntos concretos... Algum problema de saúde mental...

— Se eu me deparei com algum problema desses?

E – Sim, dentro dos usuários dos serviços do centro desportivo?

— Não

E – Não houve nenhum problema?

— Não, para agora...

E – Tem conhecimento de algum projecto de promoção de saúde específicos noutra universidade, ou centro de Portugal, ou...?

— Projectos ou já constituição de outros organismos do género do centro desportivo, é isso? Ou projectos mesmo em si? Em termos de universidades eu não conheço projectos, ou seja, eu entendo como projecto algo que, na maior parte das vezes tem um espaço temporal definido e limitado, não é? Como projecto... não conheço ninguém que tenha projectos. Como entidades que já estejam a desenvolver isso sim, isso já outras universidades têm, como nós temos, não é? Já têm esse tipo de serviço, nomeadamente não com o nome de centro desportivo, mas do género, ginásio e tudo mais... e gabinetes médicos de acompanhamento e tudo mais... existem, isso sim...

E – Crê que o problema da avaliação dos benefícios, em concreto do desporto e outros, podia ser um problema... considera que é difícil a avaliação dos benefícios...

— A avaliação em si?

E – Sim, às vezes uma das desculpas dadas para não criar um serviço ou algo assim é que é difícil a sua avaliação. Digamos que não há um...

— ... um método de quantificar?

E – De quantificar o quanto é benéfico isso para a saúde, por exemplo...

— Em termos de quantificar... às vezes as universidades, neste caso, não fomentam esse tipo de práticas porque não é fácil mensurar, quantificar?

E – Sim.

— Eu penso que não é tanto isso que acontece. Se as universidades não fomentaram mais (que eu penso que fomentar, toda a gente fomenta...). Agora pode ter uma prática sistemática ou não! Penso que todas elas sabem perfeitamente e só não agem às vezes por uma sensibilidade mais pessoal dos órgãos de gestão (penso eu) ou pela questão financeira do que pela questão de quantificar. Porque independentemente de eu estar ligado à área... imaginemos que eu era presidente de uma instituição e eu não era de educação física, mas eu sabia perfeitamente porque tudo me diz que a prática (os especialistas em si), toda a gente diz que a prática desportiva, mesmo que não seja do meu campo... Bem, eu vou ouvir os especialistas, não é? E se eu não desenvolver práticas nesse sentido teria que ver obrigatoriamente com outro tipo de razões que não a mensuração, a quantificação, porque todos os especialistas apontam para aí. Se não é a minha área, eu tenho que acreditar neles. Não será tanto por aí...

E – Existe algum tipo de avaliação do centro desportivo?

— Nós fizemos uma avaliação. A avaliação que existiu ao nível do centro desportivo no final deste ano, dado que é uma entidade, um conceito relativamente novo, vai fazer uma no ainda, não é? No final deste ano lectivo nós fizemos uma avaliação para saber o que é que as pessoas achavam do serviço, se gostaram, o que é que não gostaram, o que é que achavam que devia ser modificado, ou seja, a nível das motivações das próprias pessoas, não é? Porque é que estiveram lá, o que é que deu origem a isso, o que é que achavam que se podia melhorar, mesmo em termos de horário, para sabermos, para podermos aumentar a actividade física os nossos alunos. Houve uma avaliação nesse sentido... depois houve a parte financeira, mas que já não tem a ver directamente com os alunos.

E – Essa avaliação é pública? Pode-se ver? Tem algum tipo de dados que se possa ver?

— A nível financeiro foi interna, apenas foi discutida e a nível das motivações em si também foram discutidas internamente. Dado que os dados que nós obtivemos e como foi... o centro desportivo ainda está numa fase embrionária... não foi publicado, porque a amostra em si era muito reduzida, tão só por causa disso... Como é uma amostra muito reduzida, foi mais para um planeamento da nossa parte do que terem conhecimento. É obvio que o que nós fazemos em termos de divulgação não só, não desses relatórios, não é? Pelo menos nesta fase, é das actividades em si. Tivemos uma aluna que foi aqui, nós divulgamos para as pessoas começarem a rever-se nesses papeis, não é? Mas a divulgação desse relatório não foi feita nesta fase por causa da amostra ser muito reduzida.

E – Para acabar... Um pouco como conclusão, qual crê que há-de ser o objectivo(s) da promoção da saúde na universidade? Porque é importante? Qual deve ser o objectivo de promover a saúde na universidade?

— Qual é o objectivo?

E – Como dissemos, o melhor é o desenvolvimento integral do estudante, não sei se há mais alguma coisa que queira acrescentar...?

— O objectivo para as práticas de saúde neste caso do centro desportivo é o desenvolvimento harmonioso do ser, não é? Neste caso os nossos alunos, porque como é obvio não se pode entender (neste caso) as pessoas e os nossos alunos, não se pode entender que são apenas seres, que precisam, necessitam de uma prática, não é? Para não estarmos com termos bio-psicológicos, mas é obvio que o objectivo principal é que eles tenham hábitos, estilos de vida saudáveis no seu geral. Terem a prática académica, mas terem a parte também social e porque o desporto é entendido também como uma prática social, não é? A parte social e a parte da saúde.

Entrevista: Gabinete de voluntariado

Gabinete de estudos para a educação e desenvolvimento

Cargo que ocupa no serviço?

Responsável.

Anos de experiência neste cargo?

Desde 2000, portanto 4.

Exerce outro cargo relacionado com os estudantes?

Tive, mas fora de Portugal na Checoslováquia, na França, em Angola. Foi nesses 3 países

Nesses países trabalhava em questões relacionadas com o voluntariado...

Não, não, mais só como professor para a docência. Docência e organização de estágios profissionais para os estudantes. Sobretudo na França fiz isso, fazíamos estágios profissionais dos alunos nas empresas para fazerem a aplicação dos seus conhecimentos teóricos, sobretudo na área das línguas.

A sua formação...

Eu sou licenciado em Línguas, Literaturas Português-Francês, Românicas, e depois fiz o Mestrado na área do currículo, do currículo para os países em vias de desenvolvimento e depois fiz um Doutoramento sobre Educação nos contextos em desenvolvimento a partir do estudo de caso de Cabo Verde. Estudei Cabo Verde e o meu doutoramento é sobre a mudança educativa em Cabo Verde.

Descreva sumariamente o que é este serviço?

O gabinete tem como principal objectivo três grandes áreas: a primeira é desenvolver aqui na ESSE e no Instituto...

Quando eu cheguei aqui em 2000 Fevereiro, o primeiro projecto que nós tivemos foi seleccionar e preparar professores para enviar para Timor Leste, professores de Língua Portuguesa e

Língua estrangeira, o ensino de Português e o apoio à formação de professores. Foi o primeiro trabalho que eu tive de fazer aqui, foi o trabalho que o Ministério nos pediu. Entretanto começámos a organizar este Gabinete que um dia gostávamos que fosse um Centro de Estudos nesta área da educação, do desenvolvimento internacional e haveremos de chegar lá daqui a alguns anos.

Eu penso que agora temos três grandes áreas: uma primeira é como é que a ESE pode absorver este conhecimento educação para o desenvolvimento, sobre o entendimento do contexto de outros países, como é que nós podemos integrar isto na vida da ESE, portanto, um conhecimento novo, um conhecimento para o inter-desenvolvimento, sobre o que é que é desenvolvimento, o que é que é cidadania global, é uma grande área.

A segunda área é a implementação de projectos, trabalhamos directamente com projectos no terreno, como viste, quer de longa duração na Guiné Bissau, em Angola, e agora em cabo verde, quer de curta duração através dos projectos de voluntariado. Portanto isso é uma outra dimensão: fazer projectos, escrever projectos, obter financiamento e ajudar a implementá-los no terreno quer enviando pessoas, ou nós próprios enviando pessoas ajudando a formar pessoas estando em ligação com os nossos parceiros.

Uma terceira área que eu acho que é muito importante é montarmos aqui um centro de recursos que comece a investigar, a escrever, a reflectir documentos, estudos, conhecimento sobre esta área, portanto, é uma área vasta que agora chamamos Educação e desenvolvimento onde entra cooperação, voluntariado entra projectos concretos, entra investigação e várias dimensões...

Quais são as actividades mais procuradas?

Eu penso que uma das áreas mais interessantes, mas também mais ambiciosas e difíceis é converter a cooperação numa hipótese de mercado de trabalho internacional, como é que os nossos alunos quando acabam os seus cursos nas várias áreas podem ser colocados no mercado de trabalho em Espanha, no EUA, na Inglaterra em África, não sei nos vários países...como é que nós podemos... eu penso que isto é um grande desafio muito interessante e nós estamos a conseguir meter alguns estudantes no contexto de alguns países do Sul. Agora, penso que o maior desafio é pensar como é que vamos conseguir criar sustentabilidade dentro desta instituição porque isto implica que os financiamentos se mantenham, implica pagar a pessoas, temos projectos, uns terminam temos de nos candidatar a outros projectos e temos de abrir a Escola à comunidade, à comunidade local mas também à comunidade internacional, e como é que nós podemos fazer isto? Integrar isto na vida de uma instituição que tem as suas rotinas que tem as suas, que tem uma certa rigidez institucional, isto implica mudar aqui dentro a cabeça das pessoas, é preciso criar um conhecimento novo, criar novas formações criar uma nova área do conhecimento que pode ser integrado em alguns departamentos não é, esse é que é um grande... penso que esse é um dos grandes desafios.

Centrando-nos mais na promoção da saúde, quais dos âmbitos deste gabinete podem servir melhor estes objectivos?

Nunca tinha pensado muito nisso, porque é uma área que a gente às vezes não pensa que está aqui presente. Primeiro, eu acho que há –se posso dizê-lo assim– parece-me que há uma espécie de capital simbólico que este tipo de projectos trazem, porquê? Porque isto dá abertura às pessoas e dizem “pode haver um futuro para mim” e é bom em termos mentais, é bom as pessoas pensarem que há uma expectativa interessante em relação à comunidade em intervenção. Eu não preciso de ser professor a minha vida toda e pensar que eu não consigo, que não há mais nada para fazer e não! Há outras hipóteses que eu em termos psicossociais trazem abertura ao mundo e isso é importante para uma pessoa que vai e faz uma experiência de voluntariado e vem um bocado transformado enquanto pessoa. Tem outras competências que nós ainda não avaliamos –era interessante analisar que competências os alunos trazem quando vêm para a

ESSE, é uma espécie de lufada de ar fresco, de sangue novo, que se projecta aqui quando as pessoas vêm; talvez isto seja um bocado subjectivo, não sei como depois analisar isto mas acho que depois é importante...

Uma outra área muito concreta na área da saúde (a Fátima depois pode falar nisso melhor) é o curso de socorrismo, é as pessoas terem competência para manejarem para, quando vão para uma escola, para um projecto ou vão trabalhar para uma instituição como resolver estas coisas... agora, há uma outra dimensão que também me parece engraçada que é o voluntariado. Uma das dimensões que nós cultivamos aqui é tentar criar nesta instituição e nas outras escolas do IPVC o espírito do voluntariado e isto também é uma coisa mental, é uma coisa de eu estou bem comigo próprio e consigo estar ligado com a sociedade e consigo fazer alguma coisa pelos outros e por mim, talvez, dá-me uma satisfação muito grande, mas também consigo estar a ligar a problemas que estão próximos da minha escola que não estão lá no terceiro mundo mas que estão aqui próximos: problemas desafios, expectativas, não sei. Consigo comungar também um pouco com algumas instituições que têm uma causa e acho que isto é bom porque cria também a ideia do lazer e o voluntariado pode ser feito na perspectiva de que eu estou a contribuir para alguma coisa mas estou a criar também um espaço de lazer na minha vida, eu sinto que estou a fazer uma coisa que me faz feliz, que me faz bem. Acho que isto também é uma dimensão engraçada, interessante, não sei, eu acho que eu próprio preciso de pensar mais nestas coisas: qual é o impacto que o voluntariado local tem?. Qual é o impacto que o voluntariado internacional vai ter e já tem na instituição, não é? Agora como é que isto pode criar uma instituição mais sã, mais mentalmente mais forte, mais ligada ao mundo mais conectada com as realidades lá fora, eu acho que isso é importante para a gente não ficar aqui isolado e pensar que somos uns coitadinhos e que não temos trabalho, é verdade, há muitas hipóteses de trabalho: há muitas pessoas que começam por ser voluntárias e depois daí conseguem uma perspectiva profissional e isso dá-lhes um certo prazer, dá-lhes uma certa realização profissional que eu acho que é importante, eu acho que os voluntários que trabalham aqui conosco nas instituições Viana, na Casa dos Rapazes, no GAF (Gabinete de Atendimento à Família), no Berço agora também e são pessoas felizes, são pessoas que se sentem bem consigo próprias e eu acho que isso também é bom para o clima da instituição e até para a sua forma de encarar o seu curso.

Em geral crê que é importante a Universidade implicar-se na promoção da Saúde, porque acha que isso é importante?

Eu acho que sim, eu acho que a universidade se deve implicar seriamente na questão da saúde em termos holísticos, não é, ou em termos holísticos dos estudantes, dos docentes e dos funcionários também. Às vezes dá um bocado a impressão que as pessoas estão um bocado doentes nestas instituições, são tristes, estão de cabeça para baixo, não valorizam muito aquilo que têm, não valorizam aquilo que já têm até a sua experiência até de vida, e vejo isso até nos estudantes que parecem um bocado contrariados. Acho que há que trabalhar um pouco os medos das pessoas e também desmistificar aquilo que as pessoas acham que é um problema...como eu vivo muito sobretudo em Portugal mas o meu público está também nos países do Sul, são países até mais pobres onde as pessoas até são mais felizes. Para mim, ao longo destes últimos, desde 1988, tem sido uma aprendizagem muito interessante, quer dizer com menos coisas, não sei, talvez não ter tantas expectativas, não sei, agora quando dizes de promoção de saúde dentro da universidade, eu acho que é preciso melhorar as relações humanas também entre as pessoas e isso passa também por uma questão de saúde, uma questão de saúde mental, de cultivar o diálogo mais, das pessoas terem tempo para se encontrarem, terem momentos de lazer, para se encontrarem e dialogarem sobre as coisas, e às vezes há falta de diálogo que não contribui para a Saúde mental das instituições: falta de diálogo, falta de grupos de... grupos de interesse que tenham uma causa, que acreditem naquilo que fazem, eu acho que isso também tem a ver com motivações interiores. Eu vejo a saúde neste sentido, porque da outra parte da saúde terás outras pessoas que falarão melhor do que eu.

... só queria acrescentar que em conjunto com outros departamentos podemos jogar à bola, jogar voleibol, ter momentos de relaxe e de encontrar as pessoas isso também são pequenos movimentos que ajudam a encontrar as pessoas, a criar sinergias.

Quem deveria desenvolver estas actividades?

Eu acho que isto é um trabalho interno e multidisciplinar, pode ter a ver com psicólogos que também terá, pode ter a ver com médicos mas tem... para mim é uma questão holística, é uma questão complexa é uma questão de todo. Aí às vezes valia a pena pensar um bocado até que ponto as nossas instituições são doentes, padecem de alguns problemas que vê por aqui, por aqui dá para ver, não é? ... eu diria que é um trabalho multidisciplinar.

Pensa que o serviço de apoio e informação ao voluntariado deveria estar mais estruturado ou pensa que ...

Eu penso que pode haver aqui uma complementaridade entre gente que pode ser voluntária, até pessoas que podem vir da sociedade, até, por exemplo reformados que podem querer trabalhar. As escolas precisam de gente que tem outra experiência de vida, que passou por outros mundos do trabalho. Até numa escola de Educação nós podemos ter pessoas que vêm das empresas que vêm de outros contextos trabalhos, há muitas experiências de vida que poderiam enriquecer, enriquecer e criar mais sinergias e ter talvez um projecto para a saúde ... a mais saudável, como há um projecto cidade saudável, também pode haver o projecto universidade saudável.

Dentro do leque de actividades, crê que há actividades que possam proporcionar melhor a saúde do que outras, por exemplo, actividades individuais, colectivas...

Eu acho que... eu via mais actividades mais colectivas, mais colectivas, enquanto as pessoas se juntam se organizam. Por exemplo, um exemplo, quando as pessoas organizam um congresso em que todas as pessoas estão muito interessadas no tema, e eu noto que isso cria...as pessoas levantam-se e têm sinergias interessantes e conseguem estar ligadas, conseguem ter causas comuns, não sei... pensar , talvez a gente viva com uma ideia, talvez, nós somos intelectuais. Gostamos de discutir ideias, e eu acho que aqui nós precisávamos de mais desses momentos em que as pessoas se juntam...sem estar a haver, sem estar a avaliar estudantes, mas haver aqui um contacto com as pessoas de fora, não sei, coisas assim... outras coisas não sei, talvez precisássemos mais de festas, não sei, organizar mais festas, não sei, as pessoas às vezes podem sentir um bocado falta dessa dimensão da festa, em Espanha há mais essa dimensão da festa de sair e tal 'la movida' e essas coisas...

Em Espanha também se degenerou um pouco... qual momento -do percurso universitário- considera ser o mais delicado? Acha que deve haver o mesmo tipo de actividades ou que diferenças propõe para os diferentes momentos?

Estás a falar dos estudantes, não é? Eu acho que o primeiro momento é um momento muito importante e às vezes fica-se com uma impressão, não digo distorcida mas pode-se ficar com uma impressão, não sei, não tão clara às vezes sobre o desígnio da Instituição ou da natureza do curso onde as pessoas estão. Eu posso falar um bocado da experiência que conheço dos estudantes africanos que vêm para cá e que estão muito perdidos no choque cultural mas eu penso que isso também pode acontecer com os estudantes do primeiro ano: o choque cultural, a transição para a universidade, a transição para a autonomia. Mete medo ser autónomo, pensar por mim próprio, não é, pensar... não me agarrar a uma cultura de fotocópias e ser capaz de produzir as minhas próprias ideias, um livro do princípio ao fim... não sei, acho que a construção da autonomia é uma coisa que faz, eventualmente, tremer algumas das pessoas, alguns dos estudantes na interacção, portanto, eu acentuaria mais os primeiros tempos. Depois a seguir eu acho que também é importante consolidar um pouco o conhecimento das pessoas... é preciso também ajudar a consolidar, a criar parâmetros para o funcionamento das pessoas, o conhecimento que eu consegui armazenar e não só, que consegui consolidar, consegui compreender, consegui inter-

pretar consegui adaptar para a minha vida profissional. Eu acho que aqui falta fazer um bocado a síntese destas coisas, às vezes...

Falámos que para quem está na universidade pode ser muito importante –esta promoção da saúde– mas creio que para no futuro para o universitário quando desempenha o seu papel profissional, o seu papel familiar, digamos todos os papéis da vida adulta crê que pode ser importante esta promoção da saúde que recebeu durante a sua vida universitária?

Pode, eu acho que sim, eu acho que nós podemos criar alguns, eu penso que nós podemos criar alguns hábitos intelectuais mas também físicos que depois as pessoas podem cultivar para terem uma vida mais saudável em termos... na vida enquanto trabalham, como organizam o seu trabalho, as horas que trabalham, a qualidade do tempo que têm, não é, eu posso ter muitas horas de trabalho mas muito pouca qualidade em termos do meu trabalho, portanto, eu posso organizar... eu acho que é também uma questão saudável... saber isso e depois, aprender a ter uma relação com as pessoas que seja uma relação boa, digamos, mas cultivar uma relação que seja de força que seja uma relação sã, boa, verdadeira, clara, que eu seja capaz de me relacionar com as pessoas, de trabalhar em grupo, de ser cooperativo, de não criar aquele hábito de competição eterna com toda a gente... eu tenho de competir é comigo próprio... eu acho que isso se aprende aqui também na universidade, se nós incentivarmos um ensino em que os alunos têm que tirar as melhores notas, é muito complicado, isto é muito difícil, todavia as coisas não são bem assim porque as pessoas entraram nestas profissões porque tiraram boas notas. Mas isso não é tudo, quer dizer, há outras competências que nós temos de desenvolver e que tem a ver com o Futuro, que tem a ver com a solidariedade, que tem a ver com a concepção do mundo para poder transformar e sentir-me bem na sua profissão, portanto, é uma coisa que ultrapassa às vezes os cursos e os departamentos...

Dentro do serviço deste Gabinete qual pensa ser o contributo fundamental que represente melhor esses objectivos?

Eu acho que há aqui, duas ou três dimensões. Uma já a referiste: a consciência solidária, ser cidadão do mundo –é uma frase feita mas– mas eu acho que é uma frase que ainda pode ter algum sentido, acho que há aqui a atitude da cooperação quer cá quer lá, porque é que nós estamos... eu costumo dizer: não vale a pena estar a dar lições de cooperação no terceiro mundo, nos países do Sul quando nós não somos capazes de cooperar entre nós próprios. Há aqui uma questão ética fundamental para mim.

Depois há aqui um lado da inovação que eu acho interessante, como é que eu sou capaz de integrar conhecimentos novos, como é que eu consigo mudar a minha instituição, mudar o conhecimento que eu criei que é estandardizado, em termos de divisão dos custos, mas como é que eu consigo incorporar conhecimento novo de outras culturas que supostamente nem são muito valorizadas, que vem de África, das aldeias africana, dos professores de lá, do conhecimento local, como é possível integrar tudo isto? No fundo relativizar o meu conhecimento que é muito ocidentalizado, etnocêntrico, não é, tenho de ter outra abertura, tenho de ter outra abertura ao mundo, abertura a esse aspecto... outro aspecto importante que eu acho é, como é que eu consigo, como é que eu agora vou integrar estas competências que eu aprendi. Fui voluntário, estive na Guiné Bissau três meses, e isso significou alguma coisa na minha vida ou não? E isso vai-me servir ou não para modificar a minha forma? Eu vou ser um cidadão participativo a partir das experiências que eu vivi aqui, das coisas que eu vi, vou ser um cidadão participativo, não sei, sou capaz de ser um consumidor mais participativo, mais solidário, não sei, ou afinal estas coisas não tiveram nenhum impacto na minha vida. Nós não queremos criar uma ideologia, não se trata de uma ideologia, não queremos criar nem formatar a pessoa para uma ideologia disto ou daquilo, mas não. É a escolha, temos vários tipos de escolha e acho que aqui é uma questão de escolha. O desenvolvimento local, o desenvolvimento endógeno é uma questão de ter escolhas, as pessoas têm mais escolhas, têm a escolha da tecnologia, têm a escolha disto, do comércio justo, do voluntariado. Portanto, eu tenho uma série de escolhas, qual é as escolhas que eu posso fazer, não é. Eu acho que, no fundo, nós tentamos que as pessoas tenham, cultivem um certo espírito

mais internacional, sejam mais abertos, sejam capazes de integrar outras culturas, sejam eventualmente mais solidários e que isto possa contribuir para eles serem mais autónomos, construir a sua autonomia, mais rica, mais enriquecida.

Quando se fala da relação universidade-qualidade pensa que este cuidado na promoção da saúde poderia incrementar a qualidade da instituição, nomeadamente no que toca ao ensino?

Eu penso que sim. Porque não criar até opções de, por exemplo, disciplinas, alguma opção que tenha a ver com a saúde... por exemplo, educação para a saúde? Talvez pensar mesmo nesse aspecto porque às vezes as dimensões só são importantes se forem institucionalizadas... eu acho que a dimensão da saúde pode ter uma identidade mais forte nas instituições porque isto atravessa a vida toda da instituição, tem a ver com as várias dimensões, não é. Via, por exemplo, uma visão institucionalizada na área da saúde, por exemplo, haver cursos ligados à área da saúde, por exemplo, os alunos que vão ser professores, os nossos estudantes que vão ser professores ou que vão fazer trabalhos na área da educação ou de projectos educativos ou da animação pedagógica ou desportiva. Esta dimensão da saúde é crucial, eu até diria para o trabalho de cooperação internacional a dimensão da saúde é crucial, nós até estamos também agora a ligar muito às questões relacionadas com a saúde, a educação para saúde, prevenção, cuidados, educação de infância, quer dizer são áreas fundamentais. Talvez estas áreas se pudessem afirmar mais, ter mais identidade, não sei.

Quais pensa que são os principais impedimentos para pôr em marcha este tipo de iniciativas?

Eu penso que podem ser de mentalidade, que podem ser institucionais. As instituições tão formatadas, têm as suas formas de funcionamento, os seus territórios de conhecimento, não é? Produzir dimensões novas às vezes não é fácil, os currículos e até na vida institucional, não é? Agora, penso que tem de haver mais criatividade para a gente conseguir trazer estas dimensões para aqui, todos temos de pensar que outras formas é que pode haver, agora temos aqui áreas que me parecem muito próximas desta dimensão da saúde, por exemplo, o desporto. O desporto escolar, o desporto universitário, a licenciatura em Educação Física e a de Motricidade Humana tem muito a ver com a perspectiva de saúde, de ser saudável, de ser activo, estar em movimento, de sair para fora. A própria pedagogia podia ser mais saudável. Não precisamos de ensinar aqui só, eu posso ensinar fora... o espaço tem muito a ver com a questão da saúde. Ensinar eternamente num anfiteatro, uma aula desta natureza... estamos todos muito fechados em relação ao próprio contacto com a natureza, não sei. Podíamos deslocalizar um bocado a nossa dimensão de currículo e criar espaços alternativos de aprendizagem, num museu, num teatro, num cinema. Não sei mas acho que os espaços são muito tradicionais porque são muito metidos nos horários, porque são muito rígidos, agora isso implica de nós todos uma mentalidade de mudança, de estar sempre adaptado, de estudar as mudanças.

Pensa que os alunos estariam interessados nesse tipo de actividades?

Eu acho que... eu acho que os jovens estão interessados em mobilidade a todos os níveis, criar outros espaços, outros momentos de aprendizagem, de troca de informação, não só ligada ao computador e à Internet mas tem a ver com pessoas, tem a ver com movimentos entre gerações, aprendizagem intergeracional, aprender com pessoas que têm outras experiências de vida, como já disse há bocado. Tem a ver com outro tipo de ensino de, eu diria mais de experiência, mais experimental, de trabalhar mais directamente com crianças, de aprender que percepções do mundo as crianças têm ou com outros adultos de outras profissões têm de trabalhar mais com as empresas, fazer aqui uma abertura maior, não é, por exemplo, nós temos uma taxa de abandono escolar muito elevada em Portugal. Nós nunca trabalhamos a sério essa área, nós deveríamos ir mais de encontro à comunidade e aqueles que abandonam a escola. Eu penso que isso tem a ver com flexibilidade e temos de começar a aparecer noutros contextos, noutros lugares onde é possível criar formas de aprendizagem muito mais alternativas. Eu falo disto porque eu tenho trabalhado em escolas que não têm paredes em África. São escolas que funcionam debaixo das árvores, funcionam debaixo da folha de palmeira e depois chove a escola desaparece. A escola não é uma coisa que está ali física, é uma coisa que está na cabeça das pessoas, penso que está

nas percepções, que está também nas emoções, onde se trabalham as coisas que tem a ver com as experiências de vida, não é, de pessoas. Tem a ver com as próprias experiências de vida dos estudantes e aqui eu não sei se estas dimensões são aproveitadas, na medida em que, estamos muito na fotocópia e no programa e há toda uma dimensão à volta disto que às vezes esquecemos.

Há tópicos importantes no que se refere à educação para a saúde. Pedia-lhe que considerasse muito importante, importante ou nada importante os seguintes tópicos. Justifique a sua resposta e diga como acha que os alunos vêem estes tópicos:

Educação sexual.

Penso que é importante, eu penso que para os alunos é importante. Eu penso que os alunos na sua faixa etária, as questões da comunicação com as questões de género com o outro sexo, a questão do corpo e dos estudantes que têm uma percepção sobre o próprio corpo, eu costumo às vezes ver os estudantes de Educação Física que têm uma postura diferente perante o corpo -eu acho isso interessante- eles têm uma relação com o corpo diferente, cultivam o corpo, sei que têm educação, motricidade humana e educação física. Têm uma relação diferente com o próprio corpo o que no fundo tem a ver com uma percepção correcta, com, no fundo, tentar compreender o que é que significa estar, e o que é que significa educação sexual e o que é que significa tudo isto, eu acho que também é uma perspectiva mais completa.

Uso de drogas e consumo do álcool

Pode ser importante, pensei que não seria mas pode ser. Às vezes fico um bocado preocupado com algumas situações que ouvi falar porque não tenho tido contacto com esta realidade. Mas pode ser, porque afinal há muitos acontecimentos sociais onde os alunos se envolvem muito com o álcool e depois até fazem algumas asneiras e já ouvi falar de alguns problemas que tem havido, etc.. e depois vivemos num país onde as questões do alcoolismo são questões importantes, no fundo, até acho que é preciso começar a tratar isso aqui primeiro para terem a percepção do que significam os dados reais do que significa o alcoolismo em Portugal. Porque às vezes acho que não há percepção objectiva do que está a acontecer; qual é o estado do alcoolismo? Eu sou de uma aldeia onde há muitos problemas de alcoolismo, conheço muitas famílias que eu conheço que também têm muitos problemas de alcoolismo e acho que isto também é um problema que poderá afectar os estudantes.

Talvez os estudantes não vejam este problema como tão importante mas não sei.

Tabaco

Sim, penso que cada vez mais. Como eu não fumo nem nunca fumei eu não sei. Mas penso que há muita gente que anda preocupada com os problemas do tabaco. Penso que nós também temos de ter políticas que, dentro da nossa escola, sejam também rígidas. Não me parece que a população jovem tenha uma percepção tão clara da gravidade dos problemas do tabaco e acho que há que fazer algum trabalho nesta área. Neste momento em Portugal está a haver bastante polémica à volta das marcas de tabaco e eu acho que até é um momento engraçado para gerar aqui alguma discussão: duas marcas supostamente têm um produto cancerígeno: SG ventil e SG filtro e há um braço de ferro agora entre o Ministério da Saúde e a Tabaqueira e há testes que estão a ser feitos na Inglaterra e não sei quê. Tudo isto levanta o tema do tabaco, não é?

Drogas?

Sobretudo não sei quais.

Pastilhas, haxixe...percebe que existe contacto com os universitários?

Eu não percebo isso, eu não estou a ver isso tanto como um problema talvez porque eu não tenha conhecimento disso, não tenho um conhecimento directo mas acredito que eventualmente haja problemas mas não tenho conhecimento directo, mas talvez devia ter...se há algum problema por aqui. Em relação aos alunos não sei.

Neste distrito os alunos vêm ainda do meio rural, das aldeias, têm ainda uma mentalidade, não sei, têm ainda uma formação muito rural, talvez, não sei, é uma hipótese que pode ser comprovada ou não. Eu acho que estão bastante alertados para o problema da droga, muito mais do que para o problema do tabaco ou do alcoolismo e isso parece-me natural. Fuma-se, bebe-se porque tem de ser, é uma questão de aceitação e eu acho que a questão da droga já é mais dos pais: “atenção não te metas na droga” mas talvez os alunos tenham uma percepção mais clara disto.

E quanto a problemas alimentares e alimentação em geral?

Aí sinto-me mais próximo desse problema. Acho que o nosso bar é um símbolo, é um sítio onde o que oferece para comer é genericamente mau, em termos de equilíbrio, em termos de... não sei... de uma alimentação mais saudável, com mais legumes com mais hipóteses, com mais opções. É uma coisa muito estandardizada, uma comida muito feita... uma comida feita assim rapidamente ... agora há que trabalhar esta dimensão e não sei se os alunos têm tanta percepção disso mas parece-me que não. Parece que compram muito facilmente aquilo que não deviam comprar, portanto, acho que há um trabalho aqui a fazer em termos de equilíbrio e em termos culturais mesmo porque nós até pertencemos como a Espanha e a Grécia a uma cultura mediterrânica com uma alimentação bastante sã com legumes, com azeite, com isto e com aquilo e podíamos até culturalmente integrarmo-nos nestas coisas aqui.

Anorexia e bulimia

Não conheço, não conheci nenhum destes problemas

Exercício físico

Devia-se implicar mais os alunos, a Escola toda: os funcionários, os professores e criar aqui alguma dimensão -eu não digo obrigatória, não é- mas criar a necessidade de... nós criarmos a necessidade das pessoas terem mais contacto com o ambiente com a Natureza e haver aulas de educação física para os funcionários, de movimento, de drama, não sei, opções diferentes ... de movimento, de pausas para as pessoas poderem exercitar porque as pessoas trabalham muito com o computador e têm uma relação solitária e trabalhamos às vezes sob algum stress também, eu acho que se devia fazer aqui.

Eu acho que os estudantes têm uma percepção mais equilibrada do que a instituição diz ...mas aí o departamento de educação física e de motricidade humana poderá talvez dar uma ajuda e criar dinâmicas interessantes: haver por exemplo momentos em que se batia à porta dos gabinetes e se dizia “pausa vamos agora dar uma volta para relaxar ... fazemos uns movimentos durante 10 minutos e depois voltamos”, coisas mais espontâneas mais criativas.

Acidentes de trânsito

É um problema gravíssimo neste país, nesta sociedade e esta Escola não pode estar divorciada. Este mês morreram mil pessoas em Portugal, tantas como as baixas dos soldados no Iraque. Este país -em Espanha também é assim- mas este país é um dos piores da Europa em termos do cumprimento das regras da estrada, do civismo, de acidentes. É uma coisa impressionante que a mim, às vezes me enerva no meu quotidiano quando me enervo com tudo, não é, acho que há uma falta muito grande de consciência do outro na estrada, de educação cívica, da percepção do acidente. Eu acho que muito do que se tem feito não chega já, as multas e tudo isto. Eu diria que às tantas é preciso outros meios, mais criatividade e nós devíamos enquanto formadores de professores e educadores levar para as escolas mensagens muito fortes sobre os acidentes nas estradas, assim como há mensagens muito fortes em termos do ambiente, ao nível do tabaco. Eu acho que a questão ao nível dos acidentes nas estradas é uma questão de vida e de morte. Temos aqui passeadeiras em frente à Escola que não são respeitadas, um funcionário nosso foi atropelado aqui há pouco tempo e numa passeadeira. Eu já tenho passado aqui em passeadeiras que é à queima, se eu não paro...enfim sou atropelado, não é? Portanto, eu acho que devíamos também trabalhar mais isso e acho que os estudantes, e a maior parte deles tem carro, e usam os seus transportes pessoais e privados, acho que há aqui um trabalho a fazer muito grande

E sobre a saúde mental, assinala mais algum aspecto?

As questões de ansiedade nos primeiros anos eu acho que são questões importantes. As questões da ansiedade, questões de... eu acho que também tem a ver com a forma como se transmite e avalia o conhecimento. Quer dizer, eu posso ensinar de uma forma não ansiosa, posso não criar ansiedade nos alunos, posso procurar criar um ambiente interessante de aprendizagem, diversificado mas dentro eu preciso das minhas rotinas de professor criar os tais espaços de aprendizagem alternativos, levar uma relação pessoal com os alunos mais interactiva, e eu acho que isso é preciso. Somos uma escola pequena pode haver uma boa relação com os alunos como se pode ver... dizemos bom dia e boa tarde e desmistificamos um pouco a nossa relação com os alunos. Portanto, eu acho que esse aspecto da ansiedade pode ser interessante e eu diria que também passa pela própria valorização das próprias aprendizagens pessoais dos alunos, do próprio percurso profissional ou pessoal ou social dos alunos, penso que é uma dimensão interessante.

Da ansiedade daqui dos alunos eu penso que eles sentem alguma ansiedade, eu creio que eles sentem alguma ansiedade, sobretudo os que vêm de uma cultura diferente e nós temos uma escola cada vez mais poli-integrada, cada vez mais com culturas diferentes, de emigrantes e de países de Leste e de África, etc..

Depressão? Depressão...não me tenho apercebido tanto desta dimensão, sobretudo acho que tem a ver com situações de competição entre os alunos, momentos de avaliação podem surgir momentos de depressão, não sei, não me tenho apercebido.

Outros problemas de saúde mental, acho que tem a ver com relações humanas e com relações entre as pessoas, e , não sei mas acho que aqui talvez, eu acho que há aqui questões de saúde mental que têm a ver com relações de poder nas instituições, mas sobretudo relações de poder, dentro das turmas – que isto às vezes não é muito explorado – entre grupos de alunos, entre formas de ver a disciplina, de ver ... mas tem a ver com quem tem responsabilidades e com quem vem de cima as relações de poder nas escolas são muito fortes mas às vezes são subestimadas, não são entendidas, não são estudadas ou não são avaliadas, ou não são apreciadas devidamente mas isso são questões mais laterais.

Para rematar, alguma vez alguém veio ao voluntariado porque queria sentir-se mais integrado ou mais útil...

Ao nível do voluntariado há essa apetência, há essa expectativa, posso estar a fazer alguma coisa de interessante, útil e que também me vai fazer bem a mim. Se estou a ser útil a criar algum momento interessante na vida da outra pessoa a ajudar, a contribuir para isso. Em relação à cooperação, acho que há muito essa perspectiva das expectativas, isso é um estudo que nós devemos fazer: porque é que... quais são as motivações das pessoas para integrarem o voluntariado e até os projectos na cooperação com África sobretudo, não é? Acho que não é aquela imagem do coitadinho, já não é isso mas é uma imagem de estar a participar numa perspectiva internacional, estar sempre ligado ao mundo é uma coisa que interessa sempre muito às pessoas. Mão lhes interessa o ambiente aqui, interessa-lhes estar ligado ao mundo, interessa-lhes a relação mais global, ser cidadão mais global.

Tem conhecimento de algum tipo de projecto relacionado com a promoção da saúde nas universidades?

Não, não tenho aqui em Portugal não tenho. É até capaz de haver... não tenho. Sei que ...não sei até que ponto as associações de estudantes trabalham estas coisas mas acho que..a daqui, por exemplo, não sei se trabalha estas questões da promoção da saúde. Não sei se há algumas conferências sobre as questões de saúde e essas coisas mas acho que não.

Como poderia ser feita a avaliação destes serviços?

Eu concordo que não devemos ter medo da avaliação seja de que natureza for e para que efeito seja agora avaliar a promoção da saúde numa instituição, não sei ...mas acho que também temos que... eu voltaria aquela questão da visibilidade... podemos encontrar indicadores objecti-

vos para a avaliação da promoção de saúde, quer dizer quantas actividades é que se fizeram, de que natureza é que se fizeram, quantas pessoas é que participaram, não sei...

Há cursos de socorrismo na instituição que promovem a questão da saúde numa perspectiva mais prática, há orientações para a promoção da saúde escritas –estão no regulamento da instituição– há o cultivar uma dimensão saudável da instituição mas quem é que faz isso, onde é que isso está escrito? Quem é que promove isso? Se está ausente então?... aí eu posso avaliar, aí eu penso que nós podemos encontrar uns parâmetros de avaliação e depois podemos tentar medir o grau de satisfação dos outputs, não é? De quem sai da instituição e afinal que percepção é que eu vou ter, que percepções... que percepções é que têm das questões de saúde aqui e na comunidade onde vão estar inseridos, pode ser uma empresa, uma escola, não sei, uma Câmara Municipal, talvez um grupo desportivo, não sei...

Quais devem ser os objectivos para a promoção da saúde nas universidades?

Eu ia responder com uma frase perfeitamente lírica que li em África: “Porque é que eu quero pôr as crianças na escola?”... para elas serem felizes não é? Eu acho que as instituições devem contribuir para as pessoas serem felizes, também, consigo próprias, com os outros... pode ter a ver com o melhorar as relações humanas, melhorar as relações profissionais, melhorá-las, aperfeiçoar as relações humanas nas instituições, melhorar as relações profissionais também nas instituições e eu acho que isto depois também nos ajuda a ser mais atentos, a ser mais criativos. As pessoas conseguem ser mais criativas quando estão conectadas com várias dimensões. Não acredito em criatividade que seja só numa área muito restrita. Se é um conselho (dialogar) promover também o diálogo, promover uma relação, eu até diria com o ambiente, ter uma consciência do ambiente, ter uma consciência de cidadania, uma consciência do contacto com a comunidade mais próxima. Eu saber e ser aberto é também uma questão de ser útil, e não ter medo de ser ameaçado ou pelo outro ou por outras culturas supostamente mais inferiores ou superiores, aqui é também uma dimensão bastante mais subjectiva. Agora há aqui dimensões de saúde em que as pessoas podem aprender a ser mais interventivas: o socorrismo, cursos directos, o conhecimento sobre SIDA que também é conhecimento, o conhecimento sobre sida sobre alcoolismo, sobre como lidar com certos problemas sociais, sobre conflitos, como gerir conflitos. Os professores não sei se sabem lidar com estas questões dos conflitos, resolver... como lidar com estas coisas... aqui há muitos conflitos e não sabemos como lidar com eles, como dar a volta aos conflitos entre... aqui também há conflitos quando se fala de projectos, quando se quer implementar mudanças e isso cria insegurança, ansiedade, não sabemos muito bem lidar com isto

Entrevista: GAPSI

Gabinete de Aconselhamento Psicológico

Nome do serviço?

Gabinete de Aconselhamento Psicológico...o GAPSI que contem o gabinete de Apoio ao Estudante

Qual é a denominação do cargo que ocupa dentro do serviço?

Coordenadora, porque tem a ver com a forma como funcionamos na instituição, os cargos das direcções de departamento, de serviço, de unidade, são ditos de coordenação.

Anos de experiência neste cargo?

Formalmente este serviço foi criado há muito pouco tempo, portanto, enquanto do ponto de vista informal, isto é, em termos do trabalho que temos vindo fazendo o trabalho já dura há cerca de dois anos, formalmente este serviço aparece agora, este ano lectivo 2004/2005.

E outros cargos relacionados com os estudantes universitários, como professora...?

Digamos que os demais cargos em termos de gestão e administração são não propriamente ligados aos estudantes mas antes aquilo que são as funções académicas. Neste momento, eu

sou directora do Departamento de fundamentos Gerais de Educação para além de coordenar a Unidade de Investigação da Instituição e de ser a interlocutora da instituição para a Fundação da Ciência e da Tecnologia, da Fundação Luso-Americana, do Observatório da Ciência e Tecnologia, ou seja, do ponto de vista institucional, eu ocupo uma série de cargos que tem a ver fundamentalmente com as funções de investigação e com a docência. A coordenação deste serviço, e a criação deste serviço está muito ligada aquilo que é o meu trabalho de investigação.

A sua formação...?

Sou psicóloga.

Uma descrição deste serviço em poucas palavras, qual seria?

Este serviço tem três vertentes fundamentalmente: uma vertente preventiva, uma vertente remediativa e uma vertente desenvolvi mental.

Quando pensamos no trabalho que podemos desenvolver com estudantes do Ensino Superior numa instituição como esta temos muita preocupação de pensar “o que é que se pode fazer?” e, basicamente –é isso tem a ver com a minha formação em Psicologia–.

Acho que podemos trabalhar numa linha preventiva e desenvolvi mental, ou seja, podemos face à transição do ensino secundário para o Ensino Superior, face aquilo que é a experiência de formação ao longo de quatro anos de licenciatura, há uma série de dificuldades que estão identificadas na Literatura relativo ao desenvolvimento dos estudantes. Neste sentido, o trabalho do Gabinete procura criar condições não só para ultrapassar esta dificuldade no sentido de uma vulnerabilidade aumentada, isso numa linha de desenvolvimento. Mas também precisa de prevenir dificuldades e nesse sentido nós fazemos os programas de prevenção ligados às competências de estudo para os estudantes ou então o apoio psicológico individual para criar uma retaguarda de apoio.

Sendo ainda pouco tempo, quais são as actividades que pensa que vão ter mais procura?

A minha intenção relativamente a este serviço, e com as pessoas que estão mais directamente ligadas ao Gabinete de Aconselhamento Psicológico é que ele se oriente fundamentalmente para a prevenção, isto é, fazer um grande investimento na instituição ao nível, por exemplo, dos programas de competências de estudo, ao nível dos programas de desenvolvimento da relação interpessoal, ou da discussão de assuntos importantes para os estudantes como fizemos no caso dos problemas da SIDA e como vamos fazer ao longo do ano. Por outro lado, manter aquilo que, do meu ponto de vista, é uma retaguarda que é a consulta psicológica individual. De facto, não vejo um Gabinete de Apoio ao Estudante unicamente dedicado à consulta porque isso me parece pouco. Numa instituição como esta acho que é preciso garantir, ou contribuir para uma formação ao longo da vida e, neste sentido, as políticas do Gabinete estão associadas às políticas da própria instituição.

Dentro destas actividades há alguma que defina como própria como de promoção da saúde?

Eu diria que, ao pensarmos as várias linhas de intervenção do Gabinete, numa linha preventiva, desenvolvimental ou remediativa mas fundamentalmente preventiva e desenvolvimental, aí sim eu diria que estamos a educar para a saúde. Por exemplo, se considerarmos as actividades que elegemos no âmbito da Luta contra a SIDA, e se conseguirmos, de facto, fazer isto, no sentido de divulgar informação, promover o conhecimento, trazer pessoas que estão directamente ligadas à SIDA, por exemplo, o José Manuel Osório porque está doente, porque sofre na sua própria pele a doença há vinte e tal anos; convidamos investigadores, por exemplo, o Prof. Mário Freitas que trabalha directamente com os estudantes do Ensino Superior para falar com os nossos estudantes com dados relativos à SIDA. Convidamos o chefe do serviço do Hospital de S. João para vir falar do que é a intervenção médica na SIDA. Eu estou convencida que nisso nós estamos a contribuir claramente para uma educação para a saúde porque olhamos para o “dia a dia”, a vida normal das pessoas e fazemos com que aquilo que podem ser comportamentos de risco ou “os riscos do comportamentos” como diria José Manuel Osório e os trazemos para dentro e os discutimos, aí eu entendo que estamos a contribuir para a Educação para a Saúde.

Que motivos crê que torne necessário o investimento das universidades na promoção da saúde?

Isso é fundamental do meu ponto de vista, porque as instituições de Ensino Superior são apenas mais um referencial da nossa vida diária. Pensamos no que é a vida das pessoas numa sociedade ocidental: elas passam pela escola. Quando os nossos estudantes chegam aqui os nossos estudante já têm 12 anos de escolaridade no sistema português. Nos quatro anos, ou seis anos se pensarmos nos mestrados que as pessoas partilham a vida connosco, então as instituições de Ensino Superior à semelhança das instituições de ensino básico e secundário têm que pensar numa política de intervenção na saúde. Têm que trazer, não só a discussão, para o domínio público de questões que são relevantes para a nossa vida diária e tem que fazer disso parte da sua missão educativa. Podemos falar na SIDA mas podemos falar de muitas outras coisas, e as instituições de Ensino Superior sentem isso...elas são financiadas –estamos a falar de instituições do Ensino Superior Público– e portanto têm de contribuir para o bem-estar dos membros que acolhem.

No caso dos programas de promoção da saúde quem deve promovê-los, professores, educadores, psicólogos...?

Ok. Eu acho que sim, uma combinação de todos eles. Não é possível pensar, do meu ponto de vista, a educação para a saúde unicamente numa equipa de psicólogos, somos muito ignorantes quando pensamos só ... e eu acho que tenho tido muito essa preocupação não só para a discussão. Como tenho tido essa preocupação na investigação e essa preocupação na docência, isto é, se nós pensarmos se nós pensarmos que somos muito limitados enquanto pessoas, enquanto investigadores, devemos ter a humildade de reconhecer os nossos limites e, neste sentido, ir buscar aquilo que as instituições têm de melhor e seguramente mais é melhor, no sentido de criarmos um grupo que conjuntamente faça a discussão, pense a intervenção e intervenha efetivamente. Isto é, é preciso fazer coisas e isso não pode ser feito a sós.

Pensa que têm de ser sempre profissionais ou por exemplo: tutorias entre iguais, alunos voluntários...

Sim. Acho que este trabalho de educação para a saúde não tem de ... ou um trabalho ao nível do Gabinete de Aconselhamento psicológico ou do Gabinete de apoio ao Estudante não tem de ser feito unicamente por profissionais, acho que tudo o que é o trabalho de pares, o trabalho de estudantes para estudantes pode ser útil. Se pensarmos que a investigação sugere que nós podemos aprender não apenas com aqueles que têm uma posição de autoridade para connosco mas podemos aprender com pessoas que estão ao mesmo nível do que nós mas que têm competências específicas então devemos trazer isso para dentro. Acho que, por exemplo, no Gabinete de Apoio ao Estudante nós temos muito a preocupação de fazer parcerias, por exemplo, com a Associação de Estudantes. Discutimos as questões com eles, as ideias e conjuntamente trabalhamos. Estou convencida que se nós conseguirmos criar redes de trabalho que impliquem os estudantes no voluntariado, por exemplo, imagine, criar um grupo de intervenção na SIDA que crie novas redes com os estudantes do ensino secundário. Seguramente os estudantes do ensino secundário escutarão mais facilmente um dos seus colegas do que um serviço ou um profissional a falar sobre as questões da SIDA ou, por exemplo, da necessidade de usar preservativo porque estão mais próximos porque se podem envolver mais facilmente. Portanto, e se pensarmos na promoção para a saúde, em vez de pensarmos em profissionais numa equipa multidisciplinar e olhássemos para dentro, acho que precisamos de envolver os estudantes e contribuir para que eles próprios criem novas redes. Isso, provavelmente, é uma forma de implicar a instituição a diferentes níveis porque de facto a instituição não tem só docentes no sentido de investigadores, peritos mas tem toda a comunidade académica, e não temos só os estudantes temos também os funcionários porque muitas vezes os estudantes tal como os funcionários criam com eles uma relação muito próxima como por exemplo na biblioteca porque neste caso eles têm uma idade muito próxima dos estudantes e muitas das vezes vão lá falar com os funcionários não só para

falarem dos problemas que têm a ver com o conhecimento, que tem a ver com a informação, com a pesquisa mas tem a ver consigo próprios.

Há esse exemplo da SIDA, que outros exemplos se poderiam propor promover a saúde dos estudantes?

Acho que poderíamos pensar em muitas outras coisas, por exemplo, poderíamos pensar ao nível da toxicod dependência e em programas a esse nível porque a toxicod dependência também é um dos problemas do nosso quotidiano. No ano passado, nós fizemos isso, elegemos como meta de trabalho do Gabinete de Aconselhamento psicológico, que ainda não estava formalizado mas que, de facto, já estava em curso e promovemos em conjunto com a Associação de Estudantes um ciclo de conferências e trouxemos os investigadores –aí sim– os que trabalham em investigação de ponta sobre toxicod dependência e ainda abuso de menores porque nessa altura a pedofilia estava na primeira linha, na discussão e isso fez com que nós promovéssemos uma discussão interna e trouxéssemos os especialistas também a esse nível. Mas eu que, em termos de políticas de educação para a saúde podemos pensar em comportamentos de risco ou podemos unicamente pensar “normal”, ou seja, fazer educação para saúde fazendo uma discussão em torno da educação para a cidadania porque, do meu ponto de vista, se as pessoas percebem que o seu dia a dia modifica e é modificado pelas outras pessoas, então todos os seus gestos da vida diária têm efeitos, têm consequências. Nesse sentido, eu vejo como sendo de educação para a saúde um programa de voluntariado. Por exemplo, aquilo que a instituição faz que é promover voluntariado para os países para os países de língua e expressão portuguesa –os PALOP’s– como Angola, Guiné, Moçambique, Cabo verde. Permite que, se os nossos estudantes vão participar num programa de voluntariado –e isso é frequente nesta escola– nós podemos fazer um programa de educação para a saúde unicamente, por exemplo, fazendo toda a preparação da ida para a Guiné porque se tem de vacinar, porque tem de haver cuidados que têm a ver com saúde que são cuidados básicos porque muitas vezes o que os nossos estudantes vão lá fazer são cuidados de saúde básicos e neste sentido eu vejo saúde como uma forma de educação, ou seja, para mim e em última instância isto é tudo uma questão de educação, eu vejo a Psicologia muito como uma questão de educação, ou seja, se eu me pergunto que é que eu posso fazer enquanto especialista em desenvolvimento no estudante no Ensino Superior eu diria eu posso contribuir para a educação dos estudantes que trabalham comigo directamente, no sentido de, qualquer acto da nossa vida diária pode viver da nossa educação, ser da nossa cultura, quando nos preocupamos com os outros e queremos que elas aprendam a falar melhor, a dizer melhor, a estar melhor com os outros, a cuidar da sua saúde no sentido físico mas também do ponto de vista psicológico e aí, por exemplo, eu posso ver educação para a saúde cuidando da auto-estima. Quase diremos que é um problema nacional, as pessoas acharem que vivem num país muito pobre, de exclusão onde os políticos não assumem a melhor postura para a acção e neste sentido, nós podemos educar para uma maior auto-estima mostrando às pessoas que elas são capazes de fazer muito no seu quotidiano. Nesta escola, naquilo que são os dados da investigação, nós estamos numa zona de grande exclusão social, cultural e económica. As pessoas que frequentam esta escola aprendam a gostar de si no sentido de, aprendam a gostar do que fazem, aprendam a gostar de um dia ser professor, de contribuir para a educação dos seus alunos, isso me parece também uma forma de contribuir também para a sua auto-estima, nesse sentido é educação para a auto-estima. Só que nós sabemos também da Psicologia que a auto-estima não se adquire por delegação, isto, é não serve de nada os outros dizerem que nós precisamos de melhorar a auto-estima, é preciso fazer coisas. Eu acho também que a auto-estima se consegue fazendo pequenas coisas, como por exemplo, nós chegamos aqui à escola de manhã e vemos a escola cheia de cartazes e gostamos dos cartazes porque vemos e falamos acerca disso e dizemos “nós estamos a fazer alguma coisa, nós estamos a intervir na instituição” eu acho que é uma forma de contribuirmos também para a nossa auto-estima, no sentido de mais e melhor, no sentido valor pessoal... não sei se respondi à sua questão...

Sim. Em que casos crê que são melhores actividades individuais ou colectivas?

Isso, se eu pensar do ponto de vista do Gabinete de Aconselhamento Psicológico, claramente nós elegemos as actividades individuais e colectivas e em pequenos grupos em momentos diferentes. Do meu ponto de vista, é claro que a intervenção individual é uma coisa, a intervenção em grupos restritos (mais ou menos 10/12 pessoas) é outra coisa e a intervenção na instituição com centenas de pessoas é outra coisa. Um formato de intervenção não exclui o outro, por exemplo se pensarmos nas pessoas que procuram o Gabinete individualmente a pedir ajuda e entram num processo de consulta psicológica e num processo psicoterapeutas seguramente é melhor. Quando nós pensamos em intervenção ao nível do grupo restrito, por exemplo ao nível do desenvolvimento de comunicação interpessoal, ao nível dos programas de competências de estudo aí temos preocupações ou temos objectivos muito claros que só se consegue em grupo muito restrito mas se pensarmos, por exemplo, na necessidade de divulgação de informação sobre a toxicod dependência e da SIDA então nós fazemos isso em grande grupo. Neste sentido, não me parece que se deva optar por um ou outro formato ma em termos de planeamento, em termos de instituição, em termos de Gabinete nós devemos ter vários tipos de estratégia de intervenção como meio

Falou de três momentos fundamentais de intervenção: a entrada no ensino superior, a estadia no ensino superior e a saída? Em qual destes momentos acha mais importante intervir?

Se pensar naquilo que tem sido a investigação internacional e a investigação em Portugal ao nível dos estudantes do Ensino Superior claramente estão identificados anos de maior risco, anos de maior dificuldade e claramente um ano de dificuldade acrescida tem sido o primeiro ano, ou seja, a transição do ensino secundário para o ensino superior e, neste sentido, eu creio que não só Gapsi mas a maior parte dos gabinetes que estão ligados ao Ensino Superior elege o primeiro ano como o ano alto, digamos assim. Algumas instituições começam também a ter a preocupação do último ano isto é, a saída para o mercado de trabalho e aí se pensarmos no Instituto Politécnico de Viana do Castelo a UNIVA que está sedeada nos serviços centrais tem essa preocupação de manter a retaguarda para que os estudantes alarguem o seu domínio de competências para na vida activa ser capaz de lidar com isso ser capaz de ser melhor. Neste Gabinete é verdade que temos muito a preocupação do primeiro ano mas todos os nossos serviços se dirigem para os vários anos.

Pensa que esse trabalho e essas competências poderão ser importantes para os papéis dos alunos na vida profissional, para o seu futuro?

Podem, podem. Se nós considerarmos que aquilo que nós fazemos num determinado momento tem efeitos a médio, longo prazo então claramente a questão da promoção da saúde deve fazer parte da missão das instituições de ensino superior. Porquê? Porque no fundo as instituições não intervêm só para aquele tempo em que os alunos estão connosco naqueles 4 anos no caso de uma instituição como a Escola Superior de Educação mas pode criar condições para uma educação para a saúde ao longo da vida, por exemplo, nesta instituição existe a Associação de antigos alunos e há actividades que pontualmente são promovidas entre a instituição e a Associação de antigos alunos e a Associação de estudantes. Neste sentido, eu acho que essa pode ser uma forma de educar para, no sentido de uma aprendizagem ao longo da vida, de uma educação para saúde ao longo da vida onde aquilo que se passa não é apenas naquele momento, isto é, mas pode-se distribuir ao longo da vida profissional ao longo do percurso profissional e se pensarmos que uma educação para a saúde não tem de ter efeitos a curto prazo mas pode ter efeitos a médio longo prazo então muito daquilo que é o esforço da instituição para intervir pode-se ver logo ou passando alguns anos, essa é a questão da educação não sabemos nunca quando as pessoas de facto aprendem e com quem elas prenderam isso.

Este gabinete tem como vocação então, não apenas divulgar mas intervir...

Este Gabinete precisa de ter a preocupação de encaixar o seu plano de actividades dentro daquilo que é o plano de actividades da instituição mas precisa de também propor à Direcção de ter ideias próprias, iniciativas próprias dentro daquilo que é a missão da instituição obviamente e neste sentido um gabinete como este não pode apenas fazer divulgação. Este gabinete tem mui-

to a preocupação de intervir, portanto, isto é claramente uma linha de intervenção da instituição. Se em termos políticos ele está associado à Direcção ele executa uma parte daquilo que são os objectivos que são os projectos da instituição mas ao mesmo na posição que ocupa também pode propor novas linhas de intervenção digamos que do ponto de vista da liberdade de pensamento de liberdade de acção nós não nos podemos queixar dentro da instituição.

Isto da promoção da saúde acha que pode representar um importante índice de qualidade para a universidade?

Acho que sim. Se pensar naquilo que é o ensino em Portugal e na EU, se pensar no que é a linha, as linhas da investigação e as linhas da qualidade são um parâmetro fundamental para as instituições. Então se as instituições são avaliadas são avaliadas na docência são avaliadas na investigação, são avaliadas nas instalações, são avaliadas por terem ou não Gabinete de Apoio ao Estudante, muito provavelmente para as instituições que têm outros programas, programas de promoção da saúde isso é uma mais-valia das instituições porquê? Porque é sua preocupação cuidar dos seus membros e da comunidade em que se insere, ou seja, estas instituições não podem ter exclusivamente a preocupação com a transmissão do conhecimento científico, da sua divulgação e da sua criação, tem de se ir mais longe, isto é tem de ter em conta aquilo que é o mundo actual e se nós ao nível do conhecimento na Medicina sabemos que muitas das doenças que temos hoje tem a ver com o modo como vivemos tem a ver com os nossos modos de vida, com aquilo que comemos, estas instituições tal como as instituições de ensino básico e secundário têm o dever de promover uma discussão sobre a promoção para a saúde e isso não tem que ser só as famílias a fazer isso em casa tem de ser todo o sistema público que está implicado. As instituições de Ensino superior sendo instituições que não sendo frequentados por toda a gente, porque nem toda a gente consegue frequentar o ensino superior, devem ter a preocupação de orientar uma parte para a saúde para a educação para saúde e fazer disso um objectivo de eleição para os seus programas e planos de actividade, é a minha convicção que sim. Nesse sentido a vinda Elena para Viana funciona como uma espécie de alerta que significa que as pessoas falem disso, porque se preocupam porque lhes faz sentido. Se se entrar pelas questões do voluntariado ou se se entrar através de outras coisas –não tenho bem a certeza– mas nas comunidades em que se inserem se elas mobilizar as pessoas para uma educação para a saúde para uma educação que promova a discussão e a cultura então sim estamos a fazer alguma coisa.

Quais são as principais barreiras para pôr esse tipo de actividades em marcha?

De facto, aí acho que há condicionalismos de vária ordem. Muitas vezes nós fazemos referência aos condicionalismos de ordem económica porque dizemos as instituições de ensino superior estão neste momento sub financiadas, toda a gente sabe que tem havido sucessivos cortes orçamentais para as instituições de ensino superior e muitas vezes as direcções das instituições alegam não há dinheiro portanto não se pode implementar novos serviços mas ao mesmo tempo podemos reconhecer que os constrangimentos económicos não são os únicos. É possível, se as pessoas quiserem, se tomarem a iniciativa de apresentarem projectos de os colocarem em marcha. Durante dois anos trabalhamos fora de horas, fizemos programas de competências de estudo para as outras escolas do Instituto politécnico e ninguém nos pagou para isso, não tínhamos secretariado, não tínhamos ninguém para ajudar, fazíamos isso para além das aulas no fundo no âmbito dos nossos trabalhos no âmbito da intervenção comunitária, dentro daquilo que é o nosso esforço enquanto especialistas, enquanto profissionais da Psicologia rentabilizar aquilo que do ponto de vista prático é a aquisição do conhecimento e competências muito específicas. Portanto, se nós queremos fazer educação para a saúde não podemos esperar que a instituição diga “é preciso fazer educação para a saúde” tem que haver alguém que tome iniciativa e que faça, ainda que inicialmente não tenha muitos recursos humanos e não tenha tantos recursos materiais, acho que é preciso haver boa vontade. Porque senão é como eu costumo dizer, se nós pensarmos neste momento nos financiamentos para a investigação em Portugal são diminutos, nomeadamente se pensarmos nos fundos associados à investigação na Educação, não fazemos nada. Mas de facto nós fazemos e temos parcerias com várias universidades portuguesas e isso

para nós é importante porque significa que os constrangimentos económicos não podem ser um obstáculo a uma educação activa, do meu ponto de vista é assim. Se é preciso intervir, se é preciso educar para a saúde se nós podemos ir fazendo coisas vamos fazê-lo por isso desenvolvemos ao nível do Gabinete de Aconselhamento psicológico associado ao Gabinete de Apoio ao Estudante formalmente criado este ano um programa relativo às questões da prevenção da SIDA, e porquê? Porque isso tem de fazer parte de nós, numa instituição tem de fazer parte do dia a dia, primeiro porque a Elena está e porque podemos aprender consigo.

Pensa que os estudantes estão interessados nestas actividades?

Não tenho dúvidas sobre isso. Os estudantes, da minha experiência de trabalho sobre eles não só na investigação mas muito na intervenção porque a minha investigação tem estado, de facto ligada há décadas à intervenção, os estudantes estão disponíveis, eles querem aprender, eles querem fazer coisas, acho que precisam que alguém ajude, que tome iniciativa e que os envolva porque depois eles também são capazes de fazer por si, eu vejo por exemplo nas questões do processo de Bolonha. A instituição tem tido a preocupação de discutir os processos de Bolonha porque isso tem implicações no reordenamento do ensino superior em Portugal e na Europa mas os estudantes eles próprios tomam a iniciativa de discutir Bolonha como viu na 2ª feira. Se as questões da educação para a saúde, se eles próprios começam a ganhar sensibilidade e a perceber a importância eles próprios tomam a iniciativa e fazem.

Dos seguintes tópicos, quais consideraria muito importantes, importantes ou pouco importantes

Eu diria, se eu olhar para a educação sexual no âmbito da promoção da saúde este me parece muito importante porquê? Porque se nós pensarmos nas doenças sexualmente transmissíveis, e os nossos estudantes estão em idade reprodutiva e psicologicamente estão numa idade em que precisam de se envolver sexualmente, fisicamente, emocionalmente então sim isso é muito importante.

... se a Elena pensar a conferência que nós fizemos com o Osório. A biblioteca que é o nosso espaço de eleição para a discussão pública, para as conferências estava cheia, a galeria estava cheia, a escadaria estava cheia, isto significa que lhes interessa porque de facto se não lhes interessasse eles não estavam lá ou então nós começávamos e eles iam-se embora. Uma das coisas que a bibliotecária me dizia é "está a ver que ninguém se foi embora" as pessoas ficaram o tempo que a conversa durou, e teriam ficado mais tempo se nós não interrompéssemos a conversa, isto interessa-lhes, as questões do sexo interessa-lhes, precisam de ser faladas sim, é muito importante.

E quanto ao uso de drogas e adições?

O ano passado nós abordamos as questões do álcool, tabaco, e também aí as questões do álcool foram as que tiveram maior adesão dos alunos. O tabaco que tinha a ver com a investigação do consumo de tabaco nos fetos e portanto, que é investigação nacional e internacional do efeito do tabaco nas mães e no bebé desde a concepção, isso também interessava mas eu acho que enquanto as questões de ordem sexual eu vejo no C, as drogas e as questões de abuso eu vejo mais no B. ainda que do ponto de vista prático eu reconheça que a droga é claramente um problema em que os alunos estão envolvidos porque em termos de comportamentos aditivos nós sabemos que isso é também um dos problemas dos estudantes do Ensino Superior mas eu acho que talvez no sentido em que esse assunto se discuta menos, se assumo menos esse é um problema da juventude e isso pareça ser menos importante o que de facto não é verdade. Para mim elegeria como sendo muito importante C as questões das drogas e dos comportamentos aditivos mas para os alunos vejo em B.

E quanto às outras drogas? Cê que há um problema nos estudantes universitários?

Em relação ao álcool e ao tabaco?

Digo mais em relação às outras drogas tipo pastilhas, extasie...

É assim, eu acho que nas outras drogas pode colocar tudo, no sentido de: pode colocar as drogas sintéticas (como por exemplo o extasie) e outras drogas (como por exemplo cannabis, a heroína, a cocaína). No ano passado, uma das conferências era sobre os efeitos da cocaína, nos ratos e nos humanos. Porque o investigador era a professora Amélia Tavares que esta ligada à investigação básica na medicina sobre os efeitos da cocaína e portanto toda a investigação dela com ratos no laboratório e depois uma parte do grupo dela de investigação com os efeitos da cocaína nos humanos, nomeadamente nos bebés. E desse ponto de vista, eu acho que o ensino superior, a questão das drogas é, não só o problemas das drogas sintéticas que são consumidas muito mais noite a dentro, mas é também fundamentalmente de cannabis, heroína e cocaína. O problema da heroína e da cocaína são só os custos... Portanto, o ter dinheiro para comprar determinado tipo de droga é um factor importante! Mas isso não significa que não seja consumido...

E o cannabis?

O cannabis a mesma coisa, só que também é consumido...

Pensa que há um consumo elevado entre os universitários?

Não tenho dados sobre isso, não tenho dados sobre isso e desconfio muito dos dados que são divulgados. Porque? Porque eu estou convencida que grande parte das pessoas que consomem quando são questionadas (através por exemplo de questionários das escolas) elas dizem que ou consumiram uma vez ou nunca consumiram porque isso tem a ver com o modo como socialmente o consumo é olhado, é visto, como sendo negativo. O mesmo para o tabaco ou mesmo para o álcool, ainda que seja mais fácil provavelmente as pessoas reconhecerem que consomem álcool e tabaco, por exemplo: dentro do álcool assinalar a cerveja que toda a gente sabe que os alunos do ensino superior consomem em excesso. Até porque em Portugal as cervejeiras patrocinam por exemplo as Queimas das Fitas, isto é, patrocinam as festas dos estudantes... Portanto eles consomem efectivamente, desmedidamente... as drogas leves e drogas duras eles consomem também. Ainda que ninguém reconheça isso claramente. E portanto o que acontece é que a maior parte das instituições de ensino superior também tem dificuldade em reconhecer que os seus estudantes por vezes estão nas aulas depois de terem consumido drogas.

E quanto aos problemas alimentares? Uma alimentação sã e equilibrada... Pensa que é um problema que devia ser tratado com a juventude universitária ou...?

Se tivermos em conta que os problemas de ordem alimentar têm vindo a aumentar nos adolescentes e jovens adultos, não só nas mulheres, por exemplo o caso da anorexia e bulimia, mas também nos homens... os valores são cada vez maiores, porque isso eu acho que também tem a ver com o modo como a sociedade olha para o corpo, lida com o corpo, a necessidade de ser muito elegante... Então, muito provavelmente e porque no ensino superior como em qualquer outro nível de ensino, nomeadamente no secundário há alunos com anorexia, com bulimia. Provavelmente se deveria falar disso no sentido de: isso existe, mas ao mesmo tempo eleger como tema da discussão, provavelmente não a doença, mas uma alimentação saudável, cuidar da alimentação e aí eu vejo muito uma educação para a saúde, no sentido de uma alimentação saudável. E aí, provavelmente as instituições (e nomeadamente esta escola) deveria ter uma política de educação saudável, no sentido de criar uma espécie de sistema de refeição (não só na cantina, mas também nos bares) em que divulgasse o que é uma alimentação saudável. Porque se só comemos uma sanduíche ao longo de um dia de trabalho de 8 horas... o que é que é isso? Não estamos a cuidar da saúde seguramente... Provavelmente as instituições poderiam sim fornecer orientações para uma educação alimentar!

E pensa que os jovens estariam interessados?

Sim, sim, sim, sim.

E quanto ao exercício físico?

O exercício físico eu acho que é importante falar dele como fazendo parte de uma educação para a saúde e de uma vida saudável, mas se pensarmos naquilo que são os nossos dados ao nível da investigação com estudantes desta escola, me dou conta que das actividades que eles

praticam livremente, são as actividades desportivas. Uma grande parte dos nossos alunos toma a iniciativa de para além das aulas, praticar desporto. Isso é porque é importante, porque senão eles não o fariam e eu creio que o exercício físico esta muito associado ao culto do corpo, digamos, cuidar do corpo não via alimentação, mas cuidar do corpo para cuidar da aparência. Provavelmente essa é uma boa forma de entrada porque estes dados da investigação ainda não foram divulgados, são os dados que recolhemos numa fase inicial do projecto apoiado pela fundação Calouste Gulbenkian e se calhar este é o ponto de partida para nós depois chegarmos a outras coisas... que é: ok, esta muito bem, grande parte da população estudantil da escola superior de educação pratica desporto, mas precisamos fazer outras coisas. Precisamos de cuidar da saúde, precisamos de evitar a doença, por exemplo,...

E já por ultimo, a saúde mental... Enquanto saúde mental, é evidente que pensa que é importante, eles também pensam que é algo importante?

Sim. Eu creio que qualquer jovem tem a noção que a saúde mental não é uma coisa rígida, no sentido... não é uma coisa fixa, não é uma coisa que nós podemos dizer: "eu tenho saúde mental!". Acho que os jovens, como mais ninguém, têm a noção da fragilidade entre a saúde e a doença e de facto, se pensarmos nas pessoas que recorrem ao GAPSI elas têm a noção (pela sua própria experiência) que há momentos de maior vulnerabilidade, que se sentem mais ansiosos, que se sentem mais deprimidos e que precisam de ajuda. Portanto, se a saúde mental é importante? Sim, é muito importante! Não é por acaso que a ideia do gabinete de apoio ao estudante tem sido uma ideia que tem sido acarinhada pelas instituições, pelos estudantes, porque eles percebem que a saúde mental precisa ser cuidada como a saúde física, porque de facto não há uma separação entre corpo e mente... é como diz o António Damásio (que é um dos investigadores mais importantes dentro das neurociências, que vive nos Estados Unidos), que é: precisamos de falar do corpo-mente, porque isso é um todo e se nós não estamos bem connosco, se nós nos sentimos ansiosos, se nós nos sentirmos tristes, o corpo ressentir-se e adoecer. Então precisamos de cuidar da saúde mental como precisamos de cuidar da saúde física, como precisamos de evitar os abusos e isto faz parte de um todo e neste sentido, as instituições claramente têm que eleger nos seus... (fim da cassetete) (...) acho que precisamos sim muito como os estudantes sentem que sim.

Dentro de problemas específicos desse bem estar psicológico, desta saúde mental, há alguns que são mais típicos ou próprios dos estudantes universitários? Tipo ansiedade, depressão...?

É assim: se nós pensarmos nas perturbações psicológicas, podemos para além da ansiedade e da depressão eleger outras, como por exemplo as fobias, o ter medo. Porque a fobia social é muito típica nesta população de acordo com os dados da investigação. Por exemplo, ter medo de falar em publico, não ser capaz de apresentar um trabalho. Um aluno meu no ano passado, num curso de formação de professores, que vai ser professor, reprovou à minha cadeira porque nunca apresentou nenhuma prova oral!! Nunca foi capaz de falar em publico!! Quando chegámos ao fim, tivemos uma conversa porque é que ele tinha faltado sistematicamente e ele diz: "porque eu não consigo falar em publico!". Então como é que alguém que vai ser professor e se dá conta que tem um problema que é a sua dificuldade de falar em publico, como não pede ajuda?? Eu creio que foi o único momento em que ele se deu conta da falta de sentido entre uma coisa e outra. Portanto eu acrescentava sim, a fobia. Para além da ansiedade e da depressão, porque? Porque se pensarmos que hoje em dia nós precisamos de escrever bem, precisamos de organizar as nossas ideias e ser capaz de as esclarecer e de as defender, igualmente numa sociedade conversacional e discursiva como a nossa, nós precisamos de ser capaz de falar com os outros e de defender as nossas ideias, ainda que os outros possam discordar delas, ainda que nós possamos rever as nossas próprias ideias, no sentido de, provavelmente não pensamos da melhor maneira, mas... escutar os outros e dizer o que pensamos acerca disso é muito importante! Muitas das pessoas que recorrem as estes gabinetes (pelos dados da investigação constantes do ensino superior), nós sabemos que tem a ver por exemplo com a fobia social, este ter medo de falar em publico, não ser capaz de defender as suas ideias perante um grupo que tem posições contrárias, ora isto

é fundamental na vida activa, isto é fundamental no dia a dia. É fundamental para um professor como é fundamental para um psicólogo ou qualquer outro profissional.

E quanto à ansiedade e à depressão, qual das duas é mais frequente?

Creio que a prevalência da ansiedade é maior, porque por exemplo, uma das coisas que nós sabemos é que a ansiedade esta muito ligada à avaliação. Nós estamos em Dezembro, estamos a chegar ao fim do primeiro semestre... Uma das preocupações dos alunos, nomeadamente o primeiro ano é como é que vão ser as provas e como é que eu vou lidar com um novo sistema de avaliação. E aí a ansiedade aumenta. A ansiedade até determinado nível ajuda no sentido de obriga a mobilizar recursos para a tarefa no sentido, para preparar para exame, mas quando a ansiedade é excessiva, não permita nem dormir, nem estudar, nem nada... Portanto a ansiedade creio que é muito mais comum nesta população do que propriamente a depressão. Ainda que por exemplo se diga que a prevalência da depressão na população adulta seja muito elevada, mas isso é outra coisa.

Há algum outro tema, ou tópico sobre a saúde, tanto física como mental que não tenhamos tratado aqui? Que possa ser interessante...?

Acho que daquilo que falámos, não sei se esgotámos o tema, mas a minha impressão é que falámos um pouco acerca de tudo. E se pensarmos que de facto a educação para a saúde pode englobar todos esses tópicos e que as instituições podem e devem incluir dentro da sua missão a educação para a saúde... eu acho que passámos um pouco por tudo.

Bem... já justificámos a importância de cada um destes temas!

Está claro que neste serviço tem recebido alguma “demanda”... Como este serviço à pouco tempo está criado digamos assim, institucionalmente, não há um relatório de quais são os casos, mas há alguma primeira impressão de qual vai ser as maiores “demandas”...?

É assim, neste momento, de facto, em termos de dados objectivos ainda não dispomos. É possível no final deste ano (com o trabalho que estamos a fazer) se consiga ter um “retrato” mais ou menos fiel daquilo que é o tipo de solicitação no serviço. Acho que com o tempo que temos em curso seria ainda muito cedo para falar disso.

Tem conhecimento de algum outro tipo de projecto deste tipo que esteja a ser levado a cabo por outras universidades ou centros de atendimento...?

Sim, neste momento os gabinetes de apoio ao estudante em Portugal estão disseminados pelas instituições de ensino superior, quer universitárias, quer politécnicos. Eu faço parte do grupo de investigação e intervenção constantes em ensino superior a nível nacional e nós já promovemos vários encontros, um dos quais em Viana do Castelo à dois anos e de facto é corrente estes serviços existirem.

Outro dos problemas que normalmente se falam (nestas questões de promoção da saúde ou de aconselhamento psicológico em geral) é a dificuldade de levar a cabo uma avaliação fiável de tudo isto... muitas vezes porque estamos a lidar com tópicos pouco quantificáveis, o que pode dificultar este tipo de avaliação do serviço em geral. Se a promoção da saúde é difícil de avaliar ou como se poderia avaliar?

Do meu ponto de vista, não tem que ser difícil de avaliar. Vou explicar porque: se as instituições existem e a qualidade é um dos critérios de avaliação das instituições, então tem de ser avaliável do meu ponto de vista. Pode ser avaliada em termos qualitativos, pode ser avaliada em termos quantitativos, mas precisa de ser avaliada porque isso faz parte do rigor do funcionamento. Ninguém pode criar um serviço como este e apoiá-lo formalmente se não tiver a preocupação de avaliar o que ele faz. Digamos que essa faz parte das minhas funções enquanto coordenadora deste gabinete, como faz parte das minhas funções enquanto coordenadora do departamento de educação que é: promover... traçar um plano de actividades e avaliá-lo e demonstrar isso no relatório final que é: se as actividades foram pensadas, precisamos de saber o que é que foi executado, como foi executado e quais foram os custos. Porque essa é também um das formas de nós verificarmos se estamos a orientar bem os projectos, se estamos a orientar bem o nosso

trabalho, não tem que não ser avaliado, não tem que haver dificuldades de avaliação do meu ponto de vista.

(pedaço da cassete estragada)

... se faz parte da meta da instituição, se temos serviços... é assim: se temos serviços na instituição que tem esse tipo de preocupação, tem que ser avaliado. Repare, uma das minhas preocupações aqui é, com o Carlos, com a Doutora Carla faria, são as pessoas mais ligadas ao gabinete, ir sucessivamente, registando o que vamos fazendo. Porque se nós temos um plano, o estamos a executar, temos de chegar ao fim e avaliar. Não me é possível pensar o que vamos fazer para o ano se eu não olhar para trás e não tiver em conta o passado e nisso orientar o futuro. Isso faz parte da vida diária, portanto tem de fazer parte da vida dos gabinetes como tem de fazer parte da vida das instituições.

A modo de conclusão da entrevista qual pensa que deve ser o objectivo(s) da promoção da saúde na universidade?

Quando diz qual deve ser o objectivo, o objectivo deve ser promover a saúde. Promover a saúde neste sentido é criar todo um conjunto de condições para que as pessoas falem acerca disso e façam o melhor, isto é, uma instituição que tenha como método uma educação para a saúde, ela tem que ser capaz de no seu dia-a-dia organizar as actividades, organizar a vida institucional para que as pessoas actuem no sentido de promover a sua própria saúde. Não faz sentido que unicamente se fique pelo discurso, do ponto de vista da acção temos de promover a saúde. Era isso que eu dizia, por exemplo relativamente à política de alimentação, se nós temos uma política orientada para a saúde é preciso ver, por exemplo, nos espaços como seja a cantina, como seja o bar, se as coisas estão orientadas para promoção da saúde. Eu sei que na cantina estão porque temos uma nutricionista que funciona como conselheira dos serviços de acção social para que as ementas cumpram os requisitos mínimos do ponto de vista nutricional. Acho que isso precisa ser feito também nos bares para que os estudantes aprendam que, e os funcionários aprendam que uma educação para a saúde alimentar não está reservada à cantina mas está reservada a tudo o que passa pela alimentação

Entrevista: Serviço de Acção Social

Serviço de Acção Social

Qual é o cargo que ocupa neste serviço? Coordenador, responsável, ...

Administrador.

Quantos anos de experiência tem neste cargo?

Os anos? Portanto, eu tenho 9 anos (neste cargo).

Antes deste teve algum cargo relacionado com os estudantes universitários?

Há 14 anos que trabalho com um nível de responsabilidade no Ensino Superior. Portanto, corri todas... trabalhei em diversas Escolas do politécnico onde tinha a missão de fazer a organização porque, portanto, estava no início. O politécnico tem 14 anos ou 16 e eu fui no início fazer a instalação. E depois de estar em várias Escolas vim para a Acção Social que foi criada em 93.

A sua formação...?

A minha formação? Sou licenciado em Antropologia mas embora tenha exercido sempre cargos de gestão durante a licenciatura: fui responsável do Museu Nacional em Lisboa onde trabalhava com o Presidente mas aí já estava num cargo de gestão, digamos que a Antropologia foi apenas a Licenciatura porque já estava no Museu.

Poderia fazer uma breve descrição do serviço de que é responsável?

Já vi que os objectivos são: proporcionar melhores condições de estudo aos estudantes, atribuição de bolsas de estudo, bares, cantinas e animação cultural e desportivas

No fundo, isso é... congrega toda a nossa missão, todo o nosso esforço são exactamente esses pontos. O que nos preocupa mais é efectivamente o alojamento, a alimentação e, de facto, as bolsas. Essa é a grande 'dor de cabeça' -as bolsas de estudo- porque se trata de um processo muito complicado, e tanto mais complexo quanto as dificuldades que nos surgem e com um sistema fiscal que não permite uma acção muito justa. Permite muitas fugas, permite... eu julgo que isto é quase universal mas em Portugal é... enquanto tivermos um sistema fiscal que permita a fuga aos impostos... quem foge mais mais permeável é dentro da justiça da acção social. Gente que não apresenta rendimentos e nós ainda lhe damos bolsa. Os métodos para a fiscalização, os meios para a fiscalização ainda são muito rudimentares, são fracos.

(...) depois há outros casos dramáticos que nos aparecem e que não são abrangidos pelo regulamento e nós temos de intervir e aí nós assumimos a responsabilidade de embora ultrapassando o regulamento muitas vezes damos bolsa mas tanto damos como retiramos e aí há que assumir mesmo. Há casos que nos aparecem que são de tal forma dramáticos que se for pelos regulamentos não têm direito a bolsa mas analisando bem e conhecendo, bem, fazendo um estudo de caso, uma análise documental reconhecemos que aquela pessoa apesar dos rendimentos que apresenta tem direito a bolsa, deve ter bolsa mas pronto, isso é a parte mais complexa. A outra é a gestão dos comedores, das cantinas e a gestão de pessoal que é uma actividade que, de facto, é muito desgastante. Porquê? Porque nós trabalhamos com a corda muito esticada em termos orçamentais. Temos sempre um aumento de 2 anos, não se conta com os aumentos sucessivos, a inflação etc. e portanto andamos sempre. Queremos... para manter a qualidade temos de fazer um exercício tremendo porque efectivamente os orçamentos nunca são reais são sempre... e quando ele chega já é deficitário e, portanto, como é que é possível programarmos investimentos para melhorarmos a qualidade do ensino. Melhorar a qualidade do ensino não é só o professor, é o estudante sentir-se bem e para melhorar as condições que eles têm no alojamento, ou na alimentação ou nas salas de estudo ou em meios informáticos eu tenho que fazer investimentos. Se o dinheiro não chega para lhes dar de comer como é que eu faço investimentos? É uma gestão administrativa, eu sou considerado um gestor, pagam-me como gestor mas exerço funções administrativas porque tenho dinheiro que não dá para fazer a gestão, é factura - paga. ... isto é uma crítica ao sistema.

E em relação às actividades culturais e desportivas?

É mais apoio, nós não temos iniciativa. A própria lei diz "apoio" e esse apoio é os estudantes tema iniciativa de fazer um clube de actividades culturais e nós apoiamos ou financeiramente ou logisticamente. Eu costumo dizer que nós pagamos em géneros, vem este faz uma actividade de teatro e nós damos alimentação, oferecemos alojamento. Quando temos meios financeiros apoiamos financeiramente. Nunca damos dinheiro para fazer coisas, eles fazem, apresentam projecto, apresentam as despesas e nós ajudamos, participamos.

Isso é mais a Associação de estudantes que toma a iniciativa?

Sim, sim. Neste caso sim. Agora já temos um centro desportivo que é uma iniciativa a partir do próprio Instituto, portanto os estudantes estão envolvidos e aí o financiamento é feito ao nível do instituto e nós aqui o que damos é a logística e recebemos também o apoio para que o centro desportivo que funciona aqui possa ter os meios necessários.

Então a actividade que mais tempo lhe ocupa é?

A gestão das bolsas tenho sempre, termina agora, enquanto que a outra actividade são 10 meses. A actividade das bolsas é tremenda desde os mês de Setembro a Dezembro. De Setembro a Novembro, no final deste mês o processo fica concluído, depois são mais as reclamações, agora é a análise. As candidaturas são em Maio, em Setembro processa-se a análise e em Outubro e Novembro estão cá fora os resultados e depois há as reclamações. Depois deste processo é só pagar. ... depois há os casos que aparecem: o pai ficou desempregado, nasceu mais um irmão, saiu um irmão, portanto, há alterações dos rendimentos que há que fazer mensalmente quando os alunos têm que fazer ... mas isso não é nada é 0,0000% em relação aquilo que se tem que fazer de

Setembro a Novembro. Enquanto que a gestão do pessoal das cantinas, porque são 5 cantinas, 5 bares e 400 camas e sobretudo disperso, se tivéssemos um campo era mais fácil... Ponte de Lima são 30 km, Valença temos de ver os problemas porque os estudantes quase não têm Acção Social porque estão longe e aquilo é muito pequeno, são 60 alunos. Depois temos os serviços centrais, temos uma cantina e uma Escola de Educação, depois a cantina e a Escola de Tecnologia e Gestão, que é a maior, e a de Enfermagem, portanto, isto está disperso. Os alunos numa grande cidade andam 10 km a pé, numa pequena cidade 500 m é muito, eu estou habituado e eu sou de Lisboa, só há 14 anos é que estou aqui e andava a pé para ir à cantina e aquilo fazia-se muito bem, nem o autocarro apanhávamos. Aqui para se deslocarem de Enfermagem “Não que é muito longe, é um perigo!”. Portanto, são todos esses problemas numa cidade pequena que os próprios alunos, que é difícil muitas vezes. Eles não vêm jantar aqui, querem jantar nas escolas porque é muito longe e são 500 m.

Pensa que através da acção deste serviço se pode promover a saúde de alguma maneira?

Pode, pode. Pode em termos da própria comunidade de estudantes. Nós temos protocolos com os serviços de saúde para que na área do atendimento familiar, na área do apoio psicológico encaminhamos os alunos directamente para esses centros, o ideal seria: nós temos aqui estruturas, ter aqui o apoio médico. Mas como estamos tão dispersos, fazendo aqui privilegiamos estes e os outros de Valença e os de Ponte de Lima? São alunos de primeira também não são de segunda. Os alunos vão aos próprios centros mas não centralizamos o apoio médico. Se tivéssemos um campus teríamos concerteza um apoio médico, duas vezes por semana agora temos é protocolo em que o aluno vai directamente ao centro e no Instituto da Juventude onde se dirigem com um problema de ordem psicológica e ou de planeamento familiar vai directamente, não precisa de vir aqui para nada, vai directamente à consulta.

Portanto existem uma série de serviços mas que não estão ou não pertencem aos serviços de Acção Social.

Não, não. Porque eu tentei que os médicos viessem aqui uma vez por semana só que de facto, o que nos disseram foi “então nós não temos para a população também não temos para aí” então a única forma é dar prioridade a alguns que estão fora e vêm para cá, dar prioridade e eles vêm à consulta sem qualquer burocracia e é muito mais fácil.

Existe algum tipo de seguro médico?

Temos um seguro escolar, esse seguro abrange todo e qualquer problema que o aluno tenha excepto algumas coisas de ordem física e muscular, isso é que não abrange. Agora se tiver um problema e for internado, se tiver um problema de sair do autocarro da residência para a escola esse seguro abrange.

Que actividade pensa que um Instituto pode desenvolver para promover a saúde?

Em colaboração com a área de saúde regional eles enviam-nos tudo o que há, por exemplo quando são as doenças sexualmente transmissíveis, o problema do planeamento familiar, nós divulgamos no Verão antes dos concertos, inclusivamente junto das residências. Desde preservativos e informação com folhetos nós distribuimos pelas residências e aqui também. Somos nós que... no fundo eles sabem que nós temos cá os alunos e é nessa altura, principalmente no verão quando há muita actividade, nas festas que nós incidimos. Nós vamos buscar lá ou eles trazem e nós distribuimos.

Mas digamos que são mais actividades de distribuição/ divulgação do que actividades próprias como iniciativas do próprio Instituto...trata-se de um sistema de colaboração com outros agentes...

Por exemplo, nas escolas –e isso já existe, no âmbito de Enfermagem, nós temos uma Escola de Enfermagem– e que fazem muitos seminários, muita actividade e que aí os alunos têm essa possibilidade e noutras escolas, noutras áreas ... de acordo com a especialização é feito uma série de seminários. A nossa parte é mais de divulgação e de incentivo aos próprios alunos.

Na escola de Educação onde estou agora há este gabinete que se está implementar agora que é o Gabinete de Apoio ao Estudante/Gabinete de Aconselhamento Psicológico... acha que algo assim pode ser interessante para os alunos?

Sim, sim, sim. Eu acho que é algo fundamental e está a ser implementado em todas as universidades. As maiores Universidades já têm, os pequenos Institutos estão a começar. O problema muitas vezes é do financiamento por quê? Porque se, no caso de Viana do Castelo não é só o financiamento porque há falta de médicos. Como sabe temos... eu há tempos fui a uma consulta e fui muito bem atendido por um médico espanhol... aqui temos muitos, mas mesmo até ao nível privado e, portanto, temos tido alguma dificuldade em recrutar apoio médico ao nível psicológico e de planeamento familiar que são as duas áreas e de clínica geral também, generalistas. Temos tanta dificuldade que os alunos quando têm um problema vão, como qualquer cidadão sem tratamento privilegiado aos centros de atendimento que são aqui no centro da cidade. Tivemos casos já que, alguns casos graves, que foram, houve o contacto com a psiquiatria do hospital em que os próprios médicos entraram em contacto comigo e nós apoiámos directamente o hospital dando informações, pedindo informações de modo a que uma aluna tivesse um atendimento e uma...vigilância nossa e a forma de lidar também com ela.

Por que crê que é importante que a universidade se implique na promoção da saúde?

É óbvio que uma comunidade tão diversa e um público tão heterogéneo como são os estudantes e na fase em que estão é fundamental estarmos atentos porque é nesta fase dos 18 aos vinte e poucos anos que eles ainda se estão a formar e que estão desenraizados e depois os problemas que surgem no outro grau de ensino onde estão para o ensino deslocado. No ensino secundário eles têm os pais e os pais fazem-lhes tudo e eles aqui são independentes e respondem por si próprios e assumem as responsabilidades imediatas. Ao entrarem aqui são adultos e não são os pais que vão fazer mais nada e, muitas vezes, essa passagem –aliás como qualquer passagem– pode ser dolorosa e pode ter implicações muito graves na formação do indivíduo e daí que nas instituições possam ter esse apoio o que é fundamental, porque é muito complexo porque estamos a lidar com gente de várias zonas do país. O Politécnico não é de Viana do Castelo, temos de vários países e temos de várias regiões, nós somos um país pequeno mas temos a nossa diversidade como tem a Espanha e como a própria Galiza... que é uma região muito grande... e quando eles saem de casa dos pais levam com eles uma responsabilidade muito grande que não estão preparados para isso e é nesse sentido que o apoio psicológico na adaptação dos alunos a uma nova realidade que implica uma responsabilidade muito grande que é não estar preparado e aí nós temos de responder e esse é que é o problema que eu acho importante...

A quem corresponderia desenvolver essas actividades de promoção da saúde?

Eu acho que tem de ser um trabalho de equipe porque hoje ter uma especialidade só para ... porque muitas vezes se tivermos aqui só um centro de apoio médico, o aluno ao nível psicológico ou está muito mal ou não vai lá porque vê-se a entrar e tem de ser uma coisa muito... muito bem feita porque é mais fácil a um aluno ir lá fora e ter apoio onde ninguém o vê porque ele não tem consciência de que está mal, se tem consciência pega no telefone e liga porque ninguém o vê, ninguém o ouve agora vê-lo a entrar aqui directamente ali para o centro médico e hoje é a consulta de psiquiatria é apontado e isso é negativo. O facto de ser aqui dentro do centro académico onde estão reunidos 400 alunos não me parece que seja muito positivo, portanto, esse trabalho de equipa pode ser descentralizado, pode ser na própria escola porque é muito mais anónimo e quando digo um trabalho de equipa é de várias especialidades, não é? Ter só apoio psicológico ou só planeamento acho que também não é por aí deve haver uma equipa multidisciplinares.

Em que casos (de serviços) é que é melhor actividades colectivas ou individuais?

Eu acho que é mais individual. Eu acho que só em casos específicos é que talvez...quer dizer não falo por experiência porque não tenho experiência mas entendo pela experiência da vida e de contacto que só em casos muito graves de toxicodependência ou de alcoolismo que aí há trabalho em grupo a ser feito. Tudo o resto são problemas que, penso eu, terão um melhor acompanhamento ao nível individual.

Dizia antes que a entrada na universidade é uma etapa muito importante, pensa que o apoio se deveria centrar nessa etapa ou também durante os estudos e durante a preparação no mercado laboral?

Isso aí traz angústia, a saída traz angústia, não é?

A saída traz angústia mas que de facto já não se reflecte muito dentro da própria universidade, é uma angústia do último ano. Eu tenho um “canudo”, tenho um diploma o que é que eu vou fazer? Não vai fazer nada porque, efectivamente, essa é a angústia que já se reflecte na fase muito final, não somos tão sensíveis se calhar a isso mas há gabinetes dentro do Instituto de apoio à inserção na vida activa, portanto, há um gabinete que é a UNIVA. O próprio estágio que os alunos fazem já é uma forma de os alunos se integrarem na vida activa, porque há muitos alunos que ficam depois nas empresas e isso já é muito bom. Mas essa angústia existe, agora, para mim, a coisa mais importante é a sua integração que muitas vezes a integração que é feita entre os alunos não é a melhor, não é a mais adequada e às vezes é prejudicial e obriga-os a afastarem-se com as praxes. Sabe o que é?

Muitas vezes as praxes são violentas. Há alunos que não têm formação adequada e formação até cívica para serem eles próprios os gestores porque nós não podemos intervir a não ser proibir alguns excessos. Através da Acção Social nas cantinas e nas residências não admito praxe, se quiserem fazê-lo fazem-no lá fora porque o aluno tem direito à sua privacidade no quarto. Tem direito a comer descansado não vai comer para o chão com o tabuleiro como antes faziam, eu proibi isso. Isto tem anos, tem picos, há um ano que é razoável, há um ano que há exagero um ano que é melhor... depende também dos alunos que vêm e da forma como são preparados, é o reflexo da própria sociedade. Se houve um ano de instabilidade isso vai-se reflectir nos próprios alunos que chegam ao Ensino Superior. Se vêm mais bem preparados é diferente, se vêm mal preparados... quanto mais mal preparados vêm os alunos para o Ensino Superior mais reflexo isso tem ao nível das praxes... muitas vezes são os piores alunos que lideram, no pior sentido, as praxes, portanto, essa integração é negativa e eu acho que os Institutos, as Universidades estão a desresponsabilizar-se dessa actividade porque “isso é um problema dos alunos não é nosso” não podemos submeter-nos. Muitas vezes até de algum modo não incentivam mas ao alhear-se e ao desresponsabilizar-se estão a ser responsáveis eu acho que isso é negativo mas a própria instituição não intervir é negativo porque devia disciplinar porque há abusos. Felizmente nós nunca tivemos nenhum caso muito grave, já tivemos alguns de fundamentalmente obrigarem os alunos de beberem até cair, por exemplo, andarem na noite sujeitos a cair ... nalgumas escolas e isso é grave! Eu só posso intervir nas residências e nos refeitórios nos campus é-me impedido tenho que denunciar e denuncio! Quando tenho reuniões com os alunos de nuncio até com eles. Eu não sou contras as praxes, acho que as praxes são a integração servem para integrar e não para violentar só que há excessos e esses excessos deviam ser combatidos pelas próprias universidades e não são, na minha opinião claro!

Pensa que esta formação para a saúde vai ser importante para o Futuro dos estudantes?

Claro, claro. Claro, é fundamental porque se ele não tiver essa sensibilização, se ele não for objecto de intervenção ele não vai sentir falta, nós só sentimos falta daquilo que perdemos se não tiver não sinto a falta, portanto, esse acompanhamento é como as próprias aulas, o próprio ensino é quase como um estímulo depois a estudar. Quando um aluno já tem 4 anos de estudo e vai para a vida activa está preparado para aprender mais. Está preparado para vir a ser um profissional, não o é ainda, não é um papelinho que lhe dá ... isso vem depois com a experiência e dos conhecimentos que ele teve e aplicá-los. Se não tiver não vai sentir a falta e se em termos de saúde dos cuidados que deve ter desse acompanhamento, se não for sensível a isso não vai em termos do Futuro sensibilizar outros e sentir essa necessidade porque é fundamental, faz parte da educação... não é da educação é da formação de um individuo.

Pensa que a promoção da saúde poderia ser considerada um indicador de qualidade para uma universidade?

Eu penso que sim, quer dizer, tudo o que se possa fazer para proporcionar aos nossos estudantes, quer a nível do ensino, quer a nível dos apoios que lhes são dados... do bem-estar que lhes é proporcionado... isto é uma comunidade e uma comunidade tem de ter todas as valências tem de ter tudo, se lhe falta uma a qualidade é diminuída, portanto, nós temos de pensar que efectivamente não somos apenas uns meros gestores de dinheiro ou uns meros gestores de disciplinas com professores –eu também já dei aulas– não podemos ser apenas um gestor de bibliografia de debitar conhecimentos, somos gestores de pessoas, não é? De indivíduos que estão numa fase em que precisam de nós e a promoção da saúde é mais uma. Não é a mais importante, é importante como as outras tem é que ter a sua dimensão, não é?

Quais são os principais obstáculos ao desenvolvimento deste tipo de actividades?

Eu acho que há aqui contributos negativos de vários... primeiro, o financiamento. Nós temos por missão fazer isto mas depois como? Como é que faz? Inventa... é preciso dar as melhores condições mas você só pode dar com isto mas eu com isto não posso dar o que se pede, aquilo que é o objectivo fundamental. Este é o primeiro constrangimento.

O outro que não é bem um constrangimento é mais a sensibilização que pela estrutura física que nós temos –e eu tenho de falar é na nossa estrutura– a estrutura física que nós temos não é propiciadora de apoio do nível que estamos a falar, da saúde.

Não quer dizer que nós não somos sensíveis que somos, as escolas individualmente estão a fazer. O gabinete de Apoio ao Aluno tem essas vertentes mas cada escola está a fazer isso um pouco isoladamente dada a dispersão de unidades que nós temos. 25 km em Lisboa não é nada, em Madrid muito menos, 25 km aqui é, está longe porque não tem transportes porque são meios rurais. Para dar uma bolsa de estudo a um deslocado tem de estar a mais de 25 km e o que acontece é que 25 km em Lisboa, como lhe disse, vai de Metro e 10 minutos depois está lá aqui tem de sair quase no dia anterior porque para estar aqui às 9 horas da manhã não há autocarros e está deslocado. Portanto, há estes constrangimentos mas a própria instituição tem de criar sinergias para termos apoios para centralizados ou descentralizados, tem que haver um apoio da própria instituição. Não pode ser só uma a fazer, isoladamente não vamos a lado nenhum porque dá-se apoio aquele e esquecem-se os outros.

Pensa que os estudantes estão interessados nestas iniciativas ou pensa que há também uma falta de interesse perante estes assuntos?

Depende, tem ciclos. Há um ano em que vêm estudantes muito preocupados e que querem saber e vêm perguntar e vêm ter connosco e nós vamos ter com eles. Daí resultam algumas coisas. Há depois dois ou três anos em que ninguém fala em nada só quando surge um caso grave vêm todos “ai temos de fazer...!” quando não surge um caso ninguém se preocupa e aí também temos de ver que o próprio Instituto ao nível das associações de estudantes estão muito dispersos também. Está a ser criada a Associação Académica – já houve uma mas depois desapareceu com problemas graves de administração eles próprios não se entendiam e agora brevemente vão formar a associação académica e é mais fácil depois que uma associação que é representada de todos, o diálogo com eles é muito melhor, as acções que temos de desenvolver é com eles do que estar a desenvolver com 5. E depois cada um quer o seu sítio. Nós temos um conselho da Acção Social que é quem gere: é o administrador, é o presidente e são dois estudantes e dificilmente eles nomeiam dois estudantes porque são 5 escolas e querem pôr cá 5 mas agora são só dois e todos querem e a escola deles é sempre a mais importante. Uma porque está longe outra porque tem mais alunos a outra porque não sei quê e eu digo “então entendam-se e façam a rotatividade”. Tive dois anos o conselho da Acção Social a funcionar em pleno e é uma coisa que é fundamental para eles. Eu só posso tomar decisões, muitas vezes algumas decisões de fundo com o acordo do conselho da acção social, claro que assim eu estou a gerir com o presidente e depois os alunos apanham as decisões e dizem “mas nós não participámos!” e eu mostro-lhes as cartas e digo-lhes “vocês não se envolveram”.

Dos seguintes temas quais crê que são mais importantes: qualifique em termos de importantes, pouco importantes ou muito importantes. Pela sua experiência quais são os mais importantes? E diga se pensa que os alunos tem a mesma percepção de importância?

Educação sexual

Se entendermos a educação sexual já numa fase adiantada do planeamento, porque em Portugal quando falamos de educação Sexual estamos a pensar num estrato mais jovem da população, não é? Embora a educação sexual não seja... deve começar lá. Aqui o planeamento e os cuidados a ter no fundo é a mesma coisa e vai dar ao mesmo enfim. Os cuidados a ter nas doenças sexualmente transmissíveis, portanto, na prevenção da gravidez indesejada aí é que eles devem ser mais sensibilizados mas pronto aqui ...eu acho que é importante, do meu ponto de vista é importante, se atendermos à educação sexual mais voltada para os adultos que nós temos aqui.

E eles pensam o quê?

Eles não dão muita importância a isso, acham que sabem e se não sabem têm Internet só que depois os problemas quando existem, os problemas aparecem.

E sobre o uso de drogas e comportamentos aditivos?

Álcool

Quer dizer é um facto, principalmente nestas várias etapas da transição e nas festas em Maio e depois daí resulta uma certa habituação, portanto, eu acho que é importante. Eles não vão dar essa importância mas...

Tabaco

Quanto ao tabaco eu acho importante também essa sensibilização porque faz parte de uma campanha ao nível nacional e ao nível mundial, portanto, não achar importante seria ridículo, pessoalmente embora fume de vez em quando.

Muitas vezes os estudantes não têm consciência de quão grave pode vir a ser o consumo de tabaco para a sua saúde...

Pessoalmente acho que é muito importante embora o aluno não seja muito sensível porque acham que isso é um problema que não os afecta a eles, só os afecta aos outros não é? Tornar-se alcoólico é uma dependência e portanto isso acontece mais aos outros.

Outras drogas: considera que há problemas de consumo?

Há casos, em termos da população escolar... há anos em que ela existe sempre mas não se manifesta muito... pode haver um elemento que destabilize tudo e já aconteceu até aqui mas depois há um ou outro ano em que a gente sabe que ela existe mas que não é um problema. Os próprios alunos têm tendência a não valorizar para que esse não seja realmente um problema. Já tive aqui um caso grave... já tive... tive um caso em cada escola... portanto não é assim muito grave mas existe

Problemas alimentares

Nós fazemos campanhas e como fazemos gestão directa, nós é que compramos os produtos. Nós é que os confeccionamos portanto aí eu sou suspeito, não é? Porque eu acho que isto é muito importante nós fazermos formação dos nossos próprios funcionários e nos alunos eles não são muito... não gostavam de verduras, não queriam milho, por exemplo, não queriam saladas e embora ficasse mais caro eu passei a introduzir saladas fazendo parte...para escolherem à vontade. No princípio a reacção foi negativa hoje já estão habituados. No princípio levavam mas não enchiam o prato e diziam " nós não somos pombos para comer milho" a reacção não foi muito boa. Mas nós temos uma nutricionista que nos aconselha e de facto nós fomos persistentes embora isso fosse mais caro e um melhor investimento ... neste momento faz parte da alimentação, nós obrigamos os alunos a para além do prato normal a escolher a salada à sua vontade três ou quatro... achamos que isso é importante e foi uma forma de também os educar a gostar desse tipo de produtos.

Problemas de anorexia, bulimia, problemas de comportamento alimentar...

Tivemos dois casos que eu tratei pessoalmente. Tive aqui dois casos até com filhas de emigrantes da Alemanha. Isolei-a porque ela tinha problemas de bulimia e eu compreendi e falei com ela e dei-lhe a possibilidade de estar na copa para comer sozinha, de ter um quarto só porque ela sentia-se constrangida, depois ela teve aqui uns meses e foi-se embora... mas tive este caso, mais de bulimia...

Exercício Físico

Os alunos acho que ...eu acho importante ... eu acho até muito importante e os alunos acham que isso também é importante, portanto, aí estamos em sintonia. Por isso mesmo fizemos o centro desportivo com Ginásio e ...prescindi de um auditório para fazer um ginásio com balneários e com uma sala que era importante para mim e prescindi dela para fazer a sala de musculação. Começámos o ano passado com muito sucesso e este ano também está... melhorou ainda este ano

Acidentes de tráfico

Não é muito, não tem sido muito

Em termos de saúde mental

Na saúde mental tivemos três casos em que ... 3 casos graves nestes últimos anos portanto não é muito significativo

E sem ser um problema grave entre os estudantes, por exemplo, um problema de ansiedade...

Na parte dos problemas que me têm chegado não, não é um problema significativo se ele existe devemos tentar...

Tem conhecimento de algum tipo de projectos de saúde que exista noutra universidade?

Tenho, tenho as universidades da capital, ou mesmo os Politécnicos que têm centros, campus, agregados quase todos têm, por exemplo, Leiria tem, tem a Universidade do Minho que é aqui muito perto, Portalegre também tem e Aveiro. Há muitas universidades que já têm mas sobretudo essas que têm mais, que têm um campus onde os alunos se podem socorrer que têm verbas para isso porque quanto mais alunos têm mais recebem e quanto mais antigas mais dinheiro têm - os orçamentos históricos. As mais novas à medida que vão crescendo um ano dão, um ao tiram e portanto...

Como pensa que poderia ser feita a avaliação da promoção da saúde? Acha que pode ser complicado?

Eu acho que não é complicado porque se ele ainda é ineficiente, é pouco, é incipiente, é fraco portanto a avaliação é fácil de fazer, não é? Se ele já existisse bem estruturado então vamos ver o que estão a fazer, vamos ver os resultados mas neste momento nós nem sequer estamos em condições de dar resultados... a nível nacional é fácil fazer a avaliação do sucesso dos casos em que estão bem implantados. A nível dos politécnicos mais regionais, mais afastados (do poder até) e portanto mais esquecidos essa avaliação é fácil é dizer "essa estrutura não existe" se não existe como posso avaliá-la?

Em geral a avaliação do bem-estar, da saúde psicológica são conceitos abstratos mesmo assim acha que vale a pena avalia-los?

Absolutamente, até para ver avaliando e dizendo o que está mal é uma forma de actuar se nós esquecemos e não avaliamos e não fazemos nada então não mudamos. Portanto o facto de ser avaliado já um passo para fazer mais. Ainda que não exista é necessário avaliar para dizer que não existe.

Para concluir, quais devem ser os objectivos da promoção da saúde na universidade?

Ainda há pouco falamos disso, eu acho que a promoção da saúde, do bem-estar deve ter tanta importância como uma disciplina nuclear porque estamos a formar cidadãos e se não os educarmos agora eles têm essa insuficiência. Portanto, eu acho que a promoção da saúde, da qualidade de vida, do ... da prevenção de determinadas, de estar sensível a determinadas doenças que são hoje a modernidade digamos, doenças da sociedade, doenças que antigamente não existiam

ou existiam mas não se sabia, era uma “doença má” morria-se de doença má - eu não conheço doenças boas. Mas num estado rural em que nós estamos inseridos quando alguém falecia “então do que é que foi?”, “foi duma doença má”. Hoje felizmente as coisas más têm nome. E é isso que muitas vezes os filhos ainda trazem dos pais e que a universidade às vezes não desenvolve porque são demasiado tecnológicas... estão muito preocupadas com o ensino das disciplinas e no resto é como as outras e eu não eu acho que deve ser uma responsabilidade também da universidade tal como o estudo das línguas, tal como o estudo da economia eu acho que deve ser importante, muito mais importante que - é relativizar - que no ensino secundário, há uma disciplina de opção de Religião e Moral porque não incluir nessa disciplina que outros temas ligados à saúde e em vez de fazermos capelinhas fazíamos uma só não só como apoio aos alunos mas como disciplina obrigatória porque cada vez mais nós estamos a receber coisas que ... tipos de doenças para os quais nem sequer estamos preparados, não é?

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTAS DE TORINO

Comitato pari opportunità

Breve introduzione

È un'iniziativa nata quest'anno quando il nostro comitato si è insediato; volevamo fare qualcosa per la lotta alla prevenzione dei tumori per i dipendenti dell'Università e per gli studenti.

Il comitato è aperto a tutti, docenti, non docenti e studenti.

Si è iniziato con il prendere contatti con un'associazione che ha una lunga esperienza in questo campo della prevenzione dei tumori.

È senza scopo di lucro. È gratuita, aperta a tutti anche al di fuori dell'ambito universitario.

Si può prenotare per esempio, una visita preventiva per controllare gli organi sui quali i tumori hanno più incidenza statistica.

Basta telefonare, prenotare una visita che si svolge di sabato e gratuitamente e ci si sottopone a delle visite.

Si è fatto un seminario con degli specialisti dell'ospedale "Le molinette" i cui obiettivi sono stati la prevenzione alimentare e la sensibilizzazione contro il fumo.

"Raggiungere" gli studenti è comunque molto difficile.

Grazie alla posta elettronica, far arrivare il messaggio ad un dipendente, è immediato ma che il messaggio sia poi recepito, è più difficile ed in genere dipende da quanto il soggetto sia stato "vicino" alla malattia (esperienza familiare, di un conoscente ect) e si tende ad evitare le visite.

L'adesione è stata perciò limitata.

L'esperienza, che si è portata a termine durante tre sabati, si chiamava "dedica un sabato alla tua salute".

Gli studenti universitari avevano quindi a disposizione questa linea telefonica per prenotarsi e tre sabati a disposizione per fissare una visita.

Non è andata molto bene. I motivi sembravano essere di doppia natura:

1. Non si è raggiunta la popolazione target per una comunicazione poco efficace
2. Non abbiamo una cultura per la prevenzione sufficientemente matura

Avendo avuto l'anno scorso, mio padre morto di tumore, ho cercato di andare a fondo per capire i motivi di tale mancanza di adesione.

Comunque, in generale, non si fa molto all'interno dell'Università per promuovere la prevenzione.

Dipendenti con lavori d'ufficio e studenti sempre alle prese con esami, non aiutano a migliorare il panorama dell'adesione a tali iniziative.

L'organizzazione Universitaria fa sí che si adempia alle norme di sicurezza negli ambienti di lavoro però oltre il rispetto di tali norme di base, non si va.

Il 19 di Gennaio si organizzerà un'altra giornata di prevenzione presso la Facoltà di Medicina. (In origine, la giornata doveva tenersi anche presso l'Aula Magna della Facoltà di Lettere ma le adesioni sono risultate davvero poche).

Locandine disseminate ovunque potrebbero aiutarci a raggiungere una popolazione universitaria che in Torino è veramente dispersa (la Facoltà di Medicina in Corso Massimo D'Azeglio, Lettere e Psicologia a Palazzo Nuovo).

Sottolinea che la mancanza di un unico Campus, rende la comunicazione problematica.

La dispersione geografica preserva indubbiamente il valore culturali delle varie sedi e dei vari edifici, ciascuno con la propria storia ma non agevola la comunicazione intesa a raggiungere la totalità della popolazione.

Per contro, a Grugliasco, dove ci sono le sedi di Veterinaria e Agraria, si riescono a portare a compimento alcune iniziative (gli studenti sono lì raggruppati) anche se, vivendo fuori dal nucleo metropolitano, sono esclusi dalla vita Universitaria vera e propria.

Simili iniziative, organizzate nelle scuole, hanno ottenuto una partecipazione ed un'attenzione molto maggiori.

Può essere una questione di età.

L'agenda piena di impegni degli studenti universitari non consente l'approccio della prevenzione. Nelle scuole, il fumo non è ancora radicato per via dell'età; un convegno sull'alimentazione, è invece stato molto seguito, soprattutto grazie al linguaggio comprensibile di coloro che hanno tenuto questi interventi.

Alcuni studenti, per il fatto di provenire da altre zone, non possono essere considerati totalmente integrati alla vita e al contesto universistario. Molti non frequentano, non creano amicizie.

www.prevenzionetumori.org

Leaflet del Comitato delle pari opportunità: con orari, numeri telefonici, patologie.

Un'altra iniziativa in collaborazione con la Regione si è chiamata "Prevenzione Serena".

Tale iniziativa è stata indirizzata solo alle donne: si tratta di un ciclo di seminari fatti per promuovere tumori alla mammella e al collo dell'utero.

Risale al 1992; il comitato aveva divulgato alle donne l'iniziativa accorpandola a un seminario sulle malattie cardio-vascolari. Anche in questa circostanza, l'adesione è risultata molto limitata.

Il comitato è un organo che si riunisce una volta al mese e parallelamente svolge delle attività quali il "consigliere di fiducia" che è un punto di riferimento per gli studenti e non.

Tale figura è a disposizione degli studenti che possono fissare in maniera anonima, un appuntamento e possono interloquire su problemi reali, come per esempio, casi di *mobbing* (studenti che non riescono a passare degli esami, credono di essere vittime di antiipatie di taluni Professori e generano così delle patologie).

Tale figura professionale è presente presso l'Università di Torino ed in pochi altri centri in Italia. In questo caso, si tratta di un avvocato che presta il servizio.

Ci sono per esempio, i casi degli studenti transessuali che nell'intermezzo del post-operatorio, sono del sesso opposto a quello indicato dal libretto universitario (che poi coincide con ciò che è stato dichiarato all'anagrafe).

Un risultato concreto è stato la regolarizzazione del libretto sostitutivo per questi studenti transessuali.

In generale, il comitato, occupandosi di pari opportunità, annovera statisticamente casi che in maggioranza riguardano il sesso debole.

Ma esistono anche casi di uomini che sono picchiati (le donne lo denunciano; gli uomini no). Comunque il comitato cerca di andare oltre le discriminazioni di sesso.

I casi sono molteplici (ricercatori mobbizzati dai loro docenti); la consigliere assicura chiaramente la massima privacy.

Presso l'Università di Santiago è un uomo che si occupa di tali casi.

A Torino, nel regolamento in cui si parla della "Consigliere di fiducia" si cita che deve essere "preferibilmente donna"; tale scelta forse si deve alla maggiore sensibilità delle donne (culturalmente si tende a crederlo) o forse alla più numerosa casistica del sesso femminile quale sesso privato della pari opportunità.

Comunque anche gli uomini si confidano maggiormente con donne.

D) Le persone che lavorano per il Comitato, sono risorse esclusivamente dedicate e a tempo pieno alle attività del Comitato stesso?

R) Assolutamente no.

Esiste una segreteria. Ci sono componenti effettivi (due Docenti). Una Rappresentante dell'Amministrazione Universitaria che viene nominata. Il personale dell'Università elegge i rappresentanti e i loro supplenti ed esistono rappresentanti sindacali.

D) Esiste un Vicario?

R) Il Direttore amministrativo ha un Vicario.

D) Le risorse devono avere una formazione specifica?

R) No anche se l'Università fornisce dei corsi di formazione per il comitato e informa sulle nuove leggi.

D) Quali sono le attività più richieste?

R) Senz'altro gli ASILI AZIENDALI. Un problema di molte studentesse e delle docenti è l'esiguo numero di asili nido. A Grugliasco, non esiste tale problema ma a Torino si sono firmate delle convenzioni con degli asili esistenti per far riservare dei posti per dipendenti che ne hanno bisogno per i loro bebè e che non trovano posti negli asili comunali né nei privati.

Un passo in avanti in tale direzione, potrebbe essere il consolidamento della pratica del TELE-LAVORO. Per alcune delle risorse (specialmente i portatori di handicap) sarà possibile lavorare da casa.

Un altro problema è l'ASSISTENZA AGLI ANZIANI.

Le problematiche di tale assistenza, (negli anni l'aspettativa di vita media è cresciuta) sono "ricadute" sul nucleo familiare. I centri di assistenza, come si sa, sono costosissimi. La donna, deve lavorare, badare ai figli ed assistere gli anziani.

Si sta studiando un servizio di aiuto per tali donne e si è convinti che sarà uno dei problemi fondamentali del futuro prossimo.

Le persone che hanno dei parenti malati, in Italia, per la legge 104, hanno diritto a 3 giorni al mese di permesso speciale.

Usufruire di questi giorni (che non è detto che si debbano dedicare solo ed esclusivamente alle visite periodiche ma potrebbero essere impiegati anche per "stare" con i propri cari), nella pratica, non è affatto facile, perché non ci si può assentare come e quando si vuole dal lavoro.

Le aziende private, in certi casi, hanno molto più attenzione per i dipendenti a differenza dell'Università dove tali agevolazioni o attenzioni sociali sono demandate ad opere di volontariato (che è anche facile da criticare).

Considero invece che se l'Università prestasse più attenzione all'utenza (studenti e docenti in primis), avrebbe solo da guadagnarci.

D) Per tali attività, reputa che le risorse dedicate debbano essere delle risorse specializzate o sarebbe meglio un mix eterogeneo di professionisti (medici, psicologi, pedagoghi) e volontari?

R) Bisogna lavorare insieme sicuramente. Anche se il vero problema del Comitato è che la gente coinvolta in tali attività, non ha tempo da dedicare.

Molto spesso, si disertano le riunioni; alcuni sono docenti che devono impartire lezioni, altri sono dipendenti che hanno un altro lavoro da sbrigare.

Bisognerebbe allocare delle risorse esperte che dedicassero il loro tempo a tali attività.

Anche se il Comitato, per come è strutturato adesso, in maniera eterogenea, ha i suoi vantaggi.

D) Quali sarebbero le attività che secondo Lei, risulterebbero più interessanti e più seguite dagli studenti?

R) Non saprei. Direi che gli studenti in Medicina sono facilmente “catturabili”.

Per gli altri, in generale, le locandine non bastano.

D) Crede che sia meglio che le attività siano di natura collettiva?

R) Si tende a dire di sì ma lo studente universitario non è che leghi molto a livello di spazio collettivo. Per gli studenti è appunto difficile individuare degli spazi collettivi e quindi direi che è preferibile l'approccio individuale.

D) Si notano delle differenze nei bisogni durante le varie tappe dell'esperienza universitaria?

R) La fase iniziale è un autentico choc. Gli studenti non conoscono la realtà, sono disinformati. È una questione di volontà individuale. Infatti è lo stesso studente che deve andare a “prendersi” l'informazione. Chi è portato a farlo per carattere, ha dei vantaggi. Gli introversi hanno invece difficoltà che si notano soprattutto all'inizio dell'esperienza universitaria e ciò può portare anche a scoraggiarsi (il tasso di abbandono è ancora troppo alto) ed a altri problemi (servono i soldi per mantenersi) e si preferisce lasciare l'Università per cercare un lavoro.

D) Tali attività possono avere un'influenza sul futuro degli studenti?

R) Credo di sì. Si possono scoprire delle cose che piacciono semplicemente seguendo un seminario.

D) In ottica qualità, tali iniziative, possono considerarsi come un valore aggiunto per l'Università che deve cercare di convincere nuove matricole all'iscrizione?

R) Sicuramente sì. Si tratta di un'attenzione all'individuo. Se si guarda solo alla preparazione squisitamente accademica, a volte, tale valore, non viene considerato.

In generale, tutto ciò che va oltre la semplice routine universitaria, è da considerarsi un valore aggiunto.

D) Quali sono i principali impedimenti che bisogna superare per mettere in pratica tali attività?

R) Sono principalmente di carattere culturale. Il tornaconto di tale attività può non essere immediato quindi si richiede che siano iniziative a costo zero (come è stato per il nostro caso dei seminari: gente non stipendiata, docenti universitari non remunerati) ma per metter in moto attività simili in maniera periodica, occorrono finanziamenti, difficili da ottenere se il “risultato” non è garantito.

Poi c'è una insufficienza di infrastrutture.

Avere a disposizione un'aula, è una vera e propria impresa. Ma oltre a sussistere un problema di spazi, esiste anche un problema di personale.

D) In definitiva, i giovani sono interessati a tali attività?

R) Non ancora. Sono ancora “troppo giovani”. A meno che non siano idealisti o utopisti, non si rendono ancora conto dei veri problemi sociali. Solo quando si viene a contatto del problema, ci si rende conto del benessere fisico e si fa qualcosa per sé e per gli altri. A 19, 20 anni non si ha ancora una coscienza sociale.

D) Riassuma la valutazione che danno gli studenti universitari ai seguenti temi:

R) EDUCAZIONE SESSUALE: poco importante

USO DI DROGHE: poco importante (alcool e tabacco)

PROBLEMI DI ALIMENTAZIONE: poco importante (anoressia e bulimia saranno le patologie del secolo)

Sono delle patologie nascoste. L'alimentazione diventa un problema quando vuole tenerla sotto controllo e lo tiene nascosto.

ESERCIZIO FISICO: importante

EDUCAZIONE STRADALE: importante. I vigili vanno nelle scuole inferiori ad educare alla sicurezza stradale i più giovani.

SALUTE MENTALE: (ansietà): importante. Fra i giovani si prendono molti Ansiolitici. Gli attacchi di panico sono frequenti come la depressione.

Aggiungerei i TUMORI. Anche se per loro è poco importante.

Tali problemi sono anche problemi di comportamento con il mondo. L'Università dovrebbe creare delle persone caratterialmente più forti. I giovani, sono fragili. E l'Università non è preparata a risolvere tali problemi. Molti di questi problemi nascono dall'interno di un nucleo familiare.

D) Esistono altri progetti in altre Università simili a quelli del vostro comitato?

R) La Dott.ssa Gambino che ha partecipato a un convenio nazionale dei comitati pari opportunità, potrebbe dare delle risposte al riguardo.

D) La valutazione dell'efficacia di tali iniziative è facilmente misurabile? (Esistono Report, feedback)

R) Difficilmente. Gli studenti non leggono le locandine, non si fidano. Abbiamo cercato di far arrivare il messaggio attraverso il comitato degli Studenti, che è uno strumento politico ma siamo all'inizio. Solo gli studenti di Medicina, avendo delle e-mail, si possono raggiungere direttamente; gli altri sono numeri di matricola.

D) Infine quali sono gli obiettivi dell'Educazione alla salute all'interno dell'Università?

R) Bisogna istituzionalizzare tale tipo di approccio. Ma per ottenere questa visibilità istituzionale, servono fondi; quest'anno abbiamo chiesto un budget. Vedremo.

Insomma bisogna far crescere la coscienza collettiva degli studenti ed arrivare al singolo.

CUS

Centro Universitario Sportivo

Capo ufficio stampa

Introduzione

Il Centro Ufficio Stampa del CUS cura le relazioni del centro sportivo con i media (giornali, radio e televisioni). Come CUS organizziamo inoltre eventi sportivi.

Ci sono eventi solo per gli universitari ed altri eventi sportivi in genere.

Non dipendiamo direttamente dall'Università. Siamo in Ente a sè stante legato sia all'Università sia al Politecnico, dai quali riceviamo i finanziamenti (che sono in funzione del numero degli studenti iscritti, dai 5 ai 7 euro per studente).

Riceviamo comunque altri finanziamenti come le ricevono le società sportive (iscrizioni, sponsor, federazioni, CONI).

Io lavoro qui da nove (9) anni non continuativi e non ho altre cariche all'interno dell'Università (ho fatto parte del Senato degli studenti).

Non mi sono ancora laureata in Scienze della Comunicazione.

D) Può darmi una breve descrizione del servizio?

R) Siamo un ente di promozione sportiva e in particolare, dello sport universitario.

Forniamo un servizio agli studenti, a prezzi bassi, organizzando tornei, corsi, attività agonistica in generale; il tutto è aperto anche ai non universitari con condizioni economiche diverse.

Abbiamo 18 attività agonistiche legate alle rispettive federazioni che vanno dalla pallacanestro alla pallavolo, atletica leggera, pattinaggio nelle quali abbiamo universitari e non; poi abbiamo i corsi (aerobica, sala pesi, ect) con differenze di prezzi notevoli tra universitari e non.

D) Quali sono le più e le meno richieste?

R) Tra le attività promozionali, le più richieste sono quelle di ballo (latinoamericani in primis). Tra le meno richieste, il pattinaggio.

D) A parte il leaflet, è possibile avere altri dati, statistiche di iscrizione, ect.?

R) Si forniscono via e-mail.

D) Avete report di valutazione?

R) Abbiamo un riassunto annuale delle nostre attività in cui analizziamo l'incremento degli iscritti da un anno all'altro. Stiamo realizzando (non è stata fatta precedentemente) anche un'analisi finalizzata alla valutazione di tali attività da parte degli studenti.

D) Avete delle attività specifiche volte a promuovere la salute?

R) A parte la questione che lo sport "fa bene", siamo collegati ai Centri di Medicina dello Sport SUISM (scuola universitaria scienze motorie).

Tutti i nostri "atleti agonisti" si rivolgono a questo centro universitario per le visite di routine. Gli associati al CUS Torino hanno degli sconti. Un altro esempio, è quello dell'anno scorso, in cui abbiamo ospitato dei tirocinanti di massaggio shatzu: delle 120 ore che devono fare, le ultime 30 ore venivano a farle da noi.

Uno dei membri del Consiglio Direttivo del CUS Torino è uno degli ortopedici più noti in Italia. Grazie al suo nome, si organizza ogni anno, un convenio medico divulgativo, solitamente sulla tramautologia.

D) Per quali motivi l'Università dovrebbe implicarsi nelle attività di promozione della salute dei propri studenti?

R) Direi che dove si nutre la mente, bisogna curare il fisico. Il rispetto per se stessi parte anche dal trattarsi bene a livello di salute. CUS Torino ha anche un progetto per gli studenti disabili (quelli che hanno avuto incidenti in moto) che hanno forti problemi di reintegrazione sociale. L'attività sportiva è il collante per tale integrazione. Noi forniamo mezzi e servizi gratuiti per queste persone.

D) Chi dovrebbe essere responsabile di tali servizi (medici, psicologi, educatori, professori)?

R) Dipende da come è strutturato l'Università. Il caso di Torino è molto disperso. La facoltà di Medicina dovrebbe avere un peso maggiore, come il SUISM.

D) C'è spazio per i volontari?

R) Il passaparola è lo strumento migliore. Al primo anno, quando si pagano le tasse universitarie, l'iscrizione al CUS è già integrata nelle tasse.

D) Quanti partecipano poi effettivamente alle attività del CUS?

R) Direi un 20-25% degli iscritti. Prendo il caso del calcetto: 1800 iscritti al torneo su 80.000 iscritti alle varie Facoltà.

D) Servono i seminari?

R) Sui giovani non credo esercitino un grande fascino.

D) Per quanto riguarda tali attività, in quali casi è da preferire un approccio individuale e in quali, uno collettivo?

R) Per la divulgazione, ha senso quello collettivo; se si deve risolvere un problema, è meglio rivolgersi alla persona singola.

D) Analizzando le diverse tappe del percorso accademico, quali credi che siano i momenti più difficili per gli studenti?

R) Ho visto studenti avere dei problemi per le barriere interne sui piani di studio. Bisogna per esempio, passare tutti gli esami del biennio per prepararne uno del terzo anno e via dicendo. Molti si ritirano.

D) Tali attività hanno importanza per il futuro professionale dello studente?

R) Certamente sì. Tutto il bagaglio che si acquisisce durante gli anni universitari servirà.

Per quello che ci riguarda, fare sport, non vuol dire “sviluppare i muscoli” ma creare delle relazioni, integrarsi, ect.

D) Si potrebbero sviluppare altre attività che siano legate alla promozione della salute?

R) Chi insegna sport, non insegna solo il gesto tecnico ma insegna anche a non fumare, a non bere in eccesso oltre che a non fare uso di droghe (tra l'altro è molto attuale il problema del doping).

D) Potrebbe essere un valore aggiunto per le Università, promuovere la salute?

R) Probabilmente sì. Anche se la tendenza è ridurre le iscrizioni. E l'aver meno iscritti permette anche di seguire al meglio gli studenti anche a livello di aspetti psicologici e di servizi. Nelle Università del centro Italia, ove esistono tre o quattro facoltà appena, permettono di sviluppare tra gli studenti e l'ambiente universitario, un rapporto più “intimo”. Nelle grandi Università, come Torino, oltre ad andare a lezione, si fa ben poco; questo anche perchè non c'è un campus, quindi una valorizzazione degli spazi: si dispergono energie, risorse e comunicazione. In ultima istanza, non si condividono le attività. Solo il Politecnico sta integrando le infrastrutture e ciò servirà ad integrare i servizi e a garantire una vita universitaria più completa.

D) Quali sono gli altri impedimenti che limitano lo sviluppo di tali attività?

R) Questioni economiche e atteggiamenti culturali generalizzati. La cultura universitaria italiana è molto centrata sul sapere e poco sulla persona.

D) Ma i giovani, sarebbero interessati a tali attività?

R) Secondo me sì. Bisogna trovare i modi giusti per proporle. Il convegno, il congresso, le conferenze, non sono gli strumenti adeguati. Attirano chi è già interessato.

D) Temi sulla salute: importanza per lei e per i giovani

Educazione sessuale: poco vista la divulgazione.

Uso droghe, sostanze stupefacenti: molto importante; è nel passaggio tra le Superiori e l'Università che si viene a contatto con questi problemi.

Alcool e tabacco: idem.

Altro: droghe leggere.

Problemi di alimentazione: “mangiare schifezze è bello. Mangiare bene è meglio”.

Abulimia, anoressia: mi sembra che siano problemi legati all'età adolescenziale.

Esercizio fisico: molto importante per noi e per loro.

(In generale, se ne sono a conoscenza; il problema è farglielo sapere anche se con l'iscrizione automatica al CUS all'atto dell'immatricolazione, l'interesse è cresciuto tantissimo negli ultimi tre anni).

Incidenti stradali: fa parte del discorso dell'uso di droghe e alcool. Lo giudico di interesse medio.

Salute mentale: il Professore purtroppo non ha interesse che lo studente sia agitato o tranquillo durante l'esame o attento o distratto durante la lezione. Andrebbe migliorato questo aspetto.

La Facoltà di Medicina non ha per esempio un corso di “relazioni con il paziente”.

Per esempio, riguarda la sensibilità personale, la facoltà di imparare a saper dire a un essere umano che ha un tumore.

D) Ci sono stati casi con persone con problemi particolari?

R) Gli istruttori hanno avuto casi di persone border-line sulle questioni droghe o anoressia; tali studenti non sono usciti dai loro problemi grazie allo sport ma sicuramente ne sono state aiutate perchè il beneficio fisico innesta meccanismi di autostima.

D) È a conoscenza di attività analoghe presso altri atenei?

R) Non ne conosco.

D) Parlando di efficacia, quanto è difficile valutare tale attività?

R) Credo che bisogna trovare il codice giusto per divulgare. La divulgazione strettamente accademica non paga. Le citerò un esempio. A Bardonecchia, abbiamo fatto una gara di pattinaggio in discesa (stile sci) con tutte le protezioni di dovere. Abbiamo invitato a partecipare a tale gara, un gruppo che si occupa della prevenzione dei traumi cranici (si tratta di un equippe di medici, infermieri e psicologi che hanno fondato tale associazione). Il risultato è stato eccellente.

Parlare di casi pratici nel momento in cui accadono serve molto di più che proiettare una presentazione in una sala oscura.

D) Per concludere, quale dovrebbe essere l'obiettivo della promozione della salute all'interno dell'Università?

R) Contribuire alla formazione della persona. Aggiungere alla formazione accademica, gli strumenti per una conoscenza personale, a livello fisico e psicologico.

Job Placement y orientamento/Scienze della formazione

D) Quali sono i servizi disponibili per gli studenti di Scienze della Formazione?

R) Scienze della Formazione ingloba anche il DAMS e il MultiDAMS e Scienze della Formazione Primaria. I servizi sono Orientamento, Accompagnamento al Tirocinio, Attivazione dei Tirocini, Job-Placement e Orientamento dal primo all'ultimo anno.

Dal momento in cui si iscrivono, facciamo l'accoglienza al primo anno, commentiamo i risultati del loro test di ingresso e facciamo loro capire la nostra struttura e cerchiamo di capire la motivazione che li ha mossi a scegliere quel determinato Corso di Laurea oltre ad aiutarli a capire, qualora ce ne fossero, i reali sbocchi professionali di quel Corso di Laurea. In funzione dei risultati dei test di ingresso, li iscriviamo poi ai corsi di potenziamento delle strategie di studio e di potenziamento linguistico.

Alla fine del primo anno, offriamo **l'Orientamento all'Indirizzo** inteso come aiuto alla scelta dell'indirizzo del Corso di studio: al termine del primo anno, decidono se fare l'indirizzo per formatori o per educatori socio-culturali; è quindi bene che gli studenti fin dall'inizio, capiscano dove vogliono sboccare a livello professionale.

Quindi segue, **L'Accompagnamento al Tirocinio e il Progetto Professionale**; quest'ultimo è un *Orientamento Professionale* che si realizza attraverso venti (20) ore di laboratorio; li aiutiamo a decidere che cosa vogliono fare e come inserirsi nel mondo del lavoro. Infine il **Job-Placement** che offre supporto all'inserimento lavorativo vero e proprio.

D) E il Tutorato?

R) Dentro la voce Tutorato, rientra anche la voce Orientamento. Il Tutorato è nato dalla legge 341/90 ed ha come obiettivo l'evitamento degli abbandoni e l'inserimento degli studenti nella vita attiva. In tutto questo, rientra il Tirocinio e l'Orientamento.

Questo è un servizio di Facoltà: ogni Corso di Laurea ha una sua impostazione.

D) Potrebbe spiegare in cosa consiste l'indirizzo per formatori?

R) Si formano i profili che un domani dovranno progettare ed erogare Corsi di Formazione per adulti (ove per adulti si intendono risorse all'interno delle imprese, oppure coloro che si occupano della selezione del personale o ancora disoccupati, adulti che si devono riqualificare per esigenze di lavoro, ect).

D) Ed il "vecchio" Corso di Laurea in Pedagogia?

R) Nel 1992 ha cambiato la sua denominazione in Scienze dell'Educazione.

Partendo dal retaggio molto pedagogico-teorico che esisteva prima e che era rivolto prettamente alla formazione degli insegnanti, si sono introdotte all'interno dell'area pedagogica, anche le Scienze dell'Educazione (compreso l'utilizzo delle tecnologie per l'insegnamento o della

statistica, in generale di materie più scientifiche all'interno del bacino umanistico). Si è quindi orientato il tutto verso nuovi profili quali il Formatore o l'Educatore per chi vuole lavorare nel Sociale in professioni diverse, mentre prima si limitava ad essere un corso di approfondimento per l'insegnamento.

A tutti gli effetti, non esiste più la figura del Pedagogista.

Nelle Scienze della Formazione Primaria si prevede il profilo per la Scuola d'Infanzia (Materna) e per la Scuola Elementare.

D) Non è prevista per esempio, la suddivisione dei profili per l'educazione allo sport, alle lingue, insomma a singole discipline come in Francia e in Spagna?

R) In Italia no. Il laureato in Educazione Fisica è il responsabile delle attività sportive così come il maestro di Educazione musicale ha un diploma di conservatorio, o l'insegnante di Lingue, ha una Laurea in Lingue. A volte, può essere che chi ha una Laurea in Scienze della Formazione Primaria, abbia altre competenze (in musica, lingue, ect).

D) Per la Laurea in Scienze della Formazione Primaria si tratta di piani di studio 3+2?

R) No. Si tratta ancora della "vecchia" Laurea quadriennale. È l'unica che non è stata riformata.

D) Ritorniamo al servizio Job-Placement...

R) Io sono coordinatore di tale servizio. Ci lavoro da quattro anni. Ho 27 anni, non ho avuto altre esperienze nell'Università. Sono laureata in Scienze dell'Educazione (quadriennale).

D) Quali sono le attività più richieste all'interno del servizio?

R) Sicuramente gli Orientamenti: il colloquio di ingresso iniziale, l'orientamento per l'indirizzo, i laboratori pratici. Meno richiesti sono i Corsi di potenziamento.

Gli studenti, anche per una questione di orgoglio, credono di sapersi esprimere, leggere, comprendere al meglio; in realtà, già ai primi esami, si notano grandi difficoltà.

D) Quali fra queste attività di prevenzione considera più importanti?

R) Sicuramente il Colloquio d'ingresso in cui i giovani mostrano uno spaesamento spaziale-temporale. Spaziale perché Palazzo Nuovo è grandissimo: c'è difficoltà nel trovare le aule, non esistono piccoli gruppi, c'è difficoltà nel conoscere persone. Temporale perché avendo molto tempo prima degli esami, gli studenti, non sanno ottimizzare la loro preparazione e la sua tempestiva. Si cerca di tranquillizzarli su questi temi, solamente parlandone o citando questi casi di spaesamento, si è notato che li si può aiutare e molto spesso, ritornano. Quindi acquisiscono un punto di riferimento fisso.

Quindi intendiamo tale risultato come un'opera di prevenzione di prolemi psicologici, relazionali oltre che misura contro gli abbandoni.

Anche con i Corsi di potenziamento, ai quali ammettiamo solo un numero limitato di iscrizioni, riusciamo a prestare un servizio utile. Molti studenti-lavoratori (che rappresentano un 30% del numero totale degli iscritti all'Università, dato alto visto che non esiste l'obbligo della frequenza) che per ovvie ragioni, non riescono ad intessere una rete sociale-relazionale, si giovano dei corsi pre-serali instaurando delle relazioni, "facendo gruppo" fra loro.

D) Qual'è il numero degli iscritti a Scienze della Formazione?

R) Sono 6.400. Presso Scienze dell'Educazione, sono circa 3.000. Quest'anno sono solo 200 gli immatricolati perché abbiamo instaurato il numero chiuso (il cui limite è fissato a 230).

D) Si tratta di un problema dell'Università Italiana?

R) Il Problema è che si è molto moltiplicata l'offerta formativa. Quindi, attraverso una comunicazione ed un marketing attrattivo, le Università con i programmi e nomi migliori attraggono gli studenti. Prima le Facoltà erano poche.

A ciò si aggiunga che anche seguendo altre Facoltà, come Scienze Politiche o Lettere si può aspirare a posti di educatori.

D) Esiste un problema di competizione con le Università Private?

R) A Torino, non è molto vissuto. A Torino esiste un'unica Università ed è la nostra.

Le Università Private solo esistono a Milano (Bocconi, Bicocca, Sacro Cuore) ma non competono perché sono troppo lontane.

D) Qual'è la percentuale di studenti che non sono di Torino?

R) Esigua anche se provengono tanti dalla provincia. Ma da altre regioni d'Italia, molto pochi.

D) Quindi gli studenti che non vivono in famiglia, sono molto pochi?

R) Esatto.

D) Per quanto riguarda le Residenze Universitarie, chi porta avanti queste attività?

R) Dipende dalle attività. Tutto la parte dei colloqui di orientamento, l'orientamento all'indirizzo, il progetto professionale, l'accompagnamento al tirocinio ed il Job-Placement, sono portati avanti da me (che lavoro per l'Università) e collabora con noi un'associazione di studenti laureati presso questa Facoltà: APEF. Insieme a loro, gestiamo tutta la parte dei colloqui di orientamento e dell'inserimento nel mercato del lavoro. Si tratta di personale remunerato dalla Facoltà; la parte del potenziamento linguistico e di potenziamento delle strategie di studio (per cui si fa un corso per formare i Docenti) e l'accompagnamento al tirocinio è gestita da Docenti, nominati con bando di concorso.

D) I ragazzi dell'APEF sono pagati o sono volontari?

R) Sono pagati. Di volontari non ce ne sono.

D) A chi crede corrisponderebbe la responsabilità di attività di prevenzione della salute?

R) Probabilmente dei medici specialistici in collaborazione con degli educatori (che potrebbero essere dei giusti tramite vista la vicinanza culturale di questi con gli studenti che poi dovranno lavorare nello stesso loro campo). Sono convinta che le equipe multidisciplinari funzionino molto bene.

D) Vista la sua esperienza, quali tipi di attività considera che potrebbero essere utili per la salute dei ragazzi?

R) La salute mentale, il consumo di droghe o di alcool, la sicurezza stradale, credo che siano degli argomenti tabù. Credo che sia difficile ottenere l'adesione degli studenti su queste tematiche. Si scontrano un po' con il mito giovanile dell'invincibilità. Prevale il "io non ne ho bisogno, non guido ubriaco, non mi drogo".

La chiave d'accesso è la trasversalità. L'assimilazione indiretta, trasversale appunto.

Bisognerebbe prevedere dei seminari obbligatori in cui presentare casi pratici, meno teorici possibili, organizzare visite in centri specifici, metterli a contatto con casi reali, visto che loro potrebbero fare gli educatori di tossicodipendenti per esempio.

Avevamo anche proposto dei corsi promossi dal Gruppo Abele che è un'associazione che si occupa di prevenzione delle tossicodipendenze ma ci sono sempre stati pochissimi iscritti. Gli studenti non ritengono d'averne bisogno.

D) Tra queste attività, ritiene che sia migliore l'approccio individuale o quello collettivo?

R) Direi che dipende dai momenti. Nei colloqui per esempio, è preferibile l'approccio individuale (dove la situazione da confessionale, paga ed il ragazzo spaesato "si apre") mentre per le attività di promozione della salute o per i corsi di potenziamento, si è visto che la dimensione di gruppo, è quella più efficace.

D) Esistono invece differenti problemi a seconda del momento della carriera universitaria (in entrata, durante, in uscita)?

R) Assolutamente sì. "In entrata", la non integrazione; "durante", il problema della frequenza, direttamente legata alla scelta sull'indirizzo e sui corsi da scegliere: si tratti di problemi di orientamento alla scelta ma anche pratici, amministrativi-burocratici (quando si pagano le tasse, dove, ect) che dovrebbero essere risolti direttamente in segreteria; al terzo anno, i problemi cominciano a convergere sul lavoro e alle sue fobie.

D) L'attenzione per tali attività dovrebbe quindi avere un'importanza anche per il loro futuro professionale (visto che saranno degli educatori)?

R) Certo. Anche se non è affatto ovvio. Visto che tale politica è recente (1990). Passare "bene" gli anni universitari, ricevere un buon orientamento, ha delle ripercussioni sulle scelte che si faranno nella vita. Ancora più determinate è la cura della salute mentale e quindi le attività di prevenzione di cui parlavamo; oggi il tasso di abbandono è bassissimo e comunque per ottenere un posto di lavoro decente, la Laurea è un requisito minimo. Un rinforzo e un supporto in un determinato momento è opportuno e può far sì che una persona maturi, prosegua e trovi la sua strada professionale.

D) In quale maniera tali tipi di attività di supporto ai problemi citati, si potrebbero sviluppare all'interno di tale servizio?

R) La presenza di un servizio che si occupi della prevenzione della salute, con un approccio trasversale, è determinante. Fin dalle scuole primarie, si è educati scarsamente sulla salute. Probabilmente ci vorrebbe la reintroduzione di una materia come l'educazione sanitaria (che esisteva prima) ma con un approccio più pratico.

D) L'etichetta "Università promotrice di salute" potrebbe essere un valore aggiunto oltre che vantaggio competitivo per convincere nuove matricole all'iscrizione?

R) Dipende dall'interlocutore. Per un interlocutore istituzionale, può essere un vantaggio; per gli studenti lo dubito. Attrae maggiormente il fatto che "si possa trovare lavoro"!

D) Abbiamo parlato di tabù, di problemi culturali, di problemi economici, forse di scarsità di risorse specializzate; esistono altri impedimenti che ostacolano lo sviluppo di queste attività?

R) Il fattore economico in primis. In Italia, Istruzione e Sanità sono i campi che ricevono meno finanziamenti. A ciò aggiungo che anche la sfaccettatura del problema in ottica "costi-benefici" è un'aggravante.

D) Qual'è la ragione per cui i giovani non aderiscono come si attenderebbe?

R) I giovani, sostanzialmente, iniziano l'Università credendosi già "adulti". Scelgono in maniera del tutto indipendente (tra l'altro non hanno l'obbligo di frequenza) cosa piace loro e cosa no. C'è una valutazione totalmente pregressa delle loro capacità e competenze e scelgono in funzione di ciò. Bisognerebbe obbligarli e trarrebbero grossi benefici.

D) Non esiste un problema di poco coinvolgimento piuttosto?

R) In effetti sì. Si sono anche cercate iniziative alternative come la stesura di un giornalino in modo da coinvolgerli per fare gruppo e per far aumentare la loro capacità critica attraverso il giornalismo attivo. Ma in generale tutto ciò che esula dal seguire un determinato corso e sostenere un determinato esame, si converte in un "grazie, non ho tempo".

D) Di questi temi, che abbiamo individuato come principali, quali crede per la sua esperienza, che siano poco o molto importanti e come crede che li considerino i giovani?

R) Educazione Sessuale: molto importante per via della molta disinformazione.

Abbiamo avuto casi di giovani che avevano dei dubbi "gravi" per l'età. Credo che la percepiscano come molto importante.

Uso di droghe e sostanze stupefacenti: lo ritengo molto importante. Tra l'altro si è da poco pubblicato uno studio sulle persone che fanno uso di sostanze stupefacenti (solo di cocaina, 20.000 nella provincia di Torino). Mentre gli studenti, non lo ritengono importante.

Esistono poche ricerche; probabilmente ci sono delle tesi di laurea ma per via della legge della privacy, l'accesso a tali dati è complicato. So che il livello di istruzione di coloro che fanno uso di droghe, è molto alto (professionisti affermati, ect).

D) All'interno delle droghe, c'è qualcheduna che "spicchi" per uso/abuso?

R) Direi le droghe leggere (spinelli per esempio) e l'alcool.

D) È diffusa in Italia, come in altri paesi, la cultura di trovarsi al di fuori delle mura universitarie ed organizzare feste?

R) Molto meno diffusa. In Francia, dove ho studiato, si fanno feste in case. Qui le feste si fanno nei locali, disco-pub, bar durante i week-end e ciò evita sicuramente, l'abuso nell'uso di droghe.

D) Sono richieste le attività che prestano servizi per i problemi dell'alimentazione?

R) Sono molto meno evidenti ma il problema esiste.

Alimentazione sana: B, tutto il resto C. Per l'alunno direi C.

Esercizio fisico: C (sono già tutti preoccupati del benessere fisico, essendo un benessere estetico)

Incidenti: A. Per gli studenti, B

Salute mentale: A per me e per loro. Per via degli esami e del sovradimensionamento del problema, l'ansietà (ma anche la depressione) è la più frequente e va tenuta sotto controllo. A volte ciò si deve ad un eccessivo senso del dovere o a pressioni familiari. Ma questa è un'attività che rientra nel Counseling.

Farei seminari ed attività integrative alle lezioni normali sull'Educazione sessuale, sull'uso di droghe, sugli incidenti e sull'ansietà.

D) Molti segnalano la valutazione dei servizi di questo tipo, come un problema..

R) Sicuramente lo è. Per il Tutorato, per esempio, non posso dire che la mia azione ha impedito che 10 studenti abbandonassero (magari lo posso dire di una perché me l'ha confessato). Il solito questionario di fine corso, non ci viene in aiuto, né gli strumenti statistici, troppo poco qualitativi.

Si potrebbe fare un seminario a due anni di distanza con coloro che hanno partecipato a tali attività per sondare quali benefici ne hanno tratto.

D) Per concludere e riassumere, quali crede dovrebbero essere gli obiettivi della promozione della salute all'interno dell'Università?

R) Continuare e migliorare. All'Università aderiscono le future classi di politici, educatori e formatori ed è indispensabile che siano questi ad assimilare i contenuti per poi diventare propugnatori.

Servizio Ristorazione

Anni di servizio: 4

Laurea in Giurisprudenza.

D) Può darmi una descrizione del Servizio?

R) Parliamo di Mense e servizi sostitutivi di mensa che non dipendono dall'Università ma dalle regioni; questi ultimi sono dei luoghi in cui l'Università ha istituito dei Corsi e noi andiamo a dare un servizio di ristorazione attraverso convenzioni con bar, ristoranti, trattorie e self-service. Le mense costituiscono la parte più importante di tale servizio.

D) Che luogo preferiscono gli studenti?

R) Gli studenti preferiscono andare al bar, piuttosto che in mensa. L'amministrazione della mensa è legata al modello di 15/20 anni fa; è un luogo "vecchio", poco attraente.

Ci va solo chi non ha possibilità di andare altrove. Anche il reddito conta: chi ha più interesse ad entrare in mensa è quello che paga di meno ed è disposto a fare "una coda lunga"; chi vede che c'è da attendere e sa che paga abbastanza per attendere, magari va altrove.

D) Vi mangiano solo gli studenti o ci vanno anche i professori?

R) Le mense sono aperte; succede lo stesso fenomeno prima citato.

D) Parlando invece delle attività legate alla prevenzione della salute, ho sentito parlare delle “tavole rotonde”..

R) Avevamo iniziato una serie di incontri di cultura alimentare. Si affrontavano temi specifici. Quello che ha avuto più successo è stato il tema dell'alimentazione vegetariana, analizzando sia la possibilità di introdurla nei menu delle mense universitarie sia i vantaggi e gli svantaggi di una tale dieta. Abbiamo organizzato tre (3) eventi ma si è trattato di un'esperienza estemporanea.

D) Per l'esperienza che ha, crede che tali temi legati alla salute siano interessanti da trattare da parte dell'Università?

R) No. Diciamo che gli aspetti alimentari non toccano l'ambito universitario. Da parte dei servizi, ci potrebbero essere degli interessi specifici che in futuro sono destinati ad aumentare. Non bisogna proporli come attività accademiche, bisogna trovare la maniera per “far indorare la pillola”.

D) Chi dovrebbe gestire tali servizi, professori, educatori, psicologi?

R) Non ho idea. Dovrebbe essere visto come sviluppo di una cultura sociale.

D) Quali tipi di attività cosiddette “meno accademiche” andrebbero allora pensate?

R) Non ho idea. Deve coinvolgere gli studenti come collettivo. È quasi impossibile organizzare attività individuali.

D) In generale, in quali momenti della vita universitaria dovrebbero prendersi in considerazione tali attività di promozione della salute (inizio, durante, fine)?

R) Credo che tali problemi, siamo legati a fenomeni sociali, non accademici. L'attenzione principale dovrebbe essere della società.

D) Le abitudini che acquisiscono negli anni universitari sono indelebili e possono influire nelle scelte professionali ed umane che gli studenti prenderanno?

R) A livello di Università, delle cattive abitudini alimentari, si tendono a mantenere.

Tutte le cattive abitudini si tendono a mantenere.

D) Tali servizi apportano un valore aggiunto all'Università nella competizione per attirare nuove iscrizioni?

R) Secondo me sì. Specie in Italia ove i servizi universitari stanno crescendo (dopo anni di assenza totale). Sono convinto che una famiglia, in futuro, quando dovrà valutare dove mandare i propri figli a formarsi, non valuterà solo l'aspetto accademico.

D) Quali sono i principali impedimenti per mettere in marcia tali attività?

R) Cultura, intesa come crescita sociale. Dieci anni fa, andava di moda il panino al McDonald's, oggi torna di moda la cucina tradizionale. Non dipende da noi, gestori di mense.

D) E i finanziamenti sono un problema?

R) Ci sono delle cose che si possono fare che necessitano di poche risorse. Le attività di prevenzione della salute che mi ha fatto venire in mente, per esempio, si possono sviluppare.

D) Quando si organizzano tali attività, i giovani mancano di interesse per questioni di poca informazione o altro?

R) C'è disinteresse e anche disinformazione. Proponendo qualcosa di interessante, comunque, ci saranno dei ragazzi, che non saranno interessati.

D) Temi importanti per lei e per i giovani:

Sono un tecnico, non me ne intendo di altri temi. Prendo solo quello che mi riguarda.

Per me sono tutti importanti.

D) Domande specifiche?

R) Intolleranze (problemi di religione) culinarie. Poi ci sono i VEGAN.

Poi ci sono i celiaci. E abbiamo pensato di esternalizzare il servizio ad altri enti ma l'unica istituzione è la mensa di un Ospedale. Ne stiamo ancora parlando.

D) Esiste un problema di valutazione?

R) Come ho detto prima, anch'essa è legata alla cultura. Prima bisogna istituire e consolidare tali servizi e poi introdurre la cultura della valutazione che manca.

Siamo un po' indietro su tutto e stiamo cercando di recuperare in corsa.

D) Per concludere, quali dovrebbero essere gli obiettivi della promozione della salute per l'Università?

R) Fermo restando che ci occupiamo di una categoria molto limitata, dai 18 ai 25 anni (vista la visione accademica che Lei ha per via della tesi), quello che possiamo fare, come singoli servizi, sono delle singole parti e tutti dobbiamo fare qualcosa.

Orientamento in Scienze della Formazione

L'attività di Orientamento si espleta secondo due direttrici.

In primo luogo, esistono delle attività organizzate dall'Ateneo che indisce delle manifestazioni (solitamente in Febbraio e a Giugno/Luglio), come per esempio dei "Saloni dell'Orientamento" in cui ogni Facoltà può presentare i propri Corsi agli studenti e rispondere alle loro domande più ricorrenti; il tutto avviene all'interno di piccoli *stand* che sono gestiti dalle singole Facoltà. Viene inoltre stampata una guida.

Le singole Facoltà possono poi scegliere di partecipare a dei *workshop* o "lezioni universitarie tipo" organizzate per mostrare ai futuri studenti come si segue una lezione, come si lavora e come si studia all'Università.

L'altra direttrice procede in senso contrario: si organizzano delle conferenze che i Professori universitari sono chiamati a tenere; si tratta di lezioni su argomenti connessi con la loro Facoltà che si imbastiscono presso degli Istituti Superiori o dei Licei della Provincia.

A questo proposito, ci sono delle città di Provincia (Ivrea, Cuneo) che organizzano periodicamente delle manifestazioni collettive in cui si incontrano studenti e colleghi di Scuola secondaria e si illustra la situazione universitaria.

Generalmente l'Orientamento al momento è questo.

Il Ministero ritiene che l'Orientamento sia un'attività fondamentale perché previene l'abbandono universitario e riduce l'estrema lunghezza della durata effettiva dei Corsi di Laurea. Quindi si parla sempre di migliorarlo ed è possibile che le attività di Orientamento si amplino. Ma ciò dipenderà anche dai fondi a disposizione (anche se i singoli Docenti Universitari lo fanno a titolo gratuito perché fa parte dei loro compiti).

L'Orientamento si salda poi con quello che chiamiamo Tutorato e prende questa dicitura ma si può parlare a tutti gli effetti, di un servizio che segue lo studente fino alla fine del percorso universitario.

La nostra Facoltà ha un punto informativo (info-point) comune ad entrambi i servizi.

Offre informazione per gli studenti del primo anno e appoggio per gli studenti che terminano il ciclo universitario (Job-Placement).

D) Esiste il fenomeno della Concorrenza tra Università come in Spagna (In Galizia, per esempio, abbiamo tre poli universitari)?

R) Anche in Italia, si sta assistendo a tale fenomeno. Non tanto presente in Piemonte.

D) Esiste anche la concorrenza delle Università private?

R) Abbiamo poche Università Private (Bocconi a Milano e Luiss a Roma).

Piuttosto inizia a d esserci una concorrenza regionale tra diverse città come in Emilia e Veneto. Il fine è comunque fare in modo che lo studente scelga in modo responsabile, dopo che si sia formato. Non abbiamo finalità di pubblicità. Ma in generale, posso dire che non esiste una concorrenza interna.

Le Facoltà Scientifiche, piuttosto, nelle quali scende il numero di iscritti, sono molto più attive nell'Orientamento.

D) Esistono dei report o valutazioni per queste attività di Orientamento?

R) Per adesso no. Torino ha indetto un programma co-finanziato dal Ministero (che è iniziato l'anno scorso), finalizzato a monitorare i risultati dell'Orientamento ma non è ancora attivo.

Un altro servizio che offriamo e che mi sono dimenticato di citare prima è il TARM, Test per l'accertamento dei requisiti minimi, che va somministrato agli studenti delle Scuole Secondarie. In origine lo si sottoponeva agli studenti che sarebbero andati presso quelle Facoltà dove non era previsto il numero chiuso.

(Nelle Facoltà con il numero chiuso, c'era il numero chiuso).

Via on-line, gli studenti possono autovalutarsi in modo anonimo.

Per Scienze dell'Educazione per esempio, è previsto il TARM on-line.

Rispetto agli inizi, il TRAM si è evoluto ed è disponibile oggi, anche per gli studenti che andranno presso Facoltà a numero chiuso.

Ma con la riduzione dei finanziamenti per l'Università, non è detto che si possa continuare a sviluppare questi servizi.

Ho detto prima che i Docenti sono molto impegnati in tale servizio ma non si può certo chiedere ad una risorsa che lavora gratuitamente sull'Orientamento, che passi 15 giorni dietro ad un banchetto a dare informazioni.

D) Anche perché tali impegni non sono poi valutabili..

R) Ovvio. Tra l'altro, è forse più utile predisporre per tali azioni di informazione, un team di laureati che, per via dell'età, sanno cominciare al meglio con dei quasi-coetanei. Ma ripeto, bisogna avere dei fondi per continuare e migliorare.

D) Dovrebbe comunque, l'Università farsi responsabile di tali attività?

R) Per quello che riguarda l'Orientamento, direi di sì. Il nostro Ministero ha stabilito che ogni Università deve espletare servizi di Orientamento e Tutorato.

Personalmente penso che sia utile ed aiuterà a raggiungere gli obiettivi preposti ma credo che abbattere il tasso di abbandono/fuoricorso, sia irrealizzabile.

Ciò non toglie che l'Orientamento sia utile. Inoltre serve a sfatare ciò che propongono i media. L'Orientamento può essere un modo con cui fai riflettere i futuri utenti e le loro famiglie, sulle reali possibilità di formazione.

A volte mi chiedo, cosa faranno i Laureati in Scienze della Comunicazione; nel senso che il mercato del lavoro probabilmente, non ha necessità di un tale numero di esperti nella Comunicazione.

D) Quali sono i problemi che hanno i ragazzi che si avvicinano all'ambiente universitario?

R) Intanto direi che non tutti hanno i problemi di mancanza di informazione di cui tanto si parla. Spesso sono persone che sono già orientate. Nelle Scienze dell'Educazione Primaria, per esempio, sono in genere orientati. Dipende anche come si intende l'Orientamento. C'è chi lo intende in maniera fredda, dispensando consigli e informazioni sui carichi accademici. C'è chi vorrebbe che fosse più "profondo". Ma chi dovrebbe iniziarlo sono i professori universitari.

I giovani arrivano all'Università con dei problemi. Per esempio, possedere un metodo di studio universitario è molto comune. Il tempo che impiegano non è ottimizzato. Hanno anche problemi

ad esprimersi in maniera efficace. Non sono molto capaci di cogliere in maniera rapida la comprensione di un testo.

La comunicazione attiva e passiva è quindi una difficoltà. Ma di questo non si deve occupare l'Orientamento. Se ne occupa un po' il Tutorato ma a mio modo di vedere, non dovrebbe dipendere dall'Università.

È la Scuola Secondaria che dovrebbe insegnare come si studia, che dovrebbe dare le basi per affrontare al meglio il percorso formativo.

D) L'Università dovrebbe occuparsi anche dei temi trasversali (educazione sessuale, salute, droghe, problemi alimentari)?

R) Personalmente credo di no.

Secondo me, l'educazione sessuale, la prevenzione dell'uso delle droghe, l'educazione alimentare, dovrebbero essere portati avanti da altri enti, più specialistici; non dico che l'Università non lo può fare però non è l'istituzione più adatta a farlo visto che ci vogliono, prima di tutto, molti soldi (e con molta franchezza preferirei che, se esistessero tali finanziamenti, andassero destinati ad investimenti per nuovi laboratori o seminari più frequenti). Rimango fedele all'idea che l'Università è il luogo dell'alta formazione culturale. Non esplica numerosi servizi sociali, ne esplica solo uno. Tali problematiche dovrebbero essere trattate prima e da altri soggetti pubblici (comuni, ASL). La mia opinione poi è che se l'Università si mettesse a fare opera di prevenzione all'uso delle droghe, otterrebbe scarsissimi risultati. Cosa potrebbe aggiungere l'Università? Viviamo in una società, in cui tutti i soggetti pubblici e privati, lottano contro la droga e ciononostante una percentuale sensibile di giovani si droga.

L'Università non può surrogare cambiamenti o mentalità che sono prodotti o conseguenze di atteggiamenti dell'intera società, dello stato e della classe politica.

E la società che deve cambiare.

L'Università fa il suo compito bene quando forma a livello culturale e un po' a livello morale i suoi studenti.

Noi abbiamo un servizio di counselling di supporto psicologico ma in teoria, non credo che sia un compito dell'istituzione universitaria.

Sono la società, la classe politica e intellettuale che dovrebbero promuovere il cambio (anche incentivando al meglio le risorse che per via del mediocre stipendio non si sentono motivate a cavalcare onde di entusiasmo progressista).

Ma credo comunque che sia un problema diffuso in tutti gli atenei europei.

Orientamento

(Breve Presentazione)

Sono la responsabile Amministrativo del servizio dell'Orientamento (funzioni dell'ufficio). C'è poi un Docente (Dott. Roda) delegato della Rettore che è Responsabile degli obiettivi da seguire. Ho tre anni di esperienza. Prima lavoravo nell'ufficio disabili. Sono laureata in Scienze dell'Educazione.

D) Può darmi una breve descrizione del servizio?

R) Ci occupiamo del coordinamento delle attività di orientamento per tutto l'Ateneo. Diamo informazioni agli studenti delle scuole superiori, con iniziative che si svolgono durante tutto

l'anno quali saloni per l'orientamento e "giornate" che organizziamo presso le singole scuole oltre che pubblicazione di materiale informativo.

Ogni Facoltà, inoltre, ha al suo interno un referente per l'Orientamento (che è sempre un docente) e uno "sportello informativo" al quale gli studenti possono rivolgersi per chiedere informazioni più nel dettaglio perché noi, come Orientamento, non entriamo nel merito dei programmi dei singoli Corsi di Laurea.

Diamo informazioni sulla struttura del sistema universitario e indirizziamo gli studenti agli uffici adatti alle loro esigenze (facciamo informazione di primo livello). Inoltre manteniamo rapporti con le scuole superiori e stringiamo delle collaborazioni con il Ministero nell'ambito di progetti che ci venono finanziati. Uno di questi progetti, riguarda la sperimentazione di un test che si chiama TARM (che non è selettivo) per l'accertamento dei requisiti minimi (atto a verificare la preparazione iniziale delle matricole e a individuare quei requisiti fondamentali per conseguire, nei tempi previsti, il titolo di studio).

Un altro progetto, che partirà a breve ed è finanziato dal Ministero, prevederà la sperimentazione di laboratori per l'Orientamento (nei quali si condividono le esperienze e si aiuta lo studente a sviluppare delle competenze che lo supportino nella scelta del percorso di studio). Un'attività standard è la "giornata dell'Orientamento" in cui invitiamo tutte le scuole a partecipare e gli studenti degli ultimi due anni delle scuole superiori, possono quindi assistere alle presentazioni delle Facoltà oltre che incontrare e parlare con i docenti e studenti senior. Tale giornata viene ripetuta in diversi periodi dell'anno.

D) Quali fra queste attività, per la sua esperienza, fanno sentire "meglio" gli studenti?

R) Se intendiamo la salute in senso generale, il nostro contributo è quello di offrire accoglienza. Noi facciamo da tramite tra le scuole superiori che hanno la propria struttura e l'Università che è un mondo totalmente diverso.

Cerchiamo di limitare il disagio che apporta il brusco passaggio da una situazione conosciuta ad un'altra nuova. Comunque il Counseling, come servizio psicologico, è sicuramente più specifico ed adatto.

Inoltre, credo che si possa parlare di benessere anche perché aiutiamo a scegliere al meglio, quindi limitiamo la "dispersione scolastica".

D) Per quale ragione, l'Università, attraverso i servizi che eroga, dovrebbe implicarsi per la salute dei propri studenti?

R) Ovviamente per una questione etica-morale ma anche perché l'Università può avvantaggiarsi di un minor tasso di abbandono e di un "disagio" meno diffuso.

D) Quali tipi di professionisti dovrebbero occuparsi di tali servizi (medici, psicologi, educatori)?

R) L'ideale sarebbe il lavoro di gruppo. Bisogna fare i conti con le risorse disponibili. Vedrei bene i tre profili insieme e poi un coordinamento e una buona comunicazione tra i servizi.

D) Quali tipi di programmi andrebbero maggiormente promossi?

R) Credo che dei seminari in cui si presentassero e si proponessero dei metodi di studio ("come si studia e come si vive all'Università"), sarebbero molto interessanti per lo studente universitario. Non bisogna presentarsi come dei "curatori" ma come un servizio che attraverso l'esperienza dei docenti e degli studenti senior (più accessibili per i più giovani), offre sostegno ed integrazione ai metodi di studio.

D) Sono quindi da preferire le attività collettive?

R) Vedo le attività individuali in un secondo stadio dopo aver individuato un problema e con la garanzia dell'anonimato, per dare dei riferimenti più specifici.

D) Esistono delle differenze nei problemi a seconda del momento che gli studenti vivono (all'inizio, durante e alla fine del percorso universitario)?

R) Purtroppo ho più esperienza in Orientamento “in ingresso”. Comunque i problemi cambiano a secondo del momento. I problemi iniziali sono connessi all’adattamento alla nuova realtà; durante il percorso, i problemi sono maggiormente legati al piano di studio, al carico didattico, agli orari delle lezioni, ossia alla difficoltà di frequentare (anche per le esigenze di chi lavora). Alla fine, si è orientati alla ricerca del lavoro e subentrano altre problematiche.

D) Hanno tali attività, un’importanza che va al di là degli anni universitari?

R) Assolutamente sì. Penso che l’Università non debba solo insegnare. Non rilascia solo titoli accademici. Penso che abbia un ruolo importante soprattutto nello sviluppo della persona. Una persona sana, nel senso lato, sarà anche un buon cittadino, un buon lavoratore, un buon genitore.

D) Tali attività, come i seminari, possono organizzarsi all’interno di tali servizi?

R) Sì; infatti alcuni docenti che si occupano di Orientamento, hanno proposto attività analoghe. Dipende però dall’organizzazione degli singoli uffici.

D) Nell’ambito della qualità e del prestigio di un Ateneo (oggi molto di moda), il fatto di erogare tali servizi, si tradurrebbe in un valor aggiunto per l’Università stessa?

R) Credo proprio di sì, anche se a lungo termine. Adesso si conta molto sulle possibilità occupazionali. Quando si vuole fare pubblicità, (quindi, attrarre studenti) si fa sempre uno spot che cita le percentuali di quelli che trovano lavoro. In realtà le statistiche non sempre sono oggettive ed iniziative più concrete, gioverebbero all’appeal delle Facoltà.

D) Quali sono, dunque, gli impedimenti che ostacolano il proliferare di tali attività?

R) Essenzialmente economici e culturali. Prevale la logica “purché trovi lavoro”; per forza di cose, si dà meno spazio alla ricerca dell’equilibrio, del benessere e della salute.

D) Se si riuscisse a radicare tale attività, sarebbero i giovani interessati?

R) Secondo me, sì. Parlando di Orientamento, c’è molta domanda da parte degli studenti delle scuole superiori. Le informazioni, bene o male, le trovano. Manca loro un aiuto per compiere la scelta giusta; si chiedono “qual’è la Facoltà migliore? Cosa devo fare per scegliere bene?”. Esiste quindi una forte esigenza in questa direzione.

D) Temi importanti relativi alla promozione della salute, per Lei e per gli studenti

R) Educazione Sessuale: B per me e per gli studenti molto importante.

Uso di droghe: molto importante per me, Poco per loro.

Alcool, tabacco o marijuana non vengono neanche considerati come un problema.

Seminari aperti al pubblico non ce ne sono, che io sappia.

Problemi di alimentazione: importante per me e per loro. Scienze della Formazione e Psicologia oltre che la Scuola in Scienze Motorie si occupano di questi temi.

Esercizio fisico: Molto importante soprattutto per loro. La Scuola in Scienze Motorie appunto, rilascia il titolo per coloro che si occuperanno dell’insegnamento di attività sportive.

Incidenti (stradali): lo ritengono meno importante.

Salute mentale: molto importante (vedasi Counseling) anche per gli studenti.

Il problema ricorrente è l’ansia.

Altri: salute sociale, intesa come integrazione sociale.

D) Ha avuto problemi particolari con i ragazzi che accedevano al vostro servizio?

R) Sì. Soprattutto per i casi di salute mentale. A volte, abbiamo incontrato delle persone con problematiche mentali anche certificate. Dinanzi a domande esplicite, li abbiamo indirizzati al servizio di Counseling; nei casi di domande non esplicite, abbiamo loro consegnato materiale informativo.

Un altro caso che mi viene in mente, è il caso del servizio per studenti disabili, con problemi motori. Li indirizziamo presso il servizio che si occupa esclusivamente di questo.

D) Conosce altre Università con servizi simili?

R) No.

D) La valutazione, intesa come efficacia di tali servizi, è un problema?

R) Bisogna trovare degli indicatori condivisi e dei criteri oggettivi ma penso che possa essere misurabile.

D) Per concludere, quali dovrebbero essere gli obiettivi di un'Università promotrice di salute?

R) Deve occuparsi del proprio studente in maniera complessiva. Tra l'altro, c'è anche un riferimento normativo. Le attività di Orientamento e Tutorato oltre ad essere previste dalla legge (e fanno quindi parte dei compiti del Docente) devono promuovere il benessere dello studente.

SERVIZIO CIVILE

Staff di gestione progetti di servizio civile

È un servizio che dipende dall'Università.

Promuove i progetti di servizio civile all'interno dell'Università di Torino.

Io sono un collaboratore. Il responsabile si occupa invece oltre che del servizio anche della formazione rivolta al personale tecnico-amministrativo.

Il Servizio Civile Volontario è partito nel 2002 ed io ne faccio parte da tre anni.

Attualmente abbiamo tre progetti da quattro persone ciascuno (per dodici volontari: nove ragazze e tre ragazzi) che hanno appena iniziato (ad Ottobre) e finiranno tra un anno. Prima esistevano dal 1997 le figure degli "obiettori di coscienza".

Storicamente il sesso più rappresentato era il femminile per via degli impegni nel servizio militare o come "obiettori di coscienza" dei ragazzi (i quali non potevano accedere al servizio civile volontario). Quindi le ragazze, sono ancora molto presenti nei servizi di volontariato. Con il tempo la tendenza dovrebbe cambiare.

Abbiamo sia studenti universitari che non iscritti ed inoltre i nostri studenti possono espletare tale servizio civile presso altri enti.

I requisiti sono l'età (tra i 18 e i 28 anni non compiuti), essere cittadini italiani, godere di buona salute ed avere la fedina penale pulita. Non esistono limitazioni geografiche (un ragazzo di Torino può farlo a Napoli).

Basta scegliere nel bando di concorso che contiene l'elenco degli enti e dei progetti, quello che più interessa. Quindi segue una selezione ed un colloquio conoscitivo; alla fine della graduatoria e della disponibilità dei posti, vengono scelti i candidati.

È chiaro che contano anche l'esperienza ed il curriculum in fase di selezione ma la motivazione è la vera leva.

D) È prevista la formazione, mi diceva..

R) È obbligatoria. È divisa in formazione generale (sulle leggi, sui regolamenti, sulla storia del servizio civile che attualmente è limitata a 25 ore e che aumenterà fino a 30 ore nel prossimo anno) e in formazione specifica (diversa da progetto a progetto per un totale di 50 ore). Di solito si fanno molte più ore di formazione del dovuto.

D) Ed in servizio, quante ore devono dedicare?

R) Per 12 mesi, devono dedicare come minimo, 25 ore alla settimana (oppure 1300 ore all'anno). Prevede un "rimborso spese" di 433 euro al mese. Si ha poi diritto al buono pasto (servizio mensa). Alcuni progetti prevedono anche l'alloggio.

Non è quindi volontariato al 100%. Direi che è a metà strada con uno stage.

Serve certamente ad offrire loro un'esperienza che può arricchirli e farli crescere.

Non è né lavoro né volontariato. È comunque un'esperienza recente. Fino ad adesso era gestito a livello nazionale (sotto la Presidenza del Consiglio dei Ministri). Da Gennaio sarà responsabilità delle singole regioni, gestire e modificare il servizio e le sue normative.

D) Ha avuto altre cariche presso l'Università?

R) Da studente avevo fatto un tutor con studenti universitari nelle aule informatiche delle facoltà di Palazzo Nuovo.

D) Titolo di studio?

R) Laureando in Scienze Politiche.

D) Breve descrizione del servizio del quale è collaboratore...

R) Ci occupiamo della gestione globale del servizio civile, dalla sua pubblicizzazione (bandi di concorso, materiale informativo) fino alla selezione dei candidati, alla loro formazione e alla gestione stessa dei 12 mesi di servizio.

D) Esiste una valutazione dell'operato dei volontari?

R) Ci sono degli incontri periodici tra l'ente ed i volontari per monitorare l'andamento dei singoli progetti. Alla fine del servizio, ogni ente gestisce in modo diverso il tipo di valutazione; la maggiorparte delle studentesse ha redatto una relazione che è servita loro per il riconoscimento dell'esperienza come ore di tirocinio. I volontari ricevono comunque un attestato dal servizio nazionale che riconosce loro questa esperienza.

D) Nell'ambito dei tre progetti citati prima, quale ha riscosso più successo?

R) Quest'anno, sono tutti e tre richiesti. In passato, il progetto "sicuramente donna", (per il quale collaboriamo con il "comitato pari opportunità") rivolto alle donne con difficoltà di inserimento nel mondo del lavoro (perché vittime di violenze domestiche o perché immigrate), ha avuto molto successo (tanto nella prima come nella seconda edizione).

Allo stesso modo i progetti "polo universitario in carcere" e "assistenza studenti universitari disabili" hanno avuto molte domande. Ma ciò dipende anche dal fatto, che in passato, pochi conoscevano tali attività. Oggi, si conoscono e molti ragazzi sono interessati a fare domanda.

D) Parlando di promozione della salute, inteso in senso lato, quanto è importante che l'Università si implichi in tali attività e per quali motivi?

R) Mi viene in mente il primo progetto ideato per i volontari "senza barriere", rivolto agli studenti universitari disabili. Per esperienza, posso affermare che sono interessati a tale progetto, anche dei ragazzi che non hanno esperienza previa nel campo dell'assistenza e del volontariato.

Soprattutto il contatto umano è per loro molto gratificante e nonostante i problemi e le paure iniziali (doversi prendere cura di persone più deboli senza averlo fatto prima) ne traggono un valore importante a livello di crescita umana. E ritengo che l'Università dovrebbe prestare attenzione a queste occasioni di maturazione e al miglioramento stesso della qualità di vita dei propri studenti.

D) Chi dovrebbe occuparsi di tali servizi, professionisti o volontari?

R) È ovvio che non si possono delegare le gestioni di tali tematiche ai volontari fin dall'inizio. In "sicuramente donna", per esempio, solo dopo una prima fase in cui erano seguiti da professionisti, i volontari, hanno goduto di maggior indipendenza.

Un altro esempio è il centro di soccorso di violenza sessuale presso l'Ospedale Sant'Anna, nel quale lavora una nostra volontaria che è affiancata da una psicologa e da una ginecologa.

D) A che tipo di attività sarebbero più interessati i ragazzi?

R) Noi cerchiamo di coinvolgerli nella gestione sanitaria dell'emergenza. I nostri volontari, oltre alla formazione di cui parlavamo prima, ricevono una formazione per gestire tali tipi di emergenze dal punto di vista sanitario e mi riferiscono che sono esperienze molto positive perché in

molti casi per molti di loro, era la prima volta che venivano messi a contatto con esperti in tali gestioni.

D) In generale, sono da preferire le attività individuali o quelle collettive?

R) Il piccolo gruppo è la dimensione ideale (12 volontari per le attività citate prima, rappresentano il numero giusto). In passato il Comune di Torino ha organizzato servizi per 50 volontari ma credo sia troppo dispersivo.

D) Quali sono i momenti delle tappe universitarie nei quali gli studenti hanno maggiormente bisogno d'appoggio (inizio, durante, fine)?

R) I nostri volontari, di solito, scelgono di rendersi utili vero la fine del loro percorso e molte volte si tratta anche di laureati. Recentemente però, abbiamo avuto casi di studenti al primo o al secondo anno. Noi (visto che il servizio civile si può fare solo una volta) consigliamo ai ragazzi di non farlo ai 18/19 anni visto che comunque non sanno ancora gestire le loro tempistiche di studio (indubbiamente porta via del tempo allo studio stesso) anche se dipende dal singolo caso: ci sono persone che riescono a studiare e a fare del volontariato e altri che per fare il servizio, rimangono indietro con gli studi.

Le fasi critiche credo che siano proprio l'inizio per le ragioni prima citate e la fine, per le problematiche legate alla ricerca del lavoro.

D) L'importanza di impegnarsi in tali attività avrà un valore duraturo nella vita del volontario?

R) Assolutamente sì. Il servizio civile è un'occasione di crescita al di là del mondo degli studi, importante anche per crescere professionalmente oltre che umanamente.

D) Tali servizi possono arrecare un valore aggiunto all'Università?

R) Penso di sì. Anche se questa è una domanda a cui dovrebbero rispondere i responsabili del Jo-Placement.

D) Il servizio civile è presente in tutte le Università?

R) Nella maggior parte di esse. Non tutte perché non è obbligatorio. È comunque una scelta delle istituzioni locali. Nell'ambito del servizio per l'assistenza a studenti disabili, avevamo condotto una ricerca su internet ed avevamo constatato che molte Università disponevano dello stesso servizio (anche perché il numero di studenti disabili iscritti, è in aumento). Anche se, il volontariato in Italia, è legato tuttora a enti cattolici o ecologisti.

D) Quali sono i maggiori impedimenti che ostacolano il proliferare di tali attività?

R) Le risorse finanziarie in primis, anche se vedo che la partecipazione e la sensibilità collettiva è aumentata e ciò aiuterà ad attirare maggiori attenzioni.

D) Ma sono interessati li studenti a tali attività?

R) Credo che il problema sia legato al tempo che i ragazzi dedicano allo studio. Soprattutto con l'introduzione dei nuovi piani di studio che sono più esigenti a livello di impegno e di ore studio.

D) Attività importanti per Lei e per gli studenti:

R) Educazione sessuale: sono informati fin dalla scuola dell'obbligo.

Droghe: importanti più che il tabacco o l'alcolismo.

Le feste non sono sponsorizzate da marche di alcolici come in Spagna.

Problemi di alimentazione: importanti.

L'alimentazione sana è meno percepita mentre bulimia e anoressia sono molto sentite.

Incidenti stradali: è un problema conosciuto anche per via dell'introduzione della patente a punti.

Esercizio fisico: non penso sia così importante

Salute mentale: per me importante però non credo sia percepito come problema nonostante la depressione e l'ansia siano assai diffuse.

Altro: citerei la violenza sessuale e il tema dell'immigrazione.

D) Ci sono stati casi *border-line*, di persone che hanno intrapreso queste iniziative per dei motivi particolari o per cercare un veicolo d'integrazione?

R) Ragazze extracomunitarie lo fanno a volte per aiutare i loro connazionali ad integrarsi; altri casi sono quelli di volontari che lo fanno perché sono stati toccati in prima persona da problemi analoghi (è stato il caso di due volontari toccati da casi di tumore in famiglia); anche se in questi casi, è difficile capire quanto può essere utile fare questo tipo di esperienza, visto che lo studente potrebbe essere troppo condizionato dalla circostanza vissuta. Altre ragazze volevano fare volontariato in carcere e viste le difficoltà a livello giuridico per ottenere i permessi, non avevano potuto prestarlo e grazie al nostro servizio, hanno potuto vivere questa esperienza.

D) Per la valutazione dell'efficacia di tali servizi, visti i risultati poco tangibili, esiste un vero e proprio problema?

R) Ad Ottobre c'è stato un convegno "Servizio Civile e Lavoro". Uno dei partecipanti era un sindacalista e sosteneva che in Italia non si valuta mai niente (sia in ambito formativo che lavorativo). La valutazione è comunque senz'altro difficile.

D) Per finire, quali dovrebbero essere gli obiettivi di un'Università promotrice di salute?

R) Bisognerebbe sensibilizzare maggiormente l'ambiente, i dipendenti, il personale, gli studenti, i docenti oltre che informarli al meglio.

E poi bisognerebbe far capire loro, che se non ci fossero le emanazioni dirette degli enti locali e dei pochi finanziatori, queste esperienze di volontariato sarebbero ancora più isolate.

Servizio di Counseling

D) Inizierei con una breve descrizione del servizio..

R) Si tratta di un servizio di sostegno psicologico per tutte quelle situazioni di disagio che possono ostacolare la vita accademica dello studente. Il disagio può essere determinato sia da quei momenti critici dell'esistenza nei quali lo studente universitario si trova ad affrontare il periodo rappresentato dal passaggio dall'adolescenza all'età adulta sia da situazioni esterne come lutti, malattie, separazioni in famiglia, problemi di integrazioni in realtà sociali (quali la città) diverse da quelle di origine (spostamenti dal Sud di Italia o semplicemente dalla Provincia). Non affrontiamo però situazioni psico-patologiche. In questi casi, si invia il ragazzo a delle strutture specializzate.

D) Qual'è il suo ruolo all'interno del servizio?

R) Sono psicologa e psicoterapeuta (per fare attività cliniche, in Italia, dopo la Laurea, dopo l'anno di tirocinio, l'esame di stato e l'iscrizione all'albo, è necessario aver fatto una Scuola di Specializzazione di Psicoterapia della durata di quattro anni). Dipendo dai coordinatori del servizio e da una responsabile a livello amministrativo. Il servizio è stato creato all'interno di un'area dell'Università per tutte le Facoltà e non dipende da un dipartimento. Esiste quindi un coordinamento scientifico del servizio. Ed io lavoro con una collega, anch'essa, psicologa - psicoterapeuta e facciamo riferimento a questo comitato scientifico che, nel tempo ha subito dei cambiamenti.

D) Tale comitato è lo stesso per i servizi di Orientamento e Tutorato?

R) No. Questi ultimi fanno riferimento all'area dei servizi agli studenti.

D) Quanti anni ha di esperienza?

R) Io e la mia collega ci lavoriamo dal Dicembre del 1999; ossia da quando il servizio si è istituito.

D) Ha disimpegnato altri ruoli all'interno dell'Università?

R) No.

D) Nell'ambito del Counseling, quali sono le attività più richieste e quello meno?

R) Quelle più frequenti sono quelle che derivano da problemi di tipo affettivo-relazionale, quindi problemi familiari. Ci sono poi i problemi dello studio, derivati dal passaggio dal sistema quadriennale al sistema triennale. Molti studenti, partiti con un certo tipo di percorso, hanno dovuto cambiare ordinamento e piano di studi. Ciò ha determinato richieste di sostegno.

D) Tali attività sono comunemente di trattamento, non di prevenzione..

R) Esatto. Non facciamo né attività di prevenzione né di formazione. Il servizio di Orientamento è ciò che si occupa, nei Licei o nelle Scuole Superiori, di presentare negli ultimi anni, i Corsi di studio. Il servizio di Counseling fa solo attività di sostegno psicologico.

D) Come vede la prevenzione nell'ambito del Counseling (intesa come preparazione dei giovani ai problemi del cambio, della maturazione, dell'adattamento alla nuova realtà, ect)?

R) Sarebbe importante. In Italia, il passaggio da una vita studentesca molto organizzata quale quella delle Scuole Superiori, ad uno meno strutturato (soprattutto per le Facoltà Umanistiche) è molto critico e destabilizzante ed andrebbe senz'altra eseguita una maggiore opera di prevenzione per l'adattamento al cambio.

D) Perché l'Università dovrebbe implicarsi nella promozione della salute dei propri studenti, solo per ragioni etiche?

R) Per tutto. Per ragioni etiche, sociali, igienico-mentali. Avere dei giovani "sani" in senso lato, avvantaggia la stessa società.

D) Crede che anche a livello accademico, la salute, voglia dire miglior rendimento?

R) Assolutamente sì. Chi sta meglio, va meglio.

D) Tali attività da chi dovrebbero essere gestite (medici, psicologi, educatori)?

R) Lavorare in sinergia aiuta di più. Competenze variegate aiuterebbero al conseguimento di un risultato migliore. Ma i servizi per esempio come il Tutorato o l'Orientamento, sono affidati a docenti o ricercatori delle singole Facoltà che conoscono i piani di studio e la struttura dei Corsi.

D) Le sedute del Counseling, sono individuali?

R) Sì. Anche se la mia collega, che ha una formazione orientata alla terapia di gruppo, è interessata ad introdurre un approccio collettivo, molto valido, per altro, in casi come gli attacchi di panico. Al momento, non procediamo in tal senso.

D) Seminari, corsi o volantini sono utili?

R) Costituiscono la prima fonte di informazione ma poi il confronto diretto con la persona è indispensabile; la terapia collettiva inoltre risulterebbe un fattore di forte aggregazione e li farebbe sentire meno "soli" nei loro problemi.

D) Esistono differenti problemi all'inizio, durante e alla fine della carriera?

R) Direi che i momenti più critici sono l'inizio e la fine. Il momento della Laurea e del pre-Laurea (molti casi di studenti che si "bloccano" ad un esame dalla fine) è molto critico. Emergono infatti problemi legati alla consapevolezza dell'età adulta e alle responsabilità che stanno per assumere tenendo presente anche la scarsità di offerta di lavoro. Quindi ci sono ragioni legate a resistenze a terminare una fase della vita.

Ripeto, se i servizi, di Orientamento all'inizio, il Tutorato e il Counseling, lavorassero in sinergia, i risultati sarebbero più tangibili.

D) Quali sono i principali impedimenti che ostruiscono l'erogazione di tali servizi?

R) Sostanzialmente tali attività non sono radicate nella nostra cultura e nel nostro sistema scolastico. Sono esperienze relativamente nuove per noi, a differenza di quello che può dirsi dei paesi anglosassoni. Spesso gli studenti, concludono il loro iter universitario, senza nemmeno sapere che tali servizi esistono.

D) Tali servizi, sono importanti anche per il futuro dello studente?

R) Certo. Credo che possano aiutare ad affrontare con una maggiore sicurezza e serenità, l'evolvere della nostra vita.

D) Un'Università che si occupi di promozione della salute può risultare più competitiva ed "attraente"?

R) Sì. Emerge infatti dalle inchieste che abbiamo fatto. Le nostre Università sono eccellenti dal punto di vista didattico ma mediocri sotto l'aspetto dei servizi che erogano. Questo è sicuramente un handicap per i nostri studenti rispetto ai loro colleghi europei.

D) Qual'è la natura dunque di tali impedimenti allo sviluppo di servizi più "presenti" ed efficienti?

R) I problemi sostanzialmente, sono di natura economica e culturale. I servizi in generale sono sottovalutati, quando si conoscono.

D) Esistono problemi di coordinamento tra i diversi servizi, o i loro responsabili?

R) Può essere senza dubbio, un'altra causa del mancato "decollo" della cultura dei servizi. Soprattutto con i servizi di Tutorato e Job-Placement; in generale, riusciamo a lavorare bene con i servizi di alcune Facoltà ma non di tutte.

D) Crede che i giovani, se fossero più informati, sarebbero più interessati al di là della loro "pigrizia"?

R) Senz'altro sì.

D) Quali tra questi servizi, crede che risultino più importanti per Lei e per i Giovani?

R) Educazione Sessuale: Molto.

Droghe: Molto.

Problemi di alimentazione (anoressia e bulimia): Molto (anche per loro).

Tali problemi andrebbero comunque affrontati negli ultimi anni di Liceo quando si manifestano.

Altre droghe: MOLTO. Soprattutto le "nuove" droghe quali pasticche, acidi anche se i giovani li sottovalutano molto.

Incidenti stradali: legati al consumo delle droghe.

Problemi mentali: ansia soprattutto.

Esercizio fisico: non importante; ci pensano fin troppo loro.

ALTRO: citerei le nuove droghe.

Sta iniziando a colpire i ragazzi (attività compulsive come tre ore di corse tutti i giorni)

D) È a conoscenza di altre attività organizzate da altre Università?

R) Immagino che esistano ma non ne sono a conoscenza.

D) Per concludere, quanto è facile misurare l'efficacia del servizio?

R) Non è semplicissimo; la valutazione comporta la disponibilità degli studenti ma i questionari di valutazione sono un metodo poco efficace (non li restituiscono).

D) Infine, quali dovrebbero essere gli obiettivi di un'Università promotrice della salute?

R) Dovrebbe avere l'obiettivo di formare cittadini più sani nel senso completo, sotto l'aspetto organico e psicologico perché questo garantisce una società migliore.

Tutorato

Il tutorato in Italia è diviso in due modalità: cognitivo e relazionale.

Vengono organizzati degli interventi che consentono di seguire l'individuo nelle sue scelte (sia sul piano psicologico sia sul piano operativo) ed altre attività volte a potenziare le competenze dello studente al fine di migliorarle e quindi in qualche modo al fine di rendere più vivace il suo studio e la sua attività all'interno dell'Università.

La facoltà di Scienze della Formazione ha al suo interno quattro Corsi di Studio che sono: Scienze dell'Educazione, Scienza della Formazione Primaria che si occupa di formare le maestre, il DAMS, Discipline Arti, Musica e Spettacolo (corso poliedrico dedicato all'insegnamento delle Arti) e infine il MultiDAMS, ove rientrano le applicazioni dall'informatica all'arte. Le esigenze degli studenti di tali Corsi sono molto variegata tra loro ed è per questo che all'interno della Facoltà, i tutorati sono di stampo differenti. DAMS e MultiDAMS hanno un tutorato relazionale, basato sulla relazione.

Per quanto riguarda la modalità cognitiva, tutti gli anni, si progredisce e sono previsti dei laboratori di potenziamento delle strategie di studio. Sono stati attivati dei seminari in cui si insegna a preparare l'esame orale, controllare lo stato d'ansia, a prendere appunti, a scrivere (per la professione che dovranno fare, dovranno scrivere molto).

Abbiamo una serie di interventi di avvicinamento al tirocinio. Sono in totale 300 ore e tale iniziativa costituisce la prima volta che si confrontano con il mondo professionale dove andranno ad esercitare dopo la Laurea. Da una parte, diamo loro una serie di strumenti per lavorare in maniera efficiente durante il tirocinio, dall'altra, cerchiamo di accompagnarli verso l'integrazione nella struttura professionale.

E poi abbiamo tutta una serie di interventi che vanno dall'ingresso fino all'uscita in cui siamo costantemente loro vicini. Appena immatricolati, per esempio, incontriamo le matricole due volte a Settembre per illustrare loro la struttura universitaria in generale e la struttura organizzativa del singolo corso di studi.

Le matricole, infatti, si muovono in maniera inefficace: non sanno dove andare, non sanno cogliere i servizi, perdono quindi tempo.

Organizziamo una giornata in cui presentiamo loro i risultati dei test di ingresso (essendo una Facoltà "a numero chiuso"). In quanto, il mero fatto di entrare, di per sé non garantisce il successo universitario. Bisogna considerare la valutazione di tale test per proiettare il rendimento e l'efficacia nel futuro del singolo studente.

Si può entrare "bene" e "meno bene". Bisogna far loro capire l'importanza del punteggio con cui sono entrati. Il punteggio non deve quindi essere rozzamente interpretato come "posso iscrivermi o no" ma per esempio, come "ho passato il test di ingresso ma avrò dei problemi nell'analisi logica o nella comprensione dei testi".

È quindi importante che le matricole capiscano i loro punti di forza e le loro debolezze.

Ma esiste anche un accompagnamento all'uscita: il Job-Placement da informazioni di tipo pratico e generale su come dovrebbero porsi rispetto al mondo del lavoro.

L'attività di **Tutorato** è quindi in stretta collaborazione con quella di **Orientamento**.

Soprattutto nella fase iniziale, ci sono molti raccordi tra l'attività di orientamento che si concretizza nell'ultimo anno della scuola superiore e l'attività di accoglienza nell'ambiente universitario.

Il DAMS e il MultiDAMS, basano il Tutorato sulla relazione.

Ogni Docente di questi Corsi di Laurea ha all'incirca venti (20) studenti che deve in qualche modo seguire. Essenzialmente dovrebbe tenere traccia di come sta andando quel percorso ed essere di supporto nei casi che lo necessitano.

Il Docente dovrebbe essere in grado di verificare la presenza di un problema prima che tale problema, non solo si manifesti, ma sia anche "recuperabile".

L'Università Italiana, ha infatti un altissimo tasso di abbandono.

La riforma che c'è stata quattro anni fa, non voleva solo essere un adeguamento ai piani europei ma anche una risposta a tale problema.

Il problema dell'abbandono, nonostante le attività come il Tutorato, rimane presente e forte.

Per quanto riguarda le attività esterne, l'Università ha un servizio di **Counseling**. Inoltre siamo a disposizione degli studenti anche attraverso degli "sportelli informativi".

D) Tali attività, come "il saper scrivere" sono obbligatorie?

R) Fino all'anno scorso, no. Da quest'anno è obbligatoria. Facciamo un test di ingresso. Se si supera il test, gli studenti non sono obbligati a seguire il corso. Per le altre attività, non si costringono gli studenti, un po' come un malato non lo si costringe ad operarsi.

Esiste un problema culturale, in Italia, si tende a pensare che l'Università Pubblica non funzioni e non metta a disposizione dei servizi e delle attività. Bisogna aiutare la gente a crederci.

Abbiamo un doppio obiettivo: offrire servizi e dimostrare all'utenza che tali servizi funzionano.

Da cinque anni a questa parte, abbiamo assistito a un cambio nella tendenza culturale diffusa ma è un lavoro molto lento. In termini di costi e benefici, siamo assolutamente in passivo e se si fossero analizzati tali risultati economici, le iniziative sarebbero state senz'altro interrotte. Ma si spera di arrivare in attivo in breve tempo.

D) Come siete organizzati funzionalmente?

R) Io sono la Responsabile di Facoltà per tutte queste attività poi ciascun Corso di Studi ha al suo interno una commissione che lavora per gestire le singole attività. Abbiamo un servizio che si chiama **Tutorato, Orientamento e Job-Placement** che è un ufficio che ci aiuta nell'organizzazione dei Corsi che tendenzialmente sono tenuti da Docenti.

D) E per le altre Facoltà?

R) Sono le une diverse dalle altre. Dipende moltissimo dal tipo di Facoltà. Per esempio, la Facoltà di Medicina, i cui studenti sono considerati tra i migliori, per via dei test di ingresso molto esigenti, ha un'attività di Tutorato molto centrata sui Laboratori; questo si deve al fatto che questi studenti frequentano quasi tutti, passano molte ore all'interno della Facoltà. Mentre le altre Facoltà, come Lettere o Farmacia, hanno altri modelli.

D) Questi seminari sulle tecniche di studio sono svolti da un unico gruppo di Docenti?

R) Il nostro gruppo organizza anche delle attività presso la Facoltà di Scienze Politiche e di Fisica. Non tutte le Facoltà posseggono dei laboratori di avviamento allo studio.

D) Esistono pubblicazioni per questi tipi di attività?

R) Abbiamo un testo operativo per le attività di studio. Il progetto tutorato è presentato alla Facoltà tutti gli anni e sono disponibili delle copie per il pubblico.

D) Questo unico servizio che unisce le attività di Tutorato, Orientamento e Job-Placement offre un servizio per tutte le Facoltà?

R) Sì.

D) Nel tipo di Tutorato Cognitivo, non è previsto, come nel caso di Tutorato Relazionale, un professore per tanti studenti?

R) Tutti noi, siamo a disposizione. Facciamo ricevimento a degli orari specifici per incontrare gli studenti però non abbiamo l'assegnazione di X studenti.

Lo studente che ha dei problemi, individua il soggetto con cui vuole andare a parlare e liberamente se lo sceglie.

D) I ricevimenti sono delle occasioni per dubbi su lezioni, su quello che ha spiegato il Professore oppure si può parlare d'altro?

R) Può essere qualsiasi cosa. Lo studente, che ritiene di avere una difficoltà in generale indipendentemente dall'argomento specifico della disciplina, può recarsi da un Docente e parlarne. Esistono anche "le pratiche studenti": pratiche che si occupano del curriculum dello studente durante i suoi tre anni. In realtà non esiste una relazione diretta ma per obbligo, dobbiamo accoglierli, risolvendo i problemi che emergono.

Potrebbe intervenire per esempio, il servizio Counseling.

D) Quanti anni di esperienza ha come Responsabile?

R) Cinque anni.

D) Altre funzioni che ha svolto all'interno dell'Università?

R) Sono un Docente associato.

D) La sua Laurea?

R) Sono laureata in Pedagogia.

D) Fra le attività di cui abbiamo parlato, quali sono quelle maggiormente richieste e quali meno?

R) "Il servizio di sportello" è quello più attivo; per gli altri bisogna vincere appunto una cultura che non richiede informazione.

D) Quanto è importante che l'Università si implichi in queste attività?

R) Credo che bisogna istituire un forte raccordo tra i diversi livelli della formazione.

Le nuove generazioni sono piene di fragilità emotiva e psicologica (ansia in primis) che non si può curare, si deve prevenire collaborando con le istituzioni che ci precedono nella scala della formazione in maniera da fornire ai giovani più robustezza psicologica. Sono frequentissimi i casi di studenti che piangono durante gli esami perché patiscono dei crolli emotivi. Alla minima difficoltà, abbandonano.

È quindi fondamentale creare un raccordo con le scuole per lenire tali problemi perché quando si iscrivono all'Università, sono già adulti e difficilmente "aiutabili".

D) Tali attività di promozione, da chi dovrebbero essere portate avanti (psicologi, medici, pedagoghi)?

R) Tutti i Docenti hanno un ruolo educativo. Deve esserci una forte interdisciplinarietà e l'impegno deve essere di tutti noi. Come Docenti, non bisogna essere solo "trasmettitori di un sapere" ma anche educatori di modelli di relazione. Certo bisognerebbe che collaborassero degli specialisti.

D) E l'apporto dei volontari?

R) È previsto. Ci sono gli studenti del progetto "150 ore". Nella nostra Facoltà non si fa un intervento "peer to peer" (studenti senior che lavorano con matricole) mentre presso la Facoltà di Medicina, l'esperienza ha dato buoni risultati. Dovrebbe comunque essere vissuta come un'esperienza di assistenza non come un lavoro (gli studenti spesso cercano un lavoretto).

D) Quali attività funzionano meglio: quelle di tipo individuale come il Counseling o quelle di tipo collettivo?

R) Credo molto nelle esperienze collaborative. Gli studenti, quando sono messi insieme, lavorano meglio; non solo sul piano disciplinare-tecnico ma anche su quello emotivo.

Imparano a relazionarsi, a confrontarsi con gli altri mettendo a nudo le loro debolezze.

Si impara a condividere le difficoltà.

D) Quando crede che gli studenti abbiano più bisogno di tali supporti, all'inizio, nel mezzo o alla fine del percorso universitario?

R) Durante tutta la loro carriera. Le difficoltà sono diverse ma sempre presenti e le attività devono saper offrire una risposta nelle diverse tappe.

D) Tali attività hanno un valore per il presente o anche per il futuro di questi giovani?

R) Anche per il futuro, senz'ombra di dubbio. Le situazioni dinanzi alle quali si bloccano adesso, saranno i problemi che ritroveranno durante la loro esistenza.

Bisogna quindi lavorare sulla "relazione", specialmente per noi, che formiamo dei futuri educatori.

D) All'interno del Tutorato, si potrebbero "pensare" delle attività specifiche indirizzate alla prevenzione?

R) Secondo me il Tutorato deve continuare ad essere legato alla figura del "mentore" come colui che assiste lo studente durante una serie di passaggi strettamente connessi con il lavoro universitario. Potrebbe essere interessante lavorare su altre forme di Educazione alla Salute. Gli studenti devono vedere l'Università come un Luogo e come un Tempo da vivere, in cui faranno delle esperienze uniche nella loro vita.

Cito a questo proposito, il film sull'Erasmus "l'appartamento spagnolo".

Le relazioni con gli altri, le occasioni culturali, gli interventi educativi, sono per questo motivo, da sfruttare.

D) In ottica di qualità universitaria, crede che tali attività, possano risultare un fattore accattivante e quindi un valore aggiunto per l'Università?

R) Secondo me sì. Anche se oggi, i sistemi di valutazione, non danno molta importanza a tali iniziative. Questa è una grande contraddizione. Esistono infatti criteri molto quantitativi che devono valutare attività qualitative, non misurabili. Bisognerebbe valorizzare il lavoro di Tutorato. Si fa ancora troppo poco. Prova ne è che gli studenti, quando scelgono la Facoltà e si immatricolano, non sanno che esistono queste attività.

La matricola, appena arrivata da noi, vuole sapere quante chance ha di lavorare dopo la Laurea, quanto è difficile l'Università stessa e se si deve frequentare o meno.

D) Questi seminari prevedono l'elargizione di crediti?

R) Alcuni sì (quello sullo studio), altri no. Gli studenti devono capire che non possono sempre chiedere. Gli si cerca di risolvere un problema. Dovrebbero forse farsi anche pagare?

D) Quali sono gli impedimenti per portare avanti tali tipi di attività? Sono di tipo economico?

R) Abbiamo avuto diversi problemi economici per via degli scarsi finanziamenti anche se da due anni a questa parte il Rettorato sta elargendo un finanziamento più consistente. Il budget è comunque alto e molte Università hanno la stessa difficoltà perché mancano i fondi.

D) Esistono come in Spagna e Portogallo, dei problemi di coordinamento?

R) A livello di Facoltà e di Ateneo, direi di no.

D) Per i giovani non interessati a tali attività, esiste un problema di mancanza di consapevolezza, di coscienza, di mancanza di tempo?

R) Alcuni giovani non hanno coscienza di malattia: non sanno di avere un problema.

Molti di loro credono che l'Università sia un ESAMIFICIO, un posto dove si vada per sostenere gli esami. Non hanno interesse a fare nulla che non sia concretizzabile. Alcuni lavorano e non hanno tempo.

D) Quali sono i temi individuati come importanti e se i giovani li considerano importanti:

R) - Le questioni di carattere psicologico in primis.

- Problemi di natura alimentare (alcuni di loro non riescono a non mangiare, oltre le due ore di digiuno)

La risposta educativa che si deve dare è "aiutare a crescere".

Non credo che tocchi a noi (come Tutorato) occuparci di Educazione Sexuale o di Tabacco nella maniera più diretta.

Si parla con degli adulti a cui si danno degli strumenti (per capire se stessi e per vedere i loro limiti) però dovrebbero poi saperli utilizzare.

D) Valutare tali di attività è un problema?

R) Noi le valutiamo. Facciamo dei report, dei questionari, otteniamo dei feed-back con cui possiamo quantificare le risposte e l'efficacia delle attività.

D) Per concludere, quali crede che debbano essere gli obiettivi della Promozione della Salute all'interno dell'Università?

R) Fare in modo che le nuove generazioni abbiano una visione dell'esistenza non più parcellizzata come hanno avuto le generazioni passate. Mi piacerebbe che il concetto di cultura abbracciasse non solo la scienza ma anche il "saper essere", non solo "saper fare": mens sana in corpore sano. Sarebbe bello che la qualità della vita passasse anche per questa cura comportamentale e relazionale.

Anexo 3. Cuestionarios que han sido aplicados en cada una de las instituciones y cuestionario inicial

CUESTIONARIO INICIAL

1. ASPECTOS GENERALES:

1.1) Sexo: Hombre Mujer 1.2) Edad: _____

1.3) Titulación: Pedagogía Psicopedagogía Magisterio Educación Social
 Otra (cual _____)

1.4) Población de procedencia:

1.5) Residencia durante el curso académico:

- Con tu familia
 Piso compartido
 Piso individual
 Residencia universitaria o colegio mayor de la USC
 Residencia universitaria privada
 Otros (especificar: _____)

1.6) ¿Tienes asignaturas pendientes de años anteriores? No Sí (cuantas: _____)

1.7) Marca con una X cuál es la media aproximada de tu expediente académico

- Suspenso Aprobado Notable Sobresaliente Matrícula

2. ESTILOS DE VIDA

2.1) Señala el número de horas que aproximadamente dedicas SEMANALMENTE, durante el curso académico, a cada una de las siguientes actividades:

Actividades	Horas aprox. a la semana
Ir a clase o prácticas	
Estudiar o Realizar trabajos asignaturas	
Trabajar	
Utilizar ordenador	
Tomar café, estar de tertulia...	
Salir de noche	
Ir al cine, teatro, conciertos...	
Salir a pasear	
Ver la tele	
Actividades solidarias	
Otros (especificar: _____)	

2.2) Desde que estás en la universidad ha habido cambios en tus estilos de vida

- Sí No (Si has respondido No pasa a la pregunta 2.5)

2.3) Señala con una X la importancia de esos cambios:

Poco importantes

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muy importantes

2.4) Explica brevemente en que consistieron esos cambios: _____

2.5) Marca cuale/s de estos días sueles salir de noche:

Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado
 Domingo No salgo ningún día

2.6) Cuando sales de noche habitualmente te acuestas a las ____ y al día siguiente te levantas a las ____

Cuando NO sales de noche habitualmente te acuestas a las ____ y al día siguiente te levantas a las ____

3. TABACO:

3.1) ¿Fumas actualmente?

Sí
 ¿Por qué? _____

3.2) ¿Cuantos cigarros fumas aproximadamente al día? _____

3.4) Señala con frecuencia fumas en las siguientes situaciones:

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Siempre
Estando solo					
Estando en compañía					

3.5) ¿Crees que podrías dejarlo fácilmente? Sí No

¿Por qué? _____

3.6) ¿Por qué motivos dejarías de fumar? _____

No, pero si fumaba en el pasado

3.7) ¿Por qué motivos has dejado de fumar? _____

No, y nunca he fumado

¿Por qué? _____

3.8) Marca con una x el grado de riesgo que consideras implica el tabaco:

PARA TU SALUD	Ninguno	Poco	Regular	Bastante	Mucho
PARA LA SALUD DE LOS QUE TE RODEAN	Ninguno	Poco	Regular	Bastante	Mucho

3.9) Desde que estás en la universidad: (Responde solo si fumas o has fumado alguna vez)

Dejaste de fumar Empezaste a fumar Fumas más Fumas menos
 Fumas igual

4. ALCOHOL

4.1) ¿Tomas bebidas con alcohol? Sí No

¿Por qué? _____

(si has respondido No pasa a la pregunta 4.10)

4.2) ¿Cuándo sueles tomar bebidas con alcohol? (Puedes señalar varias)

- Cuando sales de noche
 Con la comida
 Antes de comer/cenar
 Otras (especificar: _____)

4.3) Indica aproximadamente el número de COPAS que sueles consumir A LA SEMANA de las siguiente bebidas:

Bebidas	Ninguna	Entre 1 y 4	Entre 5 y 8	Entre 9 y 12	Más de 12
Cerveza					
Vino					
Licores					
Combinados (cubalibre, gintonic..)					
Whisky, vodka, ron... (solo o con hielo)					
Otras (especificar: _____)					

4.4) ¿Como definirías tu grado de consumo de alcohol?

Muy bajo	Bajo	Moderado	Alto	Muy alto
----------	------	----------	------	----------

4.5) Señala con que frecuencia consumes bebidas con alcohol en los siguientes lugares:

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Muy a menudo
En bares, cafeterías, restaurantes					
En pubs y discotecas					
En tu piso o piso de amigos					
En la calle o plaza...					
Otras (especificar: _____)					

4.6) Señala con que frecuencia bebes en las siguientes situaciones:

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Siempre
Estando solo					
Estando en compañía					

4.7) Marca con una x el grado de riesgo que consideras que implica el consumo abusivo de alcohol para tu salud:

Ninguno	Poco	Regular	Bastante	Mucho
---------	------	---------	----------	-------

4.8) Señala si el consumo alcohol repercute, positiva o negativamente, en algún aspecto de tu vida y de que modo lo hace (académicamente, en tus relaciones familiares, en tus relaciones afectivas, económicamente, en tu salud...): _____

4.9) Desde que estás en la universidad:

- Dejaste de beber Empezaste a beber Bebes más Bebes menos
 Bebes (o no bebes) igual

5. OTRAS SUSTANCIAS:

5.1) Señala con que frecuencia consumes los siguientes tipos de sustancias:

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Muy a menudo
Cannabis					
Drogas de síntesis(Extasis, LSD...) (especificar _____)					
Anfetaminas					
Heroína					
Cocaína					
Otras (especificar: _____)					

¿Por qué? _____

Si has contestado Nunca porque actualmente no las consumes, pero si las consumías en el pasado pasa a la pregunta 5.7

Si ni actualmente ni en el pasado la/s has consumido pasa a la pregunta 5.8

5.2) Señala con que frecuencia consumes la/s sustancia/s que has señalado en las siguientes situaciones:

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Siempre
Estando solo					
Estando en compañía					

5.3) Señala con frecuencia consumes la/s sustancia/s que has señalado en los siguientes lugares:

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Muy a menudo
En bares					
En pubs y discotecas					
En tu piso o piso de amigos					
En la calle o plaza...					
En la facultad					
Otras (especificar: _____)					

5.4) Señala si el consumo de la/s sustancia/s que has señalado repercute, positiva o negativamente, en algún aspecto de tu vida y de que modo lo hace (académicamente, en tus relaciones familiares, en tus relaciones afectivas, económicamente,...): _____

5.6) ¿Crees que podrías dejarla/s fácilmente? Sí No

¿Por qué? _____

5.7) ¿Por que motivos dejarías o has dejado de consumirla/s? _____

5.8) Marca con una x el grado de riesgo que consideras implica el consumo de esta/s sustancia/s para la salud:

Ninguno	Poco	Regular	Bastante	Mucho
---------	------	---------	----------	-------

5.9) Desde que estás en la universidad: (responde solo si consumes o alguna vez has consumido)

- Dejaste de consumir Empezaste a consumir Consumes más
 Consumes menos Consumes igual

6. EJERCICIO FÍSICO:

6.1) Marca con una x con que frecuencia realizas actividades físico deportivas:

A diario	2 o 3 veces a la semana	1 vez a la semana	Dos o tres veces al mes	Alguna vez al año.	Nunca
----------	-------------------------	-------------------	-------------------------	--------------------	-------

Si has contestado Nunca explica por qué y pasa a la pregunta 6.5 _____

6.2) ¿Cuales son las razones por las que realizas ejercicio? _____

6.3) ¿Qué tipo de ejercicio realizas? _____

6.4) ¿Señala donde realizas estas actividades deportivas?

- En las instalaciones de la universidad
 En otras instalaciones privadas
 Al aire libre
 Otras (especificar _____)

¿Por qué? _____

6.5) Como valorarías los siguientes aspectos de tu universidad en cuanto a actividades deportivas:

	Muy mal	Mal	Regular	Bien	Muy bien
Oferta de actividades					
Instalaciones					
Precio					
Horarios					

No puedo valorar el servicio porque no lo conozco

6.6) Desde que estás en la universidad:

- Dejaste de hacer deporte Empezaste a hacer deporte Haces más deporte
 Haces menos deporte Haces igual deporte

7. HÁBITOS ALIMENTARIOS

7.1) Señala con frecuencia comes en los siguientes lugares durante el curso académico:

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Siempre
Comedores universitarios					
Otros comedores o restaurantes de la ciudad					
En tu piso					
En casa con tu familia					
Otros (especificar: _____)					

7.2) En caso de comer en tu piso:

- Te traes la comida preparada de casa
 Cocinas tu
 Compras comida precocinada
 Otros (especificar: _____)

7.3) Señala la regularidad con la que sueles desayunar:

- Nunca Casi nunca A veces A menudo Siempre

7.4) ¿En que suele consistir tu desayuno? _____

7.5) Señala con que frecuencia consumes los siguientes alimentos:

	Todos los días	2 o 3 veces a la semana	1 vez a la semana	Alguna vez al mes	Casi nunca	Nunca
Comida rápida (pizza, Hamburguesas)						
Carne						
Pescado						
Pasteles o bollería						
Frutas						
Verduras y vegetales						

7.6) Desde que estás en la universidad consideras que globalmente:

- Comes mejor Comes peor Comes igual

7.7) Estas haciendo algún tipo de dieta:

- No Si, con control médico Si, sin control médico

7.8) Indica tu peso _____ Indica tu estatura _____

7.9) ¿Estas a gusto con tu peso?

- Si No, porque querría adelgazar No, porque querría engordar

7.10) Como valorarías los siguientes aspectos de tu universidad en cuanto a comedores universitarios:

	Muy mal	Mal	Regular	Bien	Muy bien
Variedad de la oferta					
Precio					
Calidad					
Presentación					
Horarios					

No puedo valorar el servicio porque no lo conozco

8. SEGURIDAD VIAL

8.1) Como te trasladas habitualmente, durante la semana, desde tu casa a la facultad.

- En tu coche solo En coche con otros En moto
 En tren En bus En bicicleta Andando
 Otros (especificar: _____)

8.2) Señala con que frecuencia cometes las siguiente infracciones de tráfico:

	No conduzco	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Siempre
Conducir si has bebido						
No usar cinturón de seguridad						
Hablar por el móvil mientras conduces						
Superar limite de velocidad						
No usar casco cuando vas en moto						
Fumar mientras conduces						
Otros (especificar: _____)						

9. EDUCACIÓN SEXUAL

9.1) ¿Consideras que tienes la suficiente formación en cuanto a temas de sexualidad?

- Sí No
 ¿Te gustaría tener más información sobre temas de sexualidad? Sí No

9.2) ¿Has tenido alguna vez relaciones sexuales?

- Sí No (Si la respuesta es No pasa a la pregunta 9.8)

9.3) Señala con que frecuencia utilizáis, tu o tu pareja, los siguientes métodos anticonceptivos:

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Siempre
Ningún método					
Preservativo					
Píldora					
Otros (especificar: _____)					

¿Por qué escoges estos métodos y no otros? _____

9.4) ¿Has tenido alguna vez alguna enfermedad de transmisión sexual? Sí No

9.8) Marca con una X el grado de riesgo para tu salud que consideras implican las relaciones sexuales sin protección:

Ninguno	Poco	Regular	Bastante	Mucho
---------	------	---------	----------	-------

¿Por qué? _____

10. AUTOESTIMA, INTEGRACIÓN SOCIAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO:

10.1) Valora de 1 a 5 tu nivel de AUTOESTIMA y justifica tu valoración:

Muy baja

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muy alta

¿Por qué? _____

¿Has notado algún cambio en tu autoestima desde que estás en la universidad?

No Sí (cual _____)

10.2) Valora de 1 a 5 tu nivel de INTEGRACIÓN SOCIAL y justifica tu valoración:

Muy baja

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muy alta

¿Por qué? _____

¿Has notado algún cambio en tu integración social desde que estás en la universidad?

No Sí (cual _____)

10.3) Valora de 1 a 5 tu nivel de BIENESTAR PSICOLÓGICO y justifica tu valoración:

Muy bajo

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muy alto

¿Por qué? _____

¿Has notado algún cambio en tu bienestar psicológico desde que estás en la universidad?

No Sí (cual _____)

10.4) ¿Tomas o has tomado alguna vez algún tipo de medicación para tu bienestar psicológico?

No Sí (cual [tranquilizantes, antidepresivos...] _____)

¿Los tomabas antes de estar en la universidad? No Sí

11. PAPEL DE LA UNIVERSIDAD EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD DE SUS ESTUDIANTES:

11.1) Señala si CONOCES y/o HAS UTILIZADO los diferentes servicios de la universidad.

	¿Lo conoces?	Grado de utilización				
		Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Muy a menudo
COIE	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Servicio de apoyo psicológico	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Área de cultura	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					

	¿Lo conoces?	Grado de utilización				
		Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Muy a menudo
Área de deportes	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Oficina de voluntariado	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Residencias Universitarias	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Comedores Universitarios	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					

11.2) Señala en la escala el nivel de **IMPORTANCIA** que consideras tienen, en la promoción de la salud, los diferentes servicios universitarios:

	Nada importante	Poco importante	Algo importante	Bastante importante	Muy importante
COIE					
Servicio de apoyo psicológico					
Área de cultura					
Área de deportes					
Oficina de Voluntariado					
Residencias Universitarias					
Comedores Universitarios					
Otros (especificar _____)					

11.3) Puntúa globalmente el papel que en tu opinión está desempeñando tu universidad en **ESTOS MOMENTOS** en cuanto a promoción de salud de sus estudiantes

Nada importante	1	2	3	4	5	Muy importante

¿Por qué? _____

11.4) En que medida consideras **QUE DEBERÍA** implicarse tu universidad en la promoción de salud de sus estudiantes

Nada	1	2	3	4	5	Mucho

¿Por qué? _____

11.5) En tu opinión ¿Cual o cuales de estas personas deberían asumir la promoción de la salud en la universidad?

- Médicos Psicólogos Pedagogos/educadores Voluntarios
 Otros (especificar: _____)

Si has señalado mas de uno ¿consideras que deberían trabajar en equipo? Sí No

11.6) Valora la importancia de la promoción de la salud en cada una las diferentes etapas universitarias:

	Nada importante	Poco importante	Algo importante	Bastante importante	Muy importante
En la entrada en la universidad					
Durante los estudios universitarios					
Al finalizar la carrera					

11.7) Valora la repercusión de la promoción de la salud en la universidad en tu futuro como profesional:

Nada	1	2	3	4	5	Muy importante

¿Por qué? _____

11.8) Cuales consideras que son los principales impedimentos para poner en marcha y desarrollar actividades de promoción de la salud en la universidad: _____

11.9) En que medida debería implicarse la universidad en los siguientes temas y con que tipo de iniciativas:

	Nada	Poco	Algo	Bastante	Mucho	¿Con qué iniciativas?
Prevención y deshabituación del uso de tabaco						
Prevención y deshabituación del abuso de alcohol						
Prevención y deshabituación del consumo de sustancias adictivas						
Fomento de la actividad deportiva						
Contribución a una alimentación saludable de sus alumnos						
Promoción de una mayor seguridad vial de sus alumnos						
Implicación en la información / formación en educación sexual.						
Promoción del bienestar psicológico de los alumnos						
Promoción de la integración social de los alumnos						
Otros temas (especificar _____)						

11.10) Si la universidad promoviese actividades relacionadas con alguno/s de estos temas en que medida estarías dispuesto a participar:

Nada	Poco	Regular	Bastante	Mucho
------	------	---------	----------	-------

¿Por qué? _____

11.11) A modo de conclusión cuales crees que deben ser los objetivos de promoción de la salud en la universidad: _____

CUESTIONARIO SOBRE PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LA USC

En el Departamento de Didáctica y Organización Escolar de la Universidad de Santiago de Compostela, estamos realizando una investigación sobre **la promoción de la salud en la Universidad**, entendida como el modo en el que Universidad puede potenciar el máximo bienestar físico, psicológico y social de sus miembros, incluyendo los estudiantes.

En particular, nos interesa conocer vuestra opinión sobre cuál es, y también cuál debería ser, el papel de la Universidad en la promoción da salud de sus estudiantes.

Instrucciones generales:

El cuestionario está compuesto por 5 partes donde están incluidos diversos temas relacionados con la salud de los estudiantes universitarios:

1. Aspectos generales
2. Tabaco, bebidas alcohólicas, otras sustancias y seguridad vial
3. Ejercicio físico y hábitos alimentarios
4. Autoestima, integración social y educación afectivo-sexual
5. Papel de la Universidad en la promoción de la salud de sus estudiantes

La participación en este estudio es voluntaria. Este cuestionario es **totalmente anónimo**. No existe tempo límite, ni preguntas verdaderas o falsas. Estamos profundamente interesados en tu opinión. Esperamos que seas lo más sincera o sincero posible al responder a todas las cuestiones formuladas.

Al final, revisa, por favor, todo el cuestionario para comprobar si respondiste a todas las preguntas efectuadas.

Agradecemos tu inestimable colaboración y prometemos difundir todo lo posible los resultados de esta investigación

Muchas gracias por tu participación.

Carlos Rosales López
Elena González Alfaya (e-mail:elenaga@usc.es)
Universidad de Santiago de Compostela
Departamento de Didáctica y Organización Escolar

Señala con una cruz (x) la respuesta más adecuada. En las cuestiones abiertas, cubre los espacios reservados al efecto

1. ASPECTOS GENERALES:

1.1. **Sexo:** Masculino Femenino

1.2. **Edad:** _____

1.3. **Población de procedencia:** _____

1.4. **Residencia durante el curso académico:**

Con tu familia Piso compartido Piso individual

Residencia universitaria o Colegio Mayor de la USC

Residencia universitaria privada

Otros. Especificar _____

- 1.5. Titulación: _____
- 1.5.1. Especialidad: _____
- 1.6. Año lectivo en el que iniciaste la carrera _____ / _____
- 1.7. ¿Tienes asignaturas pendientes de años anteriores?
- No Sí ¿Cuántas? _____
- 1.8. Señala la media aproximada de tu expediente académico
- Suspenso Aprobado Notable Sobresaliente Matrícula de Honor
- 1.9. Desde que estás en la Universidad ha habido cambios en tus estilos de vida
- Sí No (Si has respondido No pasa a las preguntas del apartado 2)
- 1.10. Si la respuesta fue Sí, señala la importancia de esos cambios:
- Poco importantes

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muy importantes
- 1.11. Explica brevemente en qué consistieron esos cambios: _____
- _____
- _____

2. TABACO, BEBIDAS ALCOHOLICAS, OTRAS SUSTANCIAS Y SEGURIDAD VIAL

- 2.1. ¿Fumas actualmente?
- No, y nunca he fumado
- No, pero sí fumaba en el pasado
- Sí. ¿Cuántos cigarros fumas aproximadamente al día? _____
- 2.1.1. Desde que estás en la Universidad, cambió tu comportamiento con respecto al tabaco (Responde sólo si fumas o has fumado alguna vez)
- Dejé de fumar Empecé a fumar Fumo más Fumo menos
- Fumo la misma cantidad
- 2.2. ¿Tomas bebidas con alcohol?
- Sí No (Si la respuesta es No continua en la pregunta 2.2.3.)
- 2.2.1. Si la respuesta fue Sí de las siguiente bebidas, indica aproximadamente el número de COPAS que sueles consumir A LA SEMANA:

	Ninguna	Entre 1 y 4	Entre 5 y 8	Entre 8 y 12	Más de 12
Cerveza					
Vino					
Licores					
Combinados (cubalibre, gintonic...)					
Whisky, vodka, ron... (solo o con hielo)					
Otras _____					

2.2.2. ¿Cómo definirías tu grado de consumo de alcohol?

- Muy bajo Bajo Moderado Alto Muy alto

2.2.3. Desde que estás en la Universidad, se modificó tu comportamiento con respecto al alcohol (Responde sólo si consumiste bebidas alcohólicas)

- Dejé de beber Empecé a beber Bebo más Bebo menos
 Bebo la misma cantidad

2.3. Actualmente, ¿consumes sustancias ilegales (ej. Cannabis, Éxtasis, Cocaína, etc.)?

- Sí No

2.3.1. Si la respuesta es Sí, indica con qué frecuencia consumes los siguientes tipos de sustancias

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Muy a menudo
Cannabis					
Drogas sintéticas (Éxtasis, etc.)					
Anfetaminas					
Heroína					
Cocaína					
Otras _____					

2.3.2. Desde que estás en la Universidad, tu comportamiento, con respecto a las sustancias que acabamos de citar, ¿se modificó? (responde sólo si consumes o alguna vez has consumido)

- Dejé de consumir Empecé a consumir Consumo más
 Consumo menos Consumo la misma cantidad

2.4. Cómo te trasladas habitualmente, durante la semana, desde tu domicilio a la facultad.

- En tren En bus En coche con otros
 En coche solo En moto En bicicleta Andando
 Otros. Especificar _____

2.4.1. Señala con qué frecuencia cometes las siguiente infracciones de tráfico:

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Siempre
Conducir si has bebido alcohol					
No usar cinturón de seguridad					
Hablar por el móvil mientras conduces					
Superar límite de velocidad					
No usar casco cuando vas en moto					
Otros _____					

- No conduzco

3. EJERCICIO FÍSICO Y HÁBITOS ALIMENTARIOS

3.1. Marca con qué frecuencia realizas actividades físico deportivas

- Diariamente 2 ó 3 veces por semana 1 vez por semana
 Dos a tres veces por mes Alguna vez al año Nunca

3.2. Cómo valorarías los siguientes aspectos de tu Universidad en cuanto a actividades y servicios deportivos

	Muy mal	Mal	Regular	Bien	Muy bien
Oferta de actividades					
Instalaciones					
Precio					
Horarios					

No puedo valorar el servicio porque no lo conozco

3.3. Desde que estás en la Universidad, tu comportamiento, en lo que al deporte se refiere, ¿cómo ha modificado?

- Dejé de hacer deporte
 Empecé a hacer deporte
 Hago más deporte
 Hago menos deporte
 Hago tanto deporte como antes

3.4. Señala con qué frecuencia comes, durante el curso académico, en los siguientes lugares

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Siempre
Comedores universitarios					
Otros comedores o restaurantes de la ciudad					
En mi piso					
En casa con mi familia					
Otros. Especificar _____					

3.5. En general, desde que estás en la Universidad, como consideras que comes

Mejor Peor Como antes

3.6. Cómo valorarías los siguientes aspectos de tu Universidad en cuanto a comedores universitarios

	Muy mal	Mal	Regular	Bien	Muy bien
Variedad de la oferta					
Precio					
Calidad					
Presentación					
Horarios					

No puedo valorar el servicio porque no lo conozco

4. AUTOESTIMA, INTEGRACIÓN SOCIAL Y EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL

4.1. Valora tu nivel de AUTOESTIMA

Muy bajo

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muy alto

4.1.1. ¿Has notado algún cambio en tu autoestima desde que estás en la Universidad?

No

Sí. ¿Cuál? _____

4.2. Valora tu nivel de INTEGRACIÓN SOCIAL

Muy bajo

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muy alto

4.2.1. ¿Has notado algún cambio en tu integración social desde que estás en la Universidad?

No

Sí. ¿Cuál? _____

4.3. ¿Consideras que tienes suficiente formación afectivo-sexual?

Sí No

4.3.1. En relación con la educación afectivo-sexual, sobre que temas o aspectos, en concreto, te gustaría que la Universidad proporcionase más información:

5. PAPEL DE LA UNIVERSIDAD EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD DE SUS ESTUDIANTES

5.1. Señala si CONOCES y/o HAS UTILIZADO los diferentes servicios de la Universidad.

	¿Lo conoces?	Grado de utilización				
		Nunca	Casí nunca	A veces	A menudo	Muy a menudo
COIE	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Servicio de apoyo psicológico	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Área de cultura	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Área de deportes	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Oficina de voluntariado	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Residencias Universitarias	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Comedores Universitarios	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					

5.2. Señala en la escala el nivel de IMPORTANCIA que consideras tienen, en la promoción de la salud, los diferentes servicios universitarios:

	Nada importante	Poco importante	Algo importante	Bastante importante	Muy importante
COIE					
Servicio de apoyo psicológico					
Área de cultura					
Área de deportes					
Oficina de Voluntariado					
Residencias Universitarias					

	Nada importante	Poco importante	Algo importante	Bastante importante	Muy importante
Comedores Universitarios					
Otros _____					

5.2.1. Usando la escala de 1 a 5, puntúa las acciones desarrollas por tu Universidad relativas a la promoción de la salud de sus estudiantes

Nada importante

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muy importante

5.2.2. Indica ejemplos concretos de algunas de las acciones desarrolladas

5.2.3. Propón acciones que te gustaría que desarrollase tu Universidad

5.3. En tu opinión ¿Cuál o cuáles de estas personas deberían asumir la promoción de la salud en la Universidad?

Médicos Psicólogos Pedagogos/educadores Enfermeros

Voluntarios Otros: _____

5.3.1. Si marcaste más de una opción, ¿consideras que deberían trabajar en equipo?

Sí No

5.4. Valora la importancia de la promoción de la salud en cada una de las etapas universitarias

	Nada importante	Poco importante	Importante	Bastante importante	Muy importante
En la entrada en la Universidad					
Durante los estudios universitarios					
Al finalizar la carrera					

5.5. Valora la repercusión de la promoción de la salud en la Universidad en tu futuro como profesional

Nada importante

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muy importante

Justifica tu respuesta _____

5.6. Cuáles consideras que son los principales impedimentos para poner en marcha y desarrollar actividades de promoción de la salud en la Universidad

5.7. En qué medida debería implicarse la Universidad en los siguientes temas y con qué tipo de iniciativas

Prevención y deshabituación del uso de TABACO Nada Poco Algo Bastante Mucho

¿Con qué iniciativas? _____

Prevención y deshabituación del abuso de ALCOHOL Nada Poco Algo Bastante Mucho

¿Con qué iniciativas? _____

Prevención y deshabituación del consumo de SUSTANCIAS ILEGALES Nada Poco Algo Bastante Mucho

¿Con qué iniciativas? _____

Fomento de la ACTIVIDAD DEPORTIVA Nada Poco Algo Bastante Mucho

¿Con qué iniciativas? _____

Promoción de la ALIMENTACIÓN SALUDABLE de sus alumnos Nada Poco Algo Bastante Mucho

¿Con qué iniciativas? _____

Promoción de la SEGURIDAD VIAL de los estudiantes Nada Poco Algo Bastante Mucho

¿Con qué iniciativas? _____

Formación e información sobre EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL Nada Poco Algo Bastante Mucho

¿Con qué iniciativas? _____

Promoción del BIENESTAR PSICOLÓGICO de los alumnos Nada Poco Algo Bastante Mucho

¿Con qué iniciativas? _____

Promoción de la INTEGRACIÓN SOCIAL de los estudiantes

Nada Poco Algo Bastante Mucho

¿Con qué iniciativas? _____

OTROS _____

5.8. Si la Universidad promoviese actividades relacionadas con algunos de estos temas (ej. Tabaco, alimentación, educación sexual, etc., ¿En qué medida estarías dispuesto a participar?

Nada Poco Regular Bastante Mucho

5.9. En tu opinión ¿Cuáles crees que deben ser los objetivos de promoción de la salud en la Universidad? _____

QUESTIONÁRIO SOBRE PROMOÇÃO DA SAÚDE NO IPVC

No «Departamento de Didáctica e Organización Escolar» da Universidade de Santiago de Compostela (Espanha), estamos a realizar uma investigação sobre **a promoção da saúde nas instituições de Ensino Superior**. A promoção da saúde é aqui entendida como o modo como as instituições podem potenciar o bem-estar físico, psicológico e social dos seus membros, incluindo os estudantes. Interessa-nos, em particular, conhecer a sua opinião sobre qual é, ou deveria ser, o papel das instituições, na promoção da saúde.

Instruções gerais:

O questionário é composto por 5 partes, com diversos temas relacionados com a saúde dos estudantes do Ensino Superior Politécnico e Universitário, a saber:

1. Aspectos gerais.
2. Tabaco, bebidas alcoólicas, outras substâncias e segurança rodoviária.
3. Exercício físico e hábitos alimentares.
4. Autoestima, integração social e sexualidade.
5. Papel das instituições de Ensino Superior na promoção da saúde.

A participação neste estudo é voluntária. Este questionário é **totalmente anónimo**. Não existe tempo limite, nem perguntas certas ou erradas. Estamos profundamente interessados na sua opinião. Esperamos que seja o mais sincero(a) possível ao responder a todas as questões formuladas.

No final, reveja, por favor, todo o questionário e verifique se respondeu a todas as perguntas efectuadas.

Agradecemos a sua inestimável colaboração. Prometemos difundir o mais possível os resultados desta investigação.

Muito obrigado pela sua participação.

Carlos Rosales López
Elena González Alfaya (e-mail: elenaga@usc.es)
Universidad de Santiago de Compostela
Departamento de Didáctica y Organización Escolar

Assinale com uma cruz (x) a resposta mais adequada. Nas questões abertas, preencha, por favor, os espaços reservados para o efeito

1. ASPECTOS GERAIS:

1.1. Sexo: Masculino Femenino

1.2. Idade: ____ (anos)

1.3. Local de proveniência: _____

1.4. Onde reside durante o período de aulas?:

Com a sua família Apartamento partilhado Apartamento individual

Residência universitária do IPVC Residência universitária privada

Outros. Especificar _____

1.5. Curso que frequenta: _____

1.6. Em que ano lectivo iniciou o curso? _____ / _____

1.7. Tem disciplinas em atraso? Não Sim. Quantas? _____

1.8. Aproximadamente, qual é a sua média de Curso?

Menos de 10 Entre 10 e 12 Entre 13 e 15 Entre 16 e 18 19 ou mais

1.9. Com a entrada no Ensino Superior, o seu estilo de vida sofreu alguma alteração?

Sim Não (Se respondeu "Não" avance para o grupo de questões pertencentes ao ponto 2)

1.10. Caso tenha respondido sim, assinale a importância dessa alteração:

Pouco importante

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muito importante

1.11. Explique, sucintamente, em que consistiu essa alteração: _____

2. TABACO, BEBIDAS ALCOÓLICAS, OUTRAS SUBSTÂNCIAS E SEGURANÇA RODOVIARIA

2.1. Actualmente, fuma?

Não, mas já fumei no passado

Não e nunca fumei

Sim. Quantos cigarros fuma, em média, por dia? _____

2.1.1. Com a entrada no Ensino Superior, o seu comportamento face ao tabaco modificou-se? (Responda apenas se fuma ou alguma vez fumou)

Deixei de fumar Comecei a fumar Fumo mais Fumo menos

Fumo a mesma quantidade

2.2. Actualmente consome bebidas alcoólicas?

Sim Não (Se respondeu "Não" avance para 2.2.3.)

2.2.1. Se sim, das seguintes bebidas, assinale, em média, o número de COPOS que consome POR SEMANA:

	Nenhuma	Entre 1 e 4	Entre 5 e 8	Entre 8 e 12	Mais de 12
Cerveja					
Vinho					
Licores					
Cocktails (cubalibre, gintonic...)					
Whisky, vodka, rum... (com ou sem gelo)					
Outras _____					

2.2.2. Como classificaria o seu consumo de álcool?

Muito baixo Baixo Moderado Elevado Muito Elevado

2.2.3. Com a entrada no Ensino Superior, o seu comportamento face ao álcool modificou-se? (Responda apenas se consumiu bebidas alcoólicas)

Deixei de beber Comecei a beber Bebo mais Bebo menos

Bebo a mesma quantidade

2.3. Actualmente, consome substâncias ilícitas (ex. cannabis, ecstasy, cocaína, etc)?

Sim Não

2.3.1. Se sim, assinale com que frequência consome os seguintes tipos de substâncias

	Nunca	Quase nunca	Algumas vezes	Frequentemente	Muito frequentemente
Cannabis					
Drogas sintéticas (Ecstasy, etc.)					
Anfetaminas					
Heroína					
Cocaína					
Outras _____					

2.3.2. Com a entrada no Ensino Superior, o seu comportamento, face ao consumo das substâncias anteriormente referidas, modificou-se? (Responda apenas se já consumiu)

Deixei de consumir Comecei a consumir Consumo mais
 Consumo menos Consumo a mesma quantidade

2.4. Durante a semana, como se desloca da sua residência para a Escola?

De comboio De autocarro De carro com outros
 De carro sozinho De moto De bicicleta A pé
 Outros _____

2.4.1. Em quanto condutor, assinale com que frequência comete as seguintes infrações de trânsito

	Nunca	Quase nunca	Algumas vezes	Frequentemente	Sempre
Conduzir após ter bebido álcool					
Não usar cinto de segurança					
Falar ao telefone enquanto conduz					
Ultrapassar o limite de velocidade estabelecido					
Não usa capacete quando vai de moto					
Outros _____					

Não conduzo

3. EXERCÍCIO FÍSICO E HÁBITOS ALIMENTARES

3.1. Assinale com que frequência realiza actividades físicas/desportivas

Diariamente 2 a 3 vezes por semana 1 vez por semana
 Duas a três vezes por mês Algumas vezes por ano Nunca

3.2. Cómo valorarías los siguientes aspectos de tu Universidad en cuanto a actividades y servicios deportivos

	Muito mau	Mau	Regular	Bom	Muito Bom
Oferta de actividades					
Instalações					
Preço					
Horários					

Não posso classificar o serviço, porque não o conheço.

3.3. Com a entrada no Ensino Superior, o seu comportamento, face ao desporto, modificou-se?

Deixei de fazer desporto Comecei a fazer desporto Faço mais desporto
 Faço menos desporto Faço tanto desporto como antigamente

3.4. Assinale onde e com que frequência faz as suas refeições

	Nunca	Quase nunca	Algumas vezes	Frequentemente	Sempre
Cantinas universitárias					
Outras cantinas ou restaurantes da cidade					
Em sua casa					
Em casa com a sua família					
Outros _____					

3.5. Em geral, com a entrada no Ensino Superior, em termos alimentares, considera que come

Melhor Pior Como antigamente

3.6. Relativamente às cantinas, como classificaria os seguintes aspectos na sua instituição

	Muito mau	Mau	Regular	Bom	Muito bom
Variedade de oferta					
Preço					
Qualidade					
Apresentação					
Horários					

Não posso classificar o serviço, porque não o conheço.

4. AUTO-ESTIMA, INTEGRAÇÃO SOCIAL E SEXUALIDADE

4.1. Classifique de 1 a 5 o seu nível de AUTO-ESTIMA

Muito baixo

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muito alto

4.1.1. Com a entrada no Ensino Superior, notou alguma mudança na sua auto-estima?

Não

Sim. Qual? _____

4.2. Classifique de 1 a 5 o seu nível de INTEGRAÇÃO SOCIAL

Muito baixo

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Muito alto

4.2.1. Com a entrada no Ensino Superior, notou alguma mudança na sua integração social?

Não

Sim. Qual? _____

4.3. Considera que tem informação suficiente sobre sexualidade?

Sim Não

4.3.1. Que temas ou aspectos, em concreto, gostaria de ver tratados na sua instituição:

5. PAPEL DAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR NA PROMOÇÃO DA SAÚDE

5.1. Assinale, em termos de conhecimento e grau de utilização, os seguintes serviços da sua instituição

	Conhece?	Grau de utilização				
		Nunca	Quase nunca	Algumas vezes	Frequentemente	Muito Frequentemente
Serviço de Acção Social	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não					
GAPsi (*)	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não					
Actividades culturais	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não					
Actividades desportivas	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não					
Grupos de voluntariado	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não					
Residencias universitarias	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não					
Cantinas universitarias	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não					

5.2. Em termos de promoção da saúde, assinale por grau de importância, os serviços prestados na sua instituição

	Nada importante	Pouco importante	Importante	Bastante importante	Muito importante
Serviço de Acção Social					
GAPsi (*)					
Actividades culturais					
Actividades desportivas					
Grupos de voluntariado					

	Nada importante	Pouco importante	Importante	Bastante importante	Muito importante
Residências universitárias					
Cantinas universitárias					
Outros _____					

5.2.1. Usando a escala de 1 a 5, como classifica a acção do IPVC, relativamente à promoção da saúde dos estudantes?

Nula/ausente

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Efectiva/presente

5.2.2. Dê exemplos concretos de algumas das acções desenvolvidas

5.2.3. Indique acções que gostaria de ver desenvolvidas, na sua instituição

5.3. A quem deveria caber a responsabilidade da promoção da saúde nas instituições do Ensino Superior

Médicos Psicólogos Pedagogos/educadores Enfermeiros

Voluntários Outros: _____

5.3.1. Se assinalou mais do que uma opção, considera que deveriam trabalhar em equipa?

Sim Não

5.4. Relativamente à promoção da saúde, assinale o grau de importância para cada uma das etapas do percurso académico

	Nada importante	Pouco importante	Importante	Bastante importante	Muito importante
Na entrada para o ensino superior					
Durante o curso					
No fim do curso					

5.5. Como classificaria os efeitos de uma política institucional de promoção da saúde, em termos do seu futuro como profissional?

Nula/ausente

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Efectiva/presente

Justifique a sua resposta _____

5.6. Na sua opinião, quais os principais obstáculos ao desenvolvimento de actividades de promoção da saúde no Ensino Superior?

5.7. Relativamente aos aspectos abaixo referidos, assinale o grau de envolvimento e o tipo de iniciativa que as instituições do Ensino Superior deveriam ter

Prevenção e desabituação do uso de TABACO Nenhum Pouco Médio Bastante MUITÍSSIMO

Com que iniciativas? _____

Prevenção e desabituação do abuso de ÁLCOOL Nenhum Pouco Médio Bastante MUITÍSSIMO

Com que iniciativas? _____

Prevenção e desabituação do consumo de SUBSTÂNCIAS ADITIVAS Nenhum Pouco Médio Bastante MUITÍSSIMO

Com que iniciativas? _____

Promoção das ACTIVIDADES DESPORTIVAS Nenhum Pouco Médio Bastante MUITÍSSIMO

Com que iniciativas? _____

Promoção da ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL dos estudantes Nenhum Pouco Médio Bastante MUITÍSSIMO

Com que iniciativas? _____

Promoção da SEGURANÇA RODOVIÁRIA dos seus estudantes Nenhum Pouco Médio Bastante MUITÍSSIMO

Com que iniciativas? _____

Formação e divulgação de informação sobre SEXUALIDADE Nenhum Pouco Médio Bastante MUITÍSSIMO

Com que iniciativas? _____

Promoção do BEM-

ESTAR PSICOLÓGICO dos
estudantes

Nenhum Pouco Médio Bastante MUITÍSSIMO

Com que iniciativas? _____

Promoção da

INTEGRAÇÃO SOCIAL dos
alunos

Nenhum Pouco Médio Bastante MUITÍSSIMO

Com que iniciativas? _____

OUTROS _____

5.8. Se a instituição que frequenta promovesse actividades relacionadas com alguns dos temas anteriores (ex: tabaco, alimentação, educação sexual, etc), qual seria o seu grau de disponibilidade para participar?

Nada disponível Pouco disponível Disponível Bastante disponível

Muito disponível

5.9. Na sua opinião, que objectivos devem orientar a promoção da saúde nas instituições de Ensino Superior? _____

QUESTIONARIO SULLA PROMOZIONE DELLA SALUTE ALL'INTERNO DELLA UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI TORINO

All'interno del Dipartimento di Didattica e Organizzazione Scolastica dell'Università di Santiago de Compostela (Spagna), stiamo realizzando una ricerca sulla promozione della salute nell'Università, intesa come la maniera con cui l'Università può offrire dei servizi che permettano di raggiungere ai propri studenti, il massimo grado di benessere fisico, psichico e sociale.

In particolare, ci interessa conoscere le opinioni di voi studenti universitari circa quale sia, e quale dovrebbe essere, il ruolo dell'Università nella promozione della salute per i propri studenti.

Ringraziandovi per l'inestimabile collaborazione, ci impegneremo a divulgare i risultati che otterremo con questa ricerca.

Istruzioni generali:

Il questionario consta di 5 sezioni all'interno delle quali sono inclusi diversi temi

1. Aspetti generali
2. Tabacco, alcool, altre sostanze e sicurezza stradale
3. Esercizio fisico e abitudini alimentari
4. Autoestima, integrazione sociale ed educazione sessuale
5. Ruolo dell'Università nella promozione della salute

Il completamento del questionario è un atto volontario e totalmente anonimo. Non esiste nessun limite di tempo, né risposte giuste o sbagliate. Siamo profondamente interessati alla vostra opinione per questo vi chiediamo di essere assolutamente sinceri quando risponderete alle domande.

Quando lo completerete, vi preghiamo inoltre di ricontrollarlo verificando che abbiate risposto a tutte le domande.

GRAZIE

Carlos Rosales López
Elena González Alfaya
Universidad de Santiago de Compostela
Dipartimento di Didattica e Organizzazione Scolare
e-mail: elenaga@usc.es

Segna con una (X) la risposta che consideri più adeguata. Ove sia richiesto un tuo parere, per favore, riempi lo spazio indicato

1. ASPETTI GENERALI:

1.1. Sesso: Masculino Femenino

1.2. Età: _____

1.3. Comune di provenienza: _____

1.4. Residenza durante il corso accademico:

Con la tua famiglia Appartamento condiviso con altri Vivo da solo/a

Collegio universitario

Collegio privato

Altro. Specificare: _____

- 1.5. Corso di Laurea: _____
- 1.5.1. Indirizzo: _____
- 1.6. Anno de iscrizione _____/_____
- 1.7. Sei iscritto al
- primo anno secondo anno terzo anno quarto anno
- fuori corso. Specificare: _____
- 1.8. Scrivi la tua media universitaria: _____
- 1.9. Ci sono stati dei cambi nel tuo stile di vita da quando frequenti l'università?
- Sí No (Se hai risposto No passa alla apartado 2)
- 1.10. Marca con una X l'importanza che attribuisce a tali cambi:
- Poco importante

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Molto importante
- 1.11. Spiega brevemente in cosa sono consistiti tali cambi: _____
- _____
- _____

2. TABACCO, BEVANDE ALCOLICHE, ALTRE SOSTANZE E SICUREZZA STRADALE

2.1. Fumi?

- No, però fumavo in passato
- No, e non ho mai fumato
- Sí. Quante sigarette fumi più o meno al giorno? _____

2.1.1. Da quando frequenti l'Università: che cambi hai sperimentato per ciò che si riferisce all'uso del tabacco (Rispondi solo se fumi o se lo hai fatto qualche volta)

- Hai smesso di fumare Hai iniziato a fumare Fumi di più
- Fumi di meno Fumi come prima

2.2. Consumi bevande alcoliche?

- Sí No (Se hai risposto No passa alla domanda 2.2.3.)

2.2.1. Se hai risposto Sí Indica approssimativamente il numero di consumazioni che ingerisci alla settimana per le seguenti bevande:

	Nessuna	Tra 1 e 4	Tra 5 e 8	Tra 8 e 12	Più de 12
Birra					
Vino					
Liquori					
Cocktail (cubalibre, gintonic...)					
Whisky, vodka, rum... (secco o con ghiaccio)					
Altro _____					

2.2.2. Come definisci il tuo grado di consumo di alcol?

- Molto basso Basso Moderato Alto Molto alto

2.2.3. Da quando frequenti l'Università: che uso fai delle bevande alcoliche (Rispondi solo se fai uso di bevande alcoliche)

- Hai smesso di bere Hai iniziato a bere Bevi di più Bevi di meno
 Bevi allo stesso modo

2.3. Fai uso di sostanze illegali (Cannabis, cocaina)?

- Sí No

2.3.1. Se hai risposto affermativamente, segnala con quale frequenza consumi i seguenti tipi di sostanze:

	Mai	Quasi mai	A volte	Spesso	Molto spesso
Cannabis					
Droghe sintetiche					
Anfetamine					
Cocaina					
Eroina					
Altre _____					

2.3.2. Da quando frequenti l'università: (rispondi solo se consumi o lo hai fatto qualche volta)

- Hai smesso di consumare Hai iniziato a farne uso
 Hai aumentato le dosi Ne consumi di meno
 Consumi la stessa quantità

2.4. Con quali mezzi raggiungi di solito l'Università durante la settimana?

- In treno In autobus In macchina con altre persone
 In macchina da solo In moto In bicicletta A piedi
 Se altri, specificare: _____

2.4.1. Indica con quale frequenza commetti le seguenti infrazioni al volante:

	Mai	Quasi mai	A volte	Spesso	Sempre
Guidare dopo aver bevuto (alcolici)					
Non usare la cintura di sicurezza					
Usare il cellulare mentre si guida					
Superare i limiti di velocità					
Non usare il casco in moto					
Altre _____					

- Non guido

3. SPORT E ABITUDINI ALIMENTARI

3.1. Segna con una x con quale frequenza pratichi attività físicas-sportive:

- Ogni giorno 2 o 3 volte per settimana 1 volta alla settimana
 Due o tre volte al mese Sporadicamente durante l'anno Mai

3.2. Che voto daresti alla tua università per ciò che si riferisce ai servizi e alle attività sportive?:

	Pésimo	Scadente	Intermedio	Buono	Ottimo
Offerta di attività					
Infrastrutture					
Prezzi					
Orari					

Non posso dare un voto perchè non conosco i servizi

3.3. Da quando frequenti all'università:

Hai smesso di praticare sport Hai iniziato a praticare sport

Pratici più sport Ne pratici di meno

Le ore che dedichi alle attività sportive sono le stesse di prima

3.4. Segnala con quale frequenza mangi nelle sottocitate installazioni durante il corso accademico:

	Mai	Quasi mai	A volte	Spesso	Sempre
Mense universitarie					
Altre mense o ristoranti in città					
A casa tua					
Altro. Specificare _____					

3.5. Da quando frequenti l'università consideri in generale che:

Mangi meglio Mangi peggio Mangi come prima

3.6. Che giudizio dai ai servizi di mensa universitaria:

	Pésimo	Scadente	Intermedio	Buono	Ottimo
Varietà dell'alimentazione					
Prezzo					
Qualità					
Presentazione cibi					
Orario					

Non posso giudicare perchè non conosco

4. AUTOSTIMA, INTEGRAZIONE SOCIALE E EDUCAZIONE SESSUALE

4.1. Dai un voto da 1 a 5 per il tuo livello di AUTOSTIMA

Molto bassa

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Molto alta

4.1.1. Hai notato qualche cambio nella percezione che hai della tua autostima da quando frequenti l'università?

No

Sí. Quale? _____

4.2. Dai un voto da 1 a 5 al tuo livello di INTEGRAZIONE SOCIALE:

Molto bassa

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Molto alta

4.2.1. Hai notato qualche cambio significativo nel tuo livello di integrazione sociale da quando frequenti l'università?

No

Sí. Quale? _____

4.3. 4.4. Credi di avere ricevuto la necessaria educazione sessuale?

Sí No

4.3.1. In relazione ai temi dell'educazione sessuale, in quali aspetti ti piacerebbe che l'Università fornisca maggior informazione:

5. RUOLO DELL'UNIVERSITÀ PER LA PROMOZIONE DELLA SALUTE PER I SUOI STUDENTI

5.1. Segnala se CONOSCI e/o HAI UTILIZZATO i seguenti servizi universitari.

	Ne sei a conoscenza?	Grado di uso				
		Nessuno	Sporadico	Saltuario	Alto	Elevato
Orientamento	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Counseling	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Tutorato	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Attività musicali	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Servizi di sport (CUS)	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Servizio civile	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Residenze Universitarie	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					
Mense Universitarie	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No					

5.2. Segnala l'IMPORTANZA che attribuisi, per la promozione della salute, ai seguenti servizi universitari:

	Per nulla importante	Poco importante	Importante	Abbastanza importante	Molto importante
Orientamento					
Counseling					
Tutorato					
Attività musicali					
Servizi di Sport (CUS)					

	Per nulla importante	Poco importante	Importante	Abbastanza importante	Molto importante
Servizio civile					
Residenze Universitariae					
Mense Universitarie					
Altro _____					

5.2.1. Dai un punteggio globale al ruolo che secondo te, sta attualmente avendo la tua Università per i propri studenti, nel campo della promozione della salute

Per nulla importante

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Molto importante

5.2.2. Indica degli esempi concreti di alcune delle attività svolte dalla tua Università, finalizzate alla promozione della salute:

5.2.3. Proponi delle attività che ti piacerebbe che l'Università si facesse carico di organizzare

5.3. Secondo te, quale o quali di queste persone dovrebbero farsi carico dei servizi della promozione della salute nella tua Università?

Medici Psicologi Pedagoghi/educatori Infermiere

Volontari Altri: _____

5.3.1. Se hai segnalato più di una figura, consideri che dovrebbero lavorare in gruppo?

Sí No

5.4. Giudica l'importanza della promozione della salute in ciascuna delle differenti tappe universitarie:

	Per nulla importante	Poco rilevante	Poco importante	Importante	Molto importante
All'inizio dell'università					
Durante gli studi universitari					
Al termine della facoltà					

5.5. Giudica la ripercussione della promozione della salute nell'università per il tuo futuro professionale:

Per nulla importante

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

 Molto importante

Justifica tu respuesta _____

5.6. Quali consideri che siano i principali impedimenti per mettere in marcia e sviluppare delle attività di promozione della salute all'interno dell'Università:

5.7. In quale misura dovrebbe implicarsi l'Università nei seguenti temi e con quali tipi di iniziative:

Prevenzione e cure per abbandonare il FUMO Per nulla Poco Media Abastanza Molto

Con quali iniziative? _____

Prevenzione e cure per abbandonare L'ALCOHOL Per nulla Poco Media Abastanza Molto

Con quali iniziative? _____

Prevenzione e cure per la disintossicazione de SOSTANZE STUPEFACENTI Per nulla Poco Media Abastanza Molto

Con quali iniziative? _____

Incremento dell'ATTIVITÀ SPORTIVA Per nulla Poco Media Abastanza Molto

Con quali iniziative? _____

Contributo ad una ALIMENTAZIONE SANA per i propri studenti Per nulla Poco Media Abastanza Molto

Con quali iniziative? _____

Promozione per una maggiore SICUREZZA STRADALE per i propri studenti Per nulla Poco Media Abastanza Molto

Con quali iniziative? _____

Incremento dell'informazione/
formazione all'EDUCAZIONE
SESSUALE

Per nulla Poco Media Abastanza Molto

Con quali iniziative? _____

Promozione del BENESSERE
PSICOLOGICO dei propri
studenti

Per nulla Poco Media Abastanza Molto

Con quali iniziative? _____

Promozione all'INTEGRAZIONE
SOCIALE dei propri studenti

Per nulla Poco Media Abastanza Molto

Con quali iniziative? _____

ALTRI TEMI _____

5.8. Se l'Università promuovesse delle attività relazionate con alcuni di questi sopra elencati temi, in quale misura saresti disposto a partecipare:

Per nulla Poco Saltuariamente Abbastanza Molto

5.9. Infine, per trarre una conclusione, quali consideri debbano essere gli obiettivi della promozione della salute all'interno dell'Università: _____

Anexo 4. Ejemplo de respuestas aportadas por los alumnos a las preguntas abiertas del cuestionario

USC

1. Respuestas aportadas por los encuestados en relación con los cambios experimentados en los estilos de vida desde la entrada en la Universidad.

- Más independencia y responsabilidad tanto al formar parte de un piso con compañeros como al formar parte de la USC
- Mayor autonomía e independencia, mayor logro de objetivos, proyección futura
- Me permitió relacionarme con más gente y modificar positivamente mi personalidad.
- Al trabajar y estudiar al mismo tiempo dispongo de muy poco tiempo libre para mis amigos y familia. También estoy más cansada y duermo menos
- Aprender a desenvolverme viviendo en un piso (pagos, comida, limpieza), conocer a mucha gente nueva, modelar a forma de pensar.
- Básicamente alteraciones físicas y emocionales (se reducen las horas de descanso, ocio, limitaciones para entablar relaciones sociales...) Búsqueda de la felicidad, sencillez, humildad
- Nueva adquisición de responsabilidades domésticas e de organización.
- Cambié de ciudad y me independicé por la semana
- Cambio de ciudad, cambios en la manera de organizarse, cambios en mi tiempo de ocio
- Puedo distribuir mi tiempo como quiero, fumo más, como más sano.
- Cambió mi estilo de vida en que me vine a vivir sola y me di cuenta de que no llevo muy bien la convivencia
- Cambios de mentalidad, saber hacer, desarrollo de habilidades y responsabilidades
- Cambios en relación a mis hábitos en relación a las comidas, horas de sueño, salidas,...
- Cambios en todos los aspectos personales, académicos (mayor implicación) y profesional
- Cambiaron por completo a mi forma de pensar con respecto a algunos temas, independencia, organización
- De horarios, de salidas, tiempo que dedico a los estudios y tiempo que dedico al ocio
- Dejé de realizar ejercicio físico, empeoré mi alimentación y mis hábitos de sueño
- En la forma de vivir, coger responsabilidades sobre todo por vivir sola
- Más libertad, más autonomía y a la vez mayores responsabilidades y más juego también independencia, madurez, responsabilidad, horarios, ocupaciones
- En los hábitos alimenticios, hábitos de estudio y de ejercicio físico
- Maduré más, mi mente se abrió más y me adapté a situaciones diferentes
- Estoy haciendo más, asumo más responsabilidades, más de las relacionadas con el mundo laboral
- Fundamentalmente en la independencia, me refiero a vivir aquí sin tu familia tienes que ser responsable y hacer las cosas por tu cuenta
- No vivir con la familia, independencia, responsabilidades
- Hábitos alimentarios menos saludables, de relación con los demás, de monotonías personales

- Maduración personal, nuevas amistades, mayores preocupaciones
- 2. Respuestas aportadas por los encuestados en relación con los cambios experimentados en la valoración de su autoestima desde la entrada en la Universidad.**
- A mejor, me valoro y me quiero más
 - A veces al estar tan saturada creo que no voy a poder terminar el curso
 - A veces cuando hay época de exámenes mi autoestima es baja pero luego se eleva
 - Antes era más insegura y ahora me veo más capaz de hacer muchas cosas
 - Bajo autoconcepto y miedo a actos sociales donde se me juzgue
 - He aprendido a valorarme más
 - Una bajada considerable, de la que trato de recuperarme y sobreponerme
 - Me siento más insegura, sola
 - Me siento más integrada y mejor
 - Me valoro más porque me veo capaz de hacer muchas más cosas que antes, tengo más capacidad de crítica, de diálogo
 - Síntome más seguro canto más aprendo e me relaciono
- 3. Respuestas aportadas por los encuestados en relación con los cambios experimentados en la valoración de su integración social desde la entrada en la Universidad.**
- Soy más abierta con la gente
 - A pesar de que en un principio me costó integrarme o adaptarme a Santiago por la ausencia de familiares aquí, hoy por hoy estoy muy integrada y contenta
 - Con los compañeros de clase no he llegado a entablar amistad
 - Conoces a gente más variada y te relacionas fácilmente con gente de diferentes lugares y maneras de ser
 - Es mayor. He conocido gente que a medida que transcurre la carrera siguen siendo mis amigos (de residencia, de facultad,...)
 - Hablo con más gente porque me relaciono con mayor cantidad de personas
 - Mayor aunque en la universidad hay poco ocio o servicios de integración
 - Me cuesta menos hablar con la gente y exponer mis ideas
 - Me resulta más fácil relacionarme y establecer una comunicación
 - Me siento más integrada, con más vida social
 - Menos trato con compañeros de clase
 - No me apetece tanto relacionarme con la gente, soy más exigente que antes
 - O feito de que estexa mais segura de min mesma fai que teña maior facilidade para integrarme
 - Que me he abierto más hacia la gente, más comunicativa
- 4. Respuestas expresadas por los encuestados en relación con la demanda de formación afectivo sexual.**
- Sobre todos los temas, en esta universidad sigue siendo un tabú
 - Realizando charlas o jornadas sobre la maduración sexual y métodos anticonceptivos
 - Que prestará clases de educación sexual , aunque fuera los mismo siempre, pero hoy en día aparecen cosas nuevas, mejor informarse por un sitio fiable que por el boca a boca

- Que se dieran charlas o conferencias por parte de profesionales que tatan un poco de todo
- Sobre todos os temas porque no ofrece información sobre ningún tema
- Charlas con profesionais de saúde para abordar temas sobre a edcación sexual
- Creo que debería venir de antes de etapas educativas anteriores
- Relaciones interpersonales
- Creo que deberían tratarse todos los temas ya que considero que hay muy poca información al respecto aunque mucha gente considere que ya lo sabe todo, por ejemplo sobre SIDA todo el mundo dice que “controla” sin embargo en muy pocos relaciones se utilizan medios como los preservativos o incluso más información sobre embarazos no deseados
- Creo que debería existir un gabinete informativo sobre sexualidad (enfermedades, nuevos métodos anticonceptivos...)
- Creo que todos son muy importantes
- Se debería proporcionarse educación sobre todo en losprimeroa años de universidad: enfermedades y consecuencias, métodos anticonceptivos, higiene...
- Emociones y relaciones interpersonales
- En estas edades ya poco puede hacer la universidad
- Enfermidades de transmisión sexual (outros ademais da SIDA) Fomento do uso do preservativo (difusión gratuita) Unha consulta de asesoramento e punto de información permanente (por exemplo no COIE)
- ETS, son más complejas y peligrosas de lo que normalmente se cree.
- Que estívese máis presente como temas transversais, por exemplo a materia optativa educación para a saúde fose de carácter obligatorio
- Considero que hai aspectos que aínda nos avergonza comentar como por exemplo: SIDA, ETS...
- La importancia de la comunicación en las relaciones afectivo sociales
- Prevención de enfermedades e embarazos
- Me gustaría qe proporcionase información de todos los temas, me parece que hay poca

5. Respuestas aportadas por los encuestados como ejemplos de las acciones de promoción de la salud que su institución está desarrollando.

- Actividades deportivas propias de la universidad
- Acción contra el tabaquismo
- Campaña de prevención do tabaquismo e doación de sangue
- Donación de sangre, instalaciones deportivas
- Non coñezco moitos, unicamente ada doazón de sangue e a da meninxite
- No conozco nada en concreto salgo deportes que se pueden hacer en la universidad
- Ofertan campos de tenis, futbol, piscina, pero nada de comida saludable
- Campaña para dejar de fumar
- No conozco, solo relacionadas con la promoción de actividades deportivas
- Estudiar en un ambiente tranquilo y favorable (biblioteca)
- Creo que no hay suficientes, pero una sería la oferta deportiva de la universidad
- Charla de drogodependencia

6. Respuestas aportadas por los encuestados como ejemplos de las acciones de promoción de la salud que le gustaría que su institución desarrollase.

- Accions encamiñadas a información e orientación máis eficaces. Unha cultura que non se basa no “non” xa que vai dirixido a persoas que xa tiveron un contacto, e accións máis empáticas
- Deben tratar os diversos temas de saúde e da alimentación en xeral xa que se promove moi pouco
- Resaltar la importancia de llevar una vida sana
- Para empezar formación sobre el tema y una vez sea algo cotidiano, actividades no formales
- Búsqueda de hábitos alimenticios, actividades a horas más asequibles
- Educativas y sociales
- Seminarios, charlas, tutorías grupales...
- Campañas antitabaco, prevención de ets, hábitos alimentarios
- Más actividades de ocio, en horarios no lectivos
- Prevención sobre tabaquismo y consumo de drogas, talleres de sexualidad..
- En cuanto a la promoción de la salud, quizás jornadas centradas en búsqueda de equilibrio entre salud física y mental, promoción de hábitos saludables...
- Mayores encuentros informales, mayores actividades lúdicas con fondo formativo donde los estudiantes interactuasen
- Temas como los tratados en este cuestionario, no es simplemente dejar unos cuantos folletos por las mesas de la facultad.
- Creo que poderíanse dar talleres e charlas
- Campañas de prevención , drogas, sexualidad, cursos de autoestima
- Combatir el estrés, técnicas de relajación
- Cocina(no de microondas) relajación, deporte, senderismo, tabaco, alcohol

7. Justificaciones de la importancia en el futuro profesional de la promoción de la salud en la universidad aportadas por los alumnos encuestados.

- Adquirir buenos hábitos en la juventud puede tener como resultado una buena etapa adulta
- Porque si no tienes salud no existe un futuro estable, productivo, eficaz..la salud influye en todo.
- Una buena salud puede prevenir muchísimas necesidades, que nosotros como educadores debemos de solventar
- Ayuda a superar sin complicaciones la carrera
- Porque puede llegar a ser un ámbito de trabajo
- Ayudar a predicar con el ejemplo personal saludable
- Los hábitos adquiridos te ayudan a vivir mejor y a valorar tu salud y a valorar la de las personas con las que trabajas
- Para poder transmitírselo a otros a través de mi profesión
- Creo que es importante a la hora de poder realizar mi trabajo como educadora
- Puede servir para trabajar en esta área y es siempre buena una concienciación en esta área
- Nos puede ayudar a llevar una vida más saludable

- Estamos aquí no sólo para sacar una titulación, sino también para formarnos como personas
- Non creo que a promoción da saúde sea tan importante como para repercutir no meu futuro profesional
- Porque como educadora creo conveniente que se introduzca la salud como un tema importante a tratar
- Como educadora as miñas funcións están moi relacionadas coa saúde: prevención, promoción...
- Para un bo desarrollo como estudante e posterior profesional é imprescindible unha boa saúde
- Para la prevención de riesgos laborales entre otras cosas. Te ayudará a mantener una vida sana
- Creo que la promoción de la salud es importante porque cuando una persona está motivada tiene una autoestima alta...su trabajo es mejor
- Es fundamental porque es un aspecto que repercutirá en todo lo demás
- Es importante para adquirir y mantener hábitos saludables a lo largo de la vida
- Porque es importante encontrarse con fuerzas y completamente sano para afrontar los estudios
- Si desde siempre tienes presentes acciones relativas al campo de la salud, cuando salgas de la usc y ejerzas una profesión seguirás teniéndolo en cuenta
- Es importante, pero más debería serlo en etapas anteriores, ya que así se lograría la prevención más que una función paliativa.
- Hábitos saludables inciden en la conformación de personalidad y bienestar individual y colectivo
- Como futuros educadores debemos educar en todos los ámbitos y la salud es uno de ellos
- Como futura profesional de educación podería adicarme a este ámbito se estívese incluido na miña formación

8. Respuestas aportadas por los alumnos relativas a sus consideraciones sobre los principales impedimentos para el desarrollo de las actividades de promoción de la salud en la universidad.

- No interesa este ámbito porque no aporta beneficios económicos a las universidades
- Supongo que la falta de financiamiento, de espacios y deficiente difusión de la información
- Creo que no existen impedimentos, si quieren pueden
- Que no le dan importancia real
- La información insuficiente y la falta de motivación de los estudiantes
- Que no hay conciencia general y valoración, no se considera una prioridad
- La poca interacción entre los diversos profesionales y sobre todo la poca repercusión publicitaria y demás que caracteriza a la USC
- Quizás que no son solicitadas por los interesados, es decir, los alumnos
- La publicidad, no se pueden poner en marcha actividades que no llegan a los alumnos
- Falta de interés, coordinación y recursos económicos
- Falta de organización y dinamización

- Limitaciones económicas, falta de conciencia sobre la importancia de la salud en el estudio
- Primero que no se considera importante y que los estudiantes no tienen tiempo para asistir
- Falta de interés, dejadez, desidia, no es rentable, falta de compromiso de la USC
- Los horarios y la falta de interés de alumnos, profesores, y también de la administración
- Tiempo, falta de predisposición, ignorancia de la importancia del tema
- En principio la falta de iniciativa y la poca publicidad del mismo
- Falta de tiempo, mayor valoración de otras actividades
- Poca motivación alumnado, incompatibilidad horaria
- La falta de tiempo de los estudiantes atrapados con tanto trabajo
- Presupuesto bajo y poca conciencia de su importancia
- Falta de coordinación y de fondos destinados para ello
- Es bastante complicado ser coherente entre lo que exige la universidad y llevar una vida saludable
- Escasa concienciación sobre su importancia, escasez de recursos económicos

9. Iniciativas propuestas por los alumnos para el tratamiento y la prevención o del consumo de tabaco, de alcohol y de sustancias ilegales.

Tabaco:

- Ofrecer terapias de deshabituación, información
- Campañas publicitarias, encuentros, seminarios
- Con las actuales y más sensibilización
- Haciendo respetar a la ley y proporcionando ayuda a quien a queira: libros, charlas, foros
- Cosas que pueda, a la publicidad es o más importante
- Prohibición en áreas comunes (lo que ya se hace)
- Dándole una visión completamente distinta a la que están dando últimamente, mediante actividades que sean amenas y entretenidas
- Prohibiendo, informando de sus efectos reales negativos y ayudándoles a dejarlo. Enseñarles que el tabaco no es ocio
- Creo que lo que resultaría más impactante serían charlas sobre sus consecuencias y apoyo psicológico, terapias

Alcohol:

- Campañas, seminarios, actividades alternativas
- Sensibilización, también información sobre la cultura del alcohol
- Ocio alternativo, con bebidas sin alcohol. Programa de habilidades sociales para que el alcohol no sea necesario como desinhibidor social
- Iniciativas que promuevan la moderación del consumo
- Imágenes de accidentes
- Sobre todo a la hora de conducir
- Alternativas al botellón y a salir para beber
- Campañas e talleres relacionados
- Dando más opciones
- Informando de las consecuencias

- Charlas que permitan la reflexión crítica
- Proponer actividades alternativas para la noche de los jueves por ejemplo

Sustancias ilegales:

- Concienciación, como consumir con menos riesgo, ofrecer solución alternativa
- Campañas, obradoiros
- Ofreciendo información
- Información e sensibilización
- Profesionales de drogodependencias
- Explicar consecuencias
- Campañas de prevención crítica
- Campañas para ayudar a dejarlo
- Primero con información
- Enseñar la realidad
- Campañas de prevención e información
- Alternativas de ocio a los consumos
- Con una educación coherente

10. Iniciativas propuestas por los alumnos para la promoción del ejercicio físico, de los hábitos alimentarios saludables y de la seguridad vial.

Ejercicio físico:

- Con los existentes y más facilidades
- Mejorar instalaciones y más oferta
- Más publicidad y dinámicas deportivas interesantes
- Fomentar la vida deportiva mediante jornadas
- Incentivar la creación de equipos
- Remarcando los beneficios que tiene
- Promocionando lo que ya oferta
- Dar a conocer mejor los recursos
- Facilitando información sobre actividades, infraestructuras de las que se disponen

Hábitos alimentarios:

- Mellorando os comedores, talleres
- Comida más saludable en los comedores y en las máquinas
- Con la promoción de talleres nutricionales
- Dinámicas de acción mediante cursos de cocina saludable o algo así
- Fomento de buenos hábitos alimentares
- Presentando, una dieta saludable en los comedores universitarios
- Charlas informativas
- Buenos alimentos a la venta y variados
- Empezar por controlar la higiene y mejorar los menús en las cafeterías universitarias
- Dando unas pautas y orientaciones sobre hábitos de alimentación saludables

Seguridad vial:

- Talleres, campañas, circuitos

- Sensibilización de los estudiantes en torno a los riesgos
- Coas que teña o seu alcance
- Publicidad directa
- Concienciación real de lo que supone
- Campañas preventivas
- Charlas, coloquios, videos
- Experiencias propias y repercusiones.

11. Iniciativas propuestas por los alumnos para la promoción de la educación afectiva sexual, del bienestar psicológico y de la integración social.

Educación afectivo sexual:

- Charlas informativas, campañas de salud sexual
- Campañas VIH-SIDA
- Consecuencias que trae no aplicar medidas de prevención
- Normalización, igualdad de derechos, libertad de elección
- Creo que es de gran importancia pues hay muchas dudas
- Creo que la mayoría de los universitarios estamos bastante informados
- Prevención mediante publicidade
- Información y sensibilización
- Talleres de sexualidad

Bienestar psicológico:

- Mediante apoyo psicológico
- Talleres incluidos en las clases
- Promocionando los servicios que ofrece la USC
- Es fundamental, mediante charlas
- Apoyo, grupos de apoyo
- Talleres de relajación y otros
- Favoreciendo e implementando talleres de autoestima
- Implantación de un servicio psicólogo en la universidad

Integración social:

- Mediante actividades nas que se reunan os estudantes
- Atención y observación en las aulas
- Creación de jornadas sobre igualdad y talleres en los cuales se promocióne el trato con los demás
- Jornadas de integración
- Alternativas de ocio
- Fomentando las relaciones entre los alumnos de las distintas facultades y titulaciones
- Promoviendo una mayor participación del alumnado en temas de carácter social

12. Respuestas aportadas por los encuestados en relación a los objetivos que debe perseguir la promoción de la salud en la Universidad

- Adquirir hábitos saludables a todos los niveles, en nuestras vida cotidiana

- Promover hábitos que inclúan unha comida sana e deporte, concienciar da perigosidade para a saúde física-mental das persoas o consumo de sustancias: cocaína, extasis., impulsar un maior número de actividades culturais
- Mejorar la calidad de vida de los estudiantes, sobre todo, contando con la edad y la problemática de convivir o llevar una alimentación cuando no están en su mejor momento (exámenes, trabajos, falta de motivación, cansancio..) Hacer la vida del estudiante un poco mejor
- Pues pienso que ya que somos futuros pedagogos/as y este tema es bastante importante debería tenerse más en cuenta y que no pasase tan desapercibido como lo está haciendo
- Promover hábitos de vida saludables, dinamizar a la población con respecto al deporte , asesorar, ayudar y cooperar con personas con riesgo o con problemas de drogodependencias
- Tratar de alcanzar unos buenos hábitos de vida. Mantener a los estudiantes informados.
- Lograr mellores hábitos saludables na comunidade universitaria e no resto da población
- Mejorar la calidad de vida de los universitarios, sobre todo los que no residen en el lugar familiar
- Traballar tódalas áreas que confluyen nunha boa saúde do alumnado para que este bienestar persoal influya directamente tanto na súa vida persoal como académica
- Creo que los principales objetivos deberían ser: promover una dieta saludable, fomentar el deporte e informar y educar en cuanto a salud sexual
- Darle una visión distinta. No somos niños con lo cual el enfoque debe ser distinto. Simplemente llegar hasta nosotros de forma directa pero sin dejar a un lado la importancia del tema
- Bienestar común de la USC, una educación total e integral que abarque todos los ámbitos
- Mejorar los estilos de vida en cuanto a hábitos saludables de los estudiantes con el fin de prevenir consecuencias negativas derivadas de los mismos
- Aumentar nuestra calidad de vida
- Fomentar hábitos saludables, Crear puntos de encuentro entre los estudiantes (formales e informales)
- El principal objetivo es mejorar la calidad de vida de los jóvenes y ayudarles en todo lo que necesiten para que estén bien
- Ofrecer a información necesaria e poñela a disposición dos alumnos para que eles tomen a súa decisión
- Aquellos orientados al mejor desarrollo como persona, ayudando en los estudios y desarrollo profesional
- Mellorar a calidade de vida de alumnos , istaurar hábitos de vida saludables, prevención de enfermidades, informar e asesorar os estudiantes
- Crear buenos hábitos entre los jóvenes, prevenir enfermedades, disminuir el consumo de drogas
- Formación integral, lograr una independencia personal, crecimiento en armonía cuerpo-mente-medio.
- Mejorar nuestra calidad de vida, disminuir incidencia de patologías (bronquitis crónica, cáncer de pulmón y de laringe), desarrollo de autoestima, hábitos saludables

- La prevención, ayuda a problemas ya presentes, ofrecer recursos para los mismos y promoción adecuada
- Eliminar hábitos de vida sedentarios, favorecer una alimentación equilibrada y fomentar en la medida de lo posible la práctica de actividades físicas
- Mellorar a calidade de vida dos estudantes e das persoas que os rodean
- Hacer que los estudiantes se reocupen un poco más por su salud tanto física como psicológica
- Consecución de la mejora personal, académica y social del alumnado, así como favorecer su formación en estos temas para su aplicación futura como profesionales.
- El objetivo fundamental sería aumentar la calidad de vida de la comunidad universitaria a través de acciones de diferente tipo: psicológicas, educativas, médicas, culturales, deportivas
- Buscar el bienestar físico, psíquico y social del alumnado, informar al alumnado sobre diferentes temas relacionados con la promoción de la salud, orientar al alumnado que lo necesite sobre estos temas
- Proporcionar información y orientación a los universitarios sobre aquellos aspectos que mejorarían su salud y tomar las medidas adecuadas para mejorar la salud de los universitarios mediante intervenciones en comedores, área de deportes, espacios más saludables...

IPVC

1. **Respuestas aportadas por los encuestados en relación con los cambios experimentados en los estilos de vida desde la entrada en la Universidad.**

Respostas dos cuestionados relativamente às mudançanas nos seus estilos de vida desde a entrada na universidade.

- Muito mais stress e pouco tempo
- Alteração de horários
- Aumento do stress, falta de descanso, maior tensão nervosa
- Cresci como pessoa
- Muito trabalho, pouco descanso
- Muito trabalho, pouco descanso e horas de sono muito reduzido
- A nível comportamental e fisiológico (insónias, stress, alimentação inadequada, etc.) comecei a fumar
- Novo ambiente “familiar”, mudança de residência e nova integração ao meio
- Mudança de vida, hábitos
- Entrada no mundo de trabalho. Alteração de residência. Carga horária sobrecarregada
- Alojamento, horário
- Mudança de residência
- Mudança de vida a nível profissional
- Alteração dos horários escolares aos horários laborais e à família. Sou trabalhador - estudante
- Autonomia, responsabilidade
- Veio alterar todas as minhas rotinas diárias e afectar o meu trabalho (emprego)

- O meu modo de pensar, de agir, de organizar o meu estudo e a minha aplicação na escola.
- Basicamente por um motivo: alcançar uma boa média para poder começar a trabalhar o mais rapidamente possível.
- Constante stress, derivado à exigência do curso
- Alteração nos meus hábitos de vida como alimentação horas de dormida, etc.
- Comecei a sair mais vezes e conheci mais gente.
- Na mudança de residência
- Comecei a vida sozinho
- Alteração dos horários e do tempo disponível para outras actividades, devido a ser trabalhador estudante.
- Tornei-me mais madura e independente. Vivenciei muitas experiências que me enriqueceram a vários níveis
- A nível pessoal amadureci bastante, a nível profissional alarguei horizontes e trace projectos que quero realizar
- A nível familiar pois não (estão) presentes no ambiente familiar
- A nível familiar uma vez que só este ultimo ano estive em casa e os restantes estive num apartamento
- Auto-estima, mais participativa
- Apenas no facto de mudar de escola e ter de ter outros hábitos de estudo, mais horas por dia
- Disponibilidade de tempo para a família e amigos, ritmo de vida...
- A minha vida mudou porque nessa altura fui viver para um apartamento com uma colega não conhecia

2. Respuestas aportadas por los encuestados en relación con los cambios experimentados en la valoración de su autoestima desde la entrada en la Universidad.

Respostas apresentadas pelos questionados relativamente às mudanças vivenciadas no que se refere à valorização da sua auto-estima desde a entrada na Universidade.

- Tanto no 1º ano como no 4º acho que a fragilidade aumentou
- Desceu
- Às vezes tenho medo de falhar e não conseguir fazer as coisas a tempo ou como devem ser feitas.
- Por vezes sinto que não sou capaz de realizar as tarefas que me são pedidas.
- Comecei a integrar-me nas actividades académicas
- Baixa auto-estima pelo ipso de os novos colegas serem simpáticos para comigo mas não muito além disso o que foi complicado visto que no liceu estava a amigos “verdadeiros”.
- Fiquei mais confiante
- Fiquei mais confiante das minhas capacidades

3. Respuestas aportadas por los encuestados en relación con los cambios experimentados en la valoración de su integración social desde la entrada en la Universidad.

Respostas apresentadas pelos questionados relativamente às mudanças experimentadas na valorização da sua integração social desde a entrada na Universidade.

- As pessoas funcionam em grupos e restringem o acesso e integração nesses grupos

- Diferenças de personalidade
- Realização de actividades
- Como não conhecia ninguém senti um pouco de solidão, as pessoas eram um pouco frias e se fosse uma pessoa diferente era excluído
- Fiquei mais receptiva a novas amizades.

4. Respuestas expresadas por los encuestados en relación con la demanda de formación afectivo sexual.

Respostas apresentadas pelos questionados relativamente à procura de formação afectivo-sexual.

- Os mais comuns mas com mais cuidado e pormenor
- Prevenção de doenças sexualmente transmissíveis e alertas face o consumo de álcool e drogas.
- Sim. Mas não que ela fosse promovida em qualquer das escolas que já frequentei
- O tema do aborto, planeamento familiar e homossexualidade
- Orientação na vida profissional
- O aborto e as práticas saudáveis
- Todos os que dizem respeito à sexualidade
- Tudo em geral
- Com respeito ao trabalho
- Colóquios sobre sexualidade
- Não penso seja preciso nenhum tema em especial
- Aspectos gerais
- O sida e o aborto
- Gostaria que falassem mais vezes sobre os problemas de sexualidade.
- Penso que é feito o que é necessário, no entanto, deveria ser feito com mais frequência.
- Aspectos relativos à prevenção e a condução de sentimentos que muitas vezes nos induzem em erro.
- Doenças sexualmente transmissíveis e métodos anticonceptivos. Apesar de já ter havido não são frequentados como deveriam.
- Doenças sexualmente transmissíveis e formas de prevenção
- Métodos contraceptivos

5. Respuestas aportadas por los encuestados como ejemplos de las acciones de promoción de la salud que su institución está desarrollando.

Respostas apresentadas pelos questionados como exemplos das acções de promoção da saúde que a sua instituição a está a desenvolver

- Acções de sensibilização
- Conferências sobre a SIDA e projectos sobre o mesmo
- Conferências realizadas sobre HIV/SIDA testes gratuitos ao CAD, distribuição de preservativos
- Socorrismo
- Conferência com Osório
- Controlo de peso por trabalhos de alunos de educação física, torneios promovidos pela instituição

- Prevenção através de visualização audiovisual.
- Exercício físico, futebol
- Torneio de futebol
- Torneios, rastreios
- Rastreios, coloquiais
- As únicas que acho ter a ver com a saúde dos estudantes são a qualidade da cantina e das refeições
- Actividades desportivas
- Não tenho conhecimento de alguma
- Conferências
- Criação do centro desportivo
- Palestras acerca da saúde no trabalho e semana cultural
- Dádiva de sangue
- Acções de formação

6. Respuestas aportadas por los encuestados como ejemplos de las acciones de promoción de la salud que le gustaría que su institución desarrollase.

Respostas apresentadas pelos questionados como exemplo das acções de promoção de saúde que lhes gostaria que a sua instituição desenvolvesse.

- Maior apoio psicológico
- Ainda que as apontasse jamais seriam desenvolvidas
- Prevenção de doenças, drogas e álcool, malefícios prejudiciais à saúde com colóquios e seminários
- Acções de esclarecimento e formação dos futuros professores e visitas tanto a centro de pessoas com problemas de saúde com promoção da própria convivência com essas pessoas
- Rastreios e 1º socorro
- Corta-mato, passagem de testemunho, velocidade e salto em comprimento
- Debates
- Espectáculos de musica, teatro, dança
- Seminários
- Mais aulas de body contact, aerobic...algo comunitário
- Semanas temáticas, relacionados a hábitos alimentares
- Sessões de esclarecimentos sobre estilo de vida saudável
- Acções que tenham a ver com a prática desportiva
- Acções ligadas o desporto futebol, voleibol
- Acções sobre primeiros socorros
- Palestras acerca da promoção da saúde, actividades práticas (exercício físico) e exposições sobre saúde
- Sobre sexualidade, alimentação, necessidades educativas especiais.
- Acções de formação acerca de métodos contraceptivos, doenças sexualmente transmitidas e necessidades educativas especiais.

7. Justificaciones de la importancia en el futuro profesional de la promoción de la salud en la universidad aportadas por los alumnos encuestados.

Justificações da importância no futuro profissional da promoção da saúde na universidade propostas pelos alunos questionados.

- Há diversos aspectos que interferem com a futura actividade do professor como por exemplo o cuidado com a voz
- Considero importante apostar na prevenção devido aos flagelos que afligem as sociedades de modo que as campanhas de sensibilização alertassem para tais perigos
- Professores mais e melhor informados a este respeito para poderem dar melhor informação aos alunos
- É imprescindível tomar consciência da importância da saúde em qualquer local de trabalho ou instituição de educação
- Contribuir para a saúde das crianças
- Seríamos mais formados como futuros professores
- Preparar-me para lidar futuramente com os meus alunos
- Um professor de educação física deve ter sempre uma grande preocupação com a promoção da saúde
- Um acréscimo a nível informativo tornaria mais eficaz uma criação de hábitos de vida saudáveis
- Se me estou a formar para educar esta política será posta em prática por mim
- Pelo meu conhecimento pouco ou nada foi realizado, pelo que não sei o que dizer.
- Devido ao meu curso
- Quanto melhor preparado estiver e melhor e maior conhecimento tiver mais fácil é para mim exercer
- Uma política institucional ajuda muito no futuro profissional, pois ajuda na mudança de alguns hábitos incorrectos
- Acho bastante importante para os alunos se habituarem desde cedo a ter cuidados com a sua saúde.
- Trabalhar com crianças
- A saúde é de grande importância e deveria ser mais abordado a todos os níveis de ensino e tal não acontece
- Como professora de ciências da natureza tocamos muitos temas ligados à saúde
- Estar formados neste âmbito tanto para transmitir conhecimentos como para poder “lidar” com situações
- Pois no trabalho com crianças a saúde deve ser uma das preocupações presentes e constantes.

8. Respuestas aportadas por los alumnos relativas a sus consideraciones sobre los principales impedimentos para el desarrollo de las actividades de promoción de la salud en la universidad.

Respostas apresentadas pelos alunos relativamente às suas considerações sobre os principais impedimentos para o desenvolvimento das actividades de promoção da saúde na universidade.

- Falta de apoio financeiro
- Falta de recursos materiais e humanos

- O desinteresse face ao tema
- Pouca informação por parte da instituição quanto aos verdadeiros problemas dos alunos
- A indiferença por parte dos alunos e a sua falta de informação sobre alguns temas travam este tipo de desenvolvimento
- Ausência de informação e propostas para o combate de esses aspectos, bem como locais apropriados.
- Pouca vontade por parte da instituição
- Falta de verbas para o efeito
- Falta de promoção
- Falta de iniciativas
- Disponibilidade de horários
- A falta de aderência
- A falta de voluntários
- Os alunos julgam que já sabem tudo e não comparecem nas actividades.
- Pouca receptividade devido à falta de sensibilização para esta área
- Comodismo
- Hábitos negativos associados ao stress que se vive ao longo do ensino superior
- Falta de tempo para a realização dessas mesmas actividades devido a carga horária (que vai aumentando de ano para ano)
- Falta de trabalho em equipo das diversas instituições
- Falta de cooperação entre as instituições
- Políticas intereses económicos
- Incoerência entre um horário muito cheio, muito stress e a vida saudável
- Continua a ser tabu
- Não há criação de cadeiras directamente relacionadas com a promoção da saúde e indirectamente relacionadas com o curso

9. Iniciativas propuestas por los alumnos para el tratamiento y la prevención o del consumo de tabaco, de alcohol y de sustancias ilegales.

Iniciativas propostas pelos alunos para o tratamento e prevenção do consumo de tabaco, de álcool e de substâncias ilegais.

Tabaco:

- Sensibilização, provocação dos alunos e muita imaginação
- Não permitir venda de tabaco nas proximidades da instituição e em todo o recinto escolar
- Iniciativas de publicidade de modo a fomentar nos alunos a diminuição deste vício
- Confêrencias, palestras
- Rastreios
- Panfletos, vídeos
- Proibição de fumar dentro da Escola
- Testemunhos de pessoas que tiveram problemas
- Acções conjuntas de docentes, alunos e técnicos de saúde

Álcool:

- Triagem aleatória e testes médicos regulares
- Debates
- Acções de sensibilização
- Disciplinas acerca destas temáticas
- Publicidade para a diminuição do consumo
- Confêrencias, palestras
- Rastreios
- Panfletos, vídeos
- Acções conjuntas de docentes, alunos e técnicos de saúde
- Testemunhos de pessoas que tiveram problemas
- Visitas a um centro de alcoólicos

Substâncias ilegais:

- Dar a conhecer mais pormenorizadamente este tema
- Confêrencias, vídeos
- Disciplinas acerca de este assunto
- Acções de sensibilização
- Triagem aleatória e testes médicos regulares
- Acções conjuntas de docentes, alunos e técnicos de saúde
- Testemunhos de pessoas que tiveram problemas
- Mostras de casos de estudantes
- Visita a centros de recuperação

10. Iniciativas propuestas por los alumnos para la promoción del ejercicio físico, de los hábitos alimentarios saludables y de la seguridad vial.

Iniciativas propostas pelos alunos para a promoção do exercício físico, dos hábitos alimentares saudáveis e da segurança de vida

Exercício Físico:

- Torneios de desporto em todos os cursos
- Fomentar nos alunos iniciativas de desporto com incentivo (gratuitos)
- Horários favoráveis e participação para todos
- Realização de semanas desportivas onde os vários tipos de desportos seriam explorados
- Organização de jogos e da hora da ginástica
- “Dia desportivo”
- Divulgação por parte de pessoas directamente ligadas ao desporto
- Disciplina de Educação Física no primeiro ano

Hábitos saudáveis:

- Informar os alunos sobre como ter uma alimentação cuidada e saudável
- Workshops cada ano
- Feiras de gastronomia
- Acções conjuntas de docentes, alunos e técnicos de saúde

- Demonstração dos benefícios de uma alimentação equilibrada e dos malefícios de uma alimentação deficitária
- Conferências com nutricionistas
- “Semana temática da alimentação”
- Menus saudáveis na cantina

Segurança rodoviária:

- Informação para prevenir acidentes
- Simulações de acidentes
- Conferências com pessoas que tiveram acidentes
- Acções de sensibilização
- Visualização de videos
- Formação para a condução segura
- Olimpíadas sobre regras de código
- Disciplina no primeiro ano (seguridade rodoviária)

11. Iniciativas propuestas por los alumnos para la promoción de la educación afectiva sexual, del bienestar psicológico y de la integración social.

Iniciativas propostas pelos alunos para a promoção da educação afectivo-sexual, do bem-estar psicológico e da integração social.

Educación afectiva sexual:

- Distribuição de preservativos
- Distribuição de informação
- Conferências
- Consultas com profissionais da saúde
- Check-up gratuitos
- Consultas privada
- Debates com sexólogos

Bem-estar psicológico:

- Apoio psicológico dos docentes
- Eventos sociais entre universidades
- Consultas com psicólogos
- Ter um gabinete de apoio psicológico com horários mais flexíveis
- Check-up no gabinete psicológico todos os anos
- Apoio confidencial e personalizado a todos os alunos interessados
- Testes de autoconhecimento e personalidade

Integração social:

- Ajudas a nível social
- Eventos sociais, culturais e desportivos entre várias escolas
- Consultas com psicólogos
- Simulações de situações de convivência
- Convívios com a comunidade escolar promovendo almoços, jantares e eventos sociais
- Realização de maior número de actividades culturais que envolvam todos os alunos com custos acessíveis

- Workshop de arte, musica e espectáculo
- Iniciativas para a integração dos novos estudantes

12. **Respuestas aportadas por los encuestados en relación a los objetivos que debe perseguir la promoción de la salud en la Universidad**

Respostas apresentadas pelos questionados relativamente aos objectivos que a promoção da saúde deve almejar na Universidade.

- Criação de hábitos de vida saudáveis
- O bem estar da comunidade escolar
- Todos os referidos no decorrer deste inquerito levaram para uma consciênção dos varios factores relacionados com comportamentos de risco. Por isso,penso que se devem aplicar nas iniciativas referidas de modo çao de uma sociedade informada a tracar metas para a contrução de uma sociedade imformada e com un espiritu crítico face aos flagelos
- Formar os futuros professores nesse aspecto
- Informar os alumnos e alertalos
- Prevenir sempre foi o mellor deixar que as “coisas” nos atinjamsó para depois fazer algo é uma “política” errada. Tudo que seja de prevençao tem efeitos benéficos
- Esencialmente para os problemas de saúde que máis afectam os jovens sem descoirdar os grandes temas como sida e cancro
- Bem estar fisico (peso proporcional a altura) analises cuidadas e periódicamente comprobadas, tensoes medidas. Teste de açucar, imunidade, glóbulos vermelhos e brancos e plaquetas, testes de pele, audiçao, visao e destreza motora
- O bem estar do aluno, a orientação pessoal, valorizar a autoestima, previr comportamentos de risco
- Criação de habitos de vida saudáveis em aspectos como: pratica desportiva, alimentação
- Os objetivos que devem orientar a promoção da saude nas instituçaosdeve ter a ver com a practica desportiva, o consumo responsable do alcohol (alerta) e muitos outros aspectos que afectan o crescimentossdos jovens hoje em dia
- Evitar varios accidentes que decorren o longo do ano: accidentes rodoviarios, comas alcohólicos, violáceos
- Sensibilizar a comunidade pertencente á instituição do ensino superior para a importancia da saude e o bem estar
- Proporcionar um bem estar fisico e emocional para que os estudantes melhorem a sua apresentação nas aulas e na vida académica en geral.
- Melhorar a saúde dos alumnos que frequentam estas instituição. Contribuir para um melhoramento do nivel escolar. Contribuir para a melhoría da saúde pública
- Proporcionar o bem estar dos alunos e de todos os que estanminseridos no ambiente escolar para um desenvolvimento equilibrado e para que haja aprendizagem.
- Alterar comportamentos. Conciencializar para a importancia da saúde
- Sesibilizar as alunas para aquilo que realmente é importante, demonstrando quais os maieficios e beneficios de uma “boa saúde” e com actividades que fossem de encontro co tema tratado
- Promover uma melhor qualidade de vida aos mais varios niveis.
- Modificar comportamentos face aos vários temas, implementando estrategias

- Promover uma alimentação cuidada que permita uma melhoria na qualidade de vida
- A integração do aluno em primeiro lugar, a mudança de actitudes sobre face do consumo desmedido de substancias perjudiciais a saúde e a formação para nos tornar profissionais na nossa área mas sobretudo em quesotes deste tipo, pois tamen nós somos formadores.

UNITO

1. **Respuestas aportadas por los encuestados en relación con los cambios experimentados en los estilos de vida desde la entrada en la Universidad.**

Risposte concernenti i cambi sperimentati negli stili di vita dall'inizio dell'Università, fornite da coloro che sono stati sottoposti al questionario (di seguito, per semplicità, *campione degli studenti*).

- Nell'alimentazione ho cambiato sia gli orari sia il menù
- Cambi psicologici: alternanza di momenti di iperattività e di momenti caratterizzati da una stanchezza generale
- Organizzo la giornata e il modo di studiare, cambiando il modo di vivere la scuola e gli amici. È un cambiamento molto importante al quale l'adattamento non è stato immediato
- Ho cambiato nel modo di pensare su alcuni argomenti che prima neanche consideravo come interessanti.
- Sono cambiate le abitudini di vita: adesso sono in funzione degli orari dei corsi.
- Ho molto più tempo libero, anche per svolgere dei lavori e dedicarmi ad altri interessi
- Migliore organizzazione dello studio rispetto alle superiori
- Viaggio molto di più per raggiungere l'Università e ho cambiato orario delle lezioni rispetto alla tradizionale frequenza del mattino al liceo
- Maggiore libertà sotto tutti gli aspetti
- Convivenza con altre persone, al di fuori della famiglia. Nuova città, nuove amicizie, nuove abitudini ed hobbies oltre che una nuova ragazza.
- Sono più indipendente, vivo con altre ragazze con cui condivido tutto. Il mio carattere si è adattato alla convivenza e inoltre ho conosciuto persone con forme di vita diverse dalla mia.
- Lavoro molto di più per poter pagare le rate universitarie ed il mio rendimento scolastico di conseguenza, si è abbassato
- Meno tempo libero, viaggio molto più frequentemente in treno e tram (molto stenuanti): non riesco a fare più pasti completi, né a pranzo né a colazione.
- Maggiore maturità e migliore capacità di relazioni con gli altri
- Ritmi di vita, condizione economica, responsabilità, indipendenza, autonomia

2. **Respuestas aportadas por los encuestados en relación con los cambios experimentados en la valoración de su autoestima desde la entrada en la Universidad**

Risposte fornite dal campione degli studenti in relazione ai cambi sperimentati nella valutazione della propria autostima dall'inizio dell'Università.

- Sono più soddisfatta di me
- È certamente aumentata grazie al raggiungimento degli obiettivi scolastici
- A volte mi sento più consapevole delle mie capacità

- Sono più sicura nelle relazioni sociali
- Meno fiduciosa a causa commenti dei docenti

3. Respuestas aportadas por los encuestados en relación con los cambios experimentados en la valoración de su integración social desde la entrada en la Universidad.

Risposte fornite dal campione degli studenti in relazione ai cambi sperimentati nella valutazione della propria integrazione sociale dall'inizio dell'Università.

- Ho perso i contatti con gli amici del liceo, si fa fatica a conoscere e fare amicizia con qualcuno all'Università; si stà più per conto proprio
- Si è molto più aperti ai rapporti con le varie persone.
- Sono aumentati i rapporti interpersonali
- Sono meno selettiva con le persone
- Molta difficoltà a relazionarmi
- Si comunica meno con le persone
- Comunicazione inferiore a prima

4. Respuestas expresadas por los encuestados en relación con la demanda de formación afectivo-sexual

Risposte date dal campione degli studenti in relazione alla domanda di formazione affettivo-sessuale..

- Malattie a trasmissione sessuale
- Prevenzione delle malattie
- Mi piacerebbe che si organizzassero delle conferenze sul “sesso sicuro”
- Forse è un po' tardi all'Università. Più che educazione sessuale, chesecondo me all'Università è troppo tardi per parlarne, bisognerebbe informare sull'assistenza fornita alle nuove famiglie / penso che l'educazione sessuale vada approfondita prima dell'Università
- Anticoncezionali / Contraccezione
- Sui limiti imposti dal Vaticano
- Sui luoghi di distribuzione della pillola del giorno dopo
- Progresso nel campo delle cellule staminali
- L'Università potrebbe fornire dei servizi gratuiti di tipo medico quali per esempio, un centro di consulenza medica
- Omosessualità / rapporti omosessuali

5. Respuestas aportadas por los encuestados como ejemplos de las acciones de promoción de la salud que su institución está desarrollando.

Risposte fornite dal campione degli studenti come esempi delle azioni di promozione della salute sviluppate dalla propria Università.

- Non conosco / Non ricordo
- Convegni sull'alimentazione/ si parla molto di alimentazione
- Campagne contro il fumo / Divieto di fumare
- Informazione nei centri d'ascolto e d'aiuto
- Centro per adolescenti e famiglie
- Prevenzione in generale
- La promozione del CUS Torino

6. Respuestas aportadas por los encuestados como ejemplos de las acciones de promoción de la salud que le gustaría que su institución desarrollase.

Risposte fornite dal campione degli studenti come esempi delle azioni di promozione della salute che piacerebbe loro che la propria istituzione sviluppasse.

- Salvaguardia ambientale
- Eventi e mostre
- Gruppi di ascolto per giovani che vogliono parlare del loro rapporto con il corpo e con il cibo
- Incontri interculturali e feste tematiche
- Non saprei (forse dovrebbe essere l'Università a dover proporre attività "osando" un po' di più)
- Pubblicità di centri di aiuto e counselling
- Promuovere attività di volontariato
- Organizzare corsi per praticare degli sport/lega calcio universitaria/eventi sportivi
- Conferenze e seminari
- Pronto soccorso
- Informazione su iniziative nella regione
- Sportelli a cui rivolgersi per dubbi e consigli

7. Justificaciones de la importancia en el futuro profesional de la promoción de la salud en la universidad aportadas por los alumnos encuestados.

Giustificazioni apportate dal campione degli studenti, circa l'importanza nel futuro professionale della promozione della salute nell'Università.

- Segna il percorso della vita di ogni persona
- Essere in pace con se stessi, ottenere un equilibrio interiore ed essere consapevoli delle proprie capacità è importante e si ripercuote nel ambito lavorativo.
- Può dare le basi per affrontare in maniera serena il proprio futuro, insegnando a curare di più il proprio benessere psico-fisico.
- Non c'è stata
- Dipende in che ambito decido di andare a lavorare
- Non ha fatto niente
- Perché mi prepara ad affrontare la vita adulta
- Potrei lavorare con i giovani nella situazione in cui mi trovo adesso
- Dovrò fare l'educatrice e farmi carico della salute altrui
- Non credo che sia utile nella mia futura professione
- Un buon percorso formativo è la base per una carriera solida

8. Respuestas aportadas por los alumnos relativas a sus consideraciones sobre los principales impedimentos para el desarrollo de las actividades de promoción de la salud en la universidad.

Risposte date dal campione degli studenti relative alle considerazioni sui principali impedimenti allo sviluppo delle attività di promozione della salute nell'Università.

- Università poco incline a soddisfare i bisogni dello studente
- Poca organizzazione e poco interesse
- Molti vincoli burocratici

- Orari e carichi di studio
- Mancanza di fondi e di competenze
- Non so, sicuramente c'è poca informazione
- Poco interessamento e poche risorse
- Costi elevati, diffidenza degli studenti
- I costi, la burocrazia, le altre problematiche più pressanti
- Impedimenti economici
- Numero elevato di studenti, poco interesse
- I finanziamenti da parte dello stato
- Pochi fondi e poca ricerca
- La scarsa autonomia per organizzare delle iniziative per promuovere la salute
- Troppo poco accordo tra i vari servizi
- Poco presente nei giovani la cultura della promozione alla salute

9. Iniciativas propuestas por los alumnos para el tratamiento y la prevención o del consumo de tabaco, de alcohol y de sustancias ilegales.

Iniziativae proposte dagli alunni per il trattamento e per la prevenzione del fumo, dell'alcol e delle sostanze stupefacenti

Tabaco:

- Campagne antifumo
- Radiografie polmonari periodiche
- Filmati da proiettare prima e dopo le lezioni
- Mostrare le cartelle cliniche di studenti che fumano
- Depliands
- Interventi e dibattiti
- Sedute di gruppo
- Testimonianze
- Corsi trasversali sull'educazione alla salute
- Corsi di gruppo
- Divieto di fumare nell'Università
- Meno feste universitarie

Alcohol:

- Campagne anti-alcohol
- Radiografie al fegato periodiche
- Filmati
- Mostrare le analisi del sangue di studenti che bevono
- Depliands
- Interventi e dibattiti
- Sedute di gruppo
- Testimonianze di personaggi famosi
- Corsi sulle bevande di qualità e sulla moderazione
- Meno feste universitarie

Sustancias ilegales:

- Campagne anti-droghe
- Filmati
- Interventi e dibattiti
- Sedute di gruppo
- Testimonianze
- Corsi sugli effetti del consumo di droghe
- Conferenze con personaggi famosi dello spettacolo e della musica
- Meno feste universitarie
- Eventi al di fuori dell'Università

10. Iniciativas propuestas por los alumnos para la promoción del ejercicio físico, de los hábitos alimentarios saludables y de la seguridad vial.

Iniziativae proposte dagli alunni per la promozione dell'esercizio fisico, delle abitudini alimentari salubri e della sicurezza stradale.

Ejercicio Físico:

- Offrendo agevolazioni per chi volesse fare attività fisica
- Prezzi vantaggiosi
- Pubblicità di eventi sportivi
- Maggior numero di convenzioni con le palestre
- Rafforzamento del CUS

Hábitos alimentarios saludables:

- Dando la possibilità di usufruire delle mense, non solo per fasce di reddito
- Lezioni tenute da dietiste
- Pubblicità / nuove convenzioni con ristoranti
- Corsi di educazione alimentare
- Aumentare il numero delle mense
- Facendo orari in modo da lasciare libere le ore di pranzo

Seguridad vial:

- Corsi di guida sicura
- Lezioni all'Università
- Lezioni tematiche fuori dall'Università presso Scuole Guida
- Testimonianze di persone che hanno sofferto incidenti gravi
- Conferenze con la polizia stradale

11. Iniciativas propuestas por los alumnos para la promoción de la educación afectiva sexual, del bienestar psicológico y de la integración social.

Iniziativae proposte dagli alunni per la promozione dell'educazione affettiva sessuale, del benessere psicologico e dell'integrazione sociale.

Educación afectiva sexual:

- Profilattici in omaggio
- Incontri e dibattiti
- Medici a propria disposizione

- Consulenze mediche private e gratuite
- Corsi e video
- Pubblicità ed opuscoli
- Sportelli di aiuto e dialogo

Bienestar psicológico:

- Centri d'ascolto in gruppo
- Attività finalizzate al raggiungimento del benessere psicologico nelle ore di lezione
- Incontri e dibattiti su varie tematiche
- Medici a disposizione /numero verde
- Corsi e video
- Sportelli di aiuto e dialogo
- Interventi di psicologi e incontri gratuiti con psicologi
- Promovendo attività di gruppo anche con extracomunitari

Integración social:

- Centri d'ascolto in gruppo
- Attività finalizzate al raggiungimento dell'integrazione sociale nelle ore di lezione
- Incontri e dibattiti
- Pubblicità di eventi sociali in città
- Sportelli di aiuto e dialogo
- Centri di integrazione e promozione attività culturali
- Interventi di psicologi e incontri gratuiti con psicologi
- Promovendo attività di gruppo anche con extracomunitari
- Seminari al di fuori delle ore di lezione

12. Respuestas aportadas por los encuestados en relación a los objetivos que debe perseguir la promoción de la salud en la Universidad.

Risposte fornite dal campione degli studenti in relazione agli obiettivi che deve perseguire la promozione della salute nell'Università.

- Migliorare la vita all'interno dell'Università.
- Migliorare il benessere psicologico dello studente e le relazioni sociali intorno allo stesso
- Benessere psicologico, sociale e abitudini alimentari
- Alimentazione corretta, smettere di fumare, fare sport, migliorare l'autoestima
- Migliorare le condizioni degli studenti durante una fase molto delicata della crescita dell'individuo
- Informare e consigliare
- Non è un'ospedale
- Far crescere i ragazzi in modo che diventino consapevoli del proprio ruolo sociale
- Aiutare gli studenti con ironia, senza allarmismi e in allegria
- Quello di essere noi per primi a darci delle "pari opportunità"
- Ritengo che svolgere lezioni frontali (molto frequenti) allontani dall'obiettivo. Sarebbe bene che gli insegnanti si sforzassero di organizzare lezioni in cooperative learning in modo da far stare bene gli allievi durante lo svolgimento e la frequenza delle lezioni
- Più corsi di informazione, più propaganda, più attività aperte a tutti.

- Educazione sessuale, educazione alimentare, droga e fumo
- Dare un maggior sostegno ai giovani di oggi che sono molto più esposti a rischi maggiori rispetto al passato
- Incontri individualizzati
- Incontri di gruppo
- Seguirre i ragazzi sin dal primo giorno di inserimento e accompagnarli per tutti gli anni pubblicizzando maggiormente le iniziative
- Credo che i servizi offerti dalla nostra Università siano molto validi sotto questo aspetto. Forse bisognerebbe pubblicizzarli maggiormente
- Garantire agli studenti un futuro migliore