Politécnico de Leiria apresenta Observatório para monitorizar e analisar a saúde e o bem-estar dos estudantes

Iniciativa visa identificar tendências, desafios e fatores de risco, e possibilitar respostas intersetoriais mais eficazes e sustentadas

Leiria, 30 de maio de 2025 – O Instituto Politécnico de Leiria apresentou ontem, em Leiria, o Observatório para a Saúde dos Estudantes, que visa monitorizar, analisar e promover a saúde e o bem-estar dos estudantes. Constituindo-se como uma ferramenta estratégica essencial para a identificação de necessidades, implementação de atividades e avaliação do impacto de ações e programas direcionados à saúde da comunidade estudantil, a iniciativa objetiva ainda identificar tendências, desafios e fatores de risco, contribuindo para a definição de intervenções mais eficazes e sustentadas.

O Observatório para a Saúde dos Estudantes surge enquadrado no Programa Healthy Campus, no âmbito do qual o Politécnico de Leiria possui a certificação Platina, desde 2021, atribuída pela Federação Internacional do Desporto Universitário (FISU).

Mais do que uma instância de recolha de dados, o Observatório consolida-se como um espaço estratégico voltado à análise contínua e à promoção de ações que considerem a saúde como componente essencial da permanência, do desempenho académico e do desenvolvimento humano. Ao permitir o acompanhamento sistemático de indicadores relacionados com a saúde física, mental, emocional e social dos estudantes, poderá favorecer a identificação precoce de situações de vulnerabilidade, além de possibilitar respostas intersetoriais mais ágeis e eficazes.

"O dia a dia é hoje marcado por desafios económicos, sociais e psicológicos crescentes, pelo que a saúde dos estudantes do ensino superior assume uma relevância cada vez maior. Além das exigências académicas, os estudantes têm de enfrentar as incertezas quanto ao futuro profissional e, muitas vezes, dificuldades financeiras e de adaptação social. Garantir o bem-estar físico e mental dos estudantes é, por isso, essencial para o seu sucesso académico, desenvolvimento pessoal e integração plena na sociedade", afirmou Carlos Rabadão, presidente do Politécnico de Leiria.

Também Carolina Henriques, pró-presidente do Politécnico de Leiria para a área da Saúde, Qualidade de Vida e do Bem-Estar, salientou que "nos tempos em que vivemos, marcados por desafios sanitários e sociais, é urgente que as instituições de ensino superior assumam o seu papel como agentes de transformação social".

"Implementar um observatório de saúde na nossa instituição é, com toda a certeza, um ato de coragem institucional, responsabilidade social e visão do futuro, só possível com os desafios colocados pela equipa que integra o projeto Healthy Campus", acrescentou Carolina Henriques.

No âmbito da criação do Observatório para a Saúde dos Estudantes, e em alinhamento com a definição de Saúde da Organização Mundial de Saúde (OMS), foi realizado, em 2024, um questionário junto da comunidade académica, respondido por 450 estudantes, cujos resultados foram também agora apresentados.

Organizado em 11 partes temáticas (Dados Sociodemográficos, Situação Económica, Saúde, Saúde Mental, Sexualidade, Alimentação, Desporto, Cultura/Outras Atividades, Outros Hábitos, Violência, Acessibilidades), o estudo permite aceder à perceção dos estudantes sobre a sua própria saúde, situação social e bem-estar, possibilitando o planeamento de novas intervenções que possam ir ao encontro das necessidades dos estudantes em matéria de saúde, bem-estar e estilos de vida saudáveis.

Entre os principais resultados do estudo, disponíveis online, destaca-se o facto de 87,1% dos estudantes percecionarem a sua saúde como 'Muito Boa' e 'Boa', sendo que, em relação à qualidade do sono, 97,8% dos estudantes indicam ser 'Muito Boa' e 'Boa'.

No que toca à Saúde Mental, dos 450 estudantes inquiridos, 17,3% revelam ter um diagnóstico de Saúde Mental e 45,8% indicam que já recorreram a acompanhamento psicológico.

Apesar de cerca de metade dos estudantes indicarem ter conhecimento sobre os serviços médicos disponibilizados pelos Serviços de Ação Social (SAS) do Politécnico de Leiria, conclui-se que há ainda a necessidade de melhorar a divulgação destes serviços. No que toca às especialidades que os estudantes indicam serem necessárias disponibilizar pelos SAS, destacam-se a psiquiatria, fisioterapia, estomatologia e nutrição.

"A saúde é uma condição essencial para o sucesso académico. Sem saúde física e mental não há bem-estar e sem bem-estar não há aprendizagem de qualidade nem desenvolvimento pessoal", começou por afirmar Joel Rodrigues, presente no evento em representação dos estudantes e enquanto membro da equipa executiva do Healthy Campus, desejando que o Observatório "surja como uma ferramenta estratégica que consiga fazer um diagnóstico do estado de saúde da comunidade estudantil e permita reforçar a estratégia de resposta a todos os estudantes".