

VOCÊ SABIA? Uma campeã brasileira entre nós

Isabelle Tamarozi, estudante do Bacharelado em Matemática Aplicada, foi campeã do Campeonato Brasileiro de Xadrez, categoria sub-20, em agosto de 2019. Isabelle vai disputar, em outubro deste ano, o Campeonato Mundial juvenil, na Índia.

Isabelle começou a jogar com seu irmão, tendo sido ensinada pelo pai com 7 anos de idade. Como uma “brincadeira de criança”, começou a conquistar campeonatos interescolares, até conquistar o bicampeonato da Copa Ayrton Senna, considerada como um campeonato paulista escolar, em 2007 e 2008.

A enxadrista conquistou diversos títulos, como um Campeonato Brasileiro Sub-16 em 2015, Campeonato Brasileiro escolar em 2016 e quatro vezes campeã Paulista (2009, 2012, 2016, 2017). Isabelle ingressou no IME-USP em 2017, no curso de Matemática Aplicada, por conta da sua familiaridade com áreas da lógica, com ajuda de seu esporte.

Para saber mais sobre o Campeonato Mundial Juvenil de Xadrez, a campanha de Isabelle no Campeonato Brasileiro Juvenil de Xadrez, suas ambições no curso de Matemática Aplicada e outros temas, assista ao vídeo com a entrevista na íntegra: <https://www.ime.usp.br/noticias/isabelle-campea-xadrez>

ACONTECE NO IME

Ano VIII Número 52, Setembro/Octubre de 2019

visite-nos www.ime.usp.br | curta: fb.com/imeusp
edição virtual: www.ime.usp.br/acontece



Pró-reitor de graduação visita IME-USP

Visita do pró-reitor aborda diversos temas como bolsas de monitoria e futuro profissional **página 2**

Comissão de Pós-Graduação incentiva atividades contra o estresse da comunidade imeana **página 3**

Isabelle Tamarozi é campeã brasileira juvenil de xadrez no “Você Sabia?” **página 4**

Diretor
Junior Barrera
Vice-Diretor
Luiz Renato Gonçalves Fontes
Assistente Técnica Administrativa
Gislaine Olivi Lima
Assistente Técnica Acadêmica
Daniela Santana Carvalho
Assistente Técnico Financeiro
Joaquim Vilemar de Sousa Rocha

Redação e Edição
Pedro Gabriel

Conselho Editorial
Eduardo Colli
Gislaine Olivi Lima
Marcelo Modesto Costa
Roberto Hirata Júnio



Instituto de Matemática e Estatística
Universidade de São Paulo



EDITORIAL

Prezados leitores,

A edição de Setembro deste ano traz à tona o que aconteceu no IME-USP neste começo de semestre, além da temática Setembro Amarelo.

O IME-USP recebeu, no final de agosto, a visita

do Pró-Reitor de Graduação, em uma série de visitas a vários outros institutos para avaliar as demandas das unidades.

A atual edição também fala sobre o Setembro Amarelo no IME-USP, e

principalmente das ações realizadas por discentes.

Além das ações realizadas pelos próprios alunos, a edição também mostra outros serviços dentro e fora da Universidade de São Paulo.

Esta edição também traz um trecho da conversa com a aluna Campeã Brasileira Juvenil de Xadrez, Isabelle Tamarozzi, que está no site do IME-USP.

Conselho Editorial

Pró-reitor de graduação visita IME-USP e anuncia novos projetos

Na terça-feira, dia 20 de agosto de 2019, o IME-USP recebeu a visita do pró-reitor de graduação Edmund Chada Baracat e da pró-reitora adjunta Maria Vitória Lopes Badra Bentley.

Baracat destacou as principais ações da gestão atual, como o estímulo para as unidades promoverem a inovação curricular por meio da renovação dos projetos pedagógicos, a flexibilização das estruturas curriculares por meio da interdisciplinaridade e o incentivo à criação de espaços inovadores de aprendizado, tornando os cursos mais atrativos.

O pró-reitor anunciou que serão lançadas cinco

oficinas que abordam novas tecnologias no ensino, nos mesmos moldes do Congresso de Graduação da USP. Também anunciou que está em fase final de elaboração um programa de apoio à pesquisa na educação básica, voltado para as licenciaturas e com foco específico na educação continuada, visando os professores do ensino médio e os alunos de graduação, e informou que a Pró-Reitoria de Graduação pretende dar continuidade ao Programa Aprender na Comunidade.

A pró-reitora adjunta complementou que as visitas que eles têm feito às unidades de ensino têm contribuído muito para a gestão, pois eles têm a

possibilidade de ver de perto a realidade, as demandas e os desafios. A professora citou o sucesso das disciplinas PRG e que, atualmente, a universidade já oferece doze disciplinas nessa modalidade, abertas a todos os alunos da USP nos diferentes campi e com uma abordagem multidisciplinar que abrange várias áreas do conhecimento.

O Professor Junior Barrera expôs com preocupação a questão da valorização dos professores e que a Universidade necessita reforçar as ações para a valorização dos docentes, haja visto que muitos alunos formados nos cursos de licenciatura têm seguido outras carreiras, distan-

tes das salas de aula.

A reunião ocorreu no Auditório Jacy Monteiro e foi aberta a professores e funcionários do Instituto. Os presentes tiveram a oportunidade de tirar dúvidas, apresentar as demandas, propor soluções e discutir pessoalmente com o pró-reitor diversos assuntos de interesse da comunidade imeana como, por exemplo, a atualização do valor das bolsas de monitoria oferecidas pela Pró-Reitoria, a necessidade de ações contínuas para promover a permanência estudantil e o aperfeiçoamento e a profissionalização do acolhimento aos alunos em casos de problemas de saúde mental.

Comissão de Pós-Graduação organiza ações em prol da Saúde Mental no Instituto

“Como aluno, temos várias notícias de pessoas com problemas relacionados à saúde mental, e temos levantado isso na Comissão de Pós-Graduação”, conta Fernando Lima, representante discente da Comissão de Pós-Graduação do IME-USP.

Fernando é estudante do Mestrado Profissional em Ensino de Matemática, e vem construindo, junto a outras pessoas, iniciativas que buscam ajudar os estudantes do Instituto com relação ao tema.

“Estamos fazendo um grupo de meditação no Bloco A, e também orga-

nizamos uma palestra sobre o estresse acadêmico”, conta Lima, a respeito dos diferentes serviços da USP voltados ao cuidado da saúde dentro do IME-USP. “Juntamos as informações e passamos para a Congregação, que tinha uma demanda dessas informações. Os professores relataram que alguns alunos enfrentavam problemas e faltava um preparo para isso”, conta Fernando, que ainda complementa dizendo que “nada do que estamos propondo vai substituir um psicólogo

ou algum profissional, mas para casos mais simples, em que as pessoas estão procurando algum tipo de ajuda inicial, será útil”.

“Temos alguns serviços da USP, como o Escritório de Saúde Mental, e o Instituto de Psicologia também atende, tem uma disciplina agora que a própria Reitoria idealizou”, comenta Fernando sobre alguns desses recursos oferecidos pela universidade. No IME-USP, ele ressalta o grupo de meditação, que se reúne as quintas-feiras na Biblioteca e dura aproximadamente 1 hora.

“Os alunos aqui vão desenvolver um estresse muito mais forte do que fora da Universidade, tanto na graduação quanto na pós. Como os níveis de exigência vão aumentando, isso estoura nos alunos”, diz Lima a respeito da importância de cuidar da saúde mental, e dos impactos que a vida acadêmica tem nela.

Contudo, diz Fernando: “você precisa saber que não tem que se comparar com as pessoas, que a nota não é tão importante assim, e saber que as pessoas também têm dificuldade”, e ainda comple-

menta, “saber como que eu posso me cuidar, tem algumas pesquisas que dizem que 5 minutos diários com a natureza podem ajudar bastante, a alimentação, a atividade física, entre outros”.

Dentre as sugestões mencionadas pelo estudante de pós-graduação, estão:

PRG0006-1 Do estresse à boa saúde mental na Universidade

Disciplina On-Line. Objetivo: Sensibilizar os alunos para a importância de cuidarem da própria saúde mental e a dos colegas; oferecer ferramentas e orientações para que os alunos reflitam sobre a própria saúde mental e a dos colegas; contribuir para o autoconhecimento necessário para enfrentar situações difíceis da vida e desenvolver resiliência; saber quando e como pedir ajuda.

Podcast “Sobrevivendo à vida acadêmica” (Cassandra Lyra)

Pode ser encontrado em plataformas de streaming.

CVV Serviço gratuito (sem vínculo com a USP) que atua no apoio emocional e prevenção de suicídio

Telefone:188

Escritório de Saúde Mental

<https://sites.usp.br/esm/prevencao/>

Fernando também diz que algumas mudanças nos hábitos de vida podem contribuir para uma melhora da saúde mental, diminuindo o estresse, como relaxar por pelo menos 5 minutos após um episódio de estresse (conversando com amigos/colégas, tendo contato com a natureza, fazer exercícios de respiração etc.). Além disso, uma vida mais saudável também pode ajudar, evitando álcool e cigarro, praticar exercício físico, dormir de 6 a 8 horas, se alimentar melhor, entre outros.

Contudo, Lima deixa claro que nada disso substitui um profissional da área de saúde mental, como um psicólogo, por exemplo, “em casos que você se sente muito mal, com sintomas já de depressão, até antes já seria necessário um acompanhamento profissional”, e ainda complementa: “Acho que a um psicólogo você deve ir sempre, mas quando as coisas começam a piorar aí você tem que ir mesmo”.