

mais magazine

2026



Na Maia, governar é cuidar

Maia - Capital Europeia do Voluntariado 2026

O Valor
do Voluntariado

pág. 6 a 13

Acreditação -
"Palavra-chave no
universo laboratorial"

pág. 14 a 35

Novo Ano,
Novas Escolhas

pág. 36 a 47



mais magazine

"No Gabinete Jurídico LT
trabalhamos para tornar a Justiça
mais próxima, clara e humana"

Luisa Teixeira, Advogada

Technology you can trust





Estação de Caminhos de Ferro
de Vilar Formoso



Portas de São Francisco,
Almeida



Museu Histórico Militar
de Almeida

História • Natureza • Futuro



Centro de Estudos de
Arquitetura Militar de Almeida



Picadeiro D'el Rey



Termas de Almeida,
Fonte Santa



Monitorização ambiental - Indústria da água - Avaliação e remediação - Higiene ocupacional e industrial

Amostragem e Análises de
Águas Naturais Superficiais
e Subterrâneas

Amostragem e Análises
de Água Potável

Amostragem e Análises de Solos

Amostragem e Análises de
Sedimentos Marinhos e Biomassa

Amostragem e Análises
de Águas Residuais

Amostragem e Análises de
Ar Ambiente e Qualidade
do Ar Interior

Amostragem e Análises de Lamas

Amostragem e Análises
de Lixiviados

Amostragem e Análises em
Torres de Refrigeração

Águas Recreativas e Piscinas

Amostragem e Análises
Ambientais em
Exploração Mineira

Amostragem e Análises de
Sistemas de água quente para
hospitais e cuidados de saúde

**Deixe uma herança de valor para os
seus filhos: um planeta saudável**

AmbiPar Control – Desde 2005, a preservar o meio ambiente.

EDITORIAL

A qualidade de vida constrói-se muitas vezes longe dos grandes anúncios. Constrói-se na proximidade, na capacidade de resposta local e na articulação entre diferentes áreas de intervenção.

É nesse plano discreto que se desenvolvem soluções consistentes, pensadas para funcionar no tempo e ajustadas às realidades concretas dos territórios. Não se trata de iniciativas pontuais nem de respostas improvisadas, mas de modelos de organização que privilegiam continuidade, coordenação e previsibilidade. Quando esses modelos existem, a relação entre estruturas, serviços e comunidade ganha estabilidade.

A proximidade, enquanto princípio de funcionamento, exige conhecimento do território, leitura informada das necessidades e capacidade de articular respostas institucionais com formas de participação organizada que operam fora da lógica estritamente profissional ou mercantil. Trata-se de um trabalho pouco visível, mas determinante para que sistemas distintos consigam operar de forma integrada e eficaz, sem sobreposição nem ruturas. Com planeamento e integração, os efeitos tornam-se percetíveis no funcionamento global da comunidade. Os serviços ganham coerência, as respostas tornam-se mais ajustadas e a confiança no sistema tende a reforçar-se.

Essa lógica atravessa áreas diversas. Da saúde aos serviços especializados, do apoio social às respostas técnicas, o que se revela decisivo não é apenas a existência de recursos, mas a forma como são organizados, acompanhados e enquadrados. Esta edição aproxima-se dessa lógica. Ao longo destas páginas, surgem projetos, serviços e enquadramentos que valorizam a utilidade prática, o rigor profissional e a proximidade enquanto critérios de atuação, incluindo formas de ação cívica estruturada que complementam respostas institucionais. O foco está na resposta a necessidades concretas, sem recurso a ruído excessivo ou promessas abstratas.

A eficácia raramente é instantânea. Resulta de processos que se ajustam, evoluem e se mantêm, mesmo quando não estão sob atenção constante. Mais do que tendências ou discursos, interessa observar como se constroem respostas capazes de acompanhar pessoas e territórios ao longo do tempo. Quando essa lógica integra também dimensões de compromisso cívico organizado, o impacto tende a prolongar-se para além do imediato e a reforçar a coesão do território. É nesse trabalho continuado, muitas vezes invisível, que assenta a base de comunidades mais equilibradas e funcionais.



FICHA TÉCNICA

Propriedade Litográfis – Artes Gráficas, Lda. | Litográfis Park, Pavilhão A, Vale Paraíso 8200-567 Albufeira NIF 502 044 403 **Conselho de Administração** Sérgio Pimenta **Participações sociais** Fátima Miranda; Diana Pimenta; Luana Pimenta (+5%) **Assessora de Administração** Carla Rodrigues **Gestores de Conteúdo** Hugo Miguel Midão, Manuel de Melo **Diretor Editorial** João Malcinha **Redação** Tiago Costa, Tatiana Martins **Design Gráfico** Departamento Criativo Litográfis **Redação e Publicidade** Rua António da Costa Viseu, 120 4435-104 | Rio Tinto **E-mail** geral@maismagazine.pt **Site** www.maismagazine.pt **Periodicidade** Mensal **Estatuto Editorial** Disponível em www.maismagazine.pt **Impressão** Litográfis – Artes Gráficas, Lda. **Depósito Legal** 490783/21 **Créditos fotos CM Maia**: CM Maia|Mário O Santos **Fevereiro de 2026**

ÍNDICE



8 a 11 Município da Maia



Instituto Hidrográfico **16 a 19**



20 a 23 Cachapuz



AmbiPar Control **24 a 27**



28 a 30 IDAD



Luísa Teixeira **37 a 39**



40 e 41 Município de Almeida



SPPC **50 a 55**



62 e 63 Clay Arqueologia

6-13 O Valor do Voluntariado

14-35 Acreditação - "Palavra-chave no universo laboratorial"

36-47 Novo Ano, Novas Escolhas

48-59 Especial Saúde

60-65 Arqueologia - "Património, território e desenvolvimento"

O VALOR DO VOLUNTARIADO

Voluntariado como agente do desenvolvimento inclusivo

A prática do voluntariado é ancestral. Não é uma realidade nova. Novos são sempre os contextos, as motivações e as práticas. Assumir ser voluntário, ou seja, doar o seu tempo sem exigir qualquer compensação de ordem financeira e/ou de qualquer outro tipo de benefícios materiais, já não é apenas uma questão de filantropia. Quem se assume, como tal, está a responder a um direito, e ao mesmo tempo, a um dever de exercer a sua cidadania. Num país democrático é uma oportunidade para tornar mais sustentável a democracia participativa.

No nosso país já é significativo o número de pessoas que fazem esta opção de servir o bem comum a nível local, regional, nacional e/ou internacional. Com uma participação regular, estima-se que sejam mais de um milhão e meio, mas há muitos que o fazem de forma esporádica para responder a necessidades emergentes, cujo número é desconhecido. Urge rever a Lei, que enquadra o voluntariado português, para que se consigam criar mecanismos que levem a um melhor conhecimento deste sector. Há que gerar condições motivadoras para que aumente o número dos que, por via da prática do voluntariado, escolham ser cidadãos e cidadãs participativos.

A Confederação Portuguesa do Voluntariado (CPV) tem vindo, com a colaboração de pessoas voluntárias de diferentes sectores da sociedade, a construir uma agenda para responder aos desafios, e consequentes oportunidades, que se colocam ao nosso país. Nenhuma Organização de voluntários, ou que os integrem no desenvolvimento da missão de cada uma, pode apenas centrar-se nas suas necessidades. Há que ter presente as diferentes políticas públicas e procurar agir em consonância com elas, para que se possam adaptar a cada realidade concreta. Ao agir, desta forma, cumprem-se três valores democráticos fundamentais: a equidade social, a solidariedade e a subsidiariedade. Creio que só assim as medidas públicas podem abranger os seus destinatários e terem os impactos necessários.

Vivemos tempos que exigem compromissos concretos e ninguém está dispensado de dar o seu contributo. É imperioso mobilizar cidadãos e cidadãs, de idades diferentes e de diversos sectores, bem como as instituições da sociedade civil, as empresas e as autarquias para que, de forma integrada e colaborativa, se implementem políticas públicas e contribuam para que outras sejam criadas acessíveis aos seus destinatários.

O voluntariado é, de certeza, um eixo estratégico para se alcançarem comunidades mais solidárias, inclusivas e resilientes.

Eugenio Fonseca, Presidente da Direção da CPV



2026: Portugal como Capital da Solidariedade Europeia

Na sociedade contemporânea, as necessidades de proteção social tornaram-se mais complexas e diversificadas, exigindo uma agilidade que, por vezes, desafia as estruturas tradicionais.

É neste cenário que o voluntariado se afirma como um pilar de cidadania ativa e responsabilidade partilhada, atuando de forma complementar ao Estado e ao sistema de Segurança Social.

Para este Ministério, o voluntariado é uma expressão particularmente elevada dos valores da cidadania; e o voluntariado social, em especial, é uma missão altruísta que gera coesão social e um valor social e humano incalculável.

O Governo valoriza todas as formas de participação cívica; por isso, não poderíamos ignorar o contributo decisivo de quem se entrega a causas sociais, a título benévolos e de forma livre.

Este compromisso materializa-se em políticas concretas. Desde logo, no reconhecimento da importância do Voluntariado Sénior no Estatuto da Pessoa Idosa, promovendo o envelhecimento saudável e a transmissão de saber; na Bolsa de Cuidadores Informais, que se abre ao voluntariado; e ainda na criação do 'Centro de Competências para a Economia Social', que vai investir na formação de voluntários. Estas medidas apoiam a economia social e valorizam a atividade do voluntariado.

O ano de 2026, 'Ano Internacional dos Voluntários para o Desenvolvimento Sustentável', assume, por isso, uma relevância histórica para o nosso país.

Com o Município da Maia como 'Capital Europeia do Voluntariado' e Vila Nova de Gaia como 'Capital Nacional', Portugal está na vanguarda das políticas de impacto social. Estes marcos reconhecem uma cultura onde a inovação social caminha de mãos dadas com a entrega desinteressada, ajudando a fechar fossos de desigualdade.

O valor do voluntariado transcende métricas económicas; é a garantia de uma resposta humana aos desafios mais prementes, desde a inclusão de grupos mais vulneráveis, ao combate à pobreza, passando pela solidariedade intergeracional.

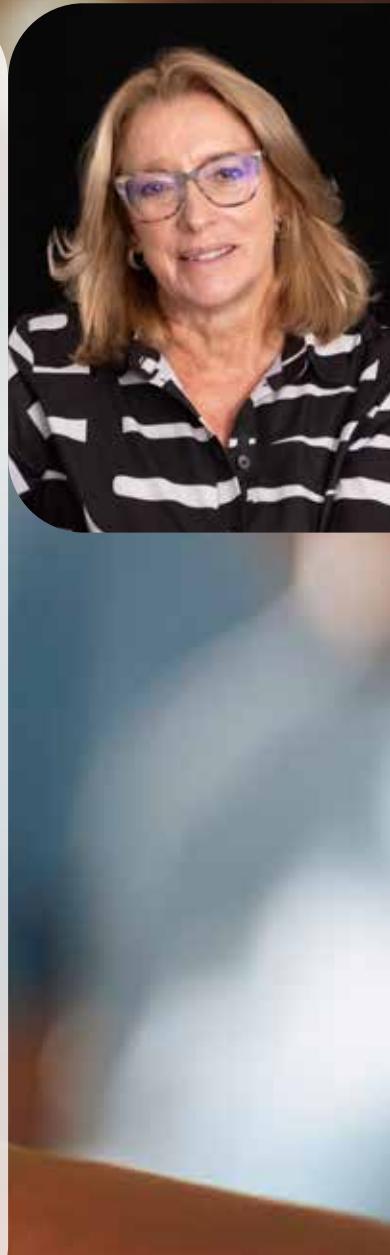
Ao fortalecer os laços comunitários e interligar gerações, o voluntariado adequa-se aos desígnios da 'Europa Social', provando que uma sociedade é mais forte quando os seus cidadãos decidem, livremente, contribuir para o bem comum.

Os voluntários são também o rosto de um Portugal altruísta. Garantir-lhes o devido reconhecimento é um imperativo ético, atendendo ao impacto decisivo das suas ações na construção de uma sociedade mais justa e solidária.

Finalmente, o voluntariado é um eixo estratégico para a Agenda 2030; uma força transversal que assegura que ninguém fica para trás.

Porque colocamos os mais vulneráveis no coração da nossa ação política, apoiar o voluntariado é a expressão natural de um Governo que não abdica de uma proteção social próxima, humana e solidária.

Maria do Rosário Palma Ramalho, Ministra do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social



"Ao longo das últimas três décadas, o voluntariado tem vindo a ganhar cada vez mais importância em toda a Europa, tendo sido investidos muitos recursos na comprovação do seu valor. Existem provas suficientes do impacto positivo que o voluntariado e os voluntários têm na coesão social, na Democracia, na transformação social, nas competências pessoais e coletivas, e no seu inestimável potencial para melhorar o bem-estar dos indivíduos e das comunidades.

Temos novos horizontes desafiantes e estimulantes pela frente, mas não devemos esquecer a visão inicial que nos trouxe até aqui. Valores europeus comuns que uniram esta rede e criaram um espaço de intercâmbio, aprendizagem, apoio e esforços conjuntos para afirmar o voluntariado como parte da nossa tradição e como elemento indispensável do nosso futuro."

Lejla Šehić Relić, Presidente do Center for European Volunteering (CEV)
Fonte: eunews



ANTÓNIO SILVA TIAGO

PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DA MAIA



Câmara Municipal da Maia: O Voluntariado como um Ato de Amor Fraternal

A Maia reafirmou-se, no passado dia 30 de janeiro, como um território de referência europeia na cidadania ativa, ao dar início oficial ao ano em que assume o título de Capital Europeia do Voluntariado 2026. A cerimónia de abertura, marcada pela emoção, pela diversidade de vozes e por um forte sentido de responsabilidade coletiva, reuniu voluntários, instituições, decisores políticos nacionais e representantes internacionais, num momento que celebrou o caminho percorrido e projetou o futuro do voluntariado a partir do concelho.

O reconhecimento enquanto Capital Europeia do Voluntariado 2026 surge no contexto de um trabalho contínuo da Câmara Municipal da Maia em prol do voluntariado. O município tem-se afirmado como catalisador da cidadania e da responsabilidade social, promovendo a coesão e a igualdade de oportunidades no concelho. Neste quadro, o voluntariado assume um papel central, baseado nos valores da interajuda e da solidariedade, contribuindo para uma sociedade mais solidária, inclusiva e responsável.



Para dinamizar estas iniciativas, foi criado o Centro de Voluntariado da Maia – COMPROMISSUM. Este centro realiza entrevistas aos voluntários para definir perfis, assegura a capacitação contínua de pessoas e organizações, e organiza informações que permitem um encaminhamento eficaz das ações voluntárias.

Entre os seus objetivos destacam-se: promover o encontro entre oferta e procura de voluntariado; capacitar agentes; fomentar projetos para crianças, jovens, adultos e idosos; estimular o voluntariado familiar; apoiar iniciativas locais; promover a educação para o voluntariado nas escolas; e sensibilizar o setor empresarial para o voluntariado corporativo.

A gestão do voluntariado na Maia alinha-se com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e com o Plano para o Voluntariado Europeu 2030 – Blueprint for European Volunteering (BEV 2030), refletindo cinco áreas estratégicas: independência e inclusão, novos voluntários e novas metodologias, capacitação, reconhecimento e recursos/coordenação. Desde a criação do COMPROMISSUM, o crescimento do voluntariado formal no concelho tem sido evidente, refletido no número de voluntários, organizações promotoras e ações desenvolvidas.

Este trabalho consolidou a tradição de solidariedade da Maia, envolvendo cidadãos, instituições, escolas e empresas, e culminou na designação do município como Capital Europeia do Voluntariado 2026.

Para assinalar esta distinção foi realizada, no dia 30 de janeiro, a Cerimónia de Abertura Oficial da Maia – Capital Europeia do Voluntariado 2026 que arrancou com um primeiro momento musical da Orquestra Clássica da Maia, sob a direção do jovem





Maestro maiato Tiago Moreira da Silva, cuja interpretação envolveu o público num ambiente de solenidade e introspeção, criando o enquadramento ideal para uma noite dedicada à valorização do cuidado, da empatia e do compromisso com o outro.

Apresentada por Catarina Furtado, a sessão privilegiou desde cedo a centralidade das pessoas, dando voz a quem vive, no dia a dia, o impacto direto do voluntariado.

O evento contou ainda com a intervenção do Primeiro-Ministro, Luís Montenegro, que se associou à Maia neste momento histórico. Recordando a experiência do concelho enquanto Capital Portuguesa do Voluntariado, sublinhou que o município é hoje um exemplo nacional e europeu ao nível das políticas de desenvolvimento e responsabilidade social. Destacou o trabalho de rede entre o município, as organizações promotoras de voluntariado, os voluntários e a comunidade, afirmando que este reconhecimento representa simultaneamente o culminar de um percurso e um compromisso para o futuro. Para o chefe do Governo, o voluntariado é “dádiva, partilha, generosidade e cidadania”, sendo um pilar essencial para a construção de um país mais justo e solidário.

Num dos momentos mais marcantes da noite, Catarina Furtado partilhou o seu testemunho pessoal sobre o voluntariado e o ativismo enquanto missão de vida. Recordando o início do seu percurso ainda em criança, defendeu que o voluntariado não é um complemento, mas uma escolha consciente que dá sentido e propósito à vida. Destacou o trabalho desenvolvido pela associação Corações Com Coroa e pela sua ação enquanto embaixadora de

boa vontade das Nações Unidas, sublinhando que o voluntariado deve assentar numa solidariedade horizontal, de igual para igual, baseada na escuta, no respeito e no compromisso. Para Catarina Furtado, o voluntariado é “cidadania em movimento” e uma resposta concreta à indiferença, aos discursos de ódio e às desigualdades persistentes.

O momento solene do hastear da bandeira da Capital Europeia do Voluntariado 2026 marcou a intervenção da Diretora do Centro Europeu do Voluntariado, Gabriella Civico, que destacou o voluntariado como pilar da democracia, da inclusão social e da resiliência das sociedades. Defendeu que o voluntariado deve estar no centro das políticas públicas europeias e ser reconhecido não apenas pelo que faz, mas pelo que representa enquanto agente de transformação social, promotora de paz, solidariedade e direitos humanos.

O ponto alto institucional da cerimónia coube ao Presidente da Câmara Municipal da Maia, António Silva Tiago que se fez acompanhar ao longo de toda a cerimónia pela sua Vice-Presidente e Presidente da Comissão Organizadora do evento, Emília Santos, e que assumiu o título com emoção, orgulho e um profundo sentido de responsabilidade. Para o autarca, esta distinção é o reconhecimento de um percurso coletivo feito de pessoas, instituições e de uma comunidade que acredita no bem comum. Sublinhou que, na Maia, “governar é cuidar”, investindo em políticas públicas que colocam a pessoa humana no centro da ação municipal. Defendeu o voluntariado como a expressão mais nobre da cidadania ativa e reforçou que



este reconhecimento não é um ponto de chegada, mas um incentivo à continuidade de um caminho de prosperidade social, económica e humana.

A Secretaria de Estado da Ação Social e da Inclusão, Clara Marques Mendes, reforçou a ideia de que os voluntários da Maia são um exemplo inspirador a nível nacional. Destacou que o voluntariado é amor, partilha e cuidado, sem nunca substituir o papel do Estado ou dos profissionais. Sublinhou a importância da articulação entre políticas públicas, autarquias e instituições, destacando medidas como o voluntariado sénior, a promoção da intergeracionalidade e o reforço do apoio aos cuidadores informais, defendendo uma sociedade mais justa, inclusiva e humanizada.

A cerimónia contou ainda com a intervenção da Comissária Europeia Maria Luísa Albuquerque, que trouxe uma perspetiva complementar ao debate, destacando o voluntariado na transmissão de conhecimento, nomeadamente na literacia financeira. Através de exemplos concretos, evidenciou como o voluntariado pode capacitar cidadãos, promover a autonomia e criar oportunidades de ascensão social, contribuindo para comunidades mais resilientes e coesas. Sublinhou que cada pessoa tem algo a oferecer e que o voluntariado é fundamental para fortalecer o espírito coletivo.

O encerramento institucional esteve a cargo do Presidente da Assembleia da República, José Pedro Aguiar-Branco, que classificou o título de Capital Europeia do Voluntariado como um voto de confiança na Maia e na sua comunidade. Destacou a generosidade do povo português, os desafios ainda existentes no reconhecimento e organização do voluntariado e lançou o

desafio de construir, a partir da Maia, um novo impulso para a cultura do voluntariado em Portugal, assente na formação, no compromisso e na valorização do serviço aos outros.

A noite terminou com um momento musical de Sara Correia, que emocionou o público com alguns dos seus maiores êxitos como “Respirar” e “Que o Amor Te Salve Nesta Noite Escura”, seguido pela atuação do Coral Infantil Municipal dos Pequenos Cantores da Maia, que interpretou “Caminho de Paz” e fechou a noite com “Livres para servir”, obra com Poema de Mizé Rouxinol e Música de Victor Sampaio Dias, adotada como Hino oficial da Maia Capital Europeia do Voluntariado 2026. Um encerramento simbólico e cheio de esperança, protagonizado pelas gerações mais novas, que reforçou a mensagem central da noite: na Maia, o voluntariado não é apenas uma prática — é uma identidade, um compromisso coletivo e, acima de tudo, um verdadeiro ato de amor. 

Fotos: ©CM Maia | Mário O Santos



www.cm-maia.pt

Município de Albufeira reforça apostas no voluntariado

O Município de Albufeira volta a investir no voluntariado através do projeto Albufeira Voluntária, uma iniciativa municipal que promove a ligação entre cidadãos e instituições em áreas como ação social, saúde, educação, cultura e ambiente. Este Banco Local de Voluntariado possibilita que qualquer pessoa com 18 ou mais anos dedique parte do seu tempo a apoiar quem mais precisa, contribuindo simultaneamente para o reforço do trabalho desenvolvido pelas associações e organizações do concelho.

O Albufeira Voluntária funciona como uma estrutura de mediação, aproximando quem deseja participar em ações solidárias das entidades que necessitam de apoio. No concelho existem diversas instituições disponíveis para acolher voluntários em áreas tão diversas como ação social, saúde, educação, ambiente, ciência, cultura, património, juventude e formação profissional.

Perante a existência de cidadãos motivados para contribuir para o bem-estar coletivo e de instituições com necessidades

concretas, este projeto assume-se como um elo fundamental, assegurando a inscrição, o encaminhamento e o acompanhamento dos voluntários, bem como a promoção de ações de formação e momentos de partilha de experiências.

As inscrições destinam-se a todos os interessados com idade igual ou superior a 18 anos e podem ser efetuadas online, ou presencialmente na Divisão de Ação Social da Câmara Municipal de Albufeira, na Quinta da Palmeira.



Voluntariado Jovem incentiva a cidadania ativa na comunidade escolar

No âmbito do projeto de inovação social “Geração V: Faz-te ao Voluntariado”, alunos do Agrupamento de Escolas Professor Óscar Lopes, em Matosinhos, têm participado em várias iniciativas de voluntariado junto de instituições do concelho, promovendo a cidadania ativa, o sentido de responsabilidade social e o envolvimento com a comunidade.

As ações tiveram início em novembro, com atividades desenvolvidas junto de crianças numa creche e de idosos num centro de dia. Em dezembro, os jovens associaram-se à campanha do Banco Alimentar Contra a Fome, colaborando na

recolha de alimentos em supermercados e hipermercados aderentes. Já em janeiro, alguns participantes apoiaram o trabalho do Armazém da Cruz Vermelha Portuguesa, em Leça da Palmeira, nomeadamente na separação de roupas destinadas a doação.

O projeto “Geração V: Faz-te ao Voluntariado” integra a iniciativa Portugal Inovação Social, tendo a Câmara Municipal de Matosinhos como investidora social. Pretende abranger cerca de 50 jovens do 2.º e 3.º ciclos do Ensino Básico no concelho, estando também a ser desenvolvido a nível intermunicipal com os municípios do

Porto, Vila Nova de Gaia, Vila do Conde e Amarante, num total de cerca de 250 jovens. A iniciativa é cofinanciada pelo Norte 2030, Portugal 2030 e pela União Europeia, com uma duração prevista de 31 meses.

Em Matosinhos, o projeto teve início em 2025 com alunos do Agrupamento de Escolas Professor Óscar Lopes e irá estender-se ao Agrupamento de Escolas de Perafita, estando já programadas novas ações para os meses de março e abril. Está igualmente prevista a possibilidade de criação de um grupo em formato Bootcamp durante as férias escolares.



As pessoas no centro da ação

O voluntariado é um pilar essencial na construção de uma cidade mais justa, solidária e resiliente. Na Amadora, o envolvimento ativo da comunidade — de jovens a seniores — tem sido determinante na resposta aos desafios sociais, ambientais e humanos, reforçando a coesão social e promovendo o bem-estar da população através de uma rede dinâmica de projetos, parcerias e iniciativas de cidadania ativa.



Vítor Ferreira, Presidente da Câmara Municipal da Amadora

A Amadora reconhece que o desenvolvimento sustentável não se faz apenas através de políticas públicas estruturais, mas também pelo envolvimento ativo da comunidade na resposta aos desafios sociais, ambientais e humanos que marcam a vida da cidade. A intervenção do município ao nível do voluntariado encontra-se estruturada no **Programa Municipal para o Voluntariado na Amadora**, que promove e orienta a prática no território.



O voluntariado assume-se como uma expressão de cidadania ativa, participação cívica e solidariedade intergeracional, desempenhando um papel estratégico na promoção da coesão social, da saúde e do bem-estar da população.

O envolvimento dos mais jovens no voluntariado merece um destaque particular. Através do voluntariado jovem, promove-se uma educação para a participação, para a responsabilidade social e para o compromisso com a comunidade. O projeto **Valoriza**, desenvolvido pela Escola Secundária Fernando Namora, é um exemplo inspirador de como a escola pode ser um espaço privilegiado de formação cívica, capacitando os jovens para intervir de forma consciente e solidária dentro da escola e no território envolvente, contribuindo para uma cultura de participação ativa desde cedo.

No mesmo sentido, a **Academia Sénior de Proteção Civil**, promovida pela Câmara Municipal da Amadora, constitui um projeto inovador que valoriza o conhecimento, a experiência e a disponibilidade da população sénior. A atividade deste grupo de voluntários

insere-se numa política de prevenção do risco, reforçando a literacia em proteção civil, promovendo o envelhecimento ativo e contribuindo para uma cidade mais segura e resiliente, onde todos têm um papel a desempenhar.

A promoção do voluntariado no concelho assenta também numa forte rede de parcerias. O Banco Local de Voluntariado da Amadora conta atualmente com 27 organizações promotoras de voluntariado ativas, que disponibilizam uma oferta diversificada de oportunidades de voluntariado em áreas distintas, como o ambiente e a proteção animal, a inclusão social, o combate à pobreza, entre outras, respondendo de forma integrada e próxima às necessidades da comunidade.

Neste contexto, destaque para o trabalho desenvolvido pela **Associação Coração Amarelo – Delegação da Amadora**, no âmbito do voluntariado de proximidade. A sua intervenção é determinante no combate ao isolamento social das pessoas idosas e dependentes, promovendo relações de confiança, apoio emocional e acompanhamento regular, com impactos significativos na promoção da saúde e do bem-estar, potenciando a qualidade de vida em meio natural.

O Município da Amadora reconhece e valoriza o contributo das pessoas voluntárias que, diariamente, se dedicam à comunidade, enaltecedo o seu mérito no **Dia Internacional do Voluntariado**, a 5 de dezembro.

A Amadora continuará a apostar no voluntariado, promovendo a criação de projetos inclusivos e inovadores, capazes de responder às necessidades da população, colocando as pessoas no centro da ação, fortalecendo a coesão do território e incentivando a participação de todos os que desejem dedicar o seu tempo a uma causa solidária.



AMADORA
Câmara Municipal

www.cm-amadora.pt

Acreditação - "Palavra-chave"



Acreditação: Pilar de Confiança para Quem Utiliza Serviços Laboratoriais

No universo laboratorial, onde a confiança é indissociável do rigor técnico, a acreditação afirma-se como um pilar estruturante do sistema da qualidade. Mais do que um selo formal, representa um compromisso contínuo com a competência técnica, a imparcialidade e a fiabilidade dos resultados que suportam decisões críticas em múltiplos domínios da sociedade. Em Portugal, este compromisso tem vindo a consolidar-se através de uma visão partilhada que envolve laboratórios, entidades reguladoras, empresas e cidadãos, convergindo num objetivo comum: assegurar que a ciência aplicada ao quotidiano é robusta, transparente e merecedora de confiança.

A RELACRE - Associação de Laboratórios Acreditados de Portugal, enquanto entidade representativa dos laboratórios acreditados há 35 anos, tem desempenhado e continuará a desempenhar um papel determinante na promoção desta cultura de excelência. A Acreditação não se limita ao cumprimento de requisitos técnicos; traduz-se na adoção de uma filosofia de melhoria contínua, de responsabilidade e de serviço ao interesse público. Cada ensaio, cada calibração e cada medição realizados sob acreditação têm impacto direto na segurança, na proteção da saúde pública, na salvaguarda do ambiente, na competitividade económica e na inovação tecnológica.

Num contexto global marcado por desafios crescentes, por uma maior complexidade técnica e por exigências cada vez mais rigorosas dos mercados e dos quadros regulamentares, a acreditação assume uma relevância acrescida. Constitui uma linguagem técnica comum, reconhecida internacionalmente, que permite aos laboratórios portugueses afirmar a sua competência além-fronteiras, reforçando a credibilidade do país e contribuindo para a sua competitividade externa. A harmonização de práticas, a comparabilidade de resultados e a confiança mútua entre entidades são benefícios concretos que apenas um sistema de acreditação sólido, credível e reconhecido consegue assegurar.

Este editorial constitui, assim, uma oportunidade para sublinhar a importância de continuar a promover uma abordagem integrada e coerente à acreditação em Portugal. Uma abordagem que valorize o papel dos laboratórios como agentes de confiança, inovação e desenvolvimento, e que reconheça a Acreditação como uma ferramenta estratégica ao serviço do desenvolvimento sustentável e da proteção dos interesses da sociedade.

A Acreditação é, verdadeiramente, a palavrachave do universo laboratorial. E continuará a sê-lo enquanto subsistir a necessidade de garantir que a ciência que suporta decisões técnicas, económicas e sociais é sólida, independente e rigorosamente validada. A RELACRE reafirma o seu compromisso em fortalecer esta cultura, promovendo a excelência técnica e a confiança que o país exige e merece.

Jorge Serra, Presidente da RELACRE – Associação de Laboratórios Acreditados de Portugal



no universo laboratorial"

Acreditação, palavra-chave no universo laboratorial

A digitalização da sociedade e do mundo empresarial colocou à disposição de qualquer cidadão ou empresa um manancial de informação nunca antes visto, e que coloca desafios de assimilação, compreensão e fiabilidade. Uma simples busca por um laboratório para realizar ensaios, devolve centenas ou milhares de resultados, deixando quem faz a busca com um dilema sério: com tanta variedade, por onde escolher? Existem preocupações quanto ao custo, mas também quanto à qualidade de serviço e à fiabilidade dos resultados – por vezes, o barato sai caro, e os resultados recebidos podem não estar corretos...

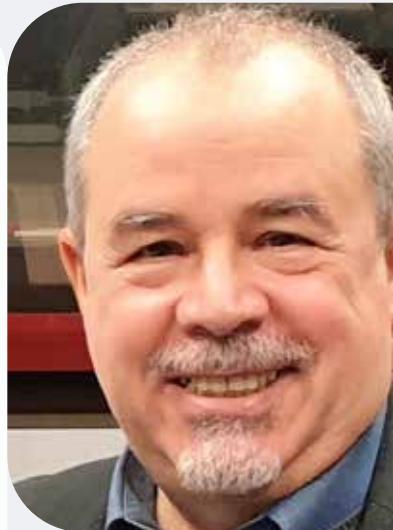
Se não estamos confiantes com os resultados obtidos, como se podem tomar decisões na vida privada (pode-se beber a água do poço? Devo fertilizar este terreno? O ruído produzido pela empresa ao lado é legal?), ou na gestão empresarial (as matérias primas fornecidas cumprem as especificações? Os produtos fabricados cumprem a legislação?) ou até em política governativa (devo legislar neste sentido? Tomei as medidas razoáveis para proteger o interesse público?)...?

A acreditação de laboratórios serve para dar resposta a estas questões de fiabilidade dos resultados. É um processo de avaliação regular a cada laboratório por peritos especialistas para confirmar se ele sabe fazer os ensaios (ou calibrações) para que está acreditado – sim, porque a acreditação é específica para certos ensaios ou calibrações, que estão listados em Anexos Técnicos, publicamente disponíveis. A acreditação não só garante que sabe fazer quando são avaliados, mas também exige que esteja implementado um sistema de gestão (de pessoal, equipamentos, metodologias) que assegure que o saber fazer se possa manter até à avaliação seguinte.

O processo de acreditação está harmonizado a nível comunitário e mundial, sendo por sua vez os organismos de acreditação avaliados regularmente quanto ao saber acreditar, segundo normas internacionais. Sendo usada a mesma metodologia de acreditação em todo o mundo, é possível estabelecer acordos de reconhecimento mútuo das acreditações. O Instituto Português de Acreditação (IPAC – www.ipac.pt) é o organismo nacional de acreditação, e é desde há muito signatário destes acordos. O IPAC disponibiliza no seu sítio internet um Diretório de Entidades Acreditadas.

Na figura abaixo pode-se apreciar o impacto e a diversidade da acreditação nos vários tipos de ensaios e calibrações em Portugal.

Leopoldo Cortez, Presidente do Instituto Português de Acreditação (IPAC)



Instituto Hidrográfico: Observatório e Laboratório do Oceano, o conhecimento do Mar apoiado na Acreditação

O Instituto Hidrográfico, é herdeiro da longa tradição hidrográfica e cartográfica náutica portuguesa e é um dos pilares das Ciências do Mar em Portugal. Criado em 1960, é uma unidade da Marinha, com estatuto de Laboratório do Estado e de Serviço Hidrográfico Nacional, assegura as atividades relacionadas com as ciências e técnicas do Mar, visando a aplicação na área militar, o desenvolvimento científico e a defesa do ambiente marinho.



O Instituto Hidrográfico é responsável pela produção das cartas de navegação oficiais nas áreas de jurisdição nacional, pela manutenção de redes de monitorização oceanográficas (marés, correntes, agitação marítima e parâmetros oceanográficos), desenvolvendo investigação aplicada nas áreas da hidrografia, da oceanografia, da química e da geologia marinha. A atividade é desenvolvida em alinhamento com as estratégias e políticas para o Mar, designadamente os objetivos globais da Agenda 2030 da ONU e da Década do Oceano (2021-2030), bem como as prioridades europeias (Agenda do Crescimento Azul, Diretiva-Quadro Estratégia Marinha) e nacionais (Estratégia Nacional para o Mar 2021-2030).

O Instituto Hidrográfico assume uma posição singular com dupla função: por um lado, atua como Setor da Marinha para as Ciências do Mar, fornecendo informação de apoio às operações navais e à segurança marítima; por outro, um Laboratório do Estado, entidade de referência na produção e gestão do conhecimento do Oceano ao serviço da sociedade, disponibilizando dados, informação e produtos científicos essenciais para a segurança da navegação, gestão sustentável dos recursos marinhos e a proteção dos ecossistemas.

Antes de cada carta de navegação, modelo de previsão costeira ou relatório ambiental, existe um labor pouco visível e muito exigente especializado: a colheita de dados no mar e a realização de ensaios e calibrações acreditados. Grande parte do trabalho do Instituto Hidrográfico decorre longe dos holofotes, nas campanhas científicas a bordo de navios e nos laboratórios. Este trabalho constitui a base essencial na capacidade de deteção de diversos fenómenos e de alterações nos ecossistemas marinhos, que nos



afetam quotidianamente, designadamente os efeitos das alterações climáticas e da pressão antropogénica exercida nos oceanos. A bordo dos navios de investigação da Marinha, técnicos do Instituto Hidrográfico colhem amostras de água e de sedimentos, seguindo protocolos rigorosos de amostragem para manter a integridade e representatividade das amostras.

Nos laboratórios do Instituto Hidrográfico, as análises de amostras de água e de sedimentos, bem como a calibração de sensores hidro-oceanográficos, são realizadas de acordo com os mais altos padrões de qualidade, através de métodos analíticos e calibrações acreditados nos termos da norma NP EN ISO/IEC 17025:2018, com reconhecimento do Instituto Português de Acreditação.

A Acreditação impõe requisitos exigentes de competência técnica, de rastreabilidade metrológica, de controlo de qualidade e de avaliação de incerteza, garantindo que os resultados são cientificamente válidos, comparáveis e adequados ao seu propósito, reduzindo o risco de interpretações incorretas que possam levar a decisões erradas. Ao cumprir com estes requisitos, os laboratórios do Instituto Hidrográfico fornecem resultados fiáveis e universalmente aceites, fundamentais para cumprir as obrigações do Estado português em matéria de proteção do ambiente marinho e apoiar a Marinha e outras entidades, oficiais ou privadas, na tomada de decisões informadas e tecnicamente sustentadas.

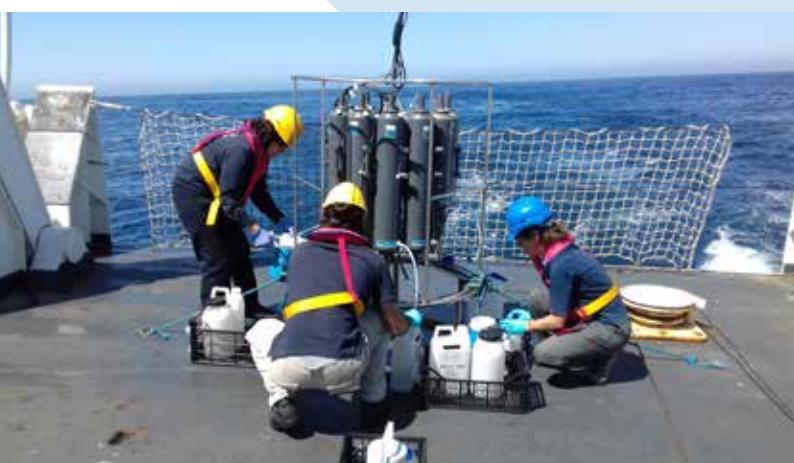
Na descrição física das amostras de sedimentos, o Instituto Hidrográfico

garante a realização de ensaios acreditados na medição do tamanho das partículas que compõem os sedimentos marinhos (ensaios granulométricos realizados a partir de três técnicas distintas), na determinação dos teores totais de carbono orgânico e inorgânico, na quantificação do teor em água e na determinação da densidade de partículas. Estes parâmetros são imprescindíveis na descrição dos sedimentos, parte integrante dos ecossistemas marinhos, e refletem a sua origem e evolução. A capacidade de realizar estas análises em amostras verticais permite alimentar modelos de evolução ambiental e extrapolar a variabilidade temporal dos processos oceanográficos e os seus impactos no sistema biogeoquímico.

No que se refere à avaliação da qualidade ambiental, estão acreditados métodos de ensaio de parâmetros físico-químicos clássicos, de nutrientes, bem como **óleos e gorduras e hidrocarbonetos** em águas e efluentes, metais pesados e compostos orgânicos em sedimentos, assim como determinações de pH, matéria seca e matéria orgânica em solos e sedimentos.

Através de ensaios acreditados, o Instituto Hidrográfico está capacitado para realizar uma avaliação rigorosa da qualidade ambiental do meio marinho, por exemplo, monitorizando o excesso de nutrientes nas massas de água, em cumprimento da Diretiva-Quadro da Estratégia Marinha (DQEM). Os resultados laboratoriais permitem igualmente verificar o cumprimento das normas e requisitos nacionais aplicáveis, designadamente no que respeita aos valores de referência para a qualidade da água e aos critérios técnicos definidos para a avaliação da qualidade dos sedimentos a dragar.

A determinação de poluentes através de métodos analíticos acreditados permite identificar fontes de contaminação e avaliar





riscos ecológicos, com elevada fiabilidade técnicocientífica. Tal é crucial, tanto para a sociedade que beneficia do conhecimento sobre a qualidade dos ecossistemas marinhos, quanto para a Marinha que, através do Instituto Hidrográfico, tem acesso a estudos ambientais de apoio às operações navais. A confiança nos dados produzidos tem valido ao Instituto Hidrográfico um reconhecimento nacional e internacional ímpar.

Desde 2019, e alicerçado na competência dos seus especialistas, o Instituto Hidrográfico, foi aceite como Instituto Designado em Portugal para a Área da Química pelo Instituto Português da Qualidade, estatuto validado pelo Bureau International des Poids et Mesures (BIPM). Este reconhecimento, atualmente aplicável à medição metrológica de sílica em água do mar e de mercúrio em sedimentos, assegura que são mantidos os padrões de

referência nacionais nestas medições, a sua rastreabilidade e exatidão. Atualmente, prepara-se a extensão deste estatuto a outros parâmetros essenciais, reforçando o papel do Instituto Hidrográfico como referência na química do ambiente marinho.

Numa aposta contínua no desenvolvimento e inovação, o Instituto Hidrográfico pretende acreditar um novo método analítico forense para identificação da origem de hidrocarbonetos em casos de poluição por derrames destes produtos, segundo a norma internacional EN 15522-2:2023E. Este método, aplicado em apoio à Autoridade Marítima Nacional na investigação de ilícitos ambientais, garante resultados tecnicamente mais robustos e reproduutíveis, com incertezas bem determinadas, conferindo maior credibilidade científica e valor probatório em processos de contraordenação ou de investigação de crimes ambientais. Além disso, a comparabilidade internacional destes resultados facilita a cooperação transfronteiriça em incidentes de poluição que extravasem os limites das áreas, reforçando o reconhecimento do Instituto Hidrográfico junto das autoridades marítimas, do sistema judicial e da comunidade científica internacional.

Para além dos ensaios químicos e biogeoquímicos, a confiança dos dados oceanográficos produzidos pelo Instituto Hidrográfico assenta na medição de parâmetros físicos, nomeadamente pressão atmosférica, pressão hidrostática e temperatura, utilizando sensores calibrados de acordo com a norma NP

EN ISO/IEC 17025:2018, tarefa assegurada pelo Laboratório de Calibração do Centro de Instrumentação Marítima, uma infraestrutura essencial para garantir a fiabilidade das medições hidro-oceanográficas realizadas nos navios, boias e estações costeiras. Todas as medições são rastreáveis ao Sistema Internacional de Unidades, assegurando a comparabilidade dos dados ao longo do tempo.

Com a acreditação do Laboratório de Calibração, o Instituto Hidrográfico afirma-se, em Portugal, como referência metrológica no domínio oceânico, assegurando que os dados das campanhas, adquiridos no mar e depois processados, são tecnicamente sólidos e de elevado rigor. Este esforço contínuo em controlar a qualidade instrumental, reflete-se na maior fiabilidade dos sistemas que compõem a rede de observação oceanográfica nacional (como marégrafos, boias oceanográficas e estações costeiras) e, consequentemente, numa melhor compreensão do oceano.

A atividade operacional desenvolvida pela Marinha e pela Autoridade Marítima Nacional também beneficia diretamente deste garante da qualidade: por exemplo, a informação oceanográfica usada em operações navais, desde a previsão de marés para a navegação segura em portos até aos levantamentos hidrográficos para apoiar missões, é recolhida com equipamentos calibrados pelo Instituto Hidrográfico, conferindo confiança acrescida às operações no mar.



Os benefícios da acreditação de ensaios e calibrações são evidentes: um volume enorme de resultados analíticos obtidos ao longo do tempo, em amostras ambientais e séries temporais de marés, temperatura da água ou correntes. Esta informação constitui um arquivo estratégico para o País, contém informações de dados reais que são recorrentemente utilizadas nos modelos de evolução do ambiente marinho, na medida em que podem ser comparadas, ano após ano, sem vieses instrumentais e permitindo quantificar as variações dos parâmetros analisados.

No contexto atual das alterações climáticas, o acesso a este arquivo de dados assume especial relevância para a formulação de políticas públicas de adaptação e mitigação das alterações climáticas, ao detetar tendências ou variações de pequena magnitude que, cumulativamente, causam efeitos muito negativos nos ecossistemas e na sociedade em geral.

Os diagnósticos precisos possibilitam acionar medidas de proteção específicas, seja para limitar e conter os efeitos de eventos de poluição, proteger habitats sensíveis, ou gerir as atividades marítimas de uma forma mais sustentável. Em última instância, todo este trabalho laboratorial “invisível” serve um propósito maior: sustentar a confiança na ciência e assegurar que políticas públicas e atividades económicas ligadas ao mar se baseiem em evidências sólidas.

Num país como Portugal, com uma das maiores Zonas Económicas Exclusivas da



Europa e do mundo, garantir a qualidade do conhecimento oceânico não é apenas uma questão utópica, mas sim uma condição essencial para um futuro sustentável.

Desta forma, o Instituto Hidrográfico assume um esteio científico e institucional na comunidade do Mar: as suas práticas exemplares promovem confiança entre a comunidade marítima, do pescador que utiliza as cartas de navegação às autoridades fiscalizadoras e aos decisores que dependem do acesso aos dados fiáveis para garantir o cumprimento de diretrizes ambientais, passando pelos investigadores que aprofundam o conhecimento sobre os oceanos.

Investir em ensaios e calibrações acreditados é, em suma, investir na sustentabilidade, no desenvolvimento económico, na formação e preparação de capital humano, na gestão responsável do património oceânico e na preservação dos ecossistemas para as futuras gerações. É, igualmente, cumprir com os desígnios e agendas internacionais subscritos por Portugal, demonstrando na prática o compromisso nacional com a excelência científica, a proteção do meio marinho e o futuro.

No Instituto Hidrográfico, a acreditação não é apenas um selo. É, sim, parte integrante da cultura de qualidade e excelência. Este compromisso com o rigor técnico-científico traduz-se na elevada confiança nos dados que o Instituto Hidrográfico fornece, seja para a Defesa, Economia ou Conhecimento do Mar.

A manutenção de sistemas certificados (ISO 9001) e acreditação em laboratório (ISO 17025) reflete um esforço contínuo de melhoria e inovação, sustentado por uma equipa altamente especializada e dedicada. Os processos acreditados garantem imparcialidade e fiabilidade nos ensaios e calibrações, confirmando formalmente a competência do Instituto Hidrográfico em produzir resultados de elevada qualidade para todas as partes interessadas.

Comprometido com a qualidade e a acreditação, o Instituto Hidrográfico reforça o seu papel de instituição de confiança e rigor técnico ao serviço de Portugal. Atualmente, os marinheiros navegam com segurança, os decisores dispõem de informação credível para melhor gerir e proteger o mar, e a sociedade reconhece neste Instituto um garante de conhecimento fidedigno.

A acreditação, alicerçada nos valores da qualidade, da inovação e do rigor técnico, continuará a ser a palavra-chave que assegura que o Instituto Hidrográfico prossiga no rumo definido, levando avante a sua missão, com competência, relevância e credibilidade. 



www.hidrografico.pt



Laboratório de calibrações da Cachapuz: acreditação que pesa no futuro da indústria

Num contexto industrial cada vez mais exigente, onde a qualidade dos processos, a rastreabilidade das medições e a confiança nos resultados são fatores críticos de competitividade, também a acreditação laboratorial assume um papel estratégico determinante.

Mais do que um requisito normativo, a acreditação é hoje um verdadeiro selo de competência técnica, de imparcialidade e credibilidade, com impacto direto na eficiência operacional, na conformidade regulamentar e no reconhecimento nacional e internacional das organizações.

Com base neste enquadramento, a Cachapuz - empresa portuguesa com mais de um século de história na área da pesagem e da automação industrial – reforçou o seu posicionamento enquanto referência

no setor com a criação de um laboratório acreditado de calibrações: o LabWeigh.

Cachapuz: tradição, inovação e liderança na pesagem industrial

Fundada em Braga, com raízes históricas que remontam a 1694, a Cachapuz construiu um percurso singular no panorama industrial português. Iniciando a sua atividade industrial em 1920 com a produção de balanças decimais em madeira e, em 1934, com a construção da sua primeira ponte-báscula, a empresa foi, ao longo de mais de

100 anos, responsável por marcos pioneiros que contribuíram decisivamente para a evolução do setor da pesagem.

Atualmente, a Cachapuz - empresa do grupo italiano Bilanciai - é uma referência nacional e internacional em soluções de pesagem, software e automação industrial. Destaca-se pela sua capacidade de adaptação às novas exigências do mercado, o que reflete a perfeita união entre tradição e inovação tecnológica.



LabWeigh: uma resposta estratégica às exigências metrológicas do mercado

Acreditado em 2020, o LabWeigh surge como forma de resposta a uma necessidade clara do mercado nacional: a existência de um laboratório de calibração capaz de garantir rastreabilidade metrológica, redução de incertezas e elevada capacidade técnica - apoiando empresas de todos os setores com calibrações de 1 miligrama a 80 toneladas.

Com o objetivo de elevar a qualidade das calibrações dos equipamentos de pesagem em Portugal, o LabWeigh foi desenhado desde a sua origem para cumprir com os mais elevados requisitos técnicos e normativos e em toda a cadeia de calibração de massas, desde balanças analíticas, balanças industriais a ponte-básculas, desempenhando um papel estratégico na confiança, qualidade e diferenciação da marca.

Acreditação ISO/IEC 17025:2018 - competência técnica comprovada

Avaliado pelo IPAC - Instituto Português de Acreditação, o LabWeigh cumpre integralmente os requisitos da norma ISO/IEC 17025:2018, estando acreditado para calibrações de instrumentos de pesagem não automáticos (IPnA) na gama de 1 miligrama até 80 toneladas, sob o certificado n.º Mo116, e de massas de 10kg e de 20kg.

Este feito distingue o LabWeigh como o primeiro laboratório em Portugal a alcançar esta amplitude de acreditação, tornando-o uma referência nacional, especialmente em setores que operam

com grandes capacidades de carga, nomeadamente a logística, a indústria pesada e os transportes.

Com a acreditação ISO/IEC 17025, garantimos rastreabilidade metrológica aos padrões nacionais e internacionais; métodos validados, procedimentos controlados e uma gestão rigorosa da incerteza; imparcialidade, fiabilidade científica e consistência dos resultados; e reconhecimento internacional, ao estarmos em conformidade com as recomendações dadas pelo ILAC.

Um reconhecimento que assegura que cada certificado emitido pelo LabWeigh cumpre elevados critérios de rigor técnico e é aceite em auditorias, inspeções e processos regulatórios, em Portugal e no estrangeiro.

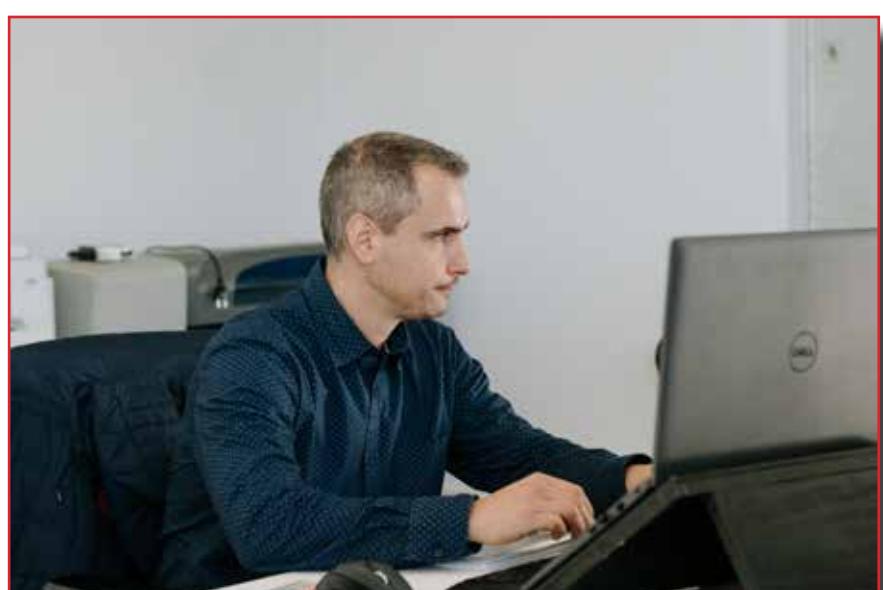
Diferenciação técnica e valor acrescentado para os clientes

O LabWeigh destaca-se no mercado pela sua solidez técnica comprovada, permitindo o serviço de calibração em qualquer equipamento de pesagem, independentemente da marca e do modelo, dentro da gama acreditada, com capacidade de atuação em laboratório ou *in situ*, com todos os meios necessários para efetuar os serviços de calibração também nas instalações dos clientes.

O elevado conhecimento de toda a equipa técnica, aliado a equipamentos de referência e a procedimentos alinhados com normas internacionais (ISO 9001, ISO/IEC 17025, OIML, Euramet, GACI - Global Accreditation Cooperation Incorporated), permite não só a calibração rigorosa dos equipamentos, como também o seu ajuste, sempre que necessário, garantindo respostas rápidas e soluções adaptadas à realidade operacional de cada cliente.

Entre os principais benefícios para a indústria, destacam-se a conformidade e a confiança - através de certificados acreditados que suportam auditorias e requisitos legais; a redução de custos operacionais, que minimiza os erros de pesagem, as paragens não planeadas e as perdas produtivas; a otimização da manutenção preventiva, e consequentemente o aumento da vida útil dos equipamentos; e o serviço completo, com relatórios técnicos, recomendações e suporte pós-calibração orientado para a melhoria contínua.

Para os clientes, o laboratório de calibrações da Cachapuz posiciona-se como um parceiro estratégico para a indústria, oferecendo não apenas calibrações acreditadas, como também um suporte técnico especializado que



Acreditação – “Palavra-chave no universo laboratorial”

“A acreditação ISO/IEC 17025:2018 é a confirmação do rigor técnico com que trabalhamos diariamente na Cachapuz. O nosso trabalho vai muito além da calibração, pois garante que cada equipamento de pesagem funciona no seu máximo desempenho, com resultados fiáveis, rastreáveis e internacionalmente reconhecidos - e isso transmite confiança aos nossos clientes - para além da independência e imparcialidade do nosso laboratório.”

Domingos Barroso, responsável técnico pelo LabWeigh



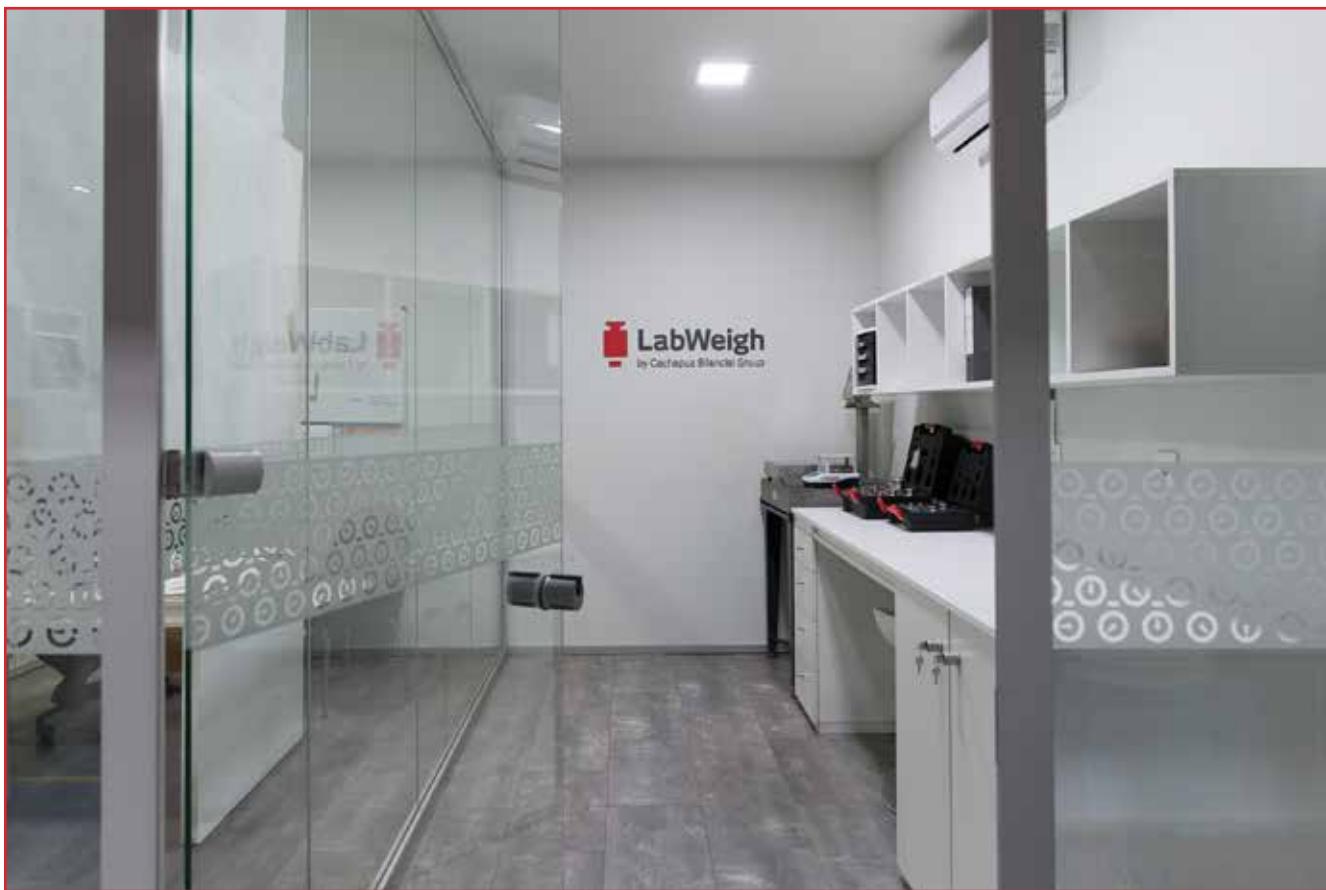
permite antecipar desvios, interpretar resultados e elevar a fiabilidade dos sistemas de pesagem, com independência e imparcialidade.

Integração da Cachapuz na Associação de Laboratórios Acreditados de Portugal

Enquanto laboratório acreditado, o LabWeigh integra naturalmente o ecossistema nacional da qualidade e da metrologia, sendo a Cachapuz associada da RELACRE - Associação de Laboratórios Acreditados de Portugal. Esta ligação reflete o alinhamento do laboratório com as boas práticas promovidas pela associação, nomeadamente no domínio da rastreabilidade metrológica, da correta interpretação de certificados de calibração e da gestão rigorosa dos equipamentos de medição.

A RELACRE desempenha um papel central na valorização e no desenvolvimento da comunidade laboratorial em Portugal, promovendo a capacitação técnica, a partilha de conhecimento e a melhoria contínua dos serviços prestados pelos laboratórios acreditados. A participação do LabWeigh neste contexto colaborativo reforça o seu compromisso com a excelência técnica, com a atualização permanente de competências e com a adoção de práticas alinhadas com os mais elevados padrões nacionais e internacionais, em benefício direto dos seus clientes e do setor da pesagem.





Enquadramento internacional no Grupo Bilanciai

A Cachapuz integra o Grupo Bilanciai, um dos maiores players internacionais no setor da pesagem industrial, o que lhe permite beneficiar de um ecossistema global orientado para a inovação tecnológica, para a excelência metrológica e para a melhoria contínua dos processos.

Esta integração reforça a capacidade da empresa em acompanhar as melhores práticas internacionais, em expandir a sua presença nos mercados externos e em manter um compromisso sólido com a sustentabilidade ambiental, a eficiência energética e a responsabilidade social.

No Grupo italiano Bilanciai, destaca-se também a existência de um laboratório de calibração acreditado, reconhecido pela Accredia e com uma longa trajetória no sistema europeu de calibração. O centro e laboratório de calibração do grupo, que em 1989 passou a fazer parte do Serviço Italiano de Calibração enquanto Centro de Calibração SIT e que, em 2011, se tornou num Laboratório de Calibração credenciado, oferece também serviços de calibração e de verificação periódica.

Com mais de 30 anos de atividade, o laboratório metrológico Cooperativa Bilanciai já ampliou os seus campos de acreditação, inovou nos seus equipamentos tecnológicos e disponibilizou as suas

habilidades para atividades de consultoria e formação.

O contacto direto dos técnicos da Cachapuz com esta realidade contribui para o reforço da partilha de conhecimento, da cultura metrológica e do alinhamento com padrões internacionais de qualidade e competência técnica.

Acreditação como motor de melhoria contínua e inovação

Para a Cachapuz, a acreditação do LabWeigh é um instrumento estratégico de evolução contínua. O cumprimento rigoroso dos requisitos da ISO/IEC 17025 promove uma cultura interna de excelência, disciplina técnica, inovação e atualização permanente de competências, refletindo-se diretamente na qualidade dos serviços prestados e na credibilidade do setor da pesagem em Portugal.

Com uma história centenária, uma visão orientada para a inovação e um laboratório acreditado com capacidades únicas em Portugal, a Cachapuz, através do LabWeigh, afirma-se como um parceiro estratégico para a indústria, promovendo precisão, eficiência e confiança em todos os processos onde a pesagem é um fator crítico. Na Cachapuz, a acreditação não é apenas uma palavra-chave, mas um verdadeiro pilar de competitividade, qualidade e reconhecimento no universo laboratorial.

“Acredito que a confiança se constrói com rigor e consistência, e é dessa maneira que o LabWeigh se afirma como um parceiro estratégico da indústria. A norma ISO/IEC 17025:2018 estrutura toda a nossa forma de trabalhar: obriga-nos a melhorar continuamente os processos e as nossas competências – individuais e coletivas. Com todas estas condições, reforçamos a confiança dos clientes e a credibilidade do laboratório da Cachapuz.”

Cristiane Janeiro, responsável pela Qualidade do LabWeigh



 **LabWeigh**
by Cachapuz Bilanciai Group

www.cachapuz.com



Excelência em Soluções Ambientais

Com mais de duas décadas de experiência, a AmbiPar Control afirma-se como uma referência nacional em soluções ambientais integradas, combinando rigor científico, inovação tecnológica e compromisso com a sustentabilidade. Através de uma atuação multidisciplinar e de infraestruturas técnicas avançadas, a empresa apoia clientes de diversos setores no cumprimento das exigências legais, na proteção da saúde pública e na valorização do ambiente, contribuindoativamente para um futuro mais seguro e sustentável. A Mais Magazine esteve à conversa com José Moraes, fundador e Gerente da AmbiPar Control, que partilhou a sua visão sobre o percurso da empresa, os vários setores de intervenção e as perspetivas de futuro

Como se define a AmbiPar Control no contexto do setor ambiental em Portugal?

Desde 2005, a AmbiPar Control destaca-se como uma empresa de referência na

prestaçãode resultados e soluções técnicas para clientes de diferentes setores em todo o país. A apostade tecnologia de ponta, metodologias inovadoras e equipas altamente especializadas garante serviços de elevada qualidade, sempre adaptados às necessidades específicas de cada cliente.

Qual é a missão e valores que orientam a atuação da AmbiPar Control e definem a sua cultura organizacional?

O compromisso da AmbiPar Control passa por alavancar o potencial dos dados para superar desafios complexos, promovendo um mundo mais seguro e saudável.

A AmbiPar Control está profundamente empenhada em proporcionar uma experiência positiva aos seus colaboradores, incentivando a exploração de soluções inovadoras num ambiente seguro e inclusivo. A empresa recorre aos melhores talentos, oferecendo formação contínua para promover o desenvolvimento profissional, primando sempre pela integridade e respeito em todas as ações.

Usando a ciência como base, a AmbiPar Control posiciona-se como um parceiro de confiança no desenvolvimento tecnológico, sustentabilidade e práticas empáticas, com o objetivo de contribuir para um mundo melhor.

Que acreditações oficiais distinguem a AmbiPar Control?

A AmbiPar Control, consultoria, análises e amostragem ambiental, lda, é um laboratório acreditado pela norma ISO/IEC 17025:2018, ostentando o Certificado de Acreditação (L0497) emitido pelo Instituto Português de Acreditação, IP (IPAC). O IPAC é o organismo nacional responsável pelo reconhecimento da competência técnica de laboratórios de ensaio e calibração, organismos de inspeção e certificação, sendo membro da EA, ILAC e IAF, estruturas internacionais de acreditação.

A empresa é considerada apta pela Entidade Reguladora dos Serviços de Águas e Resíduos (ERSAR) para realizar todos os ensaios previstos nos Planos de Controlo da Qualidade da Água (PCQAs).



Como tem evoluído a AmbiPar Control desde a sua fundação?

Desde a sua fundação, a AmbiPar Control participa em campanhas, estudos e projetos de elevada complexidade e dimensão em múltiplas áreas ambientais e de planeamento. Utilizando procedimentos e tecnologias modernas, cumpre rigorosamente as normas e legislação nacionais e internacionais. Investe na formação dos seus colaboradores, mantendo elevados padrões técnicos e humanos, e dispõe de um Laboratório de Ensaios acreditado desde 2009 segundo a norma NP EN ISO/IEC 17025:2018.

A equipa multidisciplinar da AmbiPar Control é composta por técnicos experientes e consultores especializados, respondendo a necessidades em cinco grandes áreas:

- Estudos Ambientais e Planeamento: Avaliação ambiental, planeamento de infraestruturas, recuperação ecológica de áreas degradadas e valorização de ecossistemas.
- Tecnologias Ambientais: Sistemas industriais, processos de despoluição, descontaminação de solos e tratamento de águas.
- Monitorização, Gestão e Qualidade Ambiental: Monitorização da qualidade do ar, água e solos, incluindo biologia aplicada e cumprimento da Diretiva-Quadro da Água.
- Laboratório de Ensaios: Acreditado para mais de 150 produtos, realiza medições *in situ* para mais de 20 parâmetros.

As áreas principais estão subdivididas em unidades operativas especializadas, permitindo respostas eficazes a projetos específicos e integrados.

Em termos práticos, que tipo de serviços presta a AmbiPar Control?

A AmbiPar Control e os seus parceiros laboratoriais apoiam processos de avaliação e remediação ambiental, com capacidades avançadas de amostragem e análise de águas naturais superficiais e subterrâneas, resíduais, solos, lixiviados, sedimentos marinhos e biota. Focada na inovação, oferece ensaios abrangentes para cumprir os regulamentos e detetar contaminantes emergentes.

Na monitorização de águas superficiais e de lençóis freáticos, a empresa desenvolve métodos inovadores, aumentando a precisão dos dados e a eficiência das operações. A análise de solos é realizada em grandes projetos, cumprindo prazos rigorosos para avaliações ambientais e remediação. Nos testes de lixiviados, a AmbiPar Control disponibiliza soluções para resíduos e aterros, com possibilidade de personalização dos ensaios. Na análise de sedimentos marinhos e biomassa, a empresa é referência, auxiliando clientes na comparação de dados com diretrizes nacionais e internacionais.

Com uma rede de laboratórios parceiros acreditados, a AmbiPar Control apoia monitorizações de águas superficiais e subterrâneas, sedimentos, biomassa e atividades mineiras. A empresa distingue-se na gestão eletrónica de dados, proporcionando aos clientes acesso digital e em tempo real a resultados e notificações.

Na exploração mineira, oferece testes laboratoriais, soluções logísticas para amostras mantendo a integridade das mesmas, respondendo às necessidades

regulamentares. Destaca-se também na monitorização de águas naturais superficiais, sendo reconhecida pela sua fiabilidade e resposta rápida a emergências ambientais.

A AmbiPar Control fornece soluções analíticas para diversos setores industriais ligados à água, abrangendo amostragem e análise de água potável, águas resíduais, águas recreativas, torres de refrigeração e sistemas hospitalares. A integridade das amostras é garantida por equipas especializadas e técnicas avançadas.

A empresa apoia programas de monitorização de rotina, projetos especiais e respostas de emergência, sempre com foco na qualidade e cumprimento das normas legais. Destaca-se ainda na análise de águas resíduais, lamas e projetos de dessalinização e água reciclada.

A AmbiPar Control auxilia organizações a cumprir requisitos de higiene industrial, oferecendo serviços para ar ambiente, qualidade do ar interior, amianto, sistemas de água quente e torres de refrigeração. Os laboratórios são acreditados e cumprem normas nacionais e internacionais, fornecendo conselhos técnicos especializados para ambientes industriais, comerciais e residenciais.

Os testes de amianto e qualidade do ar são realizados por profissionais qualificados, enquanto a monitorização de Legionella em torres de refrigeração e sistemas de água quente é conduzida regularmente, reduzindo riscos para a saúde pública.

Que infraestruturas e meios técnicos suportam esta atividade?

A empresa está sediada em Castro Verde, Baixo Alentejo, na Rua de Almodôvar 92 D,

Acreditação – “Palavra-chave no universo laboratorial”

7780-171, num edifício de 600 m² destinado a armazém, com frota própria e embarcações para monitorização ambiental. A área administrativa ocupa 265 m², distribuídos por dois pisos. O espaço foi requalificado entre 2019 e 2020.

A aposta da AmbiPar Control em equipar-se com meios únicos no panorama nacional.

Veículos 2X4 e 4X4 específicos para amostragem, equipados com sistema de refrigeração e congelação, além de todos os meios de amostragem e análise *in situ*;

Embarcações várias para monitorização em mar aberto (8 metros), para a monitorização de albufeiras (3 e 5 metros com propulsão elétrica e combustão a 4 tempos), Hovercraft para a monitorização em águas rasas e sapais e Kayaks;

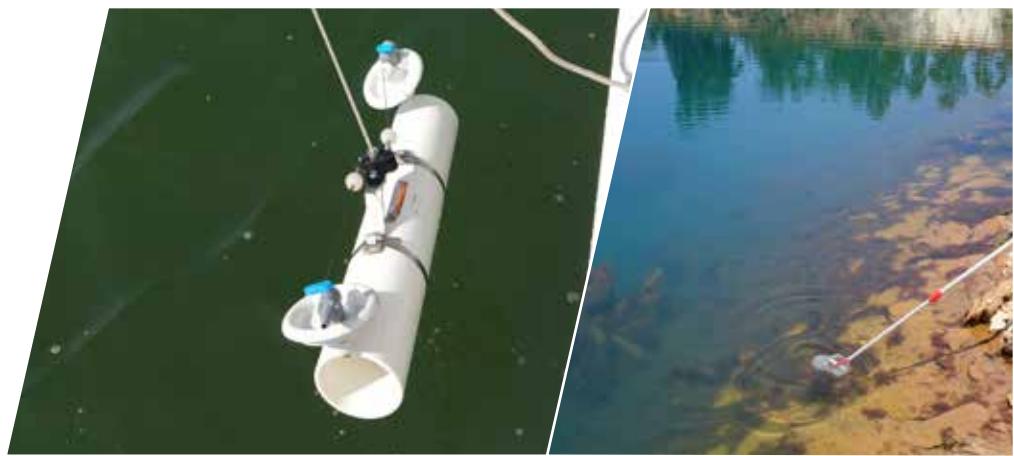
Instrumentação específica para a monitorização de:

- Águas naturais superficiais (albufeiras, rios e mar aberto) com sistemas de sucção de baixo e alto débito, Garrafas de Amostragem Van Dorn horizontais e verticais com volumes de amostragem até 7 litros, garrafas de Niskin e de Kemmerer, redes de fitoplâncton padrão e redes de arrasto vertical ou horizontal, amostragem de Microplásticos com redes de arrasto de malha fina com medição do volume filtrado, amostragem de Microplásticos por sistema de bombagem alto volume e peneiramento sequencial;
- Águas naturais subterrâneas com sistemas de bombagem pneumática permitindo amostragens a grandes profundidades (superiores a 300m em “Low Flow”) essencial para amostragem

de compostos orgânicos voláteis; sistemas de bombagem elétrica a 12v e 220v também em “LowFlow”, permitindo amostragens entre 1 e 150m;

- Sondas multiparamétricas (Hidrolab DS5, Aqua TROLL 600 e Aqua TROLL 800) com possibilidade de realizar medições em perfil (vertical ou horizontal) de parâmetros *in situ*: temperatura, condutividade, pH, oxigénio dissolvido e taxa de saturação de oxigénio com sensor de LDO, ORP (potencial redox), turvação, salinidade, profundidade, amónia, nitratos, cloretos, Clorofila a e Cianobactérias, até à profundidades de 100m;
- Espectrofotômetros portáteis HACH DR 1900 e DR 890 que integra o maior número (mais de 220) de métodos de teste pré-programados mais utilizados;
- Amostradores passivos para amostragem em massas de água superficiais (rios, albufeiras e mar aberto) e em águas subterrâneas;

- Medição de caudais com micro molinete, molinete, ultrasónico e acústico digital de fluxo (OTT ADC Doppler);
- Bombas pneumática Bladder SS407 Solinst e DVP SS408 Solinst, Bombas SS Geosub que opera com o Geotech SS Geosub Controller, Bombas Waterra 12 v, Bombas peristálticas Solinst;
- Bailer's de inox, de PTFE e em PP descartáveis;
- Medidores de nível piezométrico, de profundidade e de interface água/hidrocarboneto;
- Amostrador de Compostos Orgânicos Voláteis (VOC) em água (amostragem direta, sem perda de analito);
- Amostradores de solos para Compostos Orgânicos Voláteis (VOC) com TerraCore;
- Discos de Secchi (medição zona eufótica)
- Águas residuais com amostradores automáticos refrigerados com sistema de refrigeração ativo e/ou passivo, mantendo as amostras durante o





período de amostragem a temperaturas compreendidas entre os 0 e 4°C;

- Amostragem de solos com trados manuais e/ou mecânicos;

Já a equipa é composta maioritariamente por técnicos superiores (Engenheiro Químico, Engenheiros do Ambiente, Bioquímicos), Técnicos de Ambiente e vários consultores em áreas como Biologia, Microbiologia, Geologia, Geoquímica, Informática e Programação

Que vantagens decorrem do posicionamento geográfico da empresa?

Localizada em Castro Verde, a AmbiPar Control beneficia de uma posição estratégica, servindo empresas do Grupo Águas de Portugal e os principais grupos empresariais do Baixo Alentejo. Conta com mais de 200 clientes fixos, distribuídos pelo continente e ilhas.

Quais são as perspetivas de crescimento e expansão da AmbiPar Control?

A AmbiPar Control pretende criar laboratórios ambientais em áreas amplas, vocacionados para a realização de análises técnicas em conformidade com as normas de saúde pública e ambientais em vigor. O projeto assenta em três conceitos fundamentais: as condicionantes técnicas e a qualidade analítica, a sustentabilidade do edifício e o conforto, bem como a saúde e segurança dos colaboradores. O edifício a construir cumprirá integralmente a legislação aplicável e as Boas Práticas Laboratoriais.

As infraestruturas a construir incluem laboratórios ambientais, nomeadamente um Laboratório de Físico-Química, dedicado à amostragem de campo, análise de subprodutos de desinfecção, química geral, orgânica e inorgânica, PFAS, metais, nutrientes, radiologia e microplásticos, bem como um Laboratório de Microbiologia e Biologia, orientado para a amostragem de campo, microbiologia, deteção de agentes patogénicos, análises de criptosporidium e giardia, fisiologia e análises toxicológicas.

Está igualmente prevista uma área específica para a receção e preparação de amostras ambientais.

O projeto contempla ainda um Laboratório Geoquímico, equipado para a receção, armazenagem e preparação de amostras, amostragem de campo e análise de metais básicos e preciosos.

A área administrativa e técnica continuará a apostar num modelo de escritórios em open space, promovendo a interação e colaboração entre técnicos e lideranças. A partilha do mesmo espaço estimula o contacto direto, potencia a liderança e é suportada por um layout moderno e agradável, concebido para favorecer o bem-estar dos colaboradores. 

 **AmbiPar Control**
Consultoria, Análises e Amostragem Ambiental Ide

www.ambiparcontrol.pt

IDAD: Conhecimento científico ao serviço do desenvolvimento sustentável

Com mais de três décadas de atividade, o IDAD – Instituto do Ambiente e Desenvolvimento – afirma-se como uma referência nacional e internacional na consultoria ambiental e na ciência aplicada à sustentabilidade. Criado no seio da Universidade de Aveiro, o Instituto tem vindo a construir um percurso marcado pela interdisciplinaridade, pela inovação e por um forte compromisso com a qualidade técnica, apoiando empresas e entidades públicas na resposta aos crescentes desafios ambientais.



Como surgiu o IDAD e de que forma a sua missão e visão têm orientado a evolução da instituição ao longo dos anos?

(Sandra Rafael, Secretário-Geral do IDAD) - O IDAD – Instituto do Ambiente e Desenvolvimento foi fundado em 1993, e surgiu como uma resposta estratégica à crescente necessidade de integrar o conhecimento científico desenvolvido na Universidade de Aveiro (UA) no tecido empresarial e entidades públicas, garantindo a aplicabilidade desse conhecimento na resolução dos grandes desafios ambientais e na promoção do desenvolvimento sustentável. O IDAD apresenta-se, portanto, como uma unidade de interface da UA para a cooperação, com utilidade pública. Desde a sua génesis, o IDAD foi concebido como uma estrutura multidisciplinar, capaz de articular áreas como o ambiente, o planeamento, a biodiversidade, as políticas públicas e a engenharia mecânica, promovendo uma abordagem sistémica e integrada dos desafios ambientais.

A missão do IDAD assenta na aplicação de conhecimento para proporcionar às empresas e à administração pública as melhores soluções de inovação ambiental, tendo em vista a transição para a sustentabilidade. A visão do IDAD tem orientado o seu crescimento de forma consistente, traduzindo-se numa aposta clara na interdisciplinaridade, na internacionalização e na valorização do conhecimento.

Quais são atualmente as principais áreas de atuação do IDAD e que papel desempenha no setor ambiental?

(Sandra Rafael, Secretário-Geral do IDAD) - O IDAD desenvolve atividade há mais de 30 anos nas mais diversas vertentes da consultoria ambiental, tendo ao longo deste percurso ajustado

continuamente as suas áreas de intervenção para responder de forma eficaz à evolução permanente dos desafios ambientais e às exigências regulamentares, técnicas e sociais associadas.

Atualmente, o IDAD organiza a sua atividade em quatro áreas estratégicas:

- Avaliação de Impactes, dedicada à análise sistemática dos efeitos ambientais de projetos, planos e programas, assegurando que as suas implicações são devidamente consideradas nos processos de decisão;
- Monitorização Ambiental, vocacionada para o acompanhamento contínuo dos efeitos de diversos setores de atividade, nas matrizes ambientais ar, água, ruído e solos, garantindo o cumprimento legal e a deteção atempada de impactes;
- Poluição Atmosférica, centrada na caracterização e avaliação da qualidade do ar, apoiando a definição de medidas de mitigação, planeamento e gestão;
- Sustentabilidade, orientada para a promoção da resiliência climática, a gestão eficiente dos recursos naturais.

Para além da sua vertente técnico-científica, o IDAD assume igualmente um papel ativo na capacitação, contribuindo para a formação de estudantes e profissionais, para a valorização das competências técnicas no setor e para a disseminação de boas práticas ambientais.

O que motivou a criação do laboratório de ensaios ambientais do IDAD e como foi o início da sua atividade, incluindo os principais desafios enfrentados ao longo do percurso?

(Alexandra Passos Silva, Responsável da Qualidade) - A atividade laboratorial teve início em 1994, com a monitorização de poluentes em efluentes gasosos, área

Sandra Rafael (Secretário-Geral do IDAD),
Alexandra Passos Silva (Responsável da Qualidade)
e João Rodrigues (Responsável do Laboratório)



que permanece como um dos pilares da atuação do Laboratório. Ao longo dos anos, a confiança dos clientes aliada à necessidade do setor industrial em assegurar um controlo ambiental completo e rigoroso impulsionou a expansão contínua das competências do Laboratório. Este percurso permitiu o reforço das atividades em efluentes gasosos, o desenvolvimento de serviços analíticos em águas e efluentes líquidos e a implementação da monitorização atmosférica, disponibilizando atualmente uma resposta integrada às exigências regulamentares e técnicas.

O Laboratório do IDAD enfrenta, desde a sua formação, desafios decorrentes da evolução contínua da legislação ambiental, da complexidade técnica dos serviços e das exigências do mercado. A diversidade

de parâmetros analíticos requeridos e a crescente complexidade dos projetos que são apresentados ao Laboratório, reforça a importância de investimento em tecnologia e em formação especializada. A concorrência crescente exige que o Laboratório aposte na qualidade técnica, na inovação, na proximidade ao cliente, na fiabilidade dos resultados e na flexibilidade dos serviços, como fatores críticos de sustentabilidade e crescimento.

Quando e por que razão o laboratório do IDAD obteve a acreditação, e o que representa um percurso de 22 anos de acreditação contínua em termos de atividades e matrizes acreditadas?

(Alexandra Passos Silva, Responsável da Qualidade) - O Laboratório do IDAD obteve

a acreditação em 2003, em reconhecimento da sua competência técnica, e conformidade com os requisitos internacionais de qualidade. Desde então, a acreditação tem constituído um marco estratégico no seu desenvolvimento, o que permite reforçar a confiança dos clientes e a fiabilidade dos resultados obtidos.

Ao longo de 22 anos de acreditação contínua, o Laboratório tem vindo a expandir progressivamente o seu âmbito de ensaios acreditados acompanhando as exigências dos projetos e as necessidades do mercado. Este percurso reflete um compromisso contínuo com a inovação, a atualização tecnológica e a qualificação da equipa técnica, assegurando padrões elevados de qualidade em todas as atividades laboratoriais.

Recentemente, o Laboratório passou a incluir no seu âmbito acreditado, os ensaios de amostragem e determinação de odores, tornando-se um dos dois laboratórios em Portugal acreditados para este tipo de ensaio. Este reconhecimento reforça a posição estratégica do IDAD na oferta de serviços ambientais especializados.

Que importância têm os recursos humanos para o IDAD, nomeadamente ao nível da formação, qualificações e experiência, e que tipologia de clientes recorrem aos seus serviços?

(João Rodrigues, Responsável de Laboratório) - Os recursos humanos constituem um dos pilares centrais da identidade e do sucesso do IDAD.

O IDAD integra um corpo multidisciplinar de profissionais com formação avançada em áreas como ciências do ambiente, engenharia mecânica, planeamento urbano e biologia. Para além desta multidisciplinaridade de conhecimento, o IDAD conta com um quadro de profissionais que combina técnicos com mais de 20 anos de experiência com jovens especialistas em início de carreira. Esta complementaridade geracional assegura uma integração virtuosa entre conhecimento consolidado, rigor metodológico e memória institucional,



por um lado, e novas abordagens, inovação e capacidade de adaptação, por outro.

Paralelamente, o IDAD aposta de forma contínua na capacitação e valorização dos seus recursos humanos, promovendo a formação ao longo da vida, garantindo a incorporação de novas metodologias, tecnologias e abordagens. Esta estratégia contribui não só para a excelência dos serviços prestados, mas também para a motivação e retenção de talento.

Quanto à tipologia de clientes, o IDAD presta serviços a um leque diversificado de entidades, nomeadamente, organismos da administração pública, empresas dos mais diferentes setores de atividade, bem como instituições académicas e entidades internacionais.

De que forma a internacionalização contribuiu para o crescimento e reconhecimento do IDAD?

(Sandra Rafael, Secretário-Geral do IDAD) - A internacionalização tem sido um eixo estratégico fundamental para o crescimento e consolidação do IDAD enquanto entidade de referência. Ao longo dos anos, a participação em projetos internacionais e redes de cooperação permitiu não apenas reforçar a qualidade e a relevância do trabalho desenvolvido, mas também posicionar-nos num contexto alargado de excelência e inovação.

Um exemplo particularmente significativo dessa dimensão internacional foi a participação do IDAD no Projeto Floresta+Amazónia, elaborada para o PNUD – Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento e para o Ministério do Meio Ambiente do Brasil, no âmbito de

uma parceria entre o Instituto Acariquara – Universidade Federal do Amazonas e o IDAD. Este projeto representou um contributo relevante para políticas públicas de conservação e desenvolvimento sustentável na região amazônica.

Atualmente, o IDAD integra o projeto europeu CisWEFE-NEX – Circular Integrated Water-Energy-Food-Ecosystems Nexus for Water Scarce Regions, financiado pela União Europeia, que visa desenvolver soluções inovadoras e integradas para regiões com escassez hídrica. O IDAD assume a liderança do Pacote de Trabalho 4 – Licensing, Compliance and Stakeholder Engagement, sendo responsável pela gestão dos processos de licenciamento e conformidade legal, pela promoção do envolvimento das partes interessadas e pela preparação dos mecanismos de crédito de carbono.

Quais são as principais perspetivas e desafios futuros para o IDAD?

(Sandra Rafael, Secretário-Geral do IDAD) - As perspetivas futuras do IDAD estão fortemente ancoradas na sua missão de se afirmar como um ator-chave na conceção e implementação de soluções ambientais integradas, num contexto que se antevê marcado por profundas transformações ambientais, sociais e económicas. Entre as principais prioridades estratégicas destaca-se o reforço contínuo da ciência aplicada e da inovação, orientadas para áreas emergentes e críticas como a resiliência climática, a descarbonização da economia, a economia circular, a gestão integrada de recursos naturais e a proteção da biodiversidade.



Um dos grandes desafios será continuar a antecipar e responder de forma eficaz à crescente complexidade e exigência dos quadros regulamentares e das políticas ambientais, assegurando, simultaneamente, elevados padrões de qualidade, independência técnica e relevância social. Neste contexto, o IDAD pretende aprofundar o seu papel enquanto interface entre ciência, decisão política e sociedade.

A internacionalização continuará a ser um eixo estruturante do nosso desenvolvimento, quer através da participação em projetos competitivos e redes internacionais, quer pela afirmação do IDAD como parceiro de referência em contextos multiculturais e multidisciplinares. Em paralelo, será igualmente estratégica a aposta na valorização do capital humano, na atração e retenção de talento e no reforço das nossas competências técnicas e científicas.



Empresa espacial do Porto lança primeiro laboratório europeu de 6G em órbita

A Open Cosmos, empresa especializada no design, fabrico e operação de satélites e sediada no UPTEC, no Porto, lançou com êxito dois novos satélites para a órbita terrestre, no âmbito da missão Falcon 9 Transporter 15, da SpaceX.

Um dos satélites, designado 6GStar-Lab, constitui o primeiro laboratório europeu aberto e flexível em órbita dedicado à experimentação de redes 6G não

terrestres. Esta plataforma permitirá testar tecnologias de comunicação de nova geração em condições reais de espaço, com potencial aplicação em áreas como a telemedicina, as comunicações em zonas remotas, o ensino à distância, a prevenção de catástrofes e a mobilidade autónoma.

O segundo satélite vem reforçar a Open Constellation, a infraestrutura partilhada de observação da Terra desenvolvida pela

Open Cosmos. Equipado com um sensor hiperespectral, permitirá monitorizar culturas agrícolas, recursos minerais e diversos tipos de poluição, realizando o processamento e armazenamento de dados diretamente em órbita, o que contribuirá para uma tomada de decisões mais rápida e eficiente.



ESTeSC inaugura laboratórios com tecnologia pioneira em Portugal

A Escola Superior de Tecnologia da Saúde do Politécnico de Coimbra (ESTeSC-IPC) inaugurou no dia 12 de dezembro, os laboratórios INNOV2CARE, um projeto estruturante que reforça a aposta da instituição na inovação pedagógica, na formação avançada e na aproximação entre o ensino superior e o setor da saúde.

Com um investimento superior a 600 mil euros, os novos laboratórios estão dotados de simuladores e ecógrafos de última geração, considerados tecnologia pioneira em Portugal. Atualmente, apenas

uma unidade de saúde no país dispõe destes equipamentos, sendo a ESTeSC-IPC a primeira instituição de ensino superior a disponibilizá-los em contexto de ensino, proporcionando aos estudantes contacto direto com ferramentas utilizadas em ambientes clínicos altamente especializados.

Os laboratórios INNOV2CARE foram concebidos para apoiar a aprendizagem prática e a simulação clínica, permitindo a reprodução de cenários reais e contribuindo para o desenvolvimento de competências técnicas e clínicas essenciais

nas áreas da saúde. Esta infraestrutura pretende ainda fomentar a investigação aplicada e a inovação, reforçando a capacidade da instituição para responder aos desafios emergentes do setor.

A cerimónia de inauguração teve início às 16h00 e foi presidida pelo ministro da Educação, Ciência e Inovação, Fernando Alexandre, contando com a presença de representantes institucionais, docentes, estudantes e parceiros da área da saúde.

Mais de 50 anos de laboratório Tecnovia ganham nova identidade

A marca L4b é a aposta estratégica para responder às crescentes necessidades dos clientes e aos desafios de uma construção mais resiliente.

Fundada em 1962, a Tecnovia é uma empresa de cariz familiar cuja atividade principal se centra no setor da construção civil e obras públicas. Operando em toda a cadeia de valor, da exploração de pedreiras à execução dos mais diversos projetos de engenharia, a empresa está presente em três continentes (Europa, África e América do Sul). Com um crescimento sustentado, a Tecnovia opera hoje um portfólio diversificado de produtos e serviços, integrados em sinergia, que, além da construção, abrange indústria, ambiente, concessões navais, rodoviárias e parques de estacionamento, além do imobiliário e turismo.

L4b: da experiência interna ao mercado externo

Em paralelo à atividade principal, a empresa desenvolveu um setor de laboratório

vocationado para o controlo de qualidade dos materiais de construção e das empreitadas. “Trata-se de uma área onde temos muita experiência, know-how, competências e recursos técnicos e humanos”, afirma Catarina Gata, Diretora de Sustentabilidade e Comunicação, que adianta ainda um novo projeto: “vamos lançar uma marca associada ao nosso laboratório em Portugal Continental – o L4b – laboratório de materiais e construção e o nosso foco passa por fortalecer ao nível de clientes externos, que já correspondem a cerca de 10% do volume de faturação.”

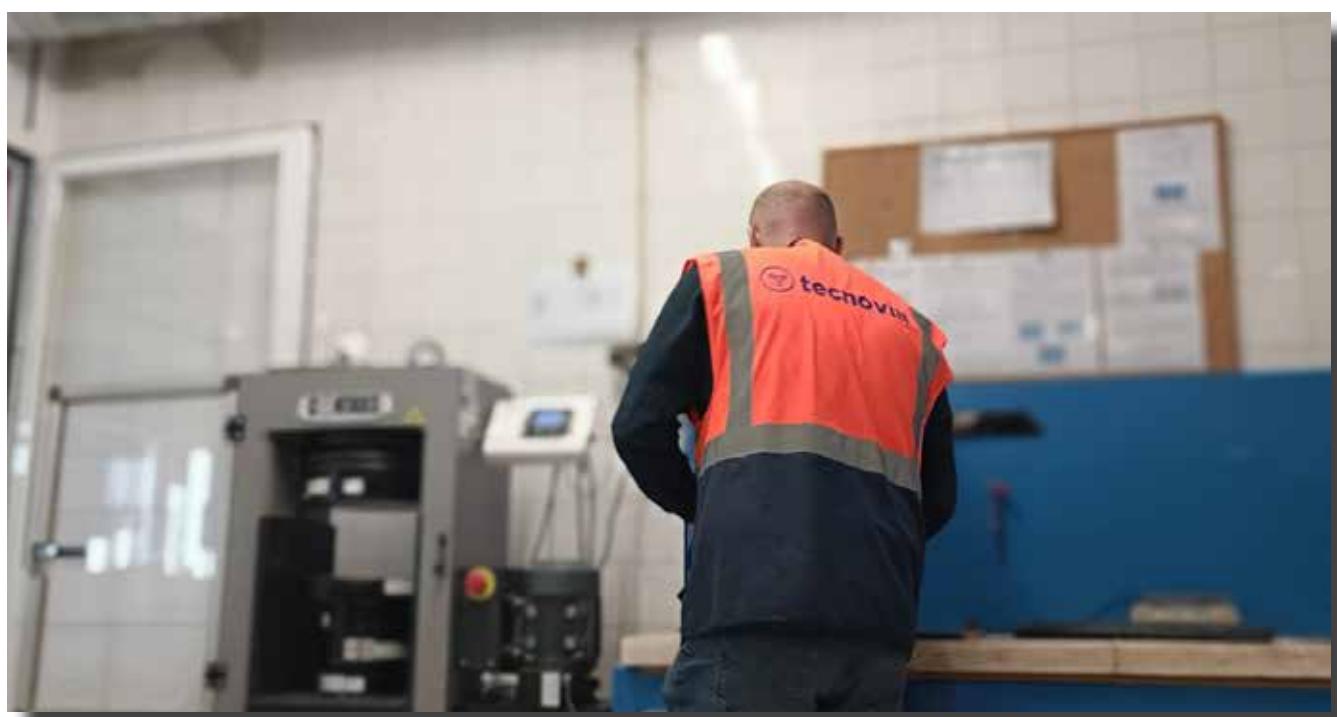
Vantagens competitivas e credibilidade técnica

Atualmente, o setor de laboratório conta com cerca de 15 elementos, distribuídos por diferentes áreas de atuação, nomeadamente betão, misturas betuminosas, agregados

e solos. Realiza ensaios de avaliação da conformidade de materiais e trabalhos de construção, garantindo o cumprimento de requisitos regulamentares, tais como a marcação CE, especificações de projeto e de clientes.

Adicionalmente, “temos uma vertente muito forte no que concerne ao apoio técnico, à elaboração de pareceres e ao apoio na viabilização de soluções alternativas”, sublinha Nuno Fernandes, Gestor do Laboratório.

Em termos globais, o laboratório apresenta várias vantagens competitivas, nomeadamente uma base sólida de recursos humanos e técnicos, equipamentos, know-how e certificações. A acreditação do ensaio de resistência à compressão do betão, obtida no laboratório de Rio Maior e que brevemente será alargada a outros laboratórios em Portugal continental, permite reduzir a dependência de serviços externos acreditados e reforça a credibilidade



Ensaio de resistência à compressão de provetes de betão



Equipamentos de ensaios de avaliação de desempenho de misturas betuminosas

junto de potenciais clientes. Esta conquista enquadra-se numa estratégia de valorização do laboratório e de consolidação da sua componente de clientes externos.

Em paralelo, o reforço da vertente comercial e o investimento na digitalização é para Nuno Fernandes, essencial para “ganhar tempo, eficiência e agregar informação”.

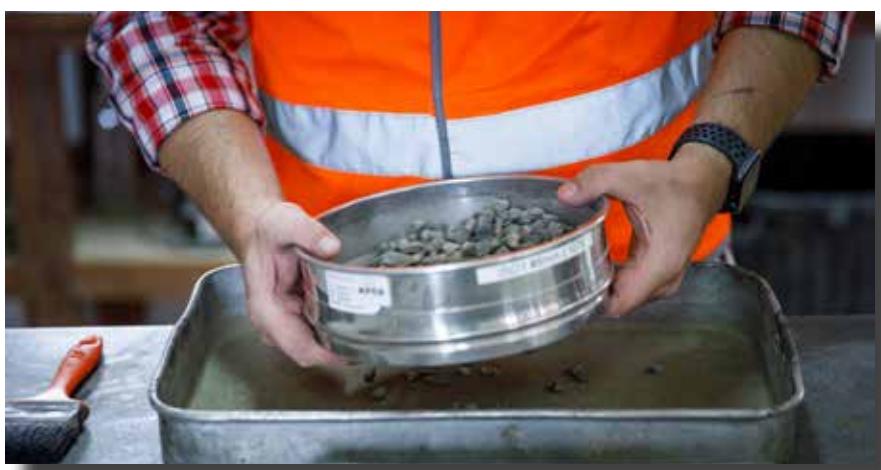
Parceiro para infraestruturas sustentáveis

Neste percurso, a Tecnovia consolida a sua posição como parceiro de referência para infraestruturas sustentáveis. A emissão das Declarações Ambientais de Produtos (DAP) das misturas betuminosas e agregados produzidos em Portugal constitui um passo significativo nesta estratégia, alinhado com as novas diretivas europeias.

O L4b surge, assim, como um pilar desta visão: um laboratório que não só garante qualidade e conformidade, mas que contribui ativamente para a transição do sector da construção para práticas mais sustentáveis. “Queremos posicionar-nos cada vez mais como um parceiro para a construção das infraestruturas sustentáveis”, afirma Catarina Gata. Um propósito que reflete a ambição da Tecnovia de construir além do negócio, com o laboratório a desempenhar um papel crucial nesta missão. 



Ensaio de determinação da temperatura de amolecimento do betume



Ensaio granulométrico





Rastreabilidade Metrológica e Acreditação: O Papel do IPQ na Confiança nas Medições

O papel das instituições nacionais de metrologia, na disseminação das unidades de medida, através da rastreabilidade metrológica, é absolutamente crucial para garantir a qualidade e a confiança nas medições utilizadas em processos de avaliação da conformidade e na acreditação.

Em Portugal, esta função é assegurada pelo Instituto Português da Qualidade (IPQ), enquanto organismo nacional responsável pela coordenação do Sistema Português da Qualidade, que integra as áreas da Metrologia, da Normalização e da Qualificação.

A rastreabilidade metrológica é um requisito indispensável para garantir que os resultados de medição sejam fiáveis, comparáveis e tecnicamente válidos. Esta rastreabilidade permite relacionar os resultados obtidos com referências reconhecidas, através de uma cadeia ininterrupta de calibrações, cada uma associada à respetiva incerteza de medição.

Este conceito, aqui representado por uma pirâmide metrológica, tem no seu topo o Bureau International des Poids et Mesures (BIPM), como garante da rastreabilidade às unidades do Sistema Internacional de Unidades (SI). No nível seguinte, o

Laboratório Nacional de Metrologia assegura a realização, manutenção e desenvolvimento dos padrões nacionais das unidades de medida e a sua rastreabilidade ao SI. Deste modo, proporciona, no patamar subsequente, a disseminação dos valores das unidades SI e a rastreabilidade aos laboratórios acreditados da indústria e das empresas, ao nível nacional. Na sua base, estão todos os utilizadores de instrumentos de medição.

À medida que se desce na pirâmide, verifica-se um aumento das incertezas de medição, traduzindo-se numa diminuição da qualidade metrológica.

O IPQ, através do seu Laboratório Nacional de Metrologia e dos Institutos Designados, assegura a coerência metrológica e a disseminação dos padrões nacionais das unidades de medida, garantindo o seu alinhamento com o SI e o respetivo reconhecimento a nível europeu e internacional.

No âmbito da acreditação, nomeadamente segundo a norma NP EN ISO/IEC 17025, a existência de uma infraestrutura metrológica nacional robusta é determinante para que os laboratórios de calibração e de ensaio possam demonstrar a sua competência técnica e assegurar a rastreabilidade metrológica dos seus resultados. O IPQ desempenha um papel central neste processo, ao garantir a harmonização com normas europeias e internacionais, contribuindo para o reforço da confiança nos resultados de medição emitidos pelas entidades acreditadas.

A disseminação da rastreabilidade metrológica é assegurada através da prestação de serviços de calibração, da disponibilização de materiais de referência certificados, da participação em comparações interlaboratoriais e da produção normativa e orientadora, que suporta a correta implementação dos requisitos metrológicos aplicáveis. Este enquadramento permite aos organismos de acreditação avaliar, de forma consistente e harmonizada, a conformidade técnica das entidades avaliadas.



Instituto Português da Qualidade

www.ipq.pt

Um laboratório acreditado

Integrado no Instituto do Vinho, do Bordado e do Artesanato da Madeira, o Laboratório de Produtos Vitivinícolas e Bebidas Espirituosas da Madeira representa o serviço que permite a este Instituto Público, na esfera da Administração Pública Regional, executar as competências de certificação e autorização de comercialização dos produtos dos setores do vinho e das bebidas espirituosas produzidos na Região. Neste contexto, importa referir as Denominações de Origem (DO) “Madeira” e “Madeirense” e as Indicações Geográficas (IG) “Terras Madeirenses”, “Rum da Madeira” e “Poncha da Madeira”.



em resultados laboratoriais fidedignos e rastreáveis a outros laboratórios, nacionais e internacionais.

Com base nestes pressupostos e no facto de o laboratório ter sido nomeado pela União Europeia como o laboratório oficial de controlo dos setores do vinho e das bebidas espirituosas, sendo atualmente o único na Madeira com capacidade técnica laboratorial instalada para proceder às análises físico-químicas legalmente definidas, cedo houve a consciência de que, para além da obrigatoriedade, a acreditação seria uma mais-valia para os setores envolvidos que necessitam dos resultados do laboratório para comercializar os seus produtos.

Como consequência, foi implementado um sistema de gestão com base na norma ISO 17025, tendo-lhe sido concedida a acreditação pelo Instituto Português de Acreditação (IPAC) em outubro de 2000, a que corresponde o número de certificado Lo236. Ao longo dos anos, o âmbito da acreditação tem vindo a alargar-se a outros produtos e ensaios, sempre que estratégicamente justificável, como resultado de um mercado cada vez mais competitivo e exigente, nomeadamente devido a preocupações ambientais e relacionadas com a saúde pública.



Por outro lado, a acreditação do laboratório pressupõe a melhoria contínua dos processos, tornando-os mais eficientes. Este fator tem impulsionado ao longo dos anos a desmaterialização de processos, com consequentes mais-valias para a pegada ecológica, bem como o investimento em instalações e equipamentos e o aumento das competências técnicas dos recursos humanos, com o objetivo de acompanhar os avanços da ciência e da tecnologia.

Por todas as vantagens conseguidas com a acreditação, traduzida no reconhecimento da competência técnica por entidade independente e idónea, acrescentando vantagens competitivas e económicas para os produtos e operadores envolvidos, é intenção deste Instituto não apenas continuar a alargar o âmbito de acreditação do laboratório, mas também estendê-la a outros serviços, dos quais se destaca a câmara de provadores, pelo papel que exerce na certificação das DO e IG produzidas na Região.



Novo Ano, Novas Escolhas

O início de um novo ano representa, para muitas pessoas e famílias, um momento privilegiado de reflexão, planeamento e redefinição de prioridades. É uma fase naturalmente associada à vontade de mudar, de recomeçar e de fazer escolhas mais conscientes, com impacto direto no presente e no futuro. Seja a decisão de escolher um novo município para viver, criar raízes e educar os filhos, seja a opção de trabalhar com outras empresas, empreendedores ou profissionais, cada novo ciclo convida-nos a alinhar decisões com os nossos valores, expectativas e objetivos de vida.

Num contexto em que a qualidade de vida, o equilíbrio entre vida pessoal e profissional, a proximidade, a confiança e a sustentabilidade assumem um papel cada vez mais relevante, torna-se essencial conhecer bem o que nos rodeia. Onde vivemos e com quem trabalhamos são escolhas estruturantes, que influenciam o nosso bem-estar, a nossa estabilidade e a forma como crescemos, tanto a nível pessoal como profissional.

Esta edição surge precisamente com esse propósito: servir como um guia de inspiração para todos os que encaram o novo ano como uma oportunidade de mudança positiva. Ao longo destas páginas, damos destaque a municípios que criam condições para acolher pessoas e famílias, promovendo qualidade de vida, acesso a serviços essenciais e comunidades mais coesas. Em paralelo, damos visibilidade a empresas, empreendedores e profissionais que se distinguem pela qualidade do seu trabalho, pela proximidade com as pessoas, pela ética, inovação e capacidade de responder às necessidades reais da sociedade.

Acreditamos que um novo ano é também um convite à renovação das escolhas que fazemos todos os dias. Escolher onde viver, com quem trabalhar e a quem confiar projetos e decisões importantes é uma forma de construir um futuro mais sólido, equilibrado e alinhado com aquilo que valorizamos.

Num novo ciclo, escolher melhor é escolher com mais informação, consciência e propósito. É reconhecer territórios, organizações e profissionais que colocam as pessoas no centro, que apostam em relações de confiança e que contribuem para comunidades mais fortes, dinâmicas e preparadas para o futuro.



**"No Gabinete Jurídico LT
trabalhamos para tornar a Justiça
mais próxima, clara e humana"**

Luisa Teixeira, Advogada

“O Direito torna-se distante quando não é explicado”

Desde 2006, Luísa Teixeira lidera o Gabinete Jurídico LT, um projeto que é muito mais do que um espaço de prática do Direito. Assente em valores de proximidade, clareza e rigor, o Gabinete afirma-se como um ponto de apoio seguro e acessível, onde cada situação é analisada de forma cuidada, preventiva e personalizada, colocando as pessoas e os seus projetos no centro da prática Jurídica.



A vocação pela Advocacia surgiu cedo para Luísa Teixeira. Ainda criança, já tinha definidos dois grandes objetivos de vida: ser Advogada e Mãe. Com determinação, trabalho e perseverança, ambos se concretizaram. A paixão pela Advocacia, aliada ao sonho de dar nome a uma Sociedade de Advogados com identidade própria, levou à fundação do Gabinete Jurídico LT, um escritório que reflete os seus valores e a sua visão do exercício da profissão.

Situado no coração da cidade da Maia, junto à Câmara Municipal e ao Tribunal, o Gabinete Jurídico LT distingue-se pelo ambiente moderno e acolhedor, pensado para transmitir confiança e tranquilidade a quem ali procura Apoio Jurídico. Cada detalhe, da decoração ao atendimento, foi cuidadosamente concebido para promover um verdadeiro serviço de proximidade, onde o rigor técnico se alia a uma comunicação clara e humana.

“Respeitando e valorizando a seriedade, a honestidade e o profissionalismo inerentes ao exercício do Direito, este Gabinete pauta-se pela inovação, apostando em novas ferramentas e métodos de trabalho”, afirma Luísa Teixeira. Um compromisso orientado por um objetivo claro: a satisfação e o acompanhamento eficaz de cada Cliente.

Durante muitos anos, o Direito foi percecionado como um território distante, reservado a especialistas e marcado por uma linguagem inacessível para a maioria das pessoas. No Gabinete Jurídico LT, essa percepção é diariamente contrariada através de uma abordagem que coloca a clareza, a proximidade e a dimensão humana no centro da prática jurídica, tal como explica a Advogada Luísa Teixeira.

“O Direito torna-se distante quando não é explicado. No Gabinete Jurídico LT procuramos precisamente o contrário: aproximar a Justiça das pessoas, tornando-a comprehensível, acessível e útil no dia a dia. Acompanhamos quem inicia um novo ciclo — pessoal ou profissional — com uma abordagem

muito prática, clara e personalizada. Mais do que resolver problemas, o nosso objetivo é capacitar os clientes para tomarem decisões informadas, conscientes e seguras, sentindo que têm alguém ao seu lado em momentos decisivos da sua vida.”

Esta visão traduz-se num acompanhamento atento e contínuo, especialmente relevante em fases de mudança, recomeço ou afirmação pessoal e profissional. Para a Advogada, o verdadeiro papel do Advogado passa por ser um apoio estratégico e humano, capaz de gerar confiança e tranquilidade.

“Acredito que o Direito só faz sentido quando é compreendido. No Gabinete Jurídico LT trabalhamos para tornar a Justiça mais próxima, clara e humana. Acompanhamos cada cliente de forma personalizada, ajudando quem inicia um novo ciclo de vida pessoal ou profissional a tomar decisões informadas e seguras, com confiança e tranquilidade.”

Para além da prática Jurídica, o percurso profissional da Advogada é marcado por um equilíbrio consciente entre carreira, valores pessoais e vida familiar — uma experiência que molda a forma como hoje se relaciona com os seus clientes e com as suas decisões.

“Aprendi que o equilíbrio não é um luxo, é uma necessidade. Construir uma carreira sólida sem abdicar dos valores pessoais e familiares ensinou-me a importância da empatia, da escuta e do respeito pelas diferentes realidades de cada pessoa. Hoje, essa vivência reflete-se diretamente na minha forma de trabalhar: acompanho os meus clientes com uma visão humana e integrada, consciente de que por trás de cada decisão jurídica existe sempre uma história, uma família ou um projeto de vida que merece atenção e cuidado.”

Esta abordagem revela-se particularmente relevante num contexto em que a Advocacia Preventiva assume um papel cada vez mais determinante. Antecipar riscos, estruturar decisões e criar bases jurídicas sólidas é, para o Gabinete Jurídico LT, uma forma de liderança e responsabilidade.

“A Advocacia Preventiva é essencial para garantir tranquilidade e estabilidade. Antecipar riscos jurídicos permite evitar conflitos, custos elevados e desgaste emocional desnecessário. Nos novos começos, sejam eles empresariais, familiares ou patrimoniais, agir preventivamente é criar bases sólidas para o futuro. É assegurar que as decisões tomadas hoje estão juridicamente protegidas amanhã, permitindo que as pessoas e os projetos cresçam com confiança e segurança.”



Além disso, esta abordagem é “um verdadeiro ato de liderança e responsabilidade”, uma vez que o ato de antecipar riscos jurídicos permite “proteger pessoas, patrimónios e projetos antes que surjam conflitos, evitando custos e desgaste emocional”, assume Luísa Teixeira.

Num mundo em constante mudança, onde os desafios pessoais e profissionais exigem decisões cada vez mais conscientes, o Gabinete Jurídico LT afirma-se como um parceiro de confiança, que alia rigor técnico, proximidade humana e visão estratégica, ajudando pessoas e projetos a avançar com segurança, clareza e propósito. 

LUÍSA TEIXEIRA

ADVOGADA

www.gabinetejuridicolt.com



Ponte do Rio Côa

Concelho de Almeida: Um Território Vivo, Onde as Escolhas Ganhão Sentido

A resplandecer entre o Douro e a Serra da Estrela, possuindo maravilhas naturais de uma paisagem agreste, mas surpreendente, e que tem por pano de fundo o mítico Vale do Rio Côa, o concelho de Almeida é um território que deslumbra, pela sua diversidade e singularidade natural e histórica.

A vila de Almeida é conhecida pela sua impressionante fortificação em forma de estrela de 12 pontas, tendo desempenhado um papel crucial na defesa das fronteiras de Portugal ao longo da história. Recriações históricas, como o Cerco de Almeida ou a Feira Medieval de Castelo Mendo, levam qualquer transeunte a viajar no tempo, desde a Época Medieval até às Invasões Francesas. Estes e outros eventos, não são apenas momentos de animação, são a expressão da identidade do concelho e proporcionam a aproximação entre pessoas, valorizam tradições e projetam o município de Almeida, como um território ativo e acolhedor. Ao longo do ano, o concelho destaca-se como uma região viva, com

uma agenda regular de eventos culturais, recreativos, desportivos e turísticos, que dinamizam este território, reforçam o sentimento de pertença da comunidade e transformam o espaço público em palco de vivências partilhadas, atraindo visitantes e promovendo a economia local. A Fortaleza Abaluartada, símbolo maior de Almeida, é candidata a Património Mundial da UNESCO, um processo que reforça o prestígio do concelho e afirma o seu património, como motor de desenvolvimento cultural, turístico e económico, gerando novas oportunidades e dinâmicas locais.

As 37 localidades do Município encantam qualquer transeunte, não só, pelas sinergias, mas, também, pela beleza do meio e da gente cativante. Há lugares que se descobrem de forma inesperada, que não se impõem pela pressa, mas que conquistam pela autenticidade, pela tranquilidade e pela promessa de uma vida com mais significado. O concelho de Almeida é um desses lugares, onde a História se sente em cada rua, onde os diferentes ritmos de vida convidam a dinâmicas diversificadas, em harmonia com os interesses e especificidades de cada indivíduo. Para quem procura um território que alie identidade, oportunidade e bem-estar, onde quem deseja avançar, empreender

ou investir e encontrar respostas, apoio e oportunidades, o concelho de Almeida apresenta-se como uma escolha, que faz sentido. Aqui, a serenidade do interior não significa isolamento: representa proximidade, eficiência e acesso a um conjunto alargado de serviços, para cidadãos e empresas; permite viver com equilíbrio, sem abdicar de ambição, inovação ou capacidade de crescimento.

O Município de Almeida tem vindo a afirmar uma visão clara de desenvolvimento, assente na valorização do património, no cuidado com os seus habitantes e na criação de condições para atrair visitantes, novos residentes e investimento. A Feira de Caça, Pesca e Desenvolvimento Rural de Vilar Formoso é um evento que dá a conhecer a excelência cinegética, piscatória e económica do território. É um concelho que respeita a sua identidade histórica, mas apostando sempre numa estratégia orientada para o futuro.

No plano económico, o Município tem desenvolvido o programa InvestAlmeida com o objetivo de simplificar processos burocráticos e garantir um acompanhamento próximo e contínuo dos empresários ao longo de todas as fases do investimento. Este programa assume-se como uma porta

Recriação Histórica do Cerco de Almeida





Imaculada Business Center

de entrada para empreendedores, startups e projetos empresariais, oferecendo apoio personalizado, desde a ideia inicial até à instalação e incremento do negócio. O Município disponibiliza espaços de acolhimento empresarial, incubação e aceleração de empresas, espaços de cowork, bem como um conjunto atrativo de benefícios e incentivos ao investimento, fomentando um ambiente favorável à inovação, ao empreendedorismo e à criação de emprego. Destaca-se, ainda, o apoio prestado pelo Espaço Empresa, em parceria com o IAPMEI, a AICEP e a ARTE, que agiliza o relacionamento das empresas com diversas entidades da administração pública.

Os apoios à educação e à formação contínua dos jovens são uma prioridade no Município, assim como, o incentivo à participação cívica, as medidas de apoio ao emprego e ao empreendedorismo jovem, estabelecendo, então, condições para fixar talentos e promover oportunidades. O concelho reconhece a inovação tecnológica como um vetor estratégico, que alia modernização e qualidade de vida, essenciais

para a fixação, inclusão e capacitação dos jovens. Desenvolve iniciativas como os Bairros Comerciais Digitais, que apoiam a digitalização do comércio local e dos serviços, propiciando condições para negócios mais competitivos e conectados. Promove, também, a administração digital, capacita cidadãos e técnicos locais, para as ferramentas de última geração, e desenvolve soluções inovadoras na procura de se posicionar como um território na vanguarda da inovação, pronto a acolher empreendedores, em qualquer área de atividade e interesse.

Este compromisso com as pessoas e com o futuro traduz-se, além do mais, em políticas municipais concretas que facilitam dinâmicas de vida e de investimento. Almeida disponibiliza um quadro de incentivos fiscais e apoios diretos, que tornam mais acessível viver, trabalhar e constituir família no concelho, desde a isenção de derrama e a devolução total da participação variável no IRS, à aplicação do IMI mínimo, com benefícios acrescidos para famílias com filhos. A estas medidas juntam-se os incentivos à natalidade,

redução e isenção de taxas municipais, bem como um conjunto alargado de propostas na educação, na saúde, na mobilidade e na ação social, que favorecem um ambiente de estabilidade, proximidade e confiança para quem quer fixar-se no concelho.

O Município apoia ativamente o associativismo, a cultura e acolhe eventos de várias áreas, dispondo de equipamentos adequados e diversificados, nomeadamente, de infraestruturas dedicadas ao desporto, cultura, lazer, bem-estar: as Termas de Almeida - Fonte Santa, as Piscinas Municipais, os Pavilhões Gimnodesportivos, o Picadeiro D'El Rei, o Museu Histórico-Militar de Almeida e o Centro de Estudos de Arquitetura Militar Abaluartada de Almeida, Vilar Formoso “Fronteira da Paz”, o Memorial aos Refugiados e ao Cônsul Aristides de Sousa Mendes, entre outros.

A qualidade de vida no concelho de Almeida constrói-se, ainda, através de políticas de proximidade e compromissos com os residentes. Programas como “Mexa-se com Alma” e “Academia Séniors” incentivam a prática de atividade física séniors, o envelhecimento ativo e o convívio comunitário, contribuindo para uma vida mais saudável e participada, a nível físico e intelectual. Já o projeto da carrinha móvel “Perto de Ti + Saúde” reforça a proximidade dos cuidados de saúde, aposta na prevenção, no acompanhamento e no acesso facilitado aos serviços, sobretudo junto das populações mais vulneráveis. O Município oferece espaço para viver plenamente as diferentes fases da vida — crescer, estudar, trabalhar, investir, cuidar e envelhecer com qualidade de vida.

Estas iniciativas refletem uma visão integrada do desenvolvimento, onde o crescimento económico caminha lado a lado com a sustentabilidade, a inovação tecnológica, a inclusão, a segurança, o equilíbrio e o bem-estar. O concelho de Almeida é um território que investe nos seus habitantes, no património, na cultura e na economia, oferecendo oportunidades reais para quem o escolhe. **Almeida é o lugar certo para visitar, viver e investir!**

Feira de Caça, Pesca e Desenvolvimento Rural



www.cm-almeida.pt

“O NOSSO LAR MERECE IDENTIDADE E HISTÓRIA”

Apixonada por Design de Interiores, Ana Jacoto abriu o seu próprio espaço aos 25 anos. Desde então, tem vindo a afirmar-se como uma referência na área, desenvolvendo projetos que respeitam e refletem a identidade e personalidade de cada cliente.



Ana Jacoto, Designer de Interiores

Pode começar por nos falar sobre o seu percurso académico e profissional, e dizer-nos quando surgiu o seu interesse pelo design de interiores?

Desde cedo senti que o meu percurso estaria ligado a esta área.

A atenção pela organização, a estética e a funcionalidade dos espaços, é algo natural em mim. Sempre me fascinou a transformação dos mesmos. Lembro-me de ser pequena e decalcar plantas de casas, retiradas de revistas de arquitetura, e reorganizar os espaços. Isto numa época em que o design não tinha a visibilidade que tem hoje. Mesmo tendo frequentado o curso de Comércio Internacional, a minha paixão sempre foi o Design de

Interiores, e apostei em formação na área. Abri o meu primeiro espaço aos 25 anos e, desde então, nunca deixei de trabalhar nesse ramo, tendo desenvolvido diversos projetos.

O que a motivou a criar o seu próprio estúdio e quais os principais serviços que disponibiliza aos seus clientes?

A criação do meu estúdio surgiu pelo fascínio que sinto pelo design, aliado a uma sensibilidade criativa e estética, e à forte convicção e visão clara, sobre a forma como julgo que os espaços devem ser vividos. O percurso que tenho vindo a construir resulta do reconhecimento do trabalho desenvolvido ao longo dos anos, permitindo um crescimento sólido e uma relação de lealdade com os meus clientes. Procuro alcançar as melhores soluções e concretizar as expectativas do cliente, que se vão materializar nos diferentes espaços. Sou apaixonada por projetos residenciais, mas gosto também de pensar em espaços com uma natureza diferente, como lojas ou hotéis. Desenvolvo e acompanho todos os projetos, desde o conceito à entrega e conclusão. Acredito que ambientes simples e neutros, que caracterizam o meu trabalho, contribuem para o bem-estar de todos os que vivem os espaços. Valorizo soluções funcionais e organizadas, porque cuidar da casa é cuidar de nós, da nossa família, de todos.

Há algum projeto em que tenha participado que se destaque e que gostasse de partilhar connosco?

O projeto da casa residencial que aqui partilho, reflete a paixão e o rigor que me caracterizam. O objetivo era criar soluções práticas e bem definidas, adequadas ao estilo de vida da família, garantindo que os espaços respeitassem a sua dinâmica. Desenvolvi o projeto numa linha contemporânea, onde serenidade e fluidez se tornaram centrais. Optei por mobiliário de linhas sóbrias e tons neutros, eliminando elementos supérfluos

em favor de funcionalidade e leveza. A luz e o espaço exterior foram também uma inspiração. A luz assumiu um papel essencial. Intensa, luminosa e impossível de ignorar, contribuiu para uma atmosfera leve e acolhedora.

O diálogo com o exterior foi igualmente fundamental e procurei que o mobiliário não interferisse com a leitura do mesmo.

O resultado é um ambiente distinto, que favorece e acompanha o crescimento da família. Uma intervenção focada no minimalismo, mas determinante para criar um espaço sofisticado, íntimo e acolhedor.

Para terminar, agora que começamos um novo ano, existe alguma meta ou objetivo que pretende alcançar?

Penso muito em como os novos meios tecnológicos e inteligência artificial nos oferecem um excesso de estímulos digitais e quero acreditar que o resultado do meu trabalho respeita mais a humanidade dos espaços.

A minha meta é continuar o meu trabalho no que só o humano pode oferecer, autenticidade, presença e intenção.

Quero continuar a trabalhar o Design que refletia a personalidade e individualidade de cada cliente, que é sempre o ponto de partida.

O nosso lar merece identidade e história.

Esse é o meu papel, ler histórias e traduzir o meu trabalho em espaços cheios de vida e que proporcionem bem-estar, onde o tempo passa, mas as memórias se eternizam.

ANA
JACOTO
DESIGN
INTERIORES



A ESSÊNCIA DO DESIGN
DE INTERIORES SEMPRE
SERÁ SOBRE PESSOAS
E COMO ELAS VIVEM.

@ anajacoto_designinteriores

anajacoto@hotmail.com



Idanha-a-Nova aprova novo regulamento para apoio às associações do concelho

O Município de Idanha-a-Nova aprovou um novo Regulamento de Concessão de Benefícios Públicos a Entidades Diversas, que vem estabelecer regras claras para a atribuição de apoios municipais a associações, coletividades e outras entidades sem fins lucrativos do concelho.

Publicado recentemente em Diário da República, o regulamento entra em vigor nos próximos dias e tem como principal objetivo reforçar a transparência, o rigor e a equidade na distribuição dos apoios públicos, reconhecendo a importância do movimento associativo no desenvolvimento social, cultural e económico do território.

O novo enquadramento contempla várias modalidades de apoio, de natureza financeira e não financeira, incluindo comparticipações para a atividade regular das entidades, investimentos, iniciativas pontuais e benefícios como isenções ou reduções de taxas municipais. Estão igualmente previstos apoios técnicos e logísticos, bem como a cedência tempo-

rária de espaços e equipamentos municipais.

Uma das principais novidades é a criação do Cadastro Municipal de Entidades do Concelho de Idanha-a-Nova, passando a ser obrigatória a inscrição das entidades que pretendam candidatar-se a apoios municipais. As candidaturas serão submetidas através de uma plataforma eletrónica, com critérios de avaliação previamente definidos.

O regulamento prevê ainda mecanismos de acompanhamento e fiscalização da aplicação dos apoios atribuídos, assim como consequências em caso de incumprimento, reforçando a responsabilização das entidades beneficiárias.

Com a entrada em vigor deste regulamento, o Município de Idanha-a-Nova pretende consolidar uma política de apoio ao associativismo local mais clara, previsível e sustentável, em conformidade com os princípios da boa administração pública.



Município de Lagos reforça apoios à vacinação infantil

O município decidiu manter, em 2026, a abrangência dos apoios à vacinação infantil, quer no que diz respeito às vacinas comparticipadas, quer às faixas etárias abrangidas, continuando a apoiar crianças e jovens até aos 17 anos de idade.

A proposta que define os critérios de comparticipação da vacinação infantil para o ano em curso foi aprovada no dia 21 de janeiro, em reunião do executivo municipal da Câmara de Lagos, ao abrigo do regulamento em vigor desde 2024.

A decisão baseou-se no relatório de avaliação relativo a 2025, que revela a atribuição de 386 apoios, correspondendo a um investimento municipal de cerca de 16 mil euros. Embora o apoio se destine a todos os menores residentes no concelho, com idades entre os 0 e os 17 anos (inclusive), a maioria das candidaturas incidiu sobre crianças com menos

de um ano de idade. As vacinas mais frequentemente comparticipadas, mediante prescrição médica, destinaram-se à prevenção de infecções causadas pelo rotavírus e da meningite.

A análise da evolução da medida nos dois primeiros anos de aplicação, 2024 e 2025, evidencia um crescimento significativo, tanto no número de apoios concedidos — que passaram de 222 para 386 — como no investimento financeiro, que aumentou de seis para 16 mil euros.

O município considera este investimento plenamente justificado, por contribuir diretamente para a proteção da saúde infantil e juvenil da população residente, alargando a prevenção de doenças para além do previsto no Plano Nacional de Vacinação, sempre mediante avaliação, recomendação e prescrição médica individual.



VILA FRANCA DO CAMPO. ONDE A HISTÓRIA ENCONTRA O FUTURO.

WWW.CMVFC.PT

Há lugares que se visitam. E há lugares que ficam. Vila Franca do Campo não se explica: sente-se. No azul profundo do Ilhéu, no silêncio da história que resiste, no sabor do mar e na força de quem sempre recomeçou.

Aqui, o tempo abranda, a paisagem abraça e cada passo conta uma história. Quem vem, leva mais do que imagens. Leva um pedaço do lugar consigo.



Gaia reestrutura transportes para seniores e prioriza os mais necessitados

A Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia anunciou que está a reestruturar a política de transportes destinada aos cidadãos seniores do concelho. As novas regras de acesso a estes apoios à mobilidade serão divulgadas em fevereiro, dando prioridade aos cidadãos com maiores carências económicas.

Segundo a autarquia, liderada por Luís Filipe Menezes, esta revisão pretende criar soluções que respondam “de forma mais eficaz, justa e sustentável” às necessidades da população sénior e dos gaien-

ses em geral.

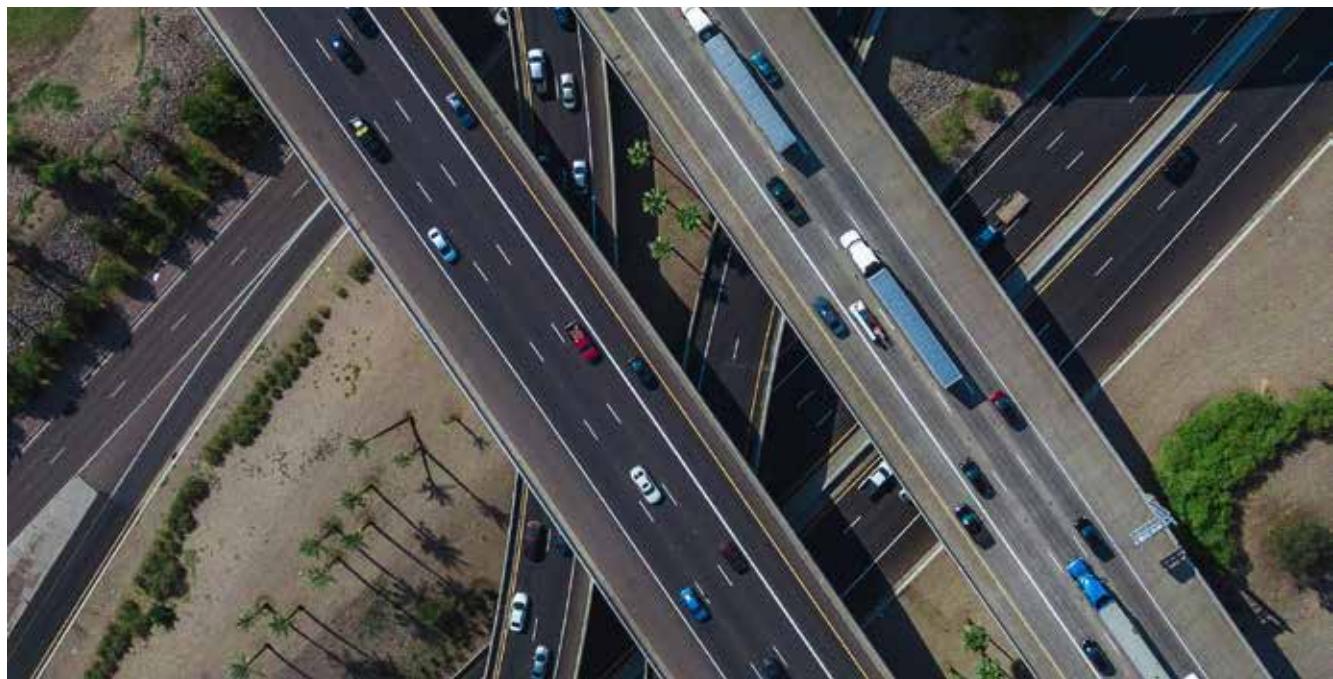
“Estamos a reestruturar toda a política de transportes em Gaia, tendo como objetivo central apoiar quem mais precisa, mas com justiça social e responsabilidade financeira, mediante critérios justos”, afirmou o presidente da Câmara Municipal.

O comunicado municipal assinala uma ruptura com o programa ViverGaia+65, lançado em 2024 pelo executivo anterior. Segundo a atual gestão, o programa carecia de “regras específicas de acesso”,

o que acabou por “agravar desigualdades sociais” e gerar um “custo excessivo” para os cofres municipais.

O novo modelo, ainda em fase de reestruturação, concentrará os benefícios naqueles que realmente necessitam de apoio social.

Para além disso, a Câmara de Gaia revelou que está a renegociar as tarifas com os Transportes Metropolitanos do Porto, com o objetivo de alcançar benefícios que possam beneficiar toda a população do concelho.



São Roque do Pico aprova novo Regulamento de Apoio a Estratos Sociais Desfavorecidos

A Assembleia Municipal de São Roque do Pico, nos Açores, aprovou o Regulamento Municipal de Apoio a Estratos Sociais Desfavorecidos. O documento centraliza e amplia os mecanismos de apoio a pessoas em situação de vulnerabilidade.

O regulamento, aprovado em dezembro sob proposta da câmara municipal, substitui os diversos regulamentos anteriores, “alargando as modalidades de apoio” para os cidadãos em maior necessidade e garantindo “maior equidade

e justiça na sua atribuição”, tendo em conta “as reais e atuais dificuldades dos agregados familiares residentes no concelho”, justifica a autarquia.

Segundo a câmara presidida por Luís Filipe Silva, o regulamento também enquadra intervenções em parceria com outras entidades, como a Santa Casa da Misericórdia de São Roque do Pico.

O novo diploma responde à necessidade de rever um sistema de apoios até aqui disperso por vários regulamentos municipais. Os apoios têm caráter exce-

cial, pontual e temporário, com o objetivo de capacitar os beneficiários para alcançar maior autonomia, garantindo dignidade, bem-estar e qualidade de vida.

O regulamento define como beneficiários os municípios de São Roque do Pico incluídos nos “Estratos Sociais Desfavorecidos”, cujo rendimento per capita seja inferior a 1,5 vezes a Retribuição Mínima Mensal Garantida nos Açores, distribuídos por quatro escalões de apoio.



VISIT
PESO DA RÉGUA

PESO DA RÉGUA

CIDADE DOS VINHOS DO DOURO

DESCUBRA
A NOSSA APP
DOWNLOAD GRATUITO
DISCOVER OUR APP





Especial Saúde



"A Ordem dos Médicos tem como missão essencial garantir a qualidade do exercício da medicina em Portugal, promovendo a defesa do Ato Médico, a formação contínua, a ética, a independência técnica dos médicos e a liderança nos serviços, centros de saúde, laboratórios e unidades clínicas"

*Carlos Cortes, Bastonário da Ordem dos Médicos e
Médico Especialista em Patologia Clínica*



"A Patologia Clínica é uma especialidade que resulta de um cruzar constante de conhecimentos tecnológicos sólidos e em constante evolução, com um pensamento formado no aprofundar da fisiopatologia e nas novas aquisições da patologia molecular, nunca esquecendo que é médico e que o doente é a sua primeira preocupação"

*Germano de Sousa, Médico Especialista em
Patologia Clínica e Administrador do Grupo Germano de Sousa*



A Patologia Clínica em Perspetiva



Patologia Clínica: a Medicina Interna dos Meios Complementares de Diagnóstico

Pouco visível para o público, mas imprescindível para a saúde de todos, a Patologia Clínica é a especialidade que transforma análises clínicas em diagnósticos, orienta tratamentos e salva vidas!

Estima-se que 70 a 80% das decisões médicas se baseiem em resultados laboratoriais — e é o médico patologista clínico quem garante que estes dados são rigorosos, interpretados no contexto certo e comunicados aos colegas de outras especialidades.

O Patologista Clínico não se limita a entregar resultados. É um médico com visão global, que interpreta exames à luz da história clínica do doente, contribuindo diretamente para diagnósticos e decisões terapêuticas. A sua consultoria é transversal a todas as áreas médicas, fazendo desta especialidade a “Medicina Interna” dos meios complementares de diagnóstico.

A Sociedade Portuguesa de Patologia Clínica (SPPC) é hoje pilar da especialidade em Portugal. Nos últimos 8 anos reforçou a formação pós-graduada, a representação e a cooperação nacional e internacional através de:

- Webinars e formações anuais em áreas-chave como Química Clínica, Hematologia, Genética, Microbiologia e Imunologia;
- Congresso nacional com especialistas nacionais e internacionais de referência, conferências e cursos práticos de elevado nível científico;
- Publicação bimensal da revista científica Medicina Laboratorial, um espaço de referência para divulgação do “estado da arte” incluindo investigação, boas práticas na área e artigos científicos;
- Apoio ao Núcleo de Internos de Patologia Clínica, promovendo a integração dos jovens médicos na vida científica e institucional da especialidade;
- Atribuição da Bolsa de Formação Prof. Doutor Germano de Sousa, um incentivo financeiro à formação avançada e/ou investigação para internos e recém-especialistas;
- Patrocínio científico de congressos e ações formativas em Portugal e no estrangeiro;
- Parcerias estratégicas com sociedades nacionais e internacionais, colocando a Patologia Clínica portuguesa no mapa global.

Graças ao trabalho da SPPC, a especialidade ganhou voz, espaço e projeção — e, mais importante, garantiu que médicos especialistas e internos tenham acesso a formação de excelência. O avanço da medicina personalizada, da biologia molecular e da inteligência artificial abre novas oportunidades e desafios para a Patologia Clínica. A SPPC está já a preparar terreno para que os profissionais da especialidade possam liderar esta revolução médica, mantendo a ciência como guia e o doente como foco.

Helena Brízido, MD
Presidente da SPPC

Médica Especialista em Patologia
Clínica ULS Viseu Dão-Lafões
Membro da Direção do Colégio de Patologia Clínica da OM



A Ordem dos Médicos tem como missão essencial garantir a qualidade do exercício da medicina em Portugal, promovendo a defesa do Ato Médico, a formação contínua, a ética, a independência técnica dos médicos e a liderança nos serviços, centros de saúde, laboratórios e unidades clínicas. No quotidiano, este compromisso concretiza-se através da defesa das competências próprias dos médicos, da supervisão da formação, da regulação da profissão e da promoção de uma medicina centrada na pessoa. Neste quadro, o médico patologista clínico assume um papel essencial.

Enquanto Bastonário, identifico três grandes desafios estruturais: a escassez de médicos no SNS, aliada à degradação contínua das suas condições de trabalho; a necessidade de uma reorganização profunda dos serviços, assente em modelos de gestão clínica com verdadeira autonomia; e a urgência de recentrar as políticas públicas na pessoa, utentes e profissionais de saúde, combatendo a burocracia excessiva e valorizando a relação médico-doente como pilar de um sistema de saúde verdadeiramente humanizado.

Carlos Cortes, Bastonário da Ordem dos Médicos
Médico Especialista em Patologia Clínica



O paradigma Anátomo-Clínico que predominou até meados do século XX na Medicina, modificou-se gradualmente com o evoluir da investigação laboratorial que construiu e integrou o paradigma Clínico-Laboratorial, fazendo sentido pensar num futuro que, no meu entender, já começou, no qual o laboratório é central e se imporá

inevitavelmente junto do doente agudo ou crónico como o modelo mais eficaz em resultados diagnósticos e terapêuticos para a pessoa doente. Obviamente, a importância fulcral do Clínico-Assistente em nada será diminuída, mas este terá uma informação profunda sobre a fisiopatologia e etiopatogenia do mal que afeta o seu doente e disporá de ferramentas que lhe permitirão terapias mais informadas e personalizadas.

O veículo natural dessa informação é o Patologista Clínico. A Patologia Clínica é uma especialidade que resulta de um cruzar constante de conhecimentos tecnológicos sólidos e em constante evolução, com um pensamento formado no aprofundar da fisiopatologia e nas novas aquisições da patologia molecular, nunca esquecendo que é médico e que o doente é a sua primeira preocupação. Assim, a sua postura é colaborar total e eficientemente na busca de um diagnóstico, de um prognóstico ou de uma via terapêutica que melhor sirvam os interesses do doente, tendo também em conta as decisões do colega Clínico que assiste esse doente.

Germano de Sousa, MD, PhD
Médico Especialista em Patologia Clínica
Administrador do Grupo Germano de Sousa



O Colégio de Patologia Clínica (PC) da Ordem dos Médicos (OM) é o garante da qualidade da Medicina da PC. Promove padrões de qualidade, define a estratégia para o futuro, defendendo e valorizando a especialidade, e representa os Médicos PC. Realiza visitas de verificação de idoneidade a

Serviços de PC, emite normas sobre questões técnicas, regula a formação, entre outras atividades.

A direção do Colégio de PC assumiu uma estratégia de diferenciação da especialidade. Elaborámos o novo Programa de formação do Internato Médico de PC, que passa a especialidade de 4 para 5 anos, incorporando as mais recentes evoluções da PC e permitindo uma maior diferenciação.

Defendemos a consulta de PC, a consultoria Médica, a participação em grupos multidisciplinares médicos e uma aposta na capacitação em gestão e liderança. Elaborámos a proposta de novos critérios de idoneidade formativa, novo inquérito de caracterização de serviços, nova grelha da prova final e o documento da atividade do Médico PC.

Participámos na atualização da tabela de PC da OM, na criação do ForTem e do programa da competência CIURA. Elaboramos, anualmente, a lista de capacidades formativas da PC e participamos em diversos grupos de trabalho e em reuniões da UEMS. Estamos a desenvolver o Logbook da PC e o modelo de Censos da PC. Temos tido uma postura de aproximação aos Serviços de PC, em que nos colocamos como seus parceiros. Promovemos reuniões com Conselhos de Administração para valorizar e diferenciar a PC. Sugerimos a realização de Seminários dirigidos para alunos das Faculdades de Medicina como forma de divulgação da PC. Propusemos a criação do Dia do Médico Patologista Clínico para dia 7 de outubro de cada ano, como forma de reconhecer o papel essencial dos Patologistas Clínicos no sistema de saúde e para celebrar a

sua dedicação e os seus esforços na prestação de cuidados de saúde de qualidade.

As exigências estão a mudar e as necessidades dos doentes requerem melhores resultados. A população está envelhecida, há uma carga crescente das doenças crónicas e os doentes requerem cuidados mais individualizados. A carga de doença está a mudar para doenças não transmissíveis e até 2035, estima-se que cerca de 50% da carga global de doença será nas áreas das Doenças Cardiovasculares-metabólicas, Oncologia e Neurologia.

Há uma complexidade crescente dos sistemas de saúde e um aumento exponencial de dados de saúde. A inteligência artificial desempenhará um papel importante. Nos cuidados de saúde, os recursos, humanos e materiais, continuam sobre pressão, levando a incentivos por resultados em saúde em vez de volume de produção. Mais do que nunca, os cuidados devem ser prestados de forma eficiente.

O valor do Médico Patologista Clínico neste contexto é inestimável, desempenhando um papel crucial na gestão de desafios de saúde. O diagnóstico in vitro contribui em cerca de 70% dos casos para a tomada de decisão clínica. O Médico PC presta cuidados nas áreas de promoção de saúde e prevenção da doença, rastreio, diagnóstico, prognóstico, terapêutica e monitorização. A ação do Médico Patologista Clínico, para além do papel fulcral no diagnóstico, ajuda a reduzir o número e duração das hospitalizações, introduzir estratégias de tratamento direcionadas e melhorar a gestão dos doentes crónicos, entre outros.

Estamos empenhados na busca de um melhor estado de saúde para os nossos concidadãos.

**João Mariano Pego, Presidente do Colégio de Patologia Clínica da Ordem dos Médicos
Membro do Conselho Nacional da Ordem dos Médicos
Médico Patologista Clínico na ULS de Coimbra
Membro da Direção da SPPC
Competência em Gestão dos Serviços de Saúde pela Ordem dos Médicos**



No meu trabalho como patologista clínico na área da hematologia laboratorial, sinto diariamente a diferença que a nossa intervenção faz no processo diagnóstico. O que fazemos vai muito além de descrever células ou lançar números: é integrar morfologia, química, imunologia, microbiologia e clínica numa leitura única, sustentada pelo raciocínio médico. Os outros profissionais de laboratório desempenham um papel fundamental no funcionamento técnico dos Serviços de Patologia Clínica, mas cabe-nos a nós assumirmos a responsabilidade de relacionar achados laboratoriais com a história do doente, garantindo que o resultado final não seja apenas um dado isolado. Muitas vezes somos chamados

a lançar diagnósticos urgentes e emergentes, como uma leucemia aguda ou uma microangiopatia trombótica, em que cada hora conta no desfecho clínico. Nesses momentos, a clareza e a assertividade do relatório citomorfológico não são uma mera formalidade: são o suporte de confiança que permite ao colega assistente clínico avançar sem hesitações. Do sangue periférico ao aspirado medular, de uma morfologia aparentemente simples a uma imunofenotipagem mais complexa, o nosso papel é interpretar, integrar e comunicar com rigor. É transformar dados das ciências básicas em decisão clínica. É esta responsabilidade, silenciosa, mas decisiva, que faz da patologia clínica um alicerce indispensável da medicina moderna.

Samuel Rodrigues, Médico Especialista em Patologia Clínica ULSAR / GGS



Foi no primeiro Serviço de Imunologia criado em Portugal que desenvolvi o percurso mais marcante da minha carreira como Patologista Clínica. Uma estrutura pioneira e altamente qualificada, onde o papel do médico Patologista Clínico sempre foi considerado essencial para a qualidade dos cuidados prestados ao doente.

A atividade laboratorial exige conhecimentos médicos sólidos e o diálogo constante com outras especialidades, atitude que sempre foi cultivada como valor essencial neste Serviço. A abordagem integrada e centrada no doente, segundo a qual a orientação dos estudos e a interpretação dos resultados laboratoriais pelo médio Patologista Clínico, fundamentados no processo individual do doente, beneficia todos os intervenientes e promove decisões médicas mais seguras e personalizadas.

Compreendi a amplitude da Patologia Clínica e os seus domínios de conhecimento, a evolução digital e tecnológica que a caracterizam e as oportunidades formativas e científicas que oferece, assim como a sua posição privilegiada na interface entre as ciências básicas e a prática clínica, favorável à investigação aplicada e medicina de translação.

Continuo este percurso, convicta de que a Patologia Clínica representa um desafio, de elevado potencial para todos os que optam por esta profissão e que será uma das ciências médicas com papel cada vez mais relevante na medicina no futuro.

Esmeralda Neves, Médica Especialista em Patologia Clínica

Especialista em Imunologia

Diretora do Serviço de Imunologia da Unidade Local de Saúde de Santo António



Após 5 anos dedicados à Hematologia, foi-me proposto um novo papel na Biologia Molecular, área a que me dedico desde 2009. O grande desafio que senti aquando desta mudança foi o estudo do genoma viral.

É este um dos entusiasmos da Patologia Clínica, poder assistir ao longo dos anos ao forte desenvolvimento técnico-científico, como o estudo Genotípico e Resistências ao VIH-1, agora realizado por Sequenciação de Nova Geração, ou quando assistimos à revolução da Hepatite C crónica, com forte impacto laboratorial.

É ainda o desafio de, num futuro próximo, começarmos a disponibilizar um teste urinário molecular não invasivo para a deteção de alterações epigenéticas associadas ao carcinoma urotelial, complementando ou substituindo procedimentos invasivos em determinados contextos clínicos.

No entanto, a grande alegria da Patologia Clínica é sabermos que o esforço da equipa permite obter um diagnóstico rápido que nos permite atuar de forma antecipada, com grande impacto para a probabilidade de sucesso da terapêutica. É o sentimento gratificante de alegria e dever cumprido da participação na recuperação da criança que dá entrada no hospital em estado crítico, é durante meses acompanhada sob o ponto de vista clínico-laboratorial, e passado mais de meio ano tem alta pelo seu próprio pé, com um grande sorriso de agradecimento.

É este um dos encantos da Patologia Clínica, o trabalho realizado em permanente diálogo e colaboração com todas as especialidades, e com grande impacto para a saúde e bem-estar dos muitos utentes que colocam em nós a sua confiança.

Guilhermina Gaião Marques, Assistente Hospitalar
Graduada – Serviço de Patologia Clínica
Responsável Laboratório de Biologia
Molecular e Laboratório de Hematologia
Coordenadora da Equipa da Qualidade do SPC



Sabia que, para além do seu médico assistente, existe outro médico atento aos seus resultados analíticos?

A Patologia Clínica é uma especialidade médica que abrange a Hematologia, a Química Clínica, a Imunologia, a Microbiologia e a Patologia Genética e Molecular. Pela sua natureza multidisciplinar, requer formação avançada e atualização contínua, permitindo uma visão integrada que alia conhecimento laboratorial à prática clínica, reforçando o papel do laboratório na prevenção, diagnóstico, tratamento e monitorização, bem como na decisão clínica subjacente.

O médico patologista clínico atua na interface entre a clínica e o laboratório: define as metodologias e os painéis de provas analíticas disponíveis, assegura rigorosos requisitos de qualidade e presta consultoria especializada sobre a prescrição e a interpretação crítica dos resultados.

Integra ainda equipas multidisciplinares, colaborando no controlo de infecções, no uso racional dos antibióticos, na definição de estratégias terapêuticas seguras e na promoção de boas práticas clínicas. Esta intervenção traduz-se num contributo essencial para a saúde pública.

Ciência, inovação, qualidade e segurança não são meras palavras associadas à Patologia Clínica: são compromissos diários de um médico presente no laboratório, que trabalha todos os dias para cuidar da sua saúde.

Sandra Paulo, Assistente Hospitalar
de Patologia Clínica
Responsável do Serviço de Patologia
Clínica da ULS Castelo Branco



A escolha por Medicina é baseada na ajuda ao próximo, curiosidade e compaixão, e reflete um profundo compromisso com o bem-estar dos outros. Os anos dedicados à prática clínica e ao contacto direto com o doente são aquilo para o qual fomos formados.

Em 1991, optei pela especialidade

de Patologia Clínica movida pela convicção profunda de que, após a licenciatura em Medicina, seria fundamental adquirir um conjunto alargado de competências que permitissem estabelecer uma ponte sólida de confiança e colaboração entre esta e as demais especialidades médicas. Desde o início, o meu conhecimento dos algoritmos clínicos foi o alicerce que sustentou todo o meu percurso nesta área, permitindo uma abordagem rigorosa e integrada ao diagnóstico e tratamento dos doentes.

A minha escolha foi a mais estranha, mas a que mais se entranha. Médica gostar da área mais técnica da especialidade? Como assim. Mas é verdade, foi a Química Clínica que mais me seduziu. Reações, enzimas cinéticas, calibradores, controlos de

qualidade, estudos comparativos, teste t de student, correlação linear, desvio padrão, mediana, intervalo de confiança, enfim, conceitos matemáticos, de probabilidade e química. Novos biomarcadores de doença aguda, degenerativa, monitorização de doença crónica, prognóstico. Estar por trás do doente, a criar valor dos resultados imediatos, no serviço de urgência ou no internamento, na consulta ou no bloco. Amo profundamente o que faço, fui uma privilegiada por ter escolhido uma formação tão rica, tão humanizada e simultaneamente tão técnica.

Hoje, como Assistente Graduada Sénior, entendo que a Patologia Clínica se posiciona num patamar estratégico de consultoria e diálogo, integrando a relação direta com o doente, a consultoria especializada entre pares e o ato médico de consulta com o paciente. A liderança do serviço laboratorial, aliada a um compromisso inabalável com a ética e a governance, são essenciais na prática clínica diária. É por tudo isto que, desde 1991, escolhi com orgulho e convicção esta especialidade médica, que me permite contribuir de forma decisiva para a saúde e bem-estar dos doentes.

Helena Ferreira da Silva, Médica
Especialista em Patologia Clínica
Helena Florisa



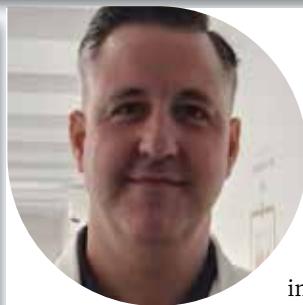
A formação de um médico é um caminho longo, feito de estudo, dedicação e de uma profunda construção ética. Esse percurso molda-nos para uma responsabilidade maior: cuidar de vidas. O Médico Patologista Clínico faz uma formação longa e exigente, tanto durante os 6 anos da licenciatura em Medicina, como nos 2 anos de Internato geral (ou nos dias de hoje o ano comum) e finalmente com os 4 anos de Internato da Especialidade.

Cada etapa deste percurso contribui para consolidar a responsabilidade maior de quem escolhe esta profissão: colocar a ciência ao serviço da vida humana. No caso do patologista clínico, essa missão traduz-se num trabalho muitas vezes invisível para o doente, mas decisivo no seu percurso. Somos os médicos do laboratório, aqueles que transformam números, imagens e marcadores biológicos em informação clínica útil. Hoje, a evolução tecnológica permite-nos identificar alterações moleculares antes mesmo de surgirem sintomas, possibilitando uma intervenção precoce e personalizada.

Recordo, por exemplo, situações em que a deteção atempada de um marcador alterou totalmente a estratégia terapêutica, oferecendo ao doente mais tempo e qualidade de vida. O nosso papel é ser mediador: ajudamos o clínico a escolher os exames certos e a interpretar resultados complexos, evitando desperdícios e acelerando decisões. Essa ponte entre laboratório e a clínica só é possível graças à formação transversal que recebemos e ao compromisso ético de colocar sempre o doente no centro. No fim, cada resultado validado é mais do que um dado laboratorial — é um passo concreto para um diagnóstico mais rápido, um tratamento mais eficaz e, muitas vezes, uma esperança renovada.

Maria José Rego de Sousa, MD, PhD
Médica Especialista em Patologia Clínica

Vice -Presidente da SPPC
Professora Auxiliar Convidada, FCM-NMS e FM-UCP
Administradora do Grupo Germano de Sousa



O Médico Patologista Clínico, no Laboratório de Microbiologia, desempenha um papel central na prevenção, diagnóstico e tratamento das doenças infeciosas. Para além de identificar microrganismos

como bactérias, vírus, fungos e parasitas, assume também um papel determinante na decisão terapêutica. Participa ativamente na escolha do antimicrobiano mais adequado para cada situação clínica, assegurando maior eficácia no tratamento, o uso racional dos antibióticos e contribuindo de forma decisiva para o combate à resistência microbiana — um dos maiores desafios da medicina contemporânea.

Outro aspecto essencial do trabalho do Médico Microbiologista é a sua atuação na vigilância epidemiológica e no controlo de infecções hospitalares. Participa ativamente na monitorização de surtos, na elaboração de protocolos e na implementação de medidas preventivas que visam reduzir a transmissão de microrganismos em contexto hospitalar. Assim, o Médico Microbiologista não apenas intervém no cuidado direto ao doente, mas também desempenha um papel estratégico na saúde pública, garantindo maior segurança e eficácia na luta contra as doenças infeciosas.

Luís Nogueira Martins, Médico
Especialista em Patologia Clínica
Subespecialista em Microbiologia Médica

Patologia Clínica em Portugal: Presente e Futuro em Debate no XV Congresso Nacional

O Congresso Nacional da Sociedade Portuguesa de Patologia Clínica constitui um dos mais relevantes encontros científicos dedicados ao diagnóstico clínico-laboratorial em Portugal. Este ano, o evento decorrerá entre os dias 5 e 7 de março, na cidade de Coimbra, um palco emblemático do conhecimento e da inovação em saúde.



Dra. Maria José Teles



Dra. Margarida Albuquerque

Este congresso reúne profissionais de todo o país para partilhar experiências, debater desafios atuais e refletir sobre o futuro da Patologia Clínica. A par da componente de atualização científica, o evento destaca a crescente importância da consultoria em Patologia Clínica, assumindo-se como um pilar fundamental na otimização dos cuidados de saúde.

Atualmente, o papel consultivo do patologista clínico é cada vez mais fundamental no apoio à decisão médica, auxiliando na seleção dos exames mais adequados e na interpretação de resultados de forma clinicamente integrada. Esta cooperação

estreita entre a Patologia Clínica e as equipas clínicas potencia diagnósticos mais rápidos e rigorosos, tratamentos mais eficazes e uma gestão mais eficiente dos recursos de saúde, mantendo sempre o foco no doente.

Ao promover o diálogo, a partilha de conhecimento e a colaboração multidisciplinar, este congresso consolida a Patologia Clínica como uma área estratégica no Sistema Nacional de Saúde, público, privado e social. A escolha da cidade de Coimbra para a realização deste encontro sublinha ainda o elo de ligação entre tradição académica e a inovação científica, proporcionando o cenário ideal para refletir sobre o presente e

o futuro da consultoria médica laboratorial em Portugal.

A conferência inaugural será proferida pelo Professor Mário Plebani, uma das referências mundiais de maior relevo na área da Patologia Clínica. Na sua intervenção, irá abordar os principais desafios atuais e o futuro da especialidade, com particular enfoque na qualidade, na segurança do doente e no valor clínico dos exames laboratoriais.

O congresso contará, igualmente, com a participação do Bastonário da Ordem dos Médicos, cuja presença reitera a importância estratégica da Patologia Clínica no sistema de saúde. A sua participação sublinha o contributo indispensável desta especialidade para uma medicina mais integrada, eficiente e, acima de tudo, focada nas necessidades do doente.

A realização deste encontro em Coimbra, cidade de inquestionável referência académica e científica, reafirma o compromisso da Sociedade Portuguesa de Patologia Clínica com a inovação, com a articulação entre especialidades e a capacitação dos profissionais para os desafios futuros da medicina.

Maria José Teles e Margarida Albuquerque, Co-presidentes do XV Congresso Nacional de Patologia Clínica

www.sppc.com.pt



XV

Congresso Nacional de Patologia Clínica

Consultoria em Patologia Clínica

5 - 7. MARÇO . 2026

Convento de São Francisco
Coimbra

ORGANIZAÇÃO



SOCIEDADE
PORTUGUESA
DE PATOLOGIA
CLÍNICA

COM O APOIO



CÂMARA MUNICIPAL
COIMBRA

SECRETARIADO

SAÚDE
VIRTUAL

SAIBA MAIS EM

SPPC.COM.PT



O INEM não precisa de mais “remendos”: precisa de uma refundação!

O Instituto Nacional de Emergência Médica IP (INEM) é um dos pilares mais sensíveis do Estado Social português. Quando este organismo falha, não falha apenas um serviço: falha a confiança dos cidadãos de que, no seu momento de saúde mais crítico, o sistema estará lá para os amparar. Mas hoje, já não é possível ignorar mais os sinais de alarme: o INEM precisa de uma reestruturação profunda e corajosa, que ponha fim à desconfiança criada em todos os que a ele acorrem.



A disfuncionalidade do sistema é evidente a três grandes níveis: falta de planeamento estratégico, falta de recursos humanos devidamente integrados e falta de respostas céleres e articuladas. O que deveria ser uma engrenagem afinada transformou-se, ao longo dos anos, num conjunto de soluções avulsas - frequentemente reativas e não estruturadas - que não resolvem o problema de fundo, mas a emergência pré-hospitalar não pode continuar a ser gerida em “modo de sobrevivência permanente”.

Um dos exemplos mais claros dessa disfuncionalidade prende-se com a política de recursos humanos, em particular com a subvalorização do papel dos enfermeiros no INEM. É frequentemente invocado o argumento financeiro para justificar a falta de contratação de enfermeiros, comparando os seus honorários com os dos Técnicos de Emergência Pré-Hospitalar (TEPH). Contudo, essa diferença não é, na prática, tão significativa que justifique esta opção - sobretudo quando comparados os conhecimentos, competências e capacidade técnica.

Quando analisamos o custo-benefício dos serviços, a lógica inverte-se!

Os enfermeiros estão certificados para exercer em qualquer país europeu,

têm uma formação científica profunda, competências profissionais e técnicas que lhes permitem avaliar a gravidade da situação da vítima e atuar de imediato, realizando procedimentos clínicos que os TEPH não têm, nem podem ter autorização para realizar.

Mais ainda: os enfermeiros estão sujeitos a um código deontológico que lhes impõe responsabilidade sobre os atos que praticam, estão legalmente habilitados a fazer juízo clínico e a tomar decisões de *life saving*! Já os TEPH trabalham sempre sob supervisão de outros profissionais, não podem tomar decisões sem validação de outros, nem estão sujeitos a uma deontologia profissional, o que aumenta o risco e a segurança dos cidadãos!

Contratar mais enfermeiros para o INEM não é um luxo, nem uma reivindicação corporativa. Antes se traduz numa opção de maior eficiência, para além de uma maior capacidade de avaliação, de decisão e de intervenção no terreno, com impacto direto na qualidade da resposta prestada a cada vítima ou doente.

Estas são algumas razões para que a refundação do INEM passe por uma visão integrada que considere: rever modelos organizacionais, valorizar efetivamente os profissionais, promover



equipas multiprofissionais equilibradas e colocar a qualidade da resposta e a segurança do cidadão no centro das decisões. Continuar a adiar estas escolhas tem tido um custo demasiado elevado, que é pago todos os dias pelo cidadão comum e, no limite, pelos profissionais também eles vítimas do sistema.

Para a ASPE, parte da solução passa também pela aplicação de um modelo pré-hospitalar mais integrado, que, para além de mais meios, inclua igualmente mais enfermeiros nestes veículos, possibilitando procedimentos no momento do socorro, evitando o transporte desnecessário para unidades hospitalares. Não podemos continuar a transportar situações de hipoglicemia e de desmaios por quebra de tensão arterial à urgência, só porque o meio de emergência não tem capacidade clínica para distinguir as situações graves das indisposições.

Para diminuir esta ineficiência, a ASPE defende, para além de enfermeiros nos meios, uma melhor articulação com a Linha SNS 24 (808 24 24 24), para situações clínicas em que possa ser feito um encaminhamento para consulta, quando adequado.

Também o aumento do número de enfermeiros no Centro de Orientação de Doentes Urgentes (CODU) se torna

imperativo, mas, sobretudo, que estes profissionais tenham liberdade para exercer plenamente as suas competências e potencial de decisão, ao invés de os manter como “executantes de algoritmos”. Defendemos ainda que os enfermeiros mantenham uma rotatividade inteligente entre o terreno e o CODU, porque quem decide ao telefone precisa de conhecer a realidade do terreno e vice-versa.

O atual modelo de transporte pré-hospitalar tem, simultaneamente, atrasado várias situações de emergência pré-hospitalar, sendo especialmente preocupante o tratamento dado a casos agudos que necessitam de cuidados urgentes. Em contrapartida, também este transporte tem gerado incentivos perversos, através de informações erróneas quanto à quilometragem e à realização de múltiplas “paragens”, que claramente encarecem ainda mais o sistema, mas que, sobretudo, o tornam ineficiente.

A emergência pré-hospitalar não pode continuar a ser gerida a partir de lógicas corporativas ou de interesses instalados!

Refundar o INEM é também acabar com desigualdades internas e práticas incoerentes: condições de trabalho diferentes entre delegações, regras pouco uniformes e uma gestão que se

vai habituando ao “sempre foi assim”, mas que assim não pode continuar.

A ASPE tem assumido, de forma consistente, uma postura institucional colaborativa nas suas relações, mas não abdica de um princípio essencial: as decisões em saúde exigem fundamentação clínica, organizacional e económica, clara e otimizada.

Todos os profissionais são importantes, mas não são iguais nas suas competências nem nas suas responsabilidades clínicas. Valorizar os enfermeiros no INEM não significa desvalorizar outros profissionais; significa reconhecer que a decisão clínica exige formação, experiência e autonomia, sob pena de se transformar a emergência num exercício mecânico, desligado da realidade clínica concreta e das necessidades das pessoas.

Num contexto de forte pressão internacional para captação de enfermeiros e de desgaste extremo dos profissionais no nosso sistema de saúde, persistir em modelos que desmotivam, limitam competências e não oferecem perspetivas de valorização é caminhar em sentido contrário ao interesse público.

A refundação do INEM tem, por isso, de ser também uma oportunidade de retenção dos bons profissionais que formamos, de reconhecimento e valorização profissional. Sem profissionais motivados, integrados e realizados, não haverá reforma estrutural que resista ao primeiro teste da realidade.

A conclusão é simples: o INEM deve ser parte da solução, não um corredor de transporte para um sistema já saturado. A emergência médica não admite improviso; exige estratégia, investimento e coragem política, porque o país merece um INEM à altura das suas necessidades e os profissionais de saúde merecem um sistema que reconheça, valorize e utilize plenamente as suas competências.

Lúcia Leite, Presidente da Associação Sindical Portuguesa dos Enfermeiros



www.aspe.pt

Saúde mental dos portugueses mostra sinais consistentes de recuperação, impulsionada por hábitos saudáveis e vida social

O bem-estar psicológico dos portugueses tem vindo a apresentar uma evolução positiva e sustentada desde 2021. Atualmente, mais de metade da população (56%) afirma sentir-se bem ou muito bem do ponto de vista psicológico. Esta percepção, contudo, varia entre géneros: 61% dos homens reportam um estado mental positivo, comparativamente a 53% das mulheres, evidenciando diferenças na forma como o bem-estar é experienciado.

Estas conclusões resultam do Consumer Sentiment Survey 2025, conduzido pela Boston Consulting Group (BCG),

com base num inquérito a 1.000 residentes em Portugal continental.

Num cenário de recuperação gradual, o estudo revela que a saúde mental em Portugal está cada vez mais associada a comportamentos quotidianos e à qualidade das relações interpessoais. O contacto regular com amigos e familiares destaca-se como o principal fator de promoção do bem-estar psicológico, sendo referido por 46% dos inquiridos, sublinhando a importância da proximidade social no equilíbrio emocional.

Em simultâneo, hábitos saudáveis de alimentação e sono (44%) e a prática

regular de exercício físico (43%) assumem um papel central nas estratégias individuais de cuidado da saúde mental, refletindo uma maior consciencialização da ligação entre saúde física e psicológica. As atividades de lazer e os hobbies mantêm-se igualmente relevantes, sendo mencionados por 42% dos participantes.

Em conjunto, estes indicadores apontam para uma mudança clara na abordagem à saúde mental: menos dependente de respostas pontuais e reativas, e cada vez mais integrada em rotinas preventivas, consistentes e sustentáveis.

PRR reforça cuidados de saúde de proximidade no Médio Tejo com novas unidades móveis

Com financiamento do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR), no âmbito da Componente Co1 – Serviço Nacional de Saúde, a Unidade Local de Saúde do Médio Tejo vai iniciar, a partir de fevereiro, a atividade de duas unidades móveis de saúde. Estas unidades irão percorrer sete concelhos da região, assegurando cuidados de enfermagem, tratamentos, rastreios e serviços de telemedicina às populações mais distantes das estruturas de saúde.

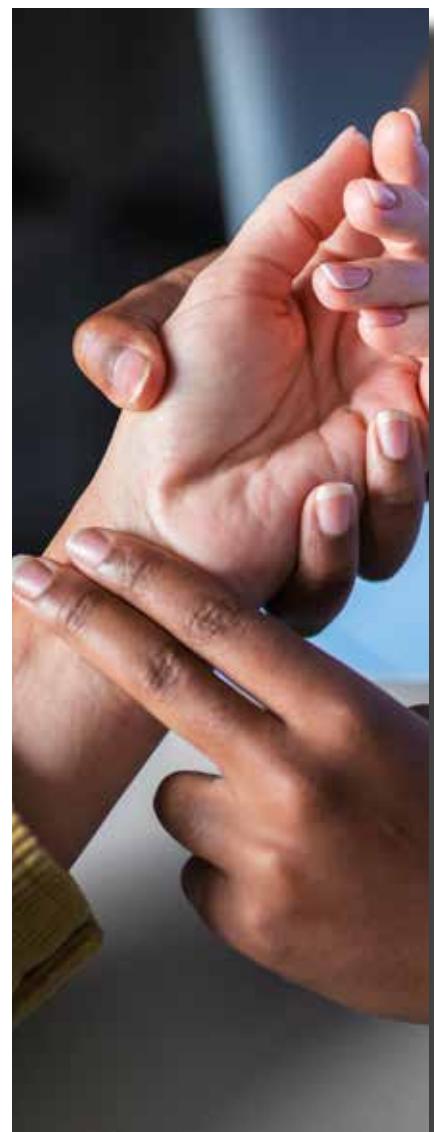
O investimento do PRR permitirá reforçar o acesso aos cuidados de saúde primários nos concelhos de Abrantes, Alcanena, Mação, Sardoal, Tomar, Torres Novas e Vila de Rei, com particular incidência em territórios de menor densidade populacional e com maiores dificuldades de mobilidade e acesso aos serviços do Serviço Nacional de Saúde (SNS).

As unidades móveis irão desenvolver atividade centrada nos cuidados de enfermagem, no acompanhamento de pessoas com doença crónica, na vacinação,

no apoio à correta toma da medicação, na identificação e acompanhamento de situações de dependência, na promoção da literacia em saúde e na realização de rastreios. Numa fase inicial, cada unidade terá uma programação regular por concelho, definida em articulação com os cuidados de saúde primários.

Uma das unidades móveis irá abranger os concelhos de Vila de Rei, Sardoal e Mação, enquanto a segunda dará resposta aos concelhos de Alcanena, Tomar e Torres Novas, recorrendo à teleconsulta sempre que necessário. Cada equipa será composta por um enfermeiro e um assistente operacional.

Para o presidente do Conselho de Administração da ULS Médio Tejo, Casmirio Ramos, este projeto representa “um momento marcante, que aproxima a saúde das comunidades”, sublinhando que as unidades móveis “não substituem o médico de família, mas reforçam a proximidade dos cuidados”.





Programa de Recuperação e Resiliência: 14.500 camas de Cuidados Continuados por cumprir!



No âmbito do PRR estavam previstas verbas destinadas a colmatar um dos muitos problemas com que o país está confrontado: a falta de camas de cuidados continuados!

Estava prevista verba para a abertura de 14.500 camas. Em outubro de 2025, por incumprimento da meta, o Governo pediu autorização à União Europeia para transferir esse dinheiro o Banco do Fomento, e foi autorizado.

Entretanto, em dezembro a Ministra da Saúde afirmou que em uma semana ia acabar com os internamentos dos chamados casos sociais, nos hospitais, num número, estima-se, possa chegar aos 4000 casos.

Passaram quase dois meses e, como tantos anúncios, nada! O caso aqui não é tanto pela incoerência das afirmações da Ministra já que, estamos em crer, seria do seu conhecimento não ter qualquer possibilidade de cumprir o que afirmara de forma tão perentória.

A questão é mesmo a “brincadeira” com a inteligência dos portugueses.

Desde há mais de três décadas que todos os estudos apontavam para o envelhecimento da população portuguesa que, associado à inovação da medicina, iria fazer com que as pessoas vivessem mais anos e com mais comorbilidades.

Só no final da primeira década do início deste século é que se começou a esboçar políticas, com alguma planificação, para a área dos cuidados continuados. Ainda assim, e como tantas outras – a saúde mental e os cuidados paliativos, são outros exemplos, vão sobrevivendo aos tropeços em função dos decisores políticos, da economia, etc.

A insuficiente rede de cuidados continuados existente, na sua maioria ligada ao setor social, é sistematicamente sobressaltada com avisos prévios de encerramento de camas devido

ao insuficiente financiamento do Estado, seja pela via do Orçamento do Ministério da Saúde e/ou da Segurança Social.

O Programa de Recuperação Resiliência poderia ser uma “lufada de ar fresco” na construção e/ou alargamento dos equipamentos existentes por forma a aumentar a oferta. Nada disso! O governo não cumpriu e, mais grave, não sabemos se o dinheiro agora nos cofres do Banco do Fomento vai, afinal, ser canalizado para o objetivo inicial ou vai para qualquer outra prioridade que o, agora, o governo considere, como, por exemplo, para o Ministério da Defesa e para a compra de equipamentos de guerra.

Certo é, que as camas continuam a não ser suficientes e, a solução de colocar as pessoas no seu domicílio está à distância de um oásis. E porquê? Simples, o governo restringiu ao máximo a contratação de profissionais de saúde pelas Unidades Locais de Saúde. Os mapas de pessoal de profissionais de saúde e restantes trabalhadores só podem ser aumentados em 1,9% comparativamente ao mapa de pessoal de efetivos a dezembro de 2024. Ora, se somarmos a carência com que já hoje as instituições de saúde estão confrontadas com as reformas que acontecerão durante 2026 e os pedidos de exoneração que não param de crescer, não será possível aumentar a atividade assistencial em casa das pessoas, precisamente o que transmite confiança aos familiares para aceitarem ter os seus doentes em casa.

A outra consequência que parece óbvia é que os portugueses continuarão a recorrer e a encher os serviços de urgência onde passam

horas até que sejam assistidos, cuidados, referenciados e tratados.

Parece uma inevitabilidade, mas não é! E será sempre menos se, todos, mas mesmo todos, exigirmos que o governo cumpra os seus compromissos, que planifique medidas de curto, médio e longo prazo para resolver os problemas conhecidos do SNS, que são os problemas das pessoas, ao invés das medidas avulsas, mas que fazem parte de um imenso puzzle que tem como objetivo tornar o Serviço Nacional de Saúde num serviço residual. Sabemos que os grupos económicos da saúde, que também são os das seguradoras, agradecem, mas os portugueses, ficarão a perder.

Enquanto isso, vamos pelo menos exigir saber onde estão os milhões previstos para os cuidados continuados e para a construção dos 18 novos centros de saúde que o governo meteu “ao bolso”.

Guadalupe Simões, Dirigente Nacional do SEP



SEP

www.sep.org.pt

Arqueologia - "Património, território e desenvolvimento"



A arqueologia em Portugal desempenha um papel fundamental na compreensão da história e da identidade cultural do país. Graças à sua posição geográfica, entre o Atlântico e o Mediterrâneo, o território português foi habitado por diversas comunidades humanas desde a Pré-História, deixando um vasto património arqueológico que testemunha milhares de anos de ocupação.

Os vestígios mais antigos remontam ao Paleolítico, com sítios como a Gruta da Aroeira ou o Vale do Côa, onde se encontram importantes exemplos de arte rupestre. Do Neolítico destacam-se os monumentos megalíticos, como antas, dólmenes e menires, especialmente concentrados no Alentejo, que revelam práticas funerárias e religiosas complexas.

Atualmente, a arqueologia em Portugal é desenvolvida por universidades, museus e empresas especializadas, sendo regulada por entidades como a Direção-Geral do Património Cultural. Para além da investigação científica, a arqueologia contribui para a preservação do património e para a valorização cultural e turística, permitindo às gerações presentes e futuras conhecer e respeitar o passado comum.



“A Herança Cultural de Portugal apresenta-se aos olhos dos portugueses, e também ao mundo, num registo multi-forme de gestos deveras significantes. O Património Cultural traduz em primeiro lugar um acervo de experiências vividas e partilhadas, transmitidas de geração em geração, assimiladas e transformadas com os mais diversos contributos. Por vezes até mesmo através de inovações, que pouco depois se guindam à condição de tradição.”

João Soalheiro, Presidente do Conselho Diretivo do Património Cultural, I.P.



Clay Arqueologia: Preservando o Passado, Construindo o Futuro



A Mais Magazine esteve à conversa com Ana Penisga, CEO da Clay Arqueologia, numa altura simbólica em que a empresa se prepara para celebrar uma década de atividade. Entre o balanço de um percurso marcado por mais de 600 projetos e o olhar atento sobre os desafios da arqueologia preventiva em Portugal, a responsável fala-nos da missão da Clay, da importância de uma equipa multidisciplinar e da forma como é possível conciliar desenvolvimento, inovação e salvaguarda do património cultural.

Quando e em que contexto surgiu a Clay Arqueologia? Qual tem sido a sua principal missão desde a fundação?

A Clay Arqueologia celebrará em abril o seu 10.º aniversário. Surgiu num contexto de reflexão sobre a arqueologia preventiva em Portugal, apoiada na experiência acumulada em anos de trabalho em arqueologia e gestão de projetos, com o objetivo de criar respostas mais eficazes e ajustadas às necessidades dos clientes.

Percebemos que os clientes precisavam de respostas rápidas, tecnicamente fundamentadas e legalmente enquadradas, que conciliassem a salvaguarda do património arqueológico com o desenvolvimento dos projetos. A nossa missão tem sido prestar serviços

de confiança e qualidade na área do património histórico-arqueológico, construindo relações sólidas com os clientes e garantindo intervenções responsáveis que promovam a proteção e valorização do património cultural.

Que serviços a Clay Arqueologia disponibiliza atualmente e quais são as principais áreas de atuação da empresa?

Inicialmente focada exclusivamente em trabalhos de arqueologia, a Clay tem evoluído acompanhando as necessidades dos clientes, alargando progressivamente o leque de serviços.

Hoje, oferecemos um conjunto abrangente de serviços na área do património cultural, incluindo arqueologia, história da arte, topografia, levantamentos técnicos com geofísica e tecnologias como laser scanner, e intervenções de conservação e restauro, quer em obra, quer sobre peças de coleções públicas ou privadas.

Atualmente, um promotor que adquira um imóvel ou propriedade em área patrimonialmente protegida encontra na Clay uma resposta integrada para todas as fases do processo, desde o levantamento topográfico e Relatórios Prévios, passando por arqueologia, até à conservação e restauro.

A arqueologia é uma área que exige elevada especialização. O que nos pode dizer sobre a equipa da Clay Arqueologia e a sua formação?

A Clay conta com uma equipa multidisciplinar, composta por profissionais especializados e experientes em diversas áreas do património cultural. Para além de arqueólogos, fotógrafo, videógrafo, a equipa inclui especialistas em história da arte, topografia, conservação e restauro, entre outras valências, permitindo uma abordagem integrada e complementar aos desafios dos projetos.

Esta diversidade garante uma atuação articulada, assente no rigor científico, na partilha de conhecimento e na adequação das metodologias a cada contexto. Desde a fundação, a apostila numa equipa estável e qualificada tem sido um dos pilares da Clay, permitindo respostas eficazes às exigências técnicas, científicas e legais.

Ao longo do vosso percurso, já participaram em mais de 600 projetos. Há algum que gostariam de destacar?

Todos os projetos são importantes, pois cada um corresponde a uma necessidade concreta do cliente e representa uma oportunidade de estabelecer confiança e oferecer respostas adequadas.

Destacamos alguns casos pelo seu impacto patrimonial e territorial, como o Quarteirão da antiga Pastelaria Suíça, na Baixa Pombalina, que hoje acolhe uma das maiores lojas da Zara a nível internacional; o Convento do Corpus Christi, com vestígios da Pré-história à contemporaneidade; e o Convento do Beato, com uma ocupação romana relevante.



Fora do contexto urbano, salientamos Santa Marinha de Melides, com vestígios mesolíticos e neolíticos, e o Sines 4.0 Project, de interesse nacional, focado na construção de um megacampus de centros de dados e com impacto na transição digital e económica do país.

Estes projetos ilustram os desafios que a Clay abraça, sempre com o objetivo de responder às exigências técnicas, patrimoniais e legais e oferecer soluções integradas aos clientes.

Para terminar, como perspetivam o futuro da Clay Arqueologia? Onde imaginam a empresa daqui a cinco anos e quais são os principais objetivos a alcançar?

O nosso objetivo é crescer de forma sustentável, combinando experiência e inovação, reforçando o papel da Clay como referência na salvaguarda e valorização do património em Portugal. Sabemos, porém, que esse crescimento só é possível graças às pessoas que compõem a Clay, e que só com colaboradores motivados, integrados e felizes é possível desenvolver trabalho de qualidade. Por isso, continuaremos a investir na sua qualificação e a criar condições que promovam bem-estar, coesão e satisfação, incluindo benefícios como 15.º mês, seguro de saúde e atividades internas de integração.

Além de consolidar e expandir a nossa presença nacional, continuaremos a desenvolver investigação através do Bonelab (Laboratório de Bioantropologia), modernizar procedimentos tecnologicamente e preparar novas iniciativas de comunicação dos trabalhos arqueológicos, garantindo que os resultados são partilhados de forma rigorosa e acessível às comunidades.

Queremos também reforçar a nossa responsabilidade social, apoiando instituições de solidariedade e contribuindo de forma consistente para a sociedade.



www.clay.pt

Curiosidade Arqueologia

O Menino do Lapedo:

Uma das descobertas arqueológicas mais importantes feitas em Portugal ocorreu em 1998, no Vale do Lapedo, em Leiria. Foi encontrado o esqueleto de uma criança com cerca de 24 000 anos, conhecido como o “Menino do Lapedo”. Esta descoberta teve enorme relevância internacional, pois o esqueleto apresenta características físicas associadas tanto ao Homo sapiens como ao Neandertal. Isto reforçou a teoria de que existiu cruzamento entre estas duas populações humanas, alterando a visão tradicional sobre a evolução humana na Europa.

O Vale do Côa e a arte rupestre paleolítica:



Nos anos 1990, foram descobertas gravuras rupestres no Vale do Côa, no nordeste de Portugal. Estas gravuras, com mais de 20 000 anos, representam animais como cavalos, auroques e cabras-monteses. O aspetto mais surpreendente desta descoberta é o facto de a arte ter sido feita ao ar livre, algo raro para o período paleolítico. Inicialmente, as gravuras estiveram ameaçadas pela construção de uma barragem, mas a sua importância levou à preservação do sítio, que hoje é Património Mundial da UNESCO.

Troia e a indústria romana do peixe:

As escavações arqueológicas em Troia, na Península de Setúbal, revelaram um vasto complexo romano dedicado à produção de preparados de peixe, nomeadamente o famoso molho “garum”. Foram encontrados dezenas de tanques de salga, bem como habitações, termas e necrópoles. Esta descoberta mostrou que Tróia foi um dos maiores centros industriais do Império Romano no Ocidente, evidenciando a importância económica do território português durante a Antiguidade.

A Gruta da Aroeira:



Na Gruta da Aroeira, em Torres Novas, foi descoberto um crânio humano com cerca de 400 000 anos. Trata-se de um dos fósseis humanos mais antigos encontrados em Portugal e na Europa Ocidental. Esta descoberta permitiu aprofundar o conhecimento sobre os primeiros grupos humanos que habitaram a Península Ibérica, associados ao Homo heidelbergensis, e confirmou que o território português era ocupado muito antes do que se pensava.

O Teatro Romano de Lisboa:



No centro histórico de Lisboa, foram descobertos vestígios de um teatro romano datado do século I d.C. Embora conhecido desde o século XVIII, só escavações mais recentes permitiram compreender melhor a sua dimensão e importância. A descoberta do teatro e de outros vestígios romanos sob a cidade atual demonstra a continuidade urbana de Lisboa desde a época romana até aos dias de hoje, revelando camadas históricas sobrepostas no mesmo espaço.

Mértola e as camadas de ocupação histórica:

As escavações arqueológicas em Mértola revelaram uma ocupação humana contínua ao longo de mais de dois mil anos. No mesmo espaço foram identificados vestígios romanos, visigóticos, islâmicos e cristãos. Um dos exemplos mais marcantes é a antiga mesquita islâmica, construída no século XII, que foi transformada em igreja após a Reconquista cristã, mantendo ainda elementos originais como o mihrab. Esta descoberta demonstra como diferentes culturas reutilizaram os mesmos espaços ao longo do tempo, tornando Mértola um dos sítios arqueológicos mais importantes de Portugal.

A Citânia de Briteiros e os castros do Noroeste:

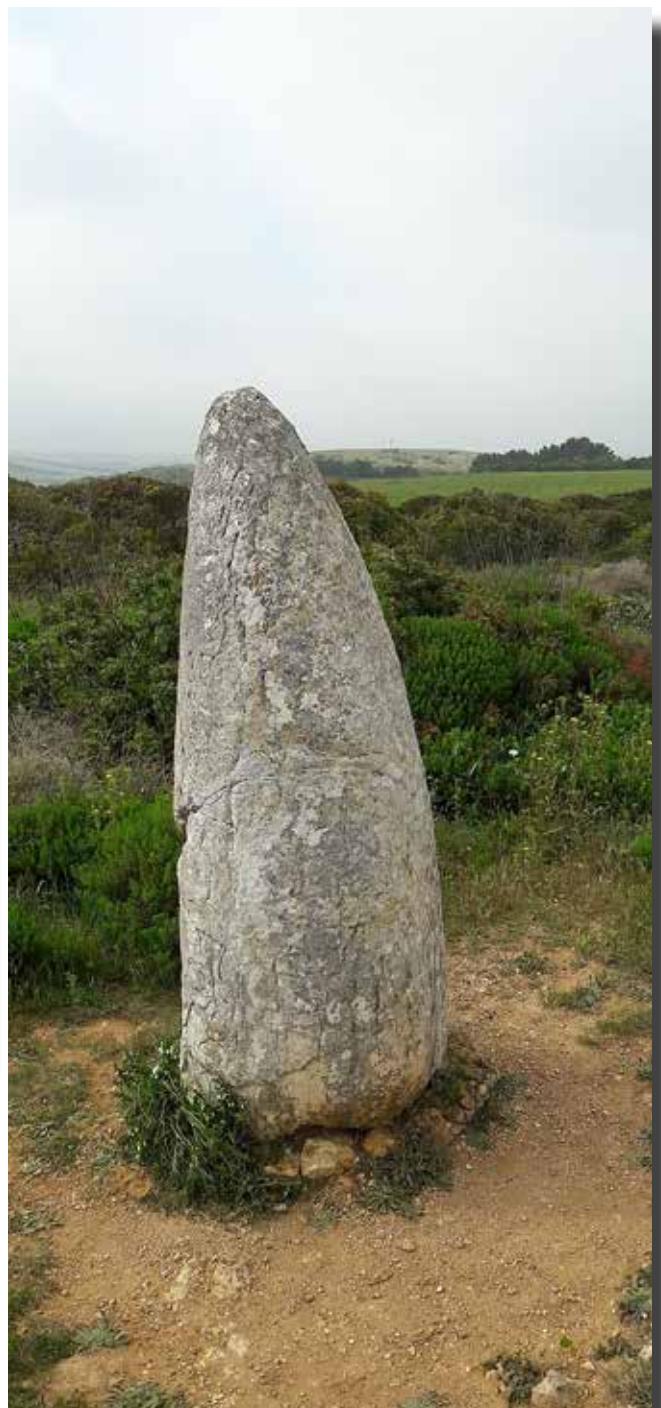


A Citânia de Briteiros, localizada no concelho de Guimarães, é um dos povoados fortificados da Idade do Ferro mais estudados da Península Ibérica. As escavações revelaram casas circulares em pedra, ruas organizadas e sistemas de drenagem, mostrando um elevado nível de planeamento urbano antes da chegada dos romanos. Esta descoberta ajudou a compreender melhor a chamada "cultura castreja" e o modo de vida das populações pré-romanas do norte de Portugal.

Naufrágios arqueológicos ao largo da costa portuguesa:

A arqueologia subaquática em Portugal tem revelado inúmeros naufrágios datados de diferentes épocas, desde navios romanos até embarcações dos séculos XV e XVI. Muitos destes naufrágios transportavam mercadorias valiosas, como especiarias, moedas, canhões e porcelanas orientais. Estas descobertas são fundamentais para o estudo da expansão marítima portuguesa e do comércio internacional, além de demonstrarem a importância estratégica da costa portuguesa ao longo da História.

Menires reutilizados ao longo dos séculos:



Em várias escavações arqueológicas realizadas em Portugal foram encontrados menires pré-históricos reutilizados em construções posteriores, como muros, casas ou até igrejas medievais. Estes monumentos megalíticos, originalmente erguidos há milhares de anos com funções simbólicas ou religiosas, perderam o seu significado ao longo do tempo e passaram a ser usados como simples material de construção. Esta curiosidade mostra como a percepção do património mudou ao longo da História e reforça a importância da arqueologia na preservação da memória coletiva.



Cada evento conta uma história. Nós garantimos que ela fica bem contada.

RMCLICK
PHOTO AND DESIGN

Especializados em fotografia de eventos corporativos, registamos congressos, conferências e jantares empresariais com um olhar profissional, discreto e atento ao detalhe. Criamos imagens que refletem a identidade da sua empresa e valorizam cada momento.

futurália

11 / 14 de Março 2026

**O TEU FUTURO
PASSA POR AQUI!** +



**ENSINO
SUPERIOR E
PROFISSIONAL**



**ESTUDAR NO
ESTRANGEIRO**



**MESTRADOS
PÓS-GRADUAÇÕES
FORMAÇÃO EXECUTIVA**

13 E 14 MARÇO 2026



**EMPREGO E
EMPREGABILIDADE**

13 E 14 MARÇO 2026

TECH.EDU

EVENTO DE TECNOLOGIA PARA A EDUCAÇÃO E INovação PEDAGÓGICA

11 / 13 Março 2026

techedu.fil.pt

EXCLUSIVO PARA
PROFISSIONAIS



FIL PARQUE
DAS NAÇÕES



ORGANIZAÇÃO



Centro de Congressos
de Lisboa



Centro de Exposições e
Congressos de Lisboa

PARCEIROS



PARQUE
DAS NAÇÕES



A acreditação
é uma garantia
da **qualidade,**
fiabilidade
e comparabilidade
dos resultados
produzidos pelo
Instituto Hidrográfico,
sendo **parte integrante**
da sua cultura
de excelência.

O rigor científico, associado
a ensaios acreditados permitem
identificar tendências de contaminação
ambiental e riscos ecológicos, apoiando
políticas de prevenção e de mitigação
da contaminação antropogénica,
reforçando a cooperação científica
e institucional, bem como
a comparabilidade nacional
e internacional.

hidrográfico
marinha•portugal