

Estudo do Politécnico revela que 47% dos alunos inquiridos já sofreram de *bullying*

Maria Anabela Silva
anabela.silva@jornaldeleiria.pt

Cerca de 47% dos alunos inquiridos no âmbito de um estudo feito pelo Observatório para a Saúde dos Estudantes do Instituto Politécnico de Leiria (IPLeia) já sofreram *bullying*, com 38% desses casos a acontecer durante o ensino superior. O estudo indica ainda que 10,7% dos auscultados já foram alvo de violência no namoro. Além desta temática, o questionário, cujos resultados foram divulgados na semana passada, abordou áreas relacionadas com a saúde mental, consumos de álcool e droga, sexualidade, actividade física, alimentação e hábitos de mobilidade.

Um dos indicadores avaliados foi a qualidade do sono, com 11,1% dos estudantes inquiridos a reconhecerem que têm dificuldade em adormecer, sendo que 6,7% recorre a medicação para dormir. “O número de casos é diminuto, mas são estes que nos devem preocupar”, alertou Carolina Henriques, pró-presidente do IPLeia, durante a apresentação do relatório daquele observatório, iniciativa integrada no programa *Healthy Campus* para monitorizar e promover a saúde e o bem-estar dos alunos, de forma a prevenir factores de risco.

O estudo indica também que 17,3% dos inquiridos tem diagnóstico de problema mental, sobretudo relacionado com ansiedade e depressão, e quase 46% já recorreu a acompanhamento psicológico. Na auto-avaliação sobre o seu estado emocional, cerca de um terço dos inquiridos assumiu sentir tristeza, enquanto 25,1% referiu a solidão.

A sexualidade foi outra das áreas abordadas no questionário, com 16% dos inquiridos a assumirem que nunca usam preservativo, 22% a revelarem que já tiveram sexo casual sob o efeito de álcool ou droga e 7,3% a admitirem que o fizeram com desconhecidos.

Mais de metade não faz exercício

A prática desportiva foi outro dos *itens* avaliados, com 52% dos inquiridos a revelarem que não fazem exercício, sendo que, antes de ingressarem no ensino superior, a percentagem era de 31%. “Com a entrada no ensino superior, reduz-se

a prática desportiva”, assinalou o professor Rui Matos, da equipa executiva do *Healthy Campus*, que destacou também o facto de 43,3% dos inquiridos recorrerem ao automóvel nas suas deslocações casa-escola. Quase 30% utiliza transportes públicos e 20% anda a pé. O docente destacou ainda a percentagem de 92% referente aos alunos inquiridos que não participa em qualquer actividade cultural. “Deve fazer-nos pensar. Talvez estejam muito preocupados com os resultados académicos e o resto não é importante.”

Carolina Henriques sublinhou a importância de transformar os dados do estudo em “conhecimento útil para contribuir para a política de bem-estar e saúde” da instituição. O objectivo, frisa, é “perceber onde não estamos bem e como podemos melhorar”. Por seu lado, Carlos Rabadão, presidente do IPLeia, realçou o papel do Observatório da Saúde, que considerou uma ferramenta “estratégica” para “monitorizar, analisar e promover a saúde e o bem-estar dos estudantes”, contribuindo para “identificar necessidades, implementar actividades e avaliar o impacto de acções e programas”.

“O bem-estar físico e mental dos estudantes é essencial para o seu sucesso académico, desenvolvimento pessoal e integração plena na sociedade”, afirmou Carlos Rabadão, para quem “investir na saúde dos estudantes, é investir no seu sucesso pessoal, e por sua vez no sucesso da nossa instituição”. O mesmo sublinhado foi feito por Joel Rodrigues, representante dos estudantes na equipa do I, que defendeu o alargamento dos serviços médicos disponibilizados pela instituição, frisando que estes “não são um luxo, mas uma resposta essencial às necessidades reais” dos alunos.

O estudo foi feito com base num questionário ao qual responderam 450 alunos.

52

Entre os inquiridos, 52% revelaram não não fazem exercício físico