

ENSINO SUPERIOR EM PORTUGAL ESTÁ MAIS HEALTHY E CERTIFICADO PELA FISU

Dez instituições de ensino superior portuguesas já integram o programa Healthy Campus da Federação Internacional do Desporto Universitário (FISU), que visa promover a saúde e bem-estar dos estudantes universitários e que atribui níveis de certificação consoante as evidências apresentadas. O Iscte-Instituto Universitário de Lisboa foi o primeiro a receber certificação e mais quatro universidades lhe seguiram o exemplo: Porto, Coimbra, Algarve e Minho. Para já, há mais cinco candidatas a integrar a lista.

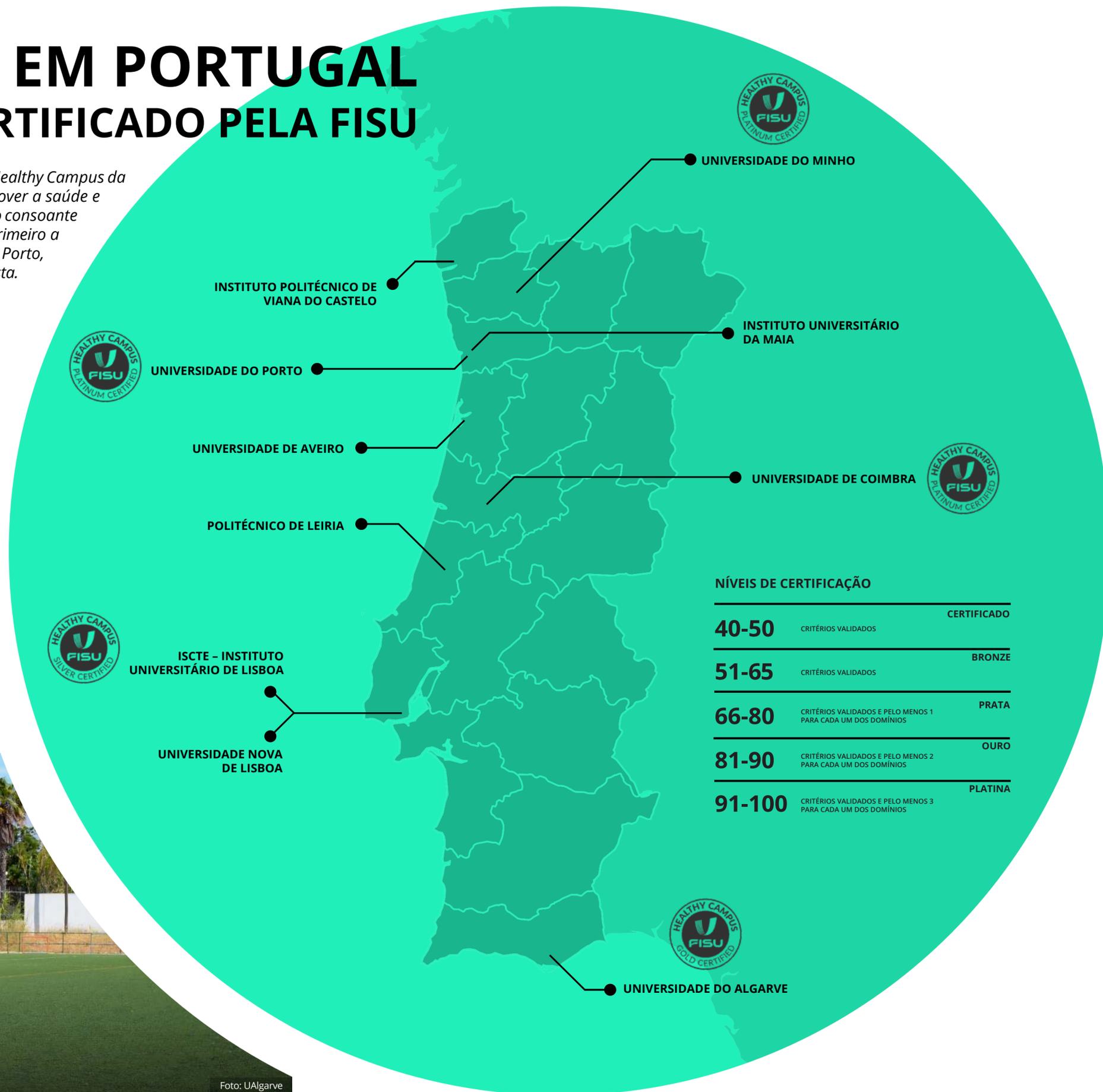
Em 2018, com o importante contributo de duas estagiárias da Universidade da Lausanne, a FISU pôs em prática a vontade antiga de implementar o programa Healthy Campus. Este programa vem reforçar um dos artigos dos seus estatutos, onde é referida a missão da FISU de promover a saúde e bem-estar dos estudantes. 'A FISU preocupa-se com a saúde de todos, inclusive dos alunos que não praticam atividades desportivas competitivas. Um grande número de alunos é inativo, ou não ativo o suficiente, e este projeto dará oportunidades a todos os alunos de participarem em desportos recreativos e atividade física, e de beneficiarem de diferentes atividades para melhorar o seu bem-estar', explicou o diretor do FISU Healthy Campus, Fernando Parente.

O programa visa reconhecer as instituições de ensino superior que se destaquem pela implementação das melhores práticas nos domínios da promoção do bem-estar e da qualidade de vida, e os critérios estabelecidos pela FISU incluem gestão de campus saudável, atividade física e desporto, nutrição, prevenção de doenças, saúde mental e social, comportamentos de risco, meio ambiente, sustentabilidade e responsabilidade social.

Em Portugal há já cinco que passaram com distinção no exame das boas práticas. O Iscte - Instituto Universitário de Lisboa foi o primeiro a receber a certificação, em agosto de 2020, tendo alcançado a certificação de prata (correspondeu a 78 dos 100 critérios em análise), distinção que, segundo o vice-reitor para os Sistemas de Informação e da Qualidade do Iscte-IUL, Jorge Costa, recebeu com 'muito orgulho, por ter sido a primeira instituição de ensino superior no mundo a obter a certificação Healthy Campus pela FISU'. O nível prata, assegura, é apenas um marco. 'Ainda não é um fim em si mesmo, mas antes um estímulo para continuar a trilhar o nosso caminho em prol de todos os elementos da nossa academia, sem deixar ninguém para trás', finalizou. Para a presidente da Associação de Estudantes do Iscte, Inês Caldeira, os temas da saúde e bem-estar dos estudantes devem estar sempre na ordem do dia e por isso, considera a atribuição muito positiva e um incentivo para progredir ainda mais. 'É necessário continuar sempre a melhorar, mas é um indício de que está a ser percorrido o caminho certo'.



Foto: UAlgarve



No final do ano passado, a Universidade do Porto obteve o diploma de platina, o mais alto nível na escala de certificação, tendo atualmente correspondência total nos parâmetros avaliados. 'A qualidade de vida nas instituições de ensino superior é um fator determinante quer para o sucesso escolar e profissional, quer para o bem-estar físico e mental da comunidade académica. Consciente desta premissa, têm sido desenvolvidos, ao longo dos últimos anos, consideráveis esforços para proporcionar melhores condições de estudo e trabalho no campus, particularmente ao nível da qualidade ambiental, segurança sanitária e atividade física', começou por dizer o reitor da UPorto, António de Sousa Pereira. Para o responsável máximo da instituição portuense 'a valorização das pessoas, a integração académica, a intervenção cívica e cultural, a promoção da saúde, desporto e bem-estar e a sustentabilidade ambiental são vetores fundamentais do Plano Estratégico da U.Porto para 2030' e o reconhecimento da FISU é mais um incentivo. 'O reconhecimento com o certificado é muito gratificante para nós e dá-nos um alento acrescido para continuar a melhorar a qualidade de vida da nossa comunidade académica'.

O mesmo acontece no caso da Universidade de Coimbra, à qual foi atribuída a certificação platina com correspondência de 100 por cento de evidências, e que se destaca por ter uma comunicação especialmente dedicada ao programa. Para o reitor da UCoimbra, Amílcar Falcão, 'o programa FISU Healthy Campus reforça o trabalho que se tem vindo a desenvolver e melhora a transversalidade en-

tre os vários setores da universidade'. O reitor entende que as pessoas são o recurso mais valioso e assume que garantir o bem-estar de todos é um dos seus compromissos pessoais. 'O âmbito do programa está muito em linha com as áreas em que temos vindo a investir cada vez mais e isso reflete-se na realização dos objetivos do projeto', acrescentou o vice-reitor para a Qualidade e o Desporto, António Figueiredo, sublinhando que a UCoimbra foi uma das primeiras 40 universidades do mundo a associar-se ao programa.

Em fevereiro foi a vez da Universidade do Algarve receber a certificação de ouro, ao corresponder a 81 critérios, tendo antes disso

sistematizar as iniciativas realizadas até à data. A UAlgarve destacou-se na área da saúde mental e social, tendo conseguido validar todos os indicadores. Para além do reconhecimento, esta certificação é um incentivo para continuarmos a trabalhar na identificação de ações a desenvolver para mantermos validados os critérios já alcançados e podermos validar outros', considerou o vice-reitor da UAlgarve, Saúl Neves de Jesus.

A Universidade do Minho é a mais recente a entrar no lote das instituições com boas práticas e, fruto dos 92 requisitos a que correspondeu, pode emoldurar o certificado de platina que lhe foi atribuído. 'Assim que

tivemos conhecimento dos critérios do programa, começámos a recolher evidências e a desenvolver iniciativas que preenchessem os requisitos da FISU. Esta distinção atesta a importância que é atribuída ao desporto no projeto educativo da UMinho e a transversalidade de iniciativas que contribuem para o bem-estar e a qualidade de vida da comunidade académica' começou por dizer o diretor do Departamento de Desporto e Cultura dos Serviços de Ação Social da Universidade do Minho, Carlos Videira. Trata-se de um projeto muito interessante, na medida em que dá a conhecer as boas práticas desenvolvidas pelas diferentes instituições, promove a prestação de contas do trabalho levado a cabo pelas universidades, incentiva iniciativas relacionadas com a adoção de estilos de vida saudáveis e permite a comparação entre instituições de ensino superior de todo o mundo. No que diz respeito à UMinho, tratou-se de uma oportunidade de dar conhecer o trabalho que já é desenvolvido e auscultar a comunidade académica e os nossos parceiros sobre os projetos a desenvolver no futuro'. Em linha com as boas práticas, posiciona-se também o presidente da Associação Académica da Universidade do Minho, Rui Oliveira, referindo que tal distinção é 'ilustrativa do esforço e importância dedicados à construção de uma universidade saudável'. Para o dirigente minhoto, uma das grandes bandeiras do Minho é o desporto universitário, onde se destaca como 'uma das melhores academias europeias na área, promovendo o desporto formal e informal'. Rui Oliveira referiu ainda que 'a construção de um ambiente que potencie na comunidade académica hábitos saudáveis é fundamental numa perspetiva a médio e longo prazo, uma vez que é nesta fase do percurso que se criam muitos dos hábitos que se levam para a vida'.

De referir ainda que a Universidade Nova de Lisboa, o Politécnico de Leiria, a Universidade de Aveiro, o Instituto Politécnico de Viana do Castelo e o Instituto Superior da Maia/Instituto Politécnico da Maia já estão inscritos no programa e estão a trabalhar para colocar as evidências na plataforma do programa. Numa época em que a pandemia de COVID-19 veio trazer novos desafios a nível

do bem-estar físico e mental, as instituições de ensino superior continuam a reinventar-se e a potenciar programas operacionais nas áreas do desporto e atividade física que, simultaneamente, influenciem outros domínios relacionados com os objetivos de desenvolvimento sustentável da Organização das Nações Unidas (ONU).

Das 72 instituições de ensino superior de todo o mundo que estão inscritas no programa FISU Healthy Campus, dez são portuguesas.

recebido o diploma de campus saudável. 'Foi com grande satisfação que tomámos conhecimento da atribuição do nível de certificação gold à Universidade do Algarve. A promoção da saúde e do bem-estar é uma prioridade, nomeadamente desde 2018, ano em que foi criado o UAlg + Grupo de Trabalho Saudável, no sentido de desenvolver e implementar políticas que possam contribuir para uma vida mais saudável na UAlgarve. Este grupo tem procurado desenvolver iniciativas no âmbito da atividade física, nutrição, lazer, ambiente, mobilidade, sustentabilidade, que procuram envolver alunos, professores, pessoal não docente, e toda a comunidade envolvente. A participação neste programa ajudou-nos a



Foto: UCoimbra



Foto: UPorto



Foto: UMinho Sports

Segundo Fernando Parente, tem havido um 'feedback muito positivo', que excede as expectativas iniciais da FISU. 'Este projeto tem sido considerado muito útil por parte de reitores, presidentes e respetivas equipas. Existem alguns problemas e tendências preocupantes que estão relacionados com a saúde física e mental, problemas de adaptação e comportamentos de risco que estão de programas ajuda a combater, alguns levam muitas vezes ao abandono dos estudos' disse, revelando que, em breve, a plataforma Healthy Campus irá disponibilizar uma área de recursos bibliográficos, para dar a conhecer as boas práticas nos vários domínios. Até ao momento estão inscritas no programa 72 instituições de ensino superior, de 37 países e de cinco continentes. Portugal, com dez, está em destaque no que respeita a hábitos saudáveis nos seus campus.



Foto: Hugo Cruz