

ENSINO MAGAZINE

março 2020

Suplemento sobre
a Pandemia Covid-19

Produção RVJ-Editores

www.ensino.eu



JUNTOS, MAS SEPARADOS, CONTRA O COVID-19

Escolas, universidades e politécnicos suspenderam as suas atividades devido à pandemia de Covid-19. Foi implementado o ensino a distância e desenvolvidas ações solidárias. As academias abraçaram esta causa com grande determinação. Disponibilizaram os seus recursos e até criaram protótipos de novos ventiladores. Juntos, mas separados, iremos vencer a pandemia.

 [rvj.editores/](https://www.facebook.com/rvj.editores/)

**FIQUE EM CASA. APROVEITE
PARA LER E PARA ESCREVER.**

EDITAMOS PALAVRAS COM CONTEÚDO

RVJ - EDITORES, LDA.

AV. DO BRASIL, 4 - R/C | 6000-079 CASTELO BRANCO
tel.: +351 272 324 645 | fax: +351 210 112 063 | email: RVJ@RVJ.PT



 rvj editores

O que muda com o Estado de Emergência

‡ O Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, declarou, no dia 18 de março, o Estado de Emergência Nacional, após ter reunido o Conselho de Estado. O decreto presidencial foi aprovado no Parlamento, sem votos contra, as abstenções de PCP, os Verdes, a deputada não inscrita Joacine Katar Moreira e o deputado da Iniciativa Liberal, João Cotrim de Figueiredo e os votos favoráveis do PS, PSD, PSD, CDS-PP, BE, PAN e do deputado do Chega, André Ventura.

Mas afinal o que vai mudar em Portugal com esta decisão que visa combater a pandemia do Covid-19. Segundo o documento, o Estado de Emergência está decretado por 15 dias, podendo ser prolongado (que é o mais provável que aconteça). Já antes as escolas de todos os níveis de ensino foram fechadas, o que obrigou a novas estratégias de ensino aprendizagem. Sobretudo nas universidades e politécnicos, em que as aulas digitais passaram a ser a regra.

A reunião do Conselho de Ministros realizada na tarde de 19 de março permitiu a elaboração de um decreto de regulamentação das limitações dos direitos de deslocação e da liberdade de iniciativa económica. Pessoas com mais de 70 anos devem ficar em casa, comércio não prioritário deve ser encerrado.

O Primeiro Ministro, António Costa, em conferência de Imprensa, anunciou o que vai mudar, numa sessão que contou com a presença dos membros do Governo que constituem o gabinete de crise: os Ministros de Estado Pedro Siza Vieira, Augusto Santos Silva, Mariana Vieira da Silva, e Mário Centeno, e os Ministros da Defesa Nacional, João Gomes Cravinho, da Administração Interna, Eduardo Cabrita, da Saúde, Marta Temido, e das Infraestruturas e da Habitação, Pedro Nuno Santos.

Na sua página oficial, o Governo divulga o que vai mudar. Tome nota:

Direitos de deslocação

António Costa diferenciou as limitações aos direitos de deslocação em três situações:

- as pessoas que estão doentes ou em situação de vigilância ativa;
- as pessoas que constam de grupos de risco;
- a restante população.

Ao primeiro grupo “fica imposto o isolamento obrigatório,



Presidência da República

seja por internamento hospitalar ou por internamento domiciliário, constituindo crime de desobediência a violação desta norma”.

Às pessoas que constam de grupos de risco, “designadamente com mais de 70 anos ou com morbilidades (doenças, nomeadamente, graves), é imposto um dever especial de proteção, pelo qual só devem sair das suas residências em circunstâncias muito excecionais e quando estritamente necessárias, para assegurar ou a aquisição de bens, ou para ir ao banco, aos correios ou aos centros de saúde, pequenos passeios higiénicos, ou para passear animais de companhia”.

“Fora destas situações, devem evitar a todo o custo, para sua própria proteção, qualquer deslocação”, acrescentou, apelando a que se prossiga o esforço que famílias, vizinhos, redes sociais, municípios e juntas de freguesia têm vindo a permitir a muitos destes idosos evitar deslocações necessárias. «É muito importante que se preservem do risco de contaminação da doença”, disse.

População em geral

Ao conjunto restante da população, que não integra nenhum grupo de risco nem está doente ou em vigilância ativa, «impõe o dever geral de recolhimento domiciliário, devendo a todo o custo evitar deslocações para fora do domicílio para além das necessárias».

“Temos um conjunto vasto de exceções [que estarão enunciadas

no decreto], mas que se cingem essencialmente à necessidade de sair para o exercício de atividade profissional, assistência a familiares, acompanhamento de menores em períodos de recreação ao ar livre de curta duração, passeio de animais de companhia ou outras situações definidas no decreto”, disse.

Funcionamento dos serviços públicos

O Primeiro-Ministro referiu também a decisão de generalizar o teletrabalho para todos os funcionários públicos que possam estar nessa situação e aconselhou “vivamente o recurso ao atendimento por via telefónica ou online”, pedindo a todos os cidadãos com assuntos por tratar que recorram a estas formas de contacto.

O atendimento presencial só existirá por marcação e serão encerradas as Lojas de Cidadão «por serem pontos de grande aglomeração» que potenciam o risco de contaminação. “Mantêm-se os Espaços Cidadão que estão descentralizados junto de autarquias locais”, disse.

Liberdade de iniciativa económica

António Costa afirmou que no que diz respeito às atividades económicas, a regra será o encerramento de estabelecimentos comerciais com atendimento ao público, havendo, no entanto, «um conjunto de exceções, que são enunciadas no decreto, de estabelecimentos de natureza comercial

de atendimento ao público que podem continuar abertas», como padarias, mercearias, supermercados, bombas de gasolina, farmácias ou quiosques, «que vão vendendo bens ou serviços essenciais à vida das pessoas».

Os estabelecimentos comerciais do setor da restauração devem encerrar o seu atendimento ao público, mas o Primeiro-Ministro apelou a que continuem em funcionamento através dos serviços de takeaway e entrega ao domicílio.

“É importante, sobretudo nas aldeias, vilas e bairros, que a restauração de proximidade se mantenha aberta para servir e continuar a apoiar muitos daqueles que vão estar confinados no seu domicílio”, afirmou.

Saúde dos trabalhadores

O Primeiro-Ministro destacou ainda que «todas as empresas, de qualquer ramo de atividade que se mantenham em laboração, devem ter em particular atenção em cumprir três normas: as ditadas pela Direção-Geral da Saúde quando ao afastamento social (com preferência pelo atendimento ao público à porta ou através de postigo), as de higienização de superfícies e necessidade de utilização de equipamentos de proteção individual, e as de proteção individual dos trabalhadores».

“Preservar a saúde dos trabalhadores é não só condição essencial para a proteção do direito à saúde, mas também a criação de condições para que a laboração

possa prosseguir e que todos tenham segurança e confiança na atividade profissional”, afirmou.

Fiscalização das medidas decretadas

António Costa sublinhou que o conjunto de medidas decretadas «será fiscalizado pelas forças de segurança que atuarão em dupla dimensão: repressiva, encerrando estabelecimentos ou fazendo cessar atividades que estão proibidas de ser exercidas, procedendo à participação dos crimes de desobediência por violação do isolamento profilático, e com dever de encaminhamento ao domicílio de quem viole obrigação de isolamento profilático».

“As forças de segurança devem desenvolver também uma missão pedagógica de aconselhamento e de informação a todas as pessoas que, não estando proibidas de sair, o devem evitar, esclarecendo como devem agir, evitando excesso de saídas e recomendando que, pelo dever geral de proteção e recolhimento, se devem manter no seu domicílio”, acrescentou.

O Primeiro-Ministro realçou que o estado de emergência vigorará por 15 dias e que o Governo vai acompanhar a evolução de como serão aplicadas estas decisões.

«Extraordinário civismo»

“O desejo é, como tem acontecido até agora, de forma voluntária, exemplar e com extraordinário civismo, todos acatem pacificamente estas recomendações de autocontenção, que agora ganharão força de lei por via do isolamento coercivo, por via do dever especial de proteção ou dever geral de conhecimento”.

Em função da avaliação das medidas, “o Governo reserva-se ao poder de estabelecer, se for necessário, um quadro sancionatório para punir o incumprimento, quer do dever especial de proteção, quer do dever geral de recolhimento”.

O Primeiro-Ministro reiterou que não foi o estado de emergência a pôr termo “à normalidade com que, cívica e voluntariamente, os portugueses têm acolhido recomendações da Direção-Geral da Saúde e têm agido como verdadeiros agentes da saúde pública, contribuindo ativamente para conter este surto pandémico e, tão rapidamente quando possível, evitar um menor número de doentes infetados e, sobretudo, um menor número de perda de vidas”. ■



Ensino Magazine implementa medidas preventivas e envia-lhe as notícias

¶ O Ensino Magazine, consciente da responsabilidade que um órgão de comunicação social deve ter perante a sociedade, os seus colaboradores, parceiros e leitores; informa que tendo em conta a pandemia relacionada com o coronavírus Covid_19, está a efetuar toda a sua atividade através dos canais digitais (email, messenger, redes sociais, portal na internet) e através de contactos telefónicos.

O Ensino Magazine está a enviar, desde o dia 16 de março, aos seus leitores, por e-mail, a versão impressa do Ensino Magazine, assim como a indicação das notícias que são publicadas no seu site. Basta que nos envie o pedido através de email e receberá toda a informação na volta do correio digital ou pelo WhatsApp.

Ficam suspensos os contactos presenciais com os nossos colaboradores.

Esta é uma medida que visa proteger-nos a todos enquanto cidadãos.

Continuaremos a produzir, diariamente, o nosso Ensino Magazine, manteremos o nosso portal (www.ensino.eu) com toda a atualidade noticiosa e comercial.

Num momento tão complicado, de que não há memória nas diferentes gerações, importa sermos responsáveis e limitarmos a nossa circulação e contactos pessoais.

Fique em casa, proteja-se, e votos de boas leituras.

Contactos

Email: rvj@rvj.pt, ensino@rvj.pt

Telefone: 272 324 645

Telemóveis: 965 315 233 e 933 526 683

Página de internet: www.ensino.eu

Facebook: <https://www.facebook.com/ensinomagazine/>

Instagram: [magazine_ensino](https://www.instagram.com/magazine_ensino) ■

SAÚDE

Dicas para melhorar o seu bem-estar psicológico

¶ A pandemia de Covid-19 modificou a nossa rotina, modificou a nossa vida. O isolamento começou há pouco tempo, mas já parece tão distante o dia em que tudo mudou.

Especialmente, num momento como este, é fundamental cuidar da sua saúde física, bem como da sua saúde mental.

O isolamento não é fácil... pode ser difícil estar sozinho, estar com crianças, estar com idosos... pode ser difícil trabalhar, mas também pode ser difícil não poder trabalhar...

É normal sentir medo, ansiedade ou frustração.

Como lidar com essa ansiedade e com o medo, em relação a esta pandemia, estando em isolamento?

1 - Mantenha as suas rotinas habituais, como a hora de acordar e as refeições. Tome banho e vista-se como se fosse trabalhar, não descuide a sua imagem ou higiene.

2 - Planeie as suas refeições, de forma a conseguir manter uma alimentação saudável e equilibrada.

3 - Evite comer em frente da televisão ou do computador, aproveite o facto de estar em casa para comer tranquilamente.

4 - Mantenha-se hidratado, bebendo água ou chá ao longo do dia.

5 - Tente dormir entre 7 a 9

horas, mantendo os mesmos horários de acordar e deitar.

6 - Mantenha-se activo, faça exercício físico (existem ginásios que estão a disponibilizar aulas gratuitas no Youtube, procure vídeos com actividades que gosta, dance na sala, salte à corda...)

7 - Mantenha-se informado junto de fontes credíveis como a DGS, mas não esteja sempre atento a novas informações, veja notícias, por exemplo, só uma vez por dia.

8 - Mantenha o contacto com a sua família e amigos. Há muitas formas de comunicar a distância. Desde o telefone até à videochamada (por exemplo o whatsapp), na qual pode, por exemplo, conversar em simultâneo com um grupo de amigos. Porque não combinarem um jantar à distância de um clique?

9 - Aproveite para fazer coisas que está sempre a adiar por falta de tempo (faça um curso online, aprenda a cozinhar, escreva um livro, aprenda uma língua nova, pinte um quadro).

10 - Realize actividades de lazer (lea um livro, veja filmes ou séries, oiça música, cante, faça uma visita virtual a um museu, assista a uma peça de teatro online).

11 - Faça um diário, onde pode registar os seus pensamentos e emoções, as suas conquistas e possíveis estratégias para

lidar com as dificuldades do dia a dia.

12 - Não se esqueça de respirar! Faça exercícios de respiração e relaxamento, focando a sua atenção na respiração. Se durante este exercício surgirem pensamentos negativos ou críticos, volte a convidar a sua atenção para a respiração até conseguir relaxar.

13 - Se está em isolamento com crianças, seja paciente e compreensivo. Ajude as crianças a lidarem com o stress e a ansiedade que eventualmente possam sentir, escutando as suas preocupações e medos. Explique o que está a acontecer e o porquê deste afastamento da escola e dos amigos, transmitindo segurança e esperança. Sempre que possível organize videochamadas com os amigos dos seus filhos. Aproveite para passarem tempo de qualidade em conjunto. Façam actividades em que possam brincar e descontrair.

14 - Aproveite para abrandar. Esta é uma oportunidade para abrandar o ritmo (muitas vezes frenético) da vida.

15 - Tem pensamentos ou emoções que o assustam e com as quais não está a conseguir lidar? Não tenha vergonha dos seus medos e dificuldades. Peça ajuda sempre que for necessário, aos seus familiares e amigos.

Também pode sentir necessi-



dade de falar com um psicólogo sobre os seus medos, dificuldades, frustrações e angústias. Caso queira marcar uma consulta não tem de sair de casa, pode marcar uma consulta de psicologia online.

Durante essa consulta, o psicólogo pode ajudá-lo, por exemplo, a encontrar estratégias para conseguir lidar com os desafios do isolamento, ensinar técnicas para conseguir regular melhor o seu medo e ansiedade e ferramentas para conseguir gerir de forma adequada os conflitos familiares que possam existir.

E lembre-se, tudo isto tem um sentido! Amar é cuidar e, neste caso, cuidar de si é também cuidar dos outros, é contribuir para que todos estejamos bem. ■

Rita Ruivo

Psicóloga Clínica

ritaruivopsicologa@gmail.com

CORONAVÍRUS

Quais as regras para uma alimentação segura

¶ Em plena pandemia do Covid-19 muitas são as dúvidas de como manusear os alimentos. O Governo acaba de divulgar um conjunto de medidas que o vão ajudar.

Aqui ficam as indicações da tutela:

“O Conselho Científico da Autoridade de Segurança Alimentar e Económica, recomenda que antes da preparação, confeção e consumo de alimentos, se devem reforçar as medidas de higiene que já antes da pandemia eram recomendadas:

- Lavar longamente as mãos secando-as em seguida, tendo cuidado de não voltar a por a mão lavada na torneira, fechando-a com uma toalha de papel;

- Desinfetar as bancadas de trabalho e as mesas com produtos de limpeza;

- Não misturar comida cozinhada e crua durante a preparação;

- Evitar partilhar comida ou objetos durante a refeição;

- Lavar longamente os alimentos crus.

Não havendo provas científicas de que o novo coronavírus seja transmissível através da ingestão de comida, devem, contudo, ser mantidas e reforçadas as medidas de prevenção de higiene pessoal e da cozinha seja em casa ou em cozinhas profissionais. A Autoridade Europeia para a Segurança Alimentar e a Organização Mundial da Saúde não encontraram, até ao momento, prova de qualquer tipo de contaminação através do consumo de alimentos cozinhados ou crus.

O Centro Europeu para a Prevenção e Controlo de Doenças considera que, apesar de se suspeitar que o novo coronavírus é de origem animal, atualmente a sua transmissão ocorre pessoa a pessoa por contacto próximo com pessoas infetadas pelo vírus, ou superfícies ou objetos contaminados. Porém, deve ser aplicado o princípio da precaução, reforçando as boas práticas de higiene e segurança alimentar durante a manipulação, preparação e confeção dos alimentos.” ■



RICARDO MEXIA, MÉDICO EPIDEMIOLOGISTA

«Estamos a aprender todos os dias com este vírus»

‡ O médico Ricardo Mexia admite que após a passagem do coronavírus existam sequelas em termos mentais para muitos, mas ao mesmo tempo acredita que, enquanto a pandemia permanecer em crescimento, o distanciamento físico deve ser compensando por uma nova socialização, com o recurso às novas tecnologias.

Que fatores contribuíram para o coronavírus se ter transformado numa espécie de “tempestade perfeita”?

Há uma grande diversidade de aspetos que complicaram a resposta. Para começar, o agente tem características de fácil disseminação e de transmissão pessoa a pessoa, o que é um dado importante. Para além disso, a própria existência da possibilidade da transmissão da doença ainda antes de manifestação de sintomas faz com que este vírus seja especialmente difícil de conter. Adicionalmente, o mundo hoje, globalizado como é, facilita que as doenças se disseminem um pouco por todo o lado.

O epicentro na China, o país mais populoso do mundo, também foi decisivo?

Foi e para mais quando estavam a decorrer as comemorações do ano novo chinês, uma data com especial significado naquela cultura e que determina uma grande mobilidade de milhões de pessoas ao longo de todo o território. Não esquecer que a população chinesa está distribuída pelo mundo, nomeadamente através dos turistas que visitam as principais capitais do mundo – e também há muitos ocidentais a visitar a China. É isto que explica que seja uma pandemia que afeta todo os continentes e a esta altura serão poucos os países que não terão casos.

Pode afirmar-se que este é o primeiro vírus à escala global?

Não diria isso. No passado já tivemos outras pandemias, como foram o caso da gripe espanhola e da peste negra, por exemplo. O que acontece é que os registos não eram tão fidedignos como são agora. Atualmente, temos meios de informação que nos permitem apreender de forma tão rápida e expressiva a dimensão do problema. O que se pode dizer é que é a primeira pandemia deste século, suplantando a gripe A, pelo seu alcance e pela mortalidade que tem associada. Bem sei que a gripe A afetou mais pessoas, mas a projeção mediática e através das redes sociais permitem, atualmente, disseminar informação – nem toda ela verdadeira – à escala mundial.

Os primeiros casos na China remontam ao final de dezembro, início de janeiro. Em Itália, por exemplo, os primeiros



casos reportados são de final de fevereiro. O ocidente e o resto do mundo subestimaram o que se passava a oriente?

Houve uma tendência inicial para se desvalorizar o que se passava na China, na província da Hubei, na cidade de Wuhan, e eventuais consequências que isso podia ter para o resto do mundo. Veja-se o impacto de casos em Itália, Espanha, Reino Unido, Estados Unidos e até mesmo Portugal para podermos afirmar que os líderes desses e de outros países não mediram bem o impacto que a doença teve e está a ter. Agora, mais do que ser proativos, estão todos a ser reativos ao problema.

Até à data, o que é que sabemos com segurança da doença?

Esta é uma doença de fácil propagação e contágio, se não se respeitar a distância física entre pessoas. Por outro lado, a letalidade é, de um modo geral, relativamente baixa, face aos casos reportados. De qualquer forma, o caso italiano é diferente: quase 1 em cada 10 doentes acabaram por falecer.

E o que ainda não sabemos com toda a certeza? A tosse e a febre são características dos sintomáticos, mas já há relatos de ausência de olfato e paladar e de transmissão nas fezes. O que se pode

avancar com certeza?

A transmissão nas fezes não está comprovada, o que está comprovado é haver registo de amostras de fezes nos doentes com o vírus. Por isso, potencialmente pode ser uma via de transmissão, o que poderá fazer com que contamine uma instalação sanitária ou os objetos que a pessoa manipule. Ainda assim não é, para já, a via de transmissão mais frequente. Ainda está a ser estudada. Quanto à perda da capacidade olfativa ou do paladar, aparentemente é uma característica que tem acontecido em diversos doentes e não estava na lista dos sintomas habituais. Mas sendo uma reação tão rara, pode dar um contributo importante para o diagnóstico e a deteção da doença.

Os dados coligidos pela Direção-Geral da Saúde (DGS) continuam a apontar a tosse e a febre como os sintomas prevalentes. A tendência será para manter?

Os três sintomas inicialmente considerados na descrição de casos são a tosse, a febre e a dificuldade respiratória, sendo que este último acaba por apenas manifestar-se nos casos mais severos, não sendo assim tão frequente na generalidade dos casos. Mas o quadro clínico dos doentes com esta doença é muito heterogêneo e também podem acontecer distúrbios gastrointestinais, corrimento nasal,

etc. Por isso, é difícil fazer um diagnóstico ágil e sem reservas sem recorrer aos testes laboratoriais.

Os assintomáticos são uns potenciais disseminadores silenciosos da doença, sendo muitos deles jovens. Como a Organização Mundial de Saúde disse, «os jovens não são invencíveis» ao coronavírus?

É preciso reconhecer que a doença não é particularmente incidente e frequente em jovens. Os dados mais recentes indicam que não há, a nível mundial, qualquer óbito abaixo dos 10 anos. Contudo, não estão isentos de perigos e podem adoecer, ter complicações e ser veículo para a transmissão da doença, pese embora os quadros mais ligeiros apresentados. Por isto se explica o encerramento das atividades letivas pelo papel essencial que os jovens têm em manter a distância física, contribuindo para a menor disseminação da doença. Faço daqui um apelo aos jovens para que procurem resguardar os mais vulneráveis, nomeadamente os idosos ou pessoas com doenças de base. No caso de coabitarem com algum familiar nessas condições, devem ter cuidados adicionais com a higiene das mãos, a etiqueta respiratória e o tal distanciamento físico.

Quando a tempestade passar, ou seja, o Covid-19, os conceitos que os portugueses têm de saúde pública e de civismo sairão reforçados?

A saúde pública tende a emergir sempre que surgem situações desta dimensão. Tivemos, recentemente, surtos de sarampo em Vila Franca de Xira o que fez, desde logo, que o tema tivesse mais visibilidade na opinião pública. Da nossa parte, médicos de saúde pública, acreditamos que este seja um contributo importante para preservar a saúde dos portugueses. Por isso, as intervenções que fazemos na sociedade estão baseadas nos seguintes eixos: proteção e promoção da saúde e prevenção da doença. E esperamos que também nasça a consciência de que o país necessita ter uma estrutura de saúde pública robusta e que seja capaz de reagir e responder em situações de ameaça, como a que estamos a viver. Julgo que após debelar a doença, estou convicto vamos fazer uma análise das fragilidades e das insuficiências do sistema e que consigamos corrigi-las em tempo útil, tendo em vista uma futura emergência.

Que reflexos é que este momento vai ter nos mais novos? Estamos a educar os mais novos à força e em contexto de forte pressão?



Eu não diria que é à força. Para começar uma série de rotinas tiveram de ser alteradas fruto deste acontecimento excepcional. Surgiram outras: o ensino à distância, a distância física, a ausência dos avós – que é uma medida importante para proteger os mais velhos – que são medidas que até têm sido encaradas com uma certa boa vontade e com a naturalidade possível. Uma criança, com a energia inesgotável que tem, estar confinada a uma casa, torna-se complicado. Estamos confrontados com uma ameaça à nossa saúde e ao nosso estilo de vida, mas temos de a converter numa oportunidade para os pais estarem mais tempo e mais próximos dos filhos. Criar e fazer coisas diferentes, aproveitando o muito tempo que temos disponível. Pode ser um ponto de partida para repensar as nossas prioridades e a forma como nos posicionamos.

A segunda vaga do surto é provável no próximo inverno?

Estamos a aprender todos os dias com este vírus, por isso, torna-se difícil fazer uma projeção sobre a sua evolução. O que estamos a procurar apurar é se há ou não a capacidade para manter a imunidade e se essa imunidade, sendo desenvolvida agora numa proporção grande da população – não transmitindo a doença –, poderia funcionar de forma a que progressivamente fossemos «libertando» os de maior risco e que esta faixa etária pudesse ficar protegida pela nossa imunidade de grupo,

quer pela maior disponibilidade dos recursos do Serviço Nacional de Saúde num cenário de exposição mais gradual e não abrupta.

Quanto tempo poderá levar para ter a vacina?

O processo para a produção da vacina é sempre moroso, para além de existir um quadro normativo apertado. Até admito que dado o contexto de emergência que vivemos pudesse existir alguma flexibilidade, mas seria preciso garantir que a vacina fosse eficaz. Em resumo, são precisas todas as cautelas para produzir a vacina. Por isso, não acredito que num horizonte muito breve tenhamos essa arma à nossa disposição.

O coronavírus gerou nas últimas semanas o que se pode chamar uma «epidemia de informação», nem sempre fiável.



O medo é também ele um vírus, a informação credível pode ser a vacina?

Foi a própria OMS que lançou esse termo, a «epidemia de informação» («infodemia»). No passado os “media” eram o filtro que passava a informação às pessoas, agora, as redes sociais alteraram por completo este paradigma. Hoje em dia qualquer pessoa com um telemóvel consegue produzir informação que em segundos chega aos quatro cantos do mundo. É nesse sentido que nós, médicos de saúde pública, nos temos disponibilizado para colaborar com todos os órgãos de comunicação social. É preciso fazer chegar à população informação que seja útil, permitindo tomar decisões mais informadas e que essas decisões possam contribuir para proteger a sua saúde e todos os que lhes são próximos. O acesso à informação fidedigna é fundamental, até para rebater a proliferação de informação

falsa que tem circulado – deliberadamente ou baseada em conceitos errados. Este contexto só contribui para que as pessoas se sintam inseguras e façam escolhas erradas.

Que sequelas, nomeadamente ao nível da saúde mental, é que estas semanas de isolamento dentro de quatro paredes podem ter no imediato na população mundial?

Julgo que o confinamento é um desafio importante para qualquer pessoa, nomeadamente com um histórico de problemas de saúde mental. Creio que aqui deve ser enfatizado que se deve promover o afastamento físico, mas não o distanciamento social. Na era digital, devemos utilizar os telefones, o Skype, as videochamadas, para procurar compensar esse afastamento temporário. À margem das questões mentais, temos ainda as consequências sócio-económicas que contribuirão para uma recessão mundial, com incontornáveis reflexos na vida e na saúde das pessoas. Com a agravante de este cenário se ir prolongar por mais tempo do que a própria epidemia. Temos pela frente um período difícil e vamos precisar todos uns dos outros.

Nuno Dias da Silva 
Direitos Reservados 

CARA DA NOTÍCIA

✚ Pela defesa da saúde pública

Ricardo Mexia tornou-se uma cara conhecida dos portugueses durante a emergência sanitária do coronavírus, com presença regular nas televisões e nos jornais. É presidente da Associação Nacional dos Médicos de Saúde Pública (ANMSP) e epidemiologista no Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge. É licenciado em Medicina pela Universidade de Lisboa, Mestre em Gestão pela Universidade Católica Portuguesa e Mestre em Saúde Pública pela Universidade Nova de Lisboa. A vigilância epidemiológica, os eventos de massas e os migrantes, são as suas principais áreas de investigação. ■



saber mais em:
www.ensino.eu

DISTRIBUIÇÃO DE ALIMENTOS E MEDICAMENTOS

Alunas do IPCB apoiam população

‡ Mariana Duarte e Ana Ramos, alunas do Instituto Politécnico de Castelo Branco, estão a apoiar a população da cidade, nas zonas da Sé, Três Globos, Quinta Dr. Beirão, Hospital, Monte do Índio, Santiago, Granja ou Cansado, com a distribuição de alimentos e medicamentos. A iniciativa solidária partiu das próprias alunas e poderá ser alargada a outros bairros do núcleo urbano se necessário.

O objetivo é suprir algumas necessidades resultantes das limitações de mobilidade provocadas pela pandemia Covid-19, que obriga ao isolamento social. A resposta está a ser dada não apenas aos idosos, mas também a outras faixas etárias, e está a ser divulgada nas redes sociais.

Em nota enviada ao nosso jornal, o Politécnico de Castelo Branco explica que “a iniciativa arrancou nas redes sociais, depois de Mariana Duarte e Ana Ramos se terem dado conta que, já que continuam de serviço na Amato Lusitano - Associação de Desen-



volvimento, poderiam aproveitar as suas deslocações pendulares entre casa e trabalho para ajudar a população mais indefesa que não deve sair à rua”.

Revela a mesma nota, que inicialmente “a estratégia das mestrandas do curso de Gerontologia Social na Escola Superior de Educação do IPCB, consistia em colocar informação nos elevadores dos edifícios em que as jovens naturais de Alpalhão e Guarda residem”. No entanto, a aposta passou por disponibilizar aos albi-

castrenses um número de telemóvel (963594727), através do qual o interessado fornece a sua morada e são combinados dia e hora de entrega”.

O processo é simples. “Basta que as pessoas deixem um saco à porta de casa com a lista de compras, o dinheiro suficiente e, caso seja necessária, a receita médica. Cumprida a tarefa, a bolsa é devolvida, já com o pedido, o recibo e o troco”, explica o IPCB.

Para não comprometer a capacidade de resposta, Ana Ramos e Mariana Duarte irão abranger apenas algumas zonas da cidade. ■



CASTELO BRANCO

Esald associa-se à unidade de saúde

‡ O Instituto Politécnico de Castelo Branco associou-se ao grave momento de emergência nacional resultante da epidemia Covid-19. Nesse sentido, está a contribuir com material clínico diverso disponível na sua Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias para aumentar a capacidade de resposta da Unidade Local de Saúde de Castelo Branco.

A iniciativa enquadra-se no programa “ESALD Solidária” e pre-

vê a cedência de material de uso descartável e de proteção individual e a utilização de equipamentos dos laboratórios da escola, que irão contribuir de forma decisiva para o melhor apoio a todos os que necessitam. Serão ainda disponibilizados equipamentos da Unidade de Investigação e Desenvolvimento do IPCB “Qualidade de Vida no Mundo Rural”, adquiridos no âmbito dos seus programas de investigação. ■

POLITÉCNICO

Coimbra acompanha alunos em mobilidade

‡ O Politécnico de Coimbra (IPC) tem estado a acompanhar a situação dos estudantes que se encontram em mobilidade internacional através do programa Erasmus e de outros protocolos de intercâmbio, no âmbito da situação internacional da pandemia SARS-CoV-2 (COVID19), sensibilizando para o regresso e ajudando no repatriamento daqueles que manifestam interesse em regressar ao país. A informação foi prestada ao Ensino magazine, através de uma nota enviada ao nosso jornal.

Nesse comunicado é citada Maria João Cardoso, pró-presidente do Politécnico de Coimbra e responsável pelas Relações Internacionais da instituição. Segundo a responsável os primeiros contactos ocorreram a 25 de fevereiro para os estudantes do IPC em Itália, “quando a situação deste país começou a ficar preocupante” e, posteriormente, foram alargados a todos os estudantes do IPC em mobilidade internacional. Por e-mail e contacto telefónico, os serviços informaram os estudantes sobre a possibili-

dade de regresso a Portugal e de quais as condições e mecanismos de apoio disponíveis.

“O processo de repatriamento foi acompanhado em permanência durante 24h por dia através da disponibilização de um número de emergência e mantivemos sempre o contacto telefónico e por WhatsApp com os estudantes”, explica na mesma nota.

Neste processo, a responsável refere que “o encerramento súbito da fronteira com Espanha gerou dificuldades particulares a alguns estudantes que solucionámos com um “transfer” que os foi recolher a Sevilha”. Até à data de 27 de março, regressaram a Portugal 87 estudantes e “todos informaram de que se encontravam bem à chegada e do seu compromisso em cumprir um período voluntário de isolamento social de 14 dias”, afirma.

Até ao passado dia 27 de março permaneciam na Europa 27 estudantes do IPC, dos quais dois estudantes estão em quarentena (um na Croácia com viagem marcada para 31 de março e outro em

Itália sem regresso agendado), e os restantes 25 informaram que pretendem prosseguir o seu período de mobilidade e que se encontram a trabalhar online nas respetivas instituições de ensino superior/entidades em que se encontram a estudar/estagiar. Estes 25 estudantes estão em diversos países, designadamente: Alemanha, Croácia, Eslovénia, Espanha, França, Grécia, Holanda, Irlanda, Itália, Malta, Polónia, Roménia e Suécia.

A mesma nota esclarece que “quanto aos estudantes internacionais que se encontram em mobilidade no IPC, verificou-se o regresso ao país de origem de 73 estudantes e a permanência de 105, até esta data. Contactados pelos Gabinetes de Relações internacionais das escolas, os estudantes que permanecem informaram que se encontram bem e que pretendem continuar a sua mobilidade, estando a frequentar as aulas à distância. A nacionalidade dos que decidiram ficar é diversa, incluindo países europeus e outros, como a Jordânia e o Brasil”. ■



SOCIAL

IPCB alarga prazo de pagamento de propinas

‡ O Instituto Politécnico de Castelo Branco acaba de anunciar o alargamento do prazo para o pagamento de propinas, pelo período de dois meses.

Com esta medida, resultante do despacho do presidente da instituição (António Fernandes), os alunos da poderão pagar a prestação da propina, prevista para março, apenas no mês de maio e assim sucessivamente, relativamente às restantes prestações.

Esta decisão abrange todos os Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP), Licenciaturas e

Mestrados e insere-se no esforço coletivo que o IPCB está a fazer, implementando diferentes ações, como a substituição de aulas e atividades presenciais por meios alternativos de ensino a distância e a realização de teletrabalho, entre outras.

O objetivo da medida é, fundamentalmente, garantir que todos os estudantes do IPCB possam condições para prosseguir os seus estudos superiores, num período particularmente difícil em que se perspetivam eventuais novas dificuldades económicas para as famílias. ■



COVILHÃ

Universidade cede equipamentos e espaços

‡ A Universidade da Beira Interior (UBI) cedeu equipamentos e consumíveis a unidades de saúde da região e disponibilizou os seus espaços ao Centro Hospitalar Universitário da Cova da Beira para acomodar doentes.

Em nota publicada na sua página oficial, a universidade explica que emprestou “ao Centro Hospitalar Universitário Cova da Beira (CHUCB) um videolaringoscópio e ecógrafos, tendo entregue aproximadamente 600 máscaras para os profissionais hospitalares”.

A universidade explica que aquela unidade de saúde tem “à

disposição espaços da UBI, nomeadamente no edifício do UBI-medical, que poderão ser utilizados para receber doentes, caso seja necessário colmatar eventuais necessidades do CHUCB”.

Para além disso, a UBI cedeu “também equipamentos de alta tecnologia para análise de amostras a outra instituição do Sistema Nacional de Saúde que está na linha da frente do combate ao novo coronavírus. Esses instrumentos foram transportados por uma empresa especializada e já se encontram ao serviço dos profissionais de saúde”. ■

ÉVORA APOIA SAÚDE

UÉ disponibiliza material de apoio

‡ A Universidade de Évora (UÉ) colocou à disposição da Administração Regional de Saúde do Alentejo, um termociclador PCR. Na sua página de internet, a UÉ explica que este é equipamento essencial ao diagnóstico da doença Covid-19. Para além dessa cedência, foi ainda identificado um ventilador que poderá ser cedido se necessário. Foram ainda disponibilizados materiais de proteção tais como luvas, máscaras cirúrgicas e batas armazenadas na Escola Superior de Enfermagem, no Hospital Veterinário, no laboratório de Biologia da ECT e nos Laboratórios de Virologia Vegetal e Micologia do MED.

Na mesma notícia, Ana Costa Freitas, reitora da UÉ, considera que a gestão de uma crise desta natureza requer “responsabilidade, articulação e solidariedade. É de Saúde Pública que falamos. É a proteção de todos os cidadãos que temos

que garantir. Por isso, disponibilizar todos os meios para apoiar os profissionais de saúde é um dever.”

Recorde-se que as primeiras medidas implementadas pela UÉ antecederam o seu Plano de Contingência para prevenção da transmissão da COVID-19, considerando a responsável da UÉ que “o acompanhamento e análise da evolução da pandemia assim o exigiu”. A primeira medida determinou a suspensão das mobilidades in e out de estudantes, docentes, investigadores e não-docentes, a que se seguiu a recomendação para regresso a Portugal de todos os membros da academia que se encontravam fora do país, e uma série de medidas e recomendações que foram adaptadas diariamente, como a suspensão das atividades letivas presenciais, dos serviços de atendimento presencial e a adoção do teletrabalho. ■

MOBILIDADE

Évora acompanha alunos de lá e de cá

‡ A Universidade de Évora (UÉ) está a fazer o acompanhamento dos alunos que estão em mobilidade fora da instituição, noutros países, e dentro da academia. A medida faz parte do plano de contingência contra o coronavírus.

Na sua página de internet, a instituição revela que “os estudantes que se encontravam em mobilidade out, em mais de 15 países dentro e fora da Europa, foram contactados e aconselhados a regressar a Portugal, tendo sido reunida informação (incluindo contactos) e remetida à Direção Geral do Ensino Superior (DGES), organismo que coordena, conjuntamente com o Ministério dos Negócios Estrangeiros (MNE), o regresso destes estudantes a Portugal”.

Na mesma informação, é referido que a universidade tem “tem vindo a acompanhar de perto estas situações, mantendo-se em contacto com os estudantes e familiares. No contexto do sucessivo encerramento de fronteiras, a UÉ tem reforçado o pedido junto das entidades responsáveis enviando a identifica-



ção e contactos dos estudantes em países cujas fronteiras foram, entretanto, encerradas”.

Revela ainda Universidade de Évora que “no sentido de tranquilizar os estudantes e responder com soluções efetivas, a UÉ informou os estudantes que assegurará todas as condições para que não haja quaisquer consequências negativas ao nível académico, decorrentes desta situação”.

A mesma informação acrescenta que “para os estudantes em mobilidade out que não te-

nam a oportunidade de concluir, em modalidade de e-learning, as Unidades Curriculares em que estavam inscritos nas Unidades de Acolhimento, a UÉ possibilitará a inscrição como estudantes regulares, sendo avaliados pelo regime de avaliação contínua. Aos estudantes em mobilidade in na UÉ, foi-lhes dada a possibilidade de regressarem aos seus países, concluindo, em regime de e-learning, as Unidades Curriculares em que se encontram inscritos na Universidade de Évora”. ■

PARA ALUNOS DE 26 PAÍSES

UBI mantém abertas residências e cantina

‡ A Universidade da Beira Interior (UBI) mantém abertas as residências universitárias, onde estão alojados 303 estudantes de 26 países. Os países mais representados são Angola (118), Brasil (84) e Equador (22), havendo igualmente 17 portugueses.

Apesar da suspensão das atividades letivas e do encerramento de um conjunto de serviços no âmbito das medidas de combate à propagação da COVID-19, as residências mantêm o funcionamento adequado para a instalação dos estudantes que não podem regressar às suas zonas de origem.

Para responder às necessidades destes alunos, e de mais alguma centenas de estudantes estrangeiros que vivem fora das residências universitárias, os Ser-



Alguns dos profissionais que confeccionam as refeições

viços de Ação Social da UBI (SASUBI) reabriram a Cantina de Santo António aos sábados e domingos. Esta cantina, situada junto ao maior conjunto de residências da UBI, mantém-se aberta todos os dias (incluindo fins-de-semana e feriados) ao almoço no horário habitual (12h00 às 14h00). Será adotado o regime de serviço

takeaway para o jantar, que deve ser levantado no mesmo período de funcionamento: 12h00 – 14h00.

Os estudantes alojados na Residência Pedro Álvares Cabral (PAC), próxima da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, passam a ter disponíveis refeições através de takeaway na receção Residência. ■

INVESTIGAÇÃO

Évora cria sistema para diminuir espera na linha SNS24

‡ A Universidade de Évora anunciou estar a desenvolver um sistema que permitirá a redução no tempo de espera na linha SNS 24. Em nota enviada ao Ensino Magazine, a instituição explica que o SNS24 Scout, como foi designado, “está a ser desenvolvido, desde janeiro deste ano, por uma equipa de investigação da Universidade de Évora (UÉ)”.

A Universidade diz, na mesma nota, que “o resultado esperado é uma diminuição de, pelo menos, 5% no tempo de cada chamada telefónica e um aumento estimado de 50.000 chamadas telefónicas atendidas durante um ano pela Linha SNS24”.

O projeto “Aplicação de Metodologias de Inteligência Artificial e Processamento de Linguagem Natural no Serviço de Triagem, Aconselhamento e Encaminhamento do SNS 24”, em parceria com Serviços Partilhados do Ministério da Saúde, E.P.E. (SPMS), é coordenado pelo investigador Paulo Quaresma e integrado por uma equipa multidisciplinar de investigadores da UÉ, do NOVA LINCS – Laboratório de Informática e Ciências da Computação e do Centro de Investigação em Matemática e Aplicações (CIMA).

Como explica, na mesma nota, Paulo Quaresma, “numa primeira fase, foi necessário “identificar os algoritmos mais adequados para um determinado conjunto de sintomas, com ajuste para idade e sexo”. Para tal, foi desenvolvido “um pequeno protótipo, com base em apenas três meses de dados do SNS24, que demonstrou ter um desempenho muito positivo”.

O investigador avança que “até ao final do ano contamos ter uma aplicação que tenha a capacidade de sugerir o algoritmo clínico mais adequado a cada situação com uma precisão superior a 95%, reunindo condições para ser integrada na atual aplicação do SNS24. Esta integração, do ponto de vista técnico, é razoavelmente simples, mas requer um planeamento cuidadoso e uma implementação faseada e devidamente avaliada”. De qualquer forma, “e tendo em conta a atual situação



de pandemia Covid-19 e a forte pressão sobre a linha SNS24, julgo que há condições para se iniciar este processo antes do final deste ano”.

Para desenvolvimento do SNS24 Scout a equipa está a aplicar técnicas de Processamento de Língua Natural (PLN) e de Aprendizagem Automática (ML-Machine Learning), desenvolvidas especificamente para a Língua Portuguesa, bem como a metodologias de representação de conhecimento. A metodologia é alicerçada em classificadores construídos com base em algoritmos de aprendizagem automática sobre um conjunto de dados anonimizados, obtidos a partir dos contactos para o SNS 24 em 2017, 2018 e 2019, dados que representam uma experiência acumulada superior a 2 milhões de casos.

Após a criação do modelo de predição, o sistema será implementado no Serviço de Triagem, Aconselhamento e Encaminhamento (TAE) do SNS 24, com caráter de suporte à decisão, auxiliando o enfermeiro a selecionar, em tempo real, o algoritmo clínico mais adequado.

Quanto aos resultados do

projeto, o Professor do Departamento de Informática da UÉ mostra-se confiante “se se confirmar a nossa expectativa em termos da qualidade de desempenho, poderá vir a ser um importante sistema de apoio à decisão dos profissionais da Linha de atendimento do SNS24. Pretendemos conseguir diminuir mais do que 5% no tempo médio de cada chamada telefónica, mantendo ou mesmo aumentando a qualidade do serviço prestado. Uma diminuição de 5% no tempo de atendimento (sem compromisso da qualidade) permitirá obter um ganho anual de 350.000 minutos, o que permite realizar mais 50.000 atendimentos.

A avaliação deste impacto será efetuada por análises comparativas do número e percentagem de chamadas telefónicas em que há alteração do algoritmo inicialmente selecionado e da duração média das chamadas telefónicas.

Numa segunda fase do projeto, está prevista uma articulação mais direta com os SPMS e com a DGS, “através da partilha dos resultados da análise profunda de dados (“data

analytics”) e que poderá vir a dar indicações importantes sobre os diversos algoritmos clínicos e o seu desempenho e adequação”.

Os investigadores da UÉ pretendem, ainda, criar uma ferramenta de apoio ao processo de otimização do desenho dos algoritmos clínicos e respetivos encaminhamentos. Acrescentando aos dados já referidos o encaminhamento e a sua adequação, e ainda os diagnósticos estabelecidos ao nível hospitalar, será possível avaliar, entre outros, tal como esclarece Paulo Quaresma, “o desempenho clínico de cada encaminhamento, quando classificado em termos de segurança e capacidade discriminatória, a previsão do impacto de potenciais alterações aos algoritmos em termos de segurança e desempenho ou a previsão dos diagnósticos efetuados a nível hospitalar para cada algoritmo ou conjunto de sintomas”.

Com este tipo de análise “será possível detetar eventuais padrões anómalos e permitir a tomada de decisões, por parte da Direção-Geral de Saúde, mais informadas e suportadas por «real world data», ou seja,

através de dados derivados de várias fontes associadas a resultados em uma população heterogénea de pacientes em ambiente real, ensaios clínicos e estudos de coorte observacionais, entre outros, esclarece o investigador.

Questionado sobre o papel que a inteligência artificial assumirá no futuro, o investigador não hesita em afirmar que esta “já tem um forte impacto em grande parte das áreas do nosso dia-a-dia e essa tendência vai continuar a aumentar de uma forma exponencial nos próximos tempos”. Na sua opinião “não há nenhuma atividade que não esteja a recorrer a metodologias de inteligência artificial para melhorar o seu desempenho, desde a agricultura aos serviços, passando pela indústria”. No entanto “há questões éticas e legais a resolver; não devemos ver a relação homem-máquina como uma ameaça, mas sim como uma relação de cooperação, em que a criação de agentes cada vez mais inteligentes vai permitir libertarmo-nos de algumas tarefas e focarmo-nos no desenvolvimento de uma melhor e mais justa sociedade.” ■

INVESTIGAÇÃO AO SERVIÇOS DA COMUNIDADE

Politécnicos criam ventiladores para fazer face à pandemia

Os Institutos Politécnicos de Viseu e de Leiria desenvolveram, no espaço de uma semana, com apoio de uma rede, dois protótipos de ventiladores para tentar dar resposta à escassez destes equipamentos, face à pandemia da covid-19.

Segundo João Monney Paiva, presidente do Politécnico de Viseu, está já montada uma rede de politécnicos de Beja, Bragança, Cávado e Ave, Guarda, Lisboa, Tomar e Viana do Castelo, disponíveis a colaborar, nomeadamente com máquinas usadas em contexto de aulas ou de investigação para apoiar na produção dos ventiladores.

A informação foi veiculada pela Agência Lusa, onde o presidente do Instituto Politécnico de Viseu (IPV) explicou que as duas instituições, com a colaboração de uma rede de politécnicos de norte a sul do país e de empresas, desenvolveram dois protótipos de ventiladores que poderão depois ser fabricados em série, após um processo de licenciamento.

A ideia surgiu há uma semana e uma equipa de cerca de 15 a 20 pessoas dos dois politécnicos começou a desenvolver dois protótipos de ventiladores de emer-



gência - um baseado na operação de um motor elétrico e outro a funcionar com base em ar comprimido pneumático -, explicou.

Com base num modelo de acesso livre disponibilizado pelo MIT (Massachusetts Institute of Technology), a equipa, que contou sempre com o acompanhamento de médicos, terminou neste sábado, por volta das 23:00, os primeiros dois protótipos, es-

tando ainda a ser desenvolvido um terceiro sistema, referiu João Monney Paiva.

“Pensámos no que seria possível fazer para ajudar as pessoas. Esperamos que nada disto seja necessário, mas, caso seja, que ajude a não passar por situações de falta de recursos e de se ter que escolher em que doente se aplicam”, venceu o presidente do IPV.

Agora, a expectativa é que empresas se mostrem interessadas em avançar com um processo de licenciamento junto do Infarmed e a disponibilidade de fabricar os ventiladores em série, referiu.

“Queremos sensibilizar o Infarmed para que possibilite uma análise mais expedita e, se virem que este equipamento é crítico, que façam uma avaliação mais

rápida”, salientou o responsável.

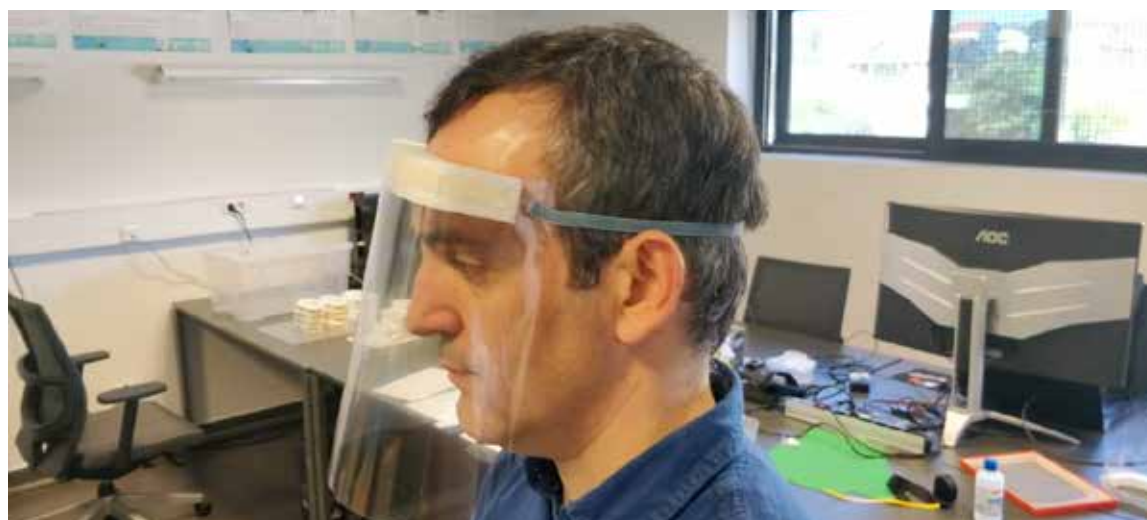
Ao mesmo tempo, a equipa disponibilizou um email (emergencyventilatorpt@gmail.com) para empresas e instituições poderem ajudar no projeto, seja na melhoria dos protótipos, seja no fornecimento de componentes e equipamentos que serão necessários na sua produção em série, como por exemplo células de oxigénio, disse. ■

IPCA E EMPRESAS PARCEIRAS PRODUZEM

10 mil viseiras de proteção para hospitais do Minho

O Centro de Investigação em Inteligência Artificial (2Ai) da Escola Superior de Tecnologia (EST) do Instituto Politécnico do Cávado e do Ave (IPCA), com o apoio da Escola Superior de Design (ESD) e Escola Técnica Superior Profissional (ETeSP), e em parceria com as empresas Lucemplast, Polipop, Riopele e Adilevel, desenvolveram uma metodologia de produção rápida de viseiras de proteção individual para profissionais de saúde.

O protótipo desenvolvido



já foi validado por uma equipa clínica do Hospital de Barcelos. A abordagem de fabrico utilizada permite produzir, em tempo recorde, 10.000 viseiras que começam a ser entregues nos próximos dias em diversos hospitais do Minho.

Dada as atuais necessidades do Serviço Nacional de Saúde, estes dispositivos são essenciais para a proteção dos profissionais e auxiliares de saúde, cuja necessidade aumentou exponencialmente com a atual pandemia do Coronavírus. ■

Politécnico de Portalegre abraça o digital

É um lugar comum ouvir dizer-se que a necessidade aguça o engenho, embora nem sempre assim seja. Há muito que o Politécnico de Portalegre tem vindo a reforçar a sua aposta no digital, uma aposta efetuada com recurso a uma plataforma própria de apoio aos processos afetos à Comunidade Académica do Politécnico de Portalegre - o PAE-IPP (Plataforma de Arquitetura Empresarial do Politécnico de Portalegre). A base tecnológica do PAE é composta na sua totalidade por software livre e o desenvolvimento do sistema foi totalmente concebido por Recursos Humanos do Politécnico de Portalegre. Desde cedo que esta plataforma se revelou capaz de superar todas as necessidades de integração dos inúmeros sistemas de informação, processamento e gestão documental do Politécnico, motivo pelo qual passou a ser a base central de muitos dos processos que o Politécnico tem hoje, e que são na sua maioria de processamento digital.

Mas foi no momento em que o Politécnico de Portalegre, à semelhança de outras IES se viu obrigado a suspender as suas aulas presenciais como resposta à pandemia provocada pelo Coronavírus, uma situação que tinha tido de novo como de inesperado, que o PAE se constituiu com uma



das grandes mais-valias no apoio à realização de aulas à distância, que não tendo sofrido qualquer interrupção, têm sido até ao momento levadas a cabo com sucesso. A integração do PAE com os sistemas de ensino à distância da FCCN, desde praticamente a sua génese, constituiu de facto uma excelente forma de adaptação às metodologias e ferramentas de ensino à distância, que apesar de não estarem embebidas na plataforma, são uma extensão da mesma o que permite aos docentes e estudantes uma extraordinária

facilidade na marcação das aulas síncronas assim como a disponibilização de sessões assíncronas, vídeos e conteúdos offline através da sua CLOUD IPPDrive.

No momento que vivemos são as ferramentas de ensino à distância as mais evidenciadas, uma vez que sem elas não teria sido possível efetuar todas as alterações necessárias sem que as mesmas fossem demasiado penalizadoras para os estudantes e para os docentes. Também aqui o núcleo funcional do PAE, que permite suportar a rede so-

cial de relacionamentos essenciais ao funcionamento do Politécnico de Portalegre, seja na relação docente-estudante, seja na relação entre os órgãos colegiais, se mostrou crucial ao bom funcionamento das novas metodologias de ensino-aprendizagem. O facto do PAE ter vindo progressivamente a ser utilizado, ao logo dos últimos dois anos, como forma de comunicação entre docentes e estudantes e vice-versa, considerando a facilidade de utilização seja na disponibilização de qualquer tipo de documentação através da

cloud IPPDrive, seja na colocação de anúncios e outras informações que, para além de ficarem disponíveis na plataforma, são também objeto de notificação à comunidade interessada no mesmo momento em que são disponibilizadas, facilitou de forma preponderante a passagem para o ensino à distância.

A grande vantagem deste sistema, é a sua enorme capacidade de adaptação às necessidades institucionais a cada momento, uma vez que a equipa responsável pela sua criação e desenvolvimento é constituída na totalidade por docentes e não docentes do Politécnico de Portalegre. Neste momento, considerando a excelente resposta desta plataforma às necessidades decorrentes das novas metodologias de ensino à distância, já se encontram em desenvolvimento três novas funcionalidades, o chat para comunicação direta entre utilizadores da plataforma, o módulo de testes de avaliação online, e o módulo de votação para reuniões de órgãos colegiais. O objetivo passa por promover a melhoria contínua daquela que se revelou uma ferramenta crucial na transição para o ensino, resultado do necessário distanciamento social que nos foi imposto. ■

Jorge Machado

Coordenador para os Sistemas de Informação do IPPortalegre

EM APENAS UMA SEMANA

Ensino a distância com 8895 aulas

A plataforma de ensino a distância COLIBRI, disponibilizada pela Unidade de Computação Científica Nacional da Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT-FCCN), registou no dia 19 de março, mais de 63 mil participantes em cerca 195 mil 504 de participantes em 8.895 aulas/reuniões.. Os dados são divulgados pelo Ministério da Ciência e do Ensino Superior numa nota enviada ao Ensino Magazine.

De acordo com esse comunicado, essa “plataforma continua a registar diariamente um aumento do número de utilizadores, verificando-se uma grande mobilização de todas as instituições de ensino superior na adoção de ambientes colaborativos e de ensino a distância no âmbito dos seus Planos de Contingência

para prevenir a transmissão do novo coronavírus (o COVID-19)”.

O Ministério revela ainda que “no sentido de continuar a apoiar a comunidade académica e científica na adoção de ambientes de trabalho colaborativo e garantir a manutenção das atividades letivas e da investigação, assim como promover o teletrabalho no momento excepcional que o país enfrenta, a FCT-FCCN tem vindo a reforçar a capacidade das plataformas em ambiente colaborativo, tendo desde já duplicado o número de processadores, de memória, disco e máquinas virtuais de transcoding do COLIBRI. Lembra-se que esta plataforma permite o ensino a distância através de aulas virtuais até 300 participantes, com partilha de áudio, vídeo, texto, imagens, quadro branco e ecrã”.

Na mesma nota, é referido que “além da plataforma COLIBRI, a FCT-FCCN disponibiliza ainda outros serviços de apoio ao ensino a distância e ao teletrabalho, designadamente:

VIDEOCAST - permite a transmissão de vídeo em direto para todo o mundo, por Internet, sem anúncios ou interrupções. O conteúdo é partilhado de forma simples, através de uma página web com chat integrado, sendo possível partilhar uma aula com todos os que tenham acesso ao link de transmissão, com opção de controlo por palavra-chave. O serviço é compatível com os principais browsers de internet e dispositivos móveis, como smartphones e tablets.

EDUCAST - permite gravar, editar e publicar vídeos educativos,

nomeadamente aulas, formações ou tutoriais. Esta publicação é feita através do upload para um portal pesquisável, que agrega mais de 22 mil vídeos educativos. O Educast permite a edição e publicação, com recurso a software próprio, de forma simplificada, garantindo que os vídeos ficam disponíveis aos alunos em múltiplos formatos: streaming, desktop e mobile.

NAU - Sempre a Aprender - é uma plataforma que suporta cursos online para grandes audiências em formato MOOC (Massive Open Online Course). Caso a instituição ative planos de contingência com os seus colaboradores em regime de teletrabalho, é possível dar-lhes a oportunidade de melhorar as suas competências em várias áreas do conhecimento.



FILESENDER - é uma plataforma para a partilha segura de ficheiros que são demasiado grandes para ser enviados por email. Tem um limite de envio máximo de 100 GB e foi desenvolvida tendo em conta requisitos específicos da comunidade académica e científica, permitindo, contudo, que qualquer pessoa possa receber os ficheiros. ■



Qualifica adiada para 6 de maio

‡ A Qualifica, feira de acesso ao ensino superior, que se deveria realizar de 11 a 14 de março, na Exponor (Porto) acaba de ser adiada pela organização, como forma de acautelar potenciais riscos inerentes à existência da infecção do COVID-19 (conoravírus).

A feira vai realizar-se entre 6 e 9 de maio deste ano.

A decisão foi tomada tendo em conta aquilo que são as recomendações do Ministério da saúde, justifica a organização.

Recorde-se que este é um dos principais eventos nacionais dedicados ao acesso ao ensino superior, no qual o Ensino Magazine é parceiro. ■



Futurália reagendada para 13 de maio

‡ A Fundação AIP responsável pela realização da Futurália, Feira de Educação, Formação e Juventude acaba de adiar o evento para o período de 13 a 16 de maio, tendo em conta Plano de Contingência da AIP no Contexto do COVID19.

A Futurália estava agendada para 25 a 28 de março e foi adiada seguindo-se assim as recomendações da Direção Geral de Saúde, da Organização Mundial de Saúde, em estreita articulação com a UFI (Global Association of the Exhibition Industry) e a EMECA (European Major Exhibition Centres Association).

O Ensino Magazine, à semelhança do que estava previsto, irá marcar presença no evento. ■

POLITÉCNICO DE COIMBRA

Aulas digitais e teletrabalho são nova normalidade

‡ O Instituto Politécnico de Coimbra está a implementar aulas em formato digital e o regime de teletrabalho, para fazer face à pandemia do Covid-19. Em nota enviada ao Ensino Magazine, pela instituição, o seu presidente, Jorge Conde, realça “a rapidez com que 12.500 pessoas se adaptaram a uma realidade praticamente desconhecida, imprevisível e extemporânea” e, acrescenta, a forma “como foram capazes de quase não parar as suas atividades”.

Uma semana depois de serem encerradas presencialmente as aulas e os serviços, Jorge Conde refere que o Politécnico de Coimbra está a funcionar “com a normalidade possível”.

Aquele responsável explica que “as aulas que podem ser lecionadas em formato digital estão a ser concretizadas, contando com o esforço acrescido dos docentes que têm feito tudo o que



Jorge Conde, presidente do Politécnico de Coimbra

está ao seu alcance para que os estudantes que estão em casa continuem a realizar a sua formação, e, com exceção de algumas aulas práticas e dos estágios, podemos mesmo dizer que deste ponto de vista tudo funciona de forma consistente”.

Também os serviços estão a fazer uma boa articulação entre si, com a quase totalidade das

peças em teletrabalho e com a adaptação a decorrer a muito bom ritmo. “As reuniões digitais, as aulas digitais, a comunicação por sistemas de vídeo, são agora a nova normalidade”, afirma Jorge Conde.

No que diz respeito às residências do Politécnico de Coimbra, existentes em S. Martinho do Bispo e na Quinta da Nora, com

capacidade para 352 residentes, regista-se atualmente uma ocupação de cerca de 18%, que corresponde a 59 estudantes. Muitos alunos que permanecem são nacionais, que consideram ali ter melhores condições do que na habitação de família, nomeadamente para assistir às aulas via digital. No caso dos estudantes internacionais, permanecem 37, sendo a nacionalidade mais representada a síria, seguindo-se estudantes provenientes de S. Tomé e Príncipe, Cabo-Verde, Brasil, Moçambique, Guiné-Bissau, Angola, Chile e Moldávia.

Já no que se refere às cantinas, encontra-se em funcionamento a cantina da ESAC/ISCAC em regime de take away que tem verificado uma procura residual, apenas com alguns dos estudantes alojados nas residências a usar este serviço, constituindo uma média diária de 25 refeições servidas. ■

SETÚBAL

Aulas a distância estão na rede do Politécnico

‡ O Instituto Politécnico de Setúbal (IPS) vai iniciar as suas atividades letivas em regime de ensino a distância a partir de 26 de março. O anúncio foi feito ao Ensino Magazine pela instituição presidida por Pedro Dominginhos.

Aquele responsável revela que deve manter-se uma conduta de “muita vigilância e responsabilidade”, mas “sem alarmismos”. Pedro Dominginhos lembra que o IPS, “enquanto comunidade académica que vive para o desenvolvimento e melhoria contínua da sociedade, deve ser exemplar nesta matéria”.

O início das atividades de ensino à distância em todas as escolas e cursos está já agendado para o próximo dia 26 de março e, nesse sentido, o grupo de trabalho entretanto criado para o efeito tem estado reunido para definir as condições técnicas e pedagógicas em que o regime alternativo de aprendizagem irá funcionar. Potenciar o ensino prático, uma das marcas



distintivas do IPS, criando as condições para que os estudantes tenham acesso a software específico em casa, é para já uma das grandes preocupações desta equipa, que integra docentes de todas as cinco escolas superiores.

O IPS instituiu também um novo canal de comunicação entre os estudantes e a Divisão Académica, assegurando o atendimento à

distância através de chat na plataforma Teams, disponível de segunda a sexta-feira.

Consciente de todas as perturbações decorrentes deste esforço de contenção da pandemia, com o País em Estado de Emergência, o IPS, através dos seus Serviços de Ação Social (SAS), decidiu igualmente manter as consultas de apoio psicológico, agora em regime

de atendimento à distância (sessão virtual), para estudantes, trabalhadores docentes e não docentes.

No que toca aos serviços de alimentação, foi instituído o regime de take away, com entrega individual de refeições no refeitório e bares dos campi de Setúbal e Barreiro, agora encerrados. Na Residência de Estudantes de Santiago, onde permanecem alojados 120 estudantes, estão a ser disponibilizadas diariamente refeições completas, aí entregues sem qualquer custo.

Sublinhe-se que, até ao momento, não há registo de qualquer caso diagnosticado com COVID-19 na comunidade académica do IPS, respetivos familiares e relações de proximidade, e que todos os estudantes e trabalhadores recém-regressados do estrangeiro foram devidamente sujeitos a distanciamento social, permanecendo em casa pelo período recomendado. ■

VISEIRAS DE PROTEÇÃO TAMBÉM ESTÃO A SER FEITAS

Politécnico de Setúbal produz álcool para fabrico de gel desinfetante

Os laboratórios do Instituto Politécnico de Setúbal (IPS) produziram, no passado dia 23 de março, cerca de 50 litros de álcool gel e iniciaram a produção de viseiras de proteção, com recurso a impressoras 3D. Isso mesmo informou a instituição em nota enviada ao Ensino Magazine.

Na mesma nota é referido que “com os laboratórios vazios de estudantes, na sequência da suspensão das atividades letivas em regime presencial, o IPS está a pôr um marcha um conjunto de ações que visam colocar os seus recursos, materiais e humanos, ao serviço da comunidade, contribuindo assim para suprir algumas das principais carências sentidas pelos serviços de saúde e forças de segurança na resposta à pandemia de COVID-19”.

A produção de gel desinfetante, seguindo as diretrizes da Organização Mundial de Saúde (OMS), decorreu nos laboratórios da Escola Superior de Tecnologia do Barreiro (ESTBarreiro/IPS) e resultou de uma parceria com o município local, que, através do seu presidente, Frederico Rosa, abordou o estabelecimento



de ensino no sentido de se encontrarem formas de mitigar as faltas de material de proteção individual em vários serviços de primeira linha a atuar no concelho.

A solução, composta por etanol (álcool), peróxido de hidrogénio (água oxigenada), glicerina e água (destilada ou da torneira), “não é de todo um produto complexo”, implicando apenas “os

devidos cuidados com o peróxido de hidrogénio, que queima a pele, na concentração existente no laboratório, e a inflamabilidade do etanol a 96% (v/v). Foram sempre usadas luvas durante todo o procedimento e máscaras de proteção”, explicou Gabriela Gomes, responsável técnica, que teve a colaboração de dois outros docentes e membros da direção da ESTBarreiro/IPS, Pedro Neto e

Telma Guerra Santos. Depois desta primeira experiência, os responsáveis manifestam disponibilidade para continuar a produzir álcool gel como forma de “colaborar e agir perante este flagelo que nos atinge a todos, e que se repercutiu na nossa comunidade escolar”.

Outra das contribuições da equipa multidisciplinar entretanto criada no IPS para apoiar a

comunidade no combate à pandemia de COVID-19 é a produção de viseiras de proteção, que arrancou esta semana, na Escola Superior de Tecnologia de Setúbal (ESTSetúbal/IPS), depois de vários dias de testes para afinar o processo, sob a responsabilidade dos docentes Nuno Nunes e Ricardo Cláudio.

O material foi produzido nas seis impressoras 3D do laboratório Innovation Lab, recurso de grande utilidade, sobretudo para os docentes e estudantes das áreas de biomédica e aeronáutica, na produção de peças complexas. O processo envolveu uma equipa de perto de 20 voluntários, entre docentes e funcionários, que se revezam em quatro turnos diários. A produção estimada é de 24 viseiras por dia, que para já terá como principais destinos a delegação de Setúbal da Cruz Vermelha Portuguesa e os centros hospitalares de Setúbal e do Barreiro, também graças à colaboração de docentes da área da Logística (Escola Superior de Ciências Empresariais), que asseguram o embalamento mais adequado. ■

ASSOCIAÇÃO ACADÉMICA DE COIMBRA

Estudantes querem suspensão de propinas

A Associação Académica de Coimbra, em comunicado, acaba de solicitar ao Ministro da Ciência e do Ensino Superior, Manuel Heitor, a suspensão das propinas no ensino superior. Este pedido tem em conta o momento difícil que país, as famílias e os estudantes estão a viver, fruto da pandemia Covid-19.

“Tendo em conta este carácter excecional, com graves repercussões económicas para as famílias portuguesas, a Associação considera fundamental, para a manutenção estável dos rendimentos dos agregados familiares, a suspensão imediata das propinas no Ensino Superior português enquanto se mantiver este estado de exceção. É de

elevada justiça social a suspensão imediata desta taxa paga pelas famílias portuguesas salvaguardando a manutenção do poder de compra das mesmas para ultrapassar este período excecional de incerteza”, diz o comunicado.

No mesmo documento, aquela associação acrescenta: “no nosso direito tributário, a propina é encarada como uma taxa de participação paga pelos estudantes pela prestação do serviço facultado pelas Instituições de Ensino Superior. Esta tributação deve ser revista tendo em conta a limitação da atividade das Instituições de Ensino Superior bem como o carácter económico e social excecional que o nosso país hoje

atravessa. O mais importante é que o tributo ao Estado não seja imposto de forma cega. Há que ter em conta o clima de desespero das famílias dos estudantes neste momento particular. Porque tempos extraordinários exigem medidas extraordinárias, a Associação Académica de Coimbra defende a imediata suspensão do pagamento das propinas em todos os ciclos do Ensino Superior Português enquanto durar o encerramento das Instituições de Ensino Superior, contribuindo para a estabilidade financeira das famílias portuguesas que neste momento sofrem do impacto económico causado por esta pandemia”.

A Associação Académica de Coimbra manifesta ainda “preo-



cupação pela atual digitalização das atividades letivas poder marginalizar os estudantes mais carenciados que não têm o acesso facilitado às tecnologias de comunicação utilizadas no ensino à distância. um reforço monetário extraordinário destinado aos estudantes bolseiros é essencial para que possamos salvaguardar uma tendencial igualdade de acesso aos métodos de ensino e avaliação implementados atualmente, bem como assegurar que os nossos colegas mais carenciados mantenham a estabilidade financeira que teriam em condições normais”. ■

NA INTERNET

ISCTE lança desafio à comunidade

O ISCTE Executive Education acaba de lançar a iniciativa Thinking under Covid-19, onde toda a comunidade académica pode dar o seu contributo através de depoimentos, reflexões ou partilha de opiniões.

«Queremos reduzir a distância forçada causada pela epidemia da Covid-19 e contribuir para fortalecer o sentimento de união e coesão na comunidade académica», explica José Crespo de Carvalho, presidente do ISCTE Executive Education.

«O repto está lançado, aguardamos pelos vossos contributos neste espaço digital onde todos podem partilhar as suas competências, conhecimentos, experiências e preocupações nestes tempos de novos desafios», conclui. ■