

mais magazine

CT

CLAUDETE TEIXEIRA
— ADVOGADOS —

**"A advocacia não é apenas uma profissão:
é um compromisso diário com a defesa
dos direitos de cada pessoa"**

Claudete Teixeira, Advogada

NO INTERIOR

Especial Ensino Superior Politécnico
- "Ensino que faz acontecer"

pág. 26 a 37

Visit Portugal
- "O melhor do mundo está aqui"

pág. 38 a 45

A Reciclagem é Ação - "Transformar resíduos em recursos para garantir o futuro"

pág. 46 a 55

Portugal no Radar da Indústria Aeroespacial

pág. 56 a 65

Cibersegurança em Portugal - "Antecipar ameaças, proteger o futuro"

pág. 66 a 73

 mais magazine



ASSOCIAÇÃO DE MUNICÍPIOS
DA REGIÃO DO

**Planalto
Beirão**

**35 anos de Evolução
e o desafio da economia
circular no território**

FEIRA MEDIEVAL CASTELO DE MONTEMOR O NOVO

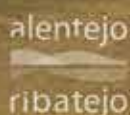
12, 13, 14
JUNHO
2026

- ◆ TABERNAS ◆
- ◆ TORNEIOS DE ARMAS ◆
- ◆ DANÇAS E FOLGUEDOS ◆
- ◆ ANIMAÇÃO MUSICAL ◆
- ◆ OFICINAS DE RECRIAÇÃO ◆
- ◆ CORTEJO HISTÓRICO ◆
- ◆ EXPOSIÇÃO ◆
- ◆ JOGOS MEDIEVAIS ◆
- ◆ MERCADO ◆

Organização:



Apoio:



O Direito mais próximo das pessoas

LUÍSA TEIXEIRA
— ADVOCADA —

EDITORIAL

Há uma cena que se repete todos os dias em escritórios. Muitos filmes começam desta forma, até porque a realidade tem aquele talento particular para superar a ficção. A mise en scène é simples: alguém do outro lado de uma secretária começa a contar a sua versão de uma história. Quase nunca é a versão completa. As pessoas chegam com o que conseguem nomear, raramente com a consciência clara do que precisam. E o advogado vai ouvindo, com uma atenção particular, treinada para distinguir o que é juridicamente relevante do que é humanamente urgente.

É aí que começa o trabalho. Antes de qualquer tribunal, antes de qualquer assinatura. Nesse momento em que uma pessoa entrega a outro ser humano uma das matérias mais frágeis que possui. A sua versão dos factos e a sua ideia de justiça.

A advocacia é uma das profissões mais antigas da civilização e uma das mais mal compreendidas. A sociedade precisa que os advogados existam com a mesma convicção com que assinou a Declaração Universal dos Direitos Humanos, mas tende a esquecer que o direito à defesa não é uma concessão do sistema. É um dos pilares sobre os quais esse sistema assenta. Retirar esse direito a alguém, por mais grave que seja o que lhe é imputado, é retirar-lhe a condição de pessoa perante a lei. O advogado é quem garante que isso não acontece. É uma forma de coragem que raramente é reconhecida como tal. A inexistência de atalhos para a justiça é um princípio elementar de um Estado de Direito.

Mas a advocacia é muito mais do que a barra do tribunal. Grande parte do trabalho acontece longe de qualquer audiência, no acompanhamento paciente de decisões que vão mudar a vida de alguém sem que haja câmaras nem sentença. O advogado carrega narrativas que a ética lhe impede de partilhar, testemunha momentos em que as pessoas estão no limite do que conseguem gerir, e faz esse trabalho muitas vezes sem que ninguém registre que estava lá.

Há quem o faça em grandes escritórios com dezenas de sócios. Há quem exerça sozinho, numa cidade ou vila pequena, com uma agenda que nunca fecha. O que os une não é o contexto nem a dimensão dos casos. É a mesma escolha, renovada todos os dias, de que a lei pode ser uma forma de organizar a vida com alguma justiça. Uma escolha que se torna mais exigente num tempo em que a indignação pública tem pressa, em que o veredicto das redes precede muitas vezes o da sala de audiências, e em que a presunção de inocência é tratada como obstáculo por quem já decidiu. Fazer justiça dentro da lei é o que nos torna civilizados.



ÍNDICE



8 a 11 Claudete Teixeira - Advogados

Gabinete Jurídico LT **12 e 13**

LUÍSA TEIXEIRA
— ADVOGADA —



28 e 29 ESTeSC-IPC

Instituto Politécnico de Portalegre **30 e 31**

 POLITÉCNICO
DE PORTALEGRE



40 e 41 Município de Montemor-o-Novo

Planalto Beirão **48 a 51**



58 e 59 GMV

EVOLEO Technologies **60 e 61**



6 a 25	O Poder da Advocacia – “100 anos de história, presente e futuro”
26 a 37	Especial Ensino Superior Politécnico - “Ensino que faz acontecer”
38 a 45	Visit Portugal – “O melhor do mundo está aqui”
46 a 55	A Reciclagem é Ação - "Transformar resíduos em recursos para garantir o futuro"

56 a 65	Portugal no Radar da Indústria Aeroespacial
66 a 73	Cibersegurança em Portugal - “Antecipar ameaças, proteger o futuro”
74 a 82	Dia Internacional de Luta pela Saúde das Mulheres

O Poder da Advocacia



“[Os 100 anos da Ordem dos Advogados] são um tempo de memória e de um novo compromisso. De memória do caminho percorrido: de um século em que a Ordem ajudou, com exigência, a reforçar a Justiça e o Estado de Direito. De compromisso com a liberdade, com a legalidade e com a dignidade de cada pessoa: de um novo século em que a Advocacia, fiel à sua independência e à sua vocação pública, continue a ser um dos pilares firmes da construção democrática e da proteção efetiva dos direitos fundamentais”

Rita Júdice, Ministra da Justiça
Fonte: Ordem dos Advogados



“100 anos de história, presente e futuro”

Dia do Advogado: Celebrar a Profissão, Honrar a Missão

Cem anos. Cem anos de toga.

A 19 de Maio celebramos o Dia do Advogado. Este ano, o dia confunde-se com o século. A Ordem dos Advogados completa cem anos. Matosinhos recebe-nos para o assinalar. Três dias. Memória e futuro. Solenidade e convívio. Porque a Advocacia é feita de ambos.

Reunimo-nos para homenagear os Colegas que completam cinquenta anos de inscrição. Meio século de profissão. Meio século a defender direitos quando ninguém mais os defendia. Meio século a estar presentes quando o poder se aproximava de quem não tinha voz. A esses, o nosso reconhecimento. Sem eles, não estaríamos aqui.

Reunimo-nos para honrar, na Missa de Sufrágio, os Advogados que já partiram. Reunimo-nos, na conferência “E se acontecesse outra vez?”, para debater os desafios da profissão. E reunimo-nos no almoço de confraternização e na Sessão Solene, para nos olharmos uns aos outros, fora da arena, e lembrarmos que somos uma classe.

Em quase trinta anos de profissão, sentei-me ao lado de pessoas que ninguém queria ouvir. Vi-as olhadas com desconfiança antes de o julgamento começar. Fi-lo pela razão que move qualquer Advogado: porque alguém tem de garantir que a justiça é justiça, e não vingança com carimbo oficial. É essa a missão que celebramos.

Ser Advogado é estar ao lado das pessoas nos momentos mais difíceis das suas vidas. É defender direitos quando ninguém mais os defende. É garantir que a voz de cada cidadão é ouvida perante os tribunais e perante o Estado. Uma missão profundamente humana. Uma missão que não mudou em cem anos. Uma missão que não mudará nos próximos cem.

O que muda é a forma de a exercer. A digitalização chegou. A inteligência artificial chegou. Os clientes chegam mais informados, mais exigentes, mais apressados. Os Advogados do futuro terão de dominar competências que ontem não existiam, sem perder o que nos define: a empatia, a ética, a capacidade de ver a pessoa por trás do processo. A tecnologia será um instrumento. O Advogado continuará a ser insubstituível.

A Ordem existe para servir os Advogados. E, através deles, para servir a sociedade. Defender prerrogativas. Garantir formação. Estar presente em todo o território nacional. Dar voz à Advocacia junto do poder político e das instituições. Uma Ordem próxima. Uma Ordem moderna. Uma Ordem interventiva. Uma Ordem de todos e para todos.

É com esse compromisso que assinalamos este Dia do Advogado. Celebrando o passado. Trabalhando no presente. Construindo o futuro.

Juntos podemos mais!

João Massano, Bastonário da Ordem dos Advogados



“A confiança não se constrói apenas com respostas rápidas, mas com respostas certas”

Num contexto em que a advocacia enfrenta profundas transformações — impulsionadas pela digitalização, pela crescente exigência dos clientes e por um enquadramento jurídico em constante evolução — a advogada Claudete Teixeira partilha uma visão firme e esclarecida sobre o exercício da profissão. Nesta entrevista, fala-nos de um percurso construído com persistência, dos valores que orientam o seu escritório e dos desafios atuais da advocacia, sublinhando sempre a importância do rigor, da responsabilidade e da dimensão humana no Direito.



Claudete Teixeira, Advogada

Começamos esta entrevista por nos contar um pouco sobre o seu percurso profissional.

O meu percurso profissional construiu-se de forma gradual e muito assente no trabalho. Sempre quis ser advogada e, desde cedo, trabalhei com esse objetivo. Não tinha referências na área nem contacto com a realidade da profissão, pelo que foi um caminho feito com esforço, persistência e uma forte disciplina pessoal.

Os primeiros anos foram particularmente exigentes, como acontece com a maioria dos jovens advogados, mas foram também decisivos para a aprendizagem e consolidação de competências. Foram anos de muito trabalho, de grande exigência e, sobretudo, de sacrifício pessoal em prol da profissão que sempre quis exercer.

Ao longo do tempo, tive a oportunidade de desenvolver e aprofundar a minha atividade em diferentes áreas do Direito, com especial enfoque no Direito Civil, nomeadamente no Direito da Família e Sucessões, no Direito do Trabalho e também na área do imobiliário. Esta diversidade permitiu-me adquirir uma visão mais abrangente dos problemas

“Mais do que um cliente, vemos uma pessoa que precisa de ajuda, e é com esse compromisso que acompanhamos cada caso”



"A confiança constrói-se com consistência. Resulta de um conjunto de atitudes ao longo do tempo: rigor no trabalho, clareza na comunicação, cumprimento dos compromissos e disponibilidade"

jurídicos, que raramente surgem de forma isolada e frequentemente implicam várias áreas do Direito.

A abertura do meu próprio escritório foi um momento particularmente marcante. Mais do que uma decisão profissional, foi a concretização de um projeto pensado e alinhado com a minha forma de estar na advocacia: uma prática assente no rigor técnico, mas também na proximidade com o cliente e na responsabilidade com que cada caso deve ser tratado.

Enquanto responsável pelo escritório Claudete Teixeira Advogados, que valores e princípios orientam a atuação da sua equipa no acompanhamento dos clientes?

O nosso principal compromisso é prestar um serviço de qualidade, com rigor, responsabilidade e consistência. Quando alguém procura um advogado, fá-lo porque tem um problema que pode ter impacto relevante na sua vida ou na sua atividade profissional, e essa consciência deve estar sempre presente.

Para além da dimensão técnica, valorizamos muito a proximidade com o cliente. É essencial que exista acompanhamento, disponibilidade e comunicação clara. Muitas vezes, as pessoas recorrem ao advogado em momentos de maior incerteza ou fragilidade, e é fundamental que sintam que estão a ser acompanhadas com seriedade e atenção.

Mais do que um cliente, vemos uma pessoa que precisa de ajuda, e é com esse

compromisso que acompanhamos cada caso. Procuramos também gerir expectativas, explicar riscos e ajudar o cliente a tomar decisões informadas.

Outro pilar fundamental é a formação contínua. Num contexto de constante evolução legislativa e jurisprudencial, só é possível garantir qualidade se houver um investimento permanente na atualização de conhecimentos.

A relação de confiança entre advogado e cliente continua a ser um pilar essencial. Como se constrói e mantém essa confiança num mundo cada vez mais digital e imediato?

A confiança constrói-se com consistência. Resulta de um conjunto de atitudes ao longo do tempo: rigor no trabalho,

clareza na comunicação, cumprimento dos compromissos e disponibilidade.

Os clientes estão mais informados, mais exigentes e esperam acompanhamento próximo. No entanto, essa rapidez não pode comprometer a qualidade da análise jurídica, que continua a ser essencial.

A tecnologia facilita a comunicação e a gestão do trabalho, mas não substitui a relação humana. A confiança não se constrói apenas com respostas rápidas, mas com respostas certas, no momento certo, e com a consciência de que o cliente está a confiar num profissional para tratar de assuntos muitas vezes decisivos.

No centro de cada processo está sempre uma pessoa — e é essa consciência que deve orientar o exercício da advocacia.





"A advocacia é, efetivamente, uma das mais nobres profissões. Exige entrega, responsabilidade e um compromisso real com a defesa do outro"

profissional. Estas situações revelam falta de rigor, desrespeito pelo cliente e podem configurar uma violação dos deveres deontológicos do advogado.

A tecnologia deve ser utilizada como uma ferramenta de apoio e de melhoria da eficiência, mas nunca como substituto do pensamento jurídico, da análise crítica e da responsabilidade profissional.

Que papel considera que o advogado desempenha hoje na sociedade, para além da sua função tradicional de representação legal?

O Advogado, tem desde logo, uma função preventiva muito relevante, ajudando a evitar conflitos e a orientar decisões. Em muitos casos, o advogado intervém em momentos de grande impacto na vida das pessoas, assumindo um papel que vai para além do jurídico e que implica responsabilidade, equilíbrio e discernimento. Cada vez mais, o advogado deve ser procurado numa lógica preventiva, antes do surgimento do problema, contribuindo para a sua antecipação e mitigação.

Noutro segmento, o advogado desempenha um papel essencial na sociedade, que vai muito além da representação em tribunal. É um garante dos direitos, liberdades e garantias dos cidadãos e contribui diretamente para a concretização do Estado de Direito.

Num contexto em que assistimos, com alguma preocupação, à normalização de discursos de desrespeito, à crescente desvalorização dos direitos humanos e a uma diminuição da empatia social, o papel do advogado assume uma relevância acrescida.

A defesa dos direitos fundamentais, da dignidade humana e dos princípios democráticos não é apenas uma função institucional — é uma responsabilidade ativa, de todos. Nesse sentido, o papel do advogado hoje é, em muitos aspetos, tão exigente e necessário como em momentos críticos da nossa história.

Assinalando-se este ano o centenário da Ordem dos Advogados, que balanço faz da evolução da advocacia em Portugal nas últimas décadas?

A advocacia em Portugal evoluiu significativamente nas últimas décadas, acompanhando as transformações sociais, económicas e tecnológicas.

Hoje é uma profissão mais exigente, mais especializada e inserida num contexto mais complexo. Apesar dessas mudanças, mantém-se a sua essência enquanto atividade fundamental para a defesa dos direitos dos cidadãos.

O centenário da Ordem dos Advogados é também um momento de reflexão sobre o papel da profissão na sociedade. A advocacia é, efetivamente, uma das mais nobres profissões. Exige entrega, responsabilidade e um compromisso real com a defesa do outro.

Essa disponibilidade para assumir a defesa dos direitos de terceiros, muitas vezes em contextos difíceis, é o que distingue a advocacia e o que lhe confere essa dimensão de serviço essencial à sociedade.

Sem advogados independentes, não há verdadeira garantia de direitos nem Estado de Direito efetivo.

Na sua perspetiva, quais foram os principais contributos da Ordem dos Advogados para a consolidação do Estado de Direito Democrático em Portugal?

A Ordem dos Advogados tem tido um papel determinante na defesa da independência da profissão e na garantia de que o exercício da advocacia se faz de acordo com princípios éticos e deontológicos exigentes.

Tem sido também uma voz ativa na defesa dos direitos dos cidadãos e no acompanhamento das políticas públicas na área da justiça.

Uma Ordem forte e independente é essencial para garantir que o acesso à justiça é efetivo e não apenas um princípio formal.

Considera que a transformação digital está a impactar significativamente a prática da advocacia? Que oportunidades e riscos identifica nesse processo?

A transformação digital tem tido um impacto significativo na advocacia, sobretudo ao nível da tramitação processual, da organização do trabalho e da comunicação com clientes e tribunais.

Traz ganhos evidentes de eficiência, acessibilidade e rapidez. No entanto, também levanta desafios relevantes, nomeadamente o risco de se valorizar excessivamente a rapidez em detrimento da reflexão e da análise jurídica.

O Direito exige análise, ponderação e rigor. Quando estes elementos são substituídos por respostas imediatas, corre-se o risco de comprometer a qualidade do trabalho jurídico.

Preocupa-me, em particular, a crescente utilização acrítica de ferramentas de inteligência artificial na elaboração de peças processuais. Têm surgido situações em que são apresentados articulados com erros jurídicos graves, referências a normas inexistentes e com evidente ausência de análise substancial.

Mais do que uma questão técnica, trata-se de uma questão de responsabilidade

Num contexto de constantes mudanças legislativas e sociais, quais são os maiores desafios que a advocacia enfrenta atualmente?

Num contexto de constantes mudanças legislativas e sociais, um dos maiores desafios da advocacia é, sem dúvida, a necessidade de adaptação permanente. A evolução contínua da legislação e da jurisprudência exige um investimento constante na atualização de conhecimentos, sob pena de comprometer a qualidade do serviço prestado.

Outro desafio relevante prende-se com o próprio funcionamento do sistema judicial, em particular com a morosidade processual, que continua a afetar a eficácia da justiça e a comprometer a sua utilidade prática. Uma decisão tardia, em muitos casos, perde grande parte do seu valor.

Paralelamente, a advocacia enfrenta hoje um contexto mais exigente do ponto de vista social. Os clientes estão mais informados, mais exigentes e procuram respostas rápidas, o que obriga a um equilíbrio permanente entre celeridade e rigor jurídico.

A crescente digitalização e o recurso a novas ferramentas tecnológicas, incluindo a

inteligência artificial, representam também um desafio importante. Se, por um lado, permitem ganhos de eficiência, por outro exigem uma utilização responsável, sob pena de se desvirtuar a essência da profissão.

Por fim, destaco a necessidade de valorização da advocacia e das condições em que é exercida. Trata-se de uma profissão de elevada responsabilidade, que exige rigor, independência e compromisso, e que deve ser acompanhada de condições que permitam o seu exercício com qualidade e dignidade.


Que mensagem gostaria de deixar às novas gerações de advogados que iniciam agora a sua carreira num ano tão simbólico para a profissão?

A advocacia é uma profissão exigente, que não se compadece com atalhos. Exige estudo constante, rigor, sentido de responsabilidade e uma grande capacidade de trabalho. Os primeiros anos são, muitas vezes, difíceis, mas são também fundamentais para a construção de um percurso sólido.

Diria às novas gerações que não confundam rapidez com qualidade. Num contexto cada

vez mais imediato e digital, é essencial manter o foco naquilo que verdadeiramente distingue um bom advogado: a capacidade de analisar, pensar criticamente e assumir, com seriedade, a responsabilidade que cada processo implica.

Mas, acima de tudo, nunca devem esquecer que a advocacia é uma profissão de pessoas. Por detrás de cada processo está alguém que precisa de ajuda, muitas vezes em momentos de fragilidade. É essa consciência que deve orientar a forma como exercem a profissão.

A advocacia não é apenas uma profissão — é um compromisso diário com a defesa dos direitos de cada pessoa e com os valores fundamentais de uma sociedade democrática. 

CT

CLAUDETE TEIXEIRA
— ADVOGADOS —

www.claudeteiteixeira.com

"Mas, acima de tudo, nunca devem esquecer que a advocacia é uma profissão de pessoas. Por detrás de cada processo está alguém que precisa de ajuda, muitas vezes em momentos de fragilidade. É essa consciência que deve orientar a forma como exercem a profissão"





Gabinete Jurídico LT: O Direito mais próximo das pessoas

Num tempo em que as decisões pessoais e empresariais exigem cada vez mais segurança e consciência jurídica, o papel do Advogado tem vindo a transformar-se. Já não se limita à resolução de conflitos em tribunal — assume-se, cada vez mais, como um parceiro estratégico, capaz de antecipar riscos, orientar escolhas e garantir estabilidade. É precisamente nesta visão que assenta o trabalho desenvolvido por Luísa Teixeira, fundadora do Gabinete Jurídico LT, um projeto que tem vindo a afirmar-se pela proximidade, inovação e dimensão humana.

Com um percurso iniciado há mais de duas décadas, Luísa Teixeira construiu uma carreira marcada pela consistência e pela clareza de propósito. A decisão de criar o seu próprio gabinete, em 2006, surgiu da vontade de exercer a Advocacia de forma diferente: mais próxima das pessoas, mais compreensível e ajustada às necessidades reais de quem procura apoio jurídico. Localizado na Maia, o espaço reflete essa identidade — moderno, acolhedor e pensado ao detalhe para proporcionar um ambiente de confiança.

Uma abordagem preventiva, próxima e personalizada

Mais do que a estética ou a localização, é a forma de trabalhar que distingue o Gabinete Jurídico LT. Aqui, cada caso é analisado de forma individual, com foco não apenas na resolução imediata, mas sobretudo na prevenção e na construção de soluções sustentáveis. A ideia de que o Direito é complexo e inacessível é contrariada através de uma comunicação clara e de um acompanhamento contínuo, que permite aos clientes compreenderem verdadeiramente as decisões que tomam.



“O Direito torna-se distante quando não é explicado. No Gabinete Jurídico LT procuramos precisamente o contrário: aproximar a Justiça das pessoas, tornando-a compreensível, 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”, explica Luísa Teixeira.

Essa abordagem torna-se particularmente relevante em momentos de mudança — seja no início de um projeto empresarial, numa reestruturação familiar ou em decisões patrimoniais. Nesses contextos, o acompanhamento jurídico deixa de ser visto como um recurso pontual e passa a ser encarado como um investimento. A chamada Advocacia Preventiva assume, assim, um papel central, permitindo evitar conflitos, reduzir custos e minimizar o desgaste emocional associado a processos judiciais, tal como explica a Advogada. “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.”

Também no tecido empresarial esta lógica ganha cada vez mais expressão. A crescente complexidade dos mercados e a exigência de rigor nos processos tornam evidente a importância de um acompanhamento jurídico permanente. Soluções como a avença mensal ou serviços de diagnóstico, como o check-up jurídico empresarial, permitem identificar fragilidades, corrigir procedimentos e reforçar a segurança das organizações. Num ambiente competitivo,

pequenos detalhes podem ter um impacto determinante no sucesso ou fracasso de um negócio. “A competitividade do mundo empresarial contemporâneo exige às empresas constante atenção em relação ao detalhe e pormenor. Muitas vezes, uma vulnerabilidade torna-se decisiva e é responsável pelo fracasso ou sucesso de negócios importantes”, esclarece a Advogada.

Num sistema de Justiça frequentemente marcado pela morosidade, a aposta em soluções preventivas e em acordos extrajudiciais revela-se, muitas vezes, o caminho mais eficaz. Evitar que os conflitos cheguem a tribunal, sempre que possível, é uma estratégia que protege não só os interesses materiais dos clientes, mas também o seu tempo e bem-estar. “Na minha perspetiva sempre será melhor um mau acordo, que uma boa sentença. Muitas vezes temos uma sentença que nos é favorável, mas não é exequível, uma vez que, quando a vamos executar para obter o seu cumprimento, já não existem bens que o garantam”, explica Luísa Teixeira.

Os desafios da mulher na Advocacia

Ao longo do seu percurso, Luísa Teixeira tem também enfrentado os desafios inerentes à condição de mulher na Advocacia, uma realidade que, apesar da evolução, continua a exigir resiliência e afirmação constante. Conciliar a exigência da profissão com a vida familiar foi, e continua a ser, um exercício de equilíbrio, que acabou por influenciar positivamente a sua forma de trabalhar — mais consciente, mais humana e mais próxima.

A falta de licença de maternidade, comuns em muitas outras profissões, é um dos principais sintomas da falta de direitos de Advogada/Mãe. Ao longo de mais de 20 anos de experiência, Luísa Teixeira confessa que foi necessário demonstrar o dobro do valor para atingir um lugar de sucesso e de destaque, muitas vezes abdicando da vertente familiar. “Quando o meu filho nasceu, há cerca de doze anos, foi um período particularmente exigente. Como exercia sozinha, não tinha alternativa senão levá-lo comigo para todo o lado — fosse para tribunais, fosse para julgamentos. Até 2017, dediquei-me intensamente ao contencioso de condomínio e, sobretudo nos primeiros meses do ano, participava em inúmeras Assembleias de Condóminos, muitas vezes regressando a casa já muito tarde e sacrificando tempo precioso com o meu filho. Apesar de todas essas dificuldades, não mudaria nada no meu percurso. Ser Advogada é ser eu, não me vejo a exercer qualquer outra profissão”.

Um parceiro de confiança

A experiência acumulada ao longo dos anos trouxe a Luísa Teixeira uma perspetiva particularmente sensível sobre o impacto humano do Direito. Para além das questões técnicas, cada processo envolve histórias de vida, decisões difíceis e, muitas vezes, momentos de grande vulnerabilidade. Essa consciência traduz-se numa prática assente na empatia, na escuta e no respeito pelas diferentes realidades de cada cliente.

Hoje, o Gabinete Jurídico LT posiciona-se como um parceiro de confiança para particulares e empresas que procuram mais do que respostas jurídicas: procuram orientação, clareza e segurança para tomar decisões. Num mundo em constante mudança, onde a incerteza é cada vez mais presente, essa capacidade de antecipar, acompanhar e proteger torna-se um fator diferenciador. ✚

LUÍSA TEIXEIRA

ADVOCADA

www.gabinetejuridicolt.com



Tiago Rodrigues Bastos, Advogado e sócio fundador da RBMS

Advocacia orientada para o futuro

Tiago Rodrigues Bastos, Advogado e sócio fundador da RBMS, destaca o crescimento da sociedade, a aposta numa equipa jovem e os desafios atuais da advocacia em Portugal.

Quando foi fundada a RBMS e qual é, hoje, a sua principal missão no setor jurídico?

A RBMS, em rigor, foi fundada em 2002, adotando, em finais de 2021, a designação de “Rodrigues Bastos, Magalhães e Silva & Associados”.

A RBMS quer prestar serviços de advocacia e aconselhamento jurídico de qualidade, ser merecedora da confiança de todos os que a procuram e ser respeitada por todas as entidades com quem se confronta, quer ser considerada no mundo da administração da justiça, como um parceiro fiável, reconhecida pelos seus advogados combativos e empenhados na defesa dos seus clientes, leal e com a ousadia de contribuir para a evolução do direito e para uma melhor realização da justiça.

Quais são as principais áreas de atuação da sociedade e que tipo de serviços prestam a quem vos procura?

A RBMS pretende oferecer os seus serviços nas principais áreas com interesse para a vida das pessoas, das empresas e das entidades públicas. Nessa perspetiva, assumem destaque, o direito penal, o direito público (com particular relevância no direito do urbanismo e imobiliário), o direito civil, o direito laboral, o direito societário e o direito fiscal, e o contencioso, que é transversal às diversas áreas. Além disso, a sociedade tem algumas áreas de carácter mais especializado, como o direito do desporto ou o direito da aeronáutica.

Como é composta a equipa da RBMS e que fatores considera diferenciadores no panorama da advocacia?

A RBMS tem escritórios em Lisboa, Porto e Almancil, 11 sócios (em que apenas 4 têm mais de 50 anos de idade), no total de 35 advogados. Organiza-se em Departamentos, que correspondem a áreas de especialização, dirigidos por sócios.

A RBMS tem um Departamento de Direito Penal, Contraordenacional e Desporto, dirigido pelo Manuel Magalhães e Silva, por mim e pela Filipa Elias; um Departamento de Direito Público, Urbanismo e Imobiliário dirigido por Gonçalo Areia, João Gaspar Simões e Susana Esteves Pires; um Departamento de Direito Laboral, Compliance e RGPD, dirigido por José Ricardo Gonçalves e Madalena Januário, um Departamento de Direito Civil, Contencioso e Arbitragem, dirigido por Jorge Bastos Leitão e Rosalie Santos e um Departamento de Direito Societário e Fiscal, dirigido pela Eloísa Ribeiro Santos.

Não diria que existem fatores que nos distingam no panorama da advocacia; aliás, isso não se me afigura relevante. O que interessa é que a RBMS quer exercer a advocacia de forma responsável, leal, combativa e empenhada.



Ao longo dos anos, a RBMS tem sido reconhecida por diretórios internacionais como o Legal 500 EMEA e o Chambers and Partners. Que significado tem este reconhecimento para a sociedade?

Os reconhecimentos internacionais que tivemos assumem relevância, porque como são atribuídos com base na opinião dos clientes e na consistência de uma atuação por eles reconhecida (não resultam do desempenho de um ano ou da atuação num determinado processo), são reflexo de satisfação com o nosso desempenho e, assim, um incentivo importante. Acaba também por ser fonte de reconhecimento pelos Colegas.

Num momento em que se assinalam os 100 anos da Ordem dos Advogados, como vê a evolução da profissão de advogado em Portugal e o seu papel na sociedade atual?

Bom, esta pergunta daria para uma longa entrevista. Resumindo, diria que a necessidade do advogado na sociedade moderna é inversamente proporcional à sua consideração social. Ou seja, a profusão normativa que regula a vida das pessoas, das empresas e das suas relações com as entidades públicas, a par de uma cada vez maior tensão (até agressividade) na gestão dos diversos interesses e nas interações sociais tornam o papel da advocacia incontornável, seja no aconselhamento jurídico e, por isso, como instrumento de gestão, pessoal, societária ou política, seja na representação de interesses em litígio; todavia, ao contrário, o advogado não tem hoje a respeitabilidade social que lhe permita resolver litígios, poupando a intervenção do Estado. O advogado tende a ser visto como um qualquer outro prestador de serviços e a ser “gerido” como tal.

Acresce que os advogados, ao contrário de outros tempos, estão muito desunidos, sendo incapazes de defender princípios, nomeadamente em processos judiciais, optando por olhar para o interesse particular do seu cliente, ou mesmo do seu “escritório”, o que tem levado a uma degradação da vida judicial e da capacidade de intervenção do advogado nos tribunais.

Repare-se que o grosso das medidas que têm sido referidas para “reformular” a justiça não só giram em torno da ideia de que é preciso conferir maior celeridade ao processo (o que, já de si, é desequilibrado), como vão sempre no sentido da diminuição dos direitos dos cidadãos e da liberdade e não da diminuição da burocracia, por exemplo; encurtam-se ou retiram-se prazos processuais dos advogados e aumentam-se penas e prazos de prescrição para que esta nunca ocorra e

se possa decidir um processo 20 ou 30 anos depois dos factos terem ocorrido! A par disso, aumentam-se os poderes do juiz para que este imponha as regras e o ritmo que entender ao processo. E se a isto juntarmos uma jurisprudência, quer dos tribunais judiciais quer do tribunal constitucional com uma propensão sistemática para valorizar uma visão securitária da vida em sociedade em detrimento de uma perspetiva *pro libertatis*, podemos afirmar que o trabalho dos advogados é cada vez mais difícil, mas, também, que é cada vez mais necessário.

Acho que a própria OA perdeu muita da sua respeitabilidade e da sua capacidade de se fazer ouvir e de intervir decisivamente nos grandes temas, seja da justiça, seja da defesa dos direitos, liberdades e garantias. A OA aparece hoje preocupada ou com casos concretos de administração da justiça ou com reivindicações remuneratórias dos advogados e pouco com aquilo que é o seu papel fundamental: influenciar o legislador na procura de soluções equilibradas para a vida das pessoas e denunciar as iniquidades da atuação das entidades públicas.

A própria figura do Bastonário tornou-se mais ou menos irrelevante; mais visto como um dirigente sindical do que como um arauto dos direitos.

Isto pode resultar, em parte, da existência de uma praga de advogados comentadores da vida judiciária... Para que fique claro, entendo ser perfeitamente legítima a defesa de um cliente, também, nos meios de comunicação social, porque é, também, aí que ele é julgado; mas não entendo os advogados que se limitam a comentar casos (dos outros) e que, objetivamente, interferem no trabalho dos colegas que patrocinam os intervenientes nesses casos.

Para terminar, qual é a sua visão para o futuro da RBMS e quais os principais desafios que antevê para o setor jurídico?

Em face do que acima referi, acho que à RBMS não faltará trabalho. A RBMS tem uma equipa jovem, com advogados já reconhecidos como muito competentes nas suas respetivas áreas e, por isso, o desafio é consolidar esse reconhecimento e formar equipas equilibradas que consigam conciliar o saber jurídico com a perspicácia, a combatividade e o empenho que fazem o advogado; não são características fáceis de conciliar numa só pessoa: um grande jurista não é necessariamente um bom advogado e o inverso também é verdade. Por isso, a riqueza da advocacia em equipa reside não só na partilha de conhecimento que proporciona, mas, também, na possibilidade de conciliar características diferentes dos

seus membros (uma equipa equilibrada é o que eu desejo que a RBMS seja).

Para concluir, creio que o maior desafio para a advocacia (para lá das questões de organização de mercado que me parece que seguirá as tendências que se verificam no mercado da prestação de serviços... mais aquisições e fusões do que desmembramentos), será a de não se tornar irrelevante no panorama da administração da justiça, com o advogado relegado para a figura do “idiota útil” que empresta a sua presença para que para a história fique a convicção de que o processo foi democrático! Mas para isso será preciso maior união e aceitação do risco pelos advogados. ✚



rbms

www.rbms.pt

CRA: 40 anos de história (e de sucesso)



Rui Botica Santos, Sócio Administrador da CRA

Rui Botica Santos, Sócio Administrador da Sociedade Coelho Ribeiro & Associados (CRA), sublinha o percurso sólido e distintivo de uma das mais antigas sociedades de advogados em Portugal, fundada em 1986. Com quase quatro décadas de atividade, a CRA afirma-se pela especialização no direito empresarial e em áreas de nicho, aliando experiência, coesão interna e inovação tecnológica para responder aos desafios atuais da advocacia e às necessidades dos seus clientes.

Em que ano foi fundada a Sociedade Coelho Ribeiro & Associados (CRA) e quais são os principais serviços que presta aos seus clientes?

A Coelho Ribeiro e Associados (CRA) foi fundada em 1986, na sequência da aprovação da atual lei das sociedades de advogados, tendo sido a sétima a ser constituída e registada ao abrigo desta lei. Curiosamente, somos a CR7 das sociedades de advogados, e uma das mais antigas. Este ano celebramos 40 anos de história.

Outro aspeto distintivo é o facto de termos mantido sempre a mesma designação, incluindo após o falecimento do nosso sócio fundador, o Dr. Coelho Ribeiro. Com a devida modéstia, podemos também dizer que em 1998 fomos pioneiros

na afirmação da sociedade através de uma marca própria assente nas siglas CRA, que hoje consolidam a nossa identidade.

Os nossos serviços centram-se no que costumamos designar, de forma genérica, como direito empresarial, com especial enfoque em áreas de nicho como o setor mineiro (regulatório), as tecnologias de informação, o imobiliário, o laboral, o societário e a arbitragem desportiva.

Como é composta a equipa da CRA e quais são os valores que orientam a vossa atuação?

A equipa da CRA integra advogados com diferentes níveis de experiência e especialização, permitindo uma abordagem complementar e próxima das necessidades

dos clientes. Procuramos conjugar a experiência acumulada ao longo de décadas com a energia das gerações mais jovens.

Um traço que nos caracteriza é o facto de a quase totalidade dos sócios ter iniciado aqui o seu percurso, tendo feito o estágio na CRA. É, de certa forma, uma casa onde crescemos profissionalmente, o que reforça o nosso sentido de identidade, de continuidade e de afinidades. Privilegiamos o bom relacionamento entre a equipa.

Mais do que a dimensão, valorizamos a coesão da equipa e a forma como trabalhamos em conjunto. Temos uma estrutura relativamente ágil, que facilita a comunicação interna e permite dar respostas rápidas e eficazes.



De que forma procuram distinguir-se no setor da advocacia? Quais são, na vossa perspetiva, os principais desafios atuais da profissão e como os enfrentam?

Procuramos distinguir-nos pela forma como nos posicionamos e abordamos os desafios dos nossos clientes. A expressão “problema” não faz parte do nosso léxico. Lidamos com desafios e temos sempre o cuidado de os resolver na perspetiva do interesse do cliente.

A profissão enfrenta hoje desafios relevantes, desde logo a crescente competitividade. A tecnologia, em particular a inteligência artificial, está também a transformar a advocacia. Encaramos essa evolução como uma oportunidade, integrando ferramentas

que aumentam a eficiência, sem abdicar do juízo crítico. A inteligência artificial é um instrumento útil, mas ainda não substitui a criatividade do advogado na análise e resolução dos assuntos.

Outro desafio importante é a retenção de talento, ao qual respondemos com um ambiente colaborativo e com perspetivas de crescimento. Paralelamente, procuramos preservar a identidade e os valores da profissão num contexto de mudança acelerada.

Quais são os objetivos e ambições da CRA para o futuro?

Quanto ao futuro, a nossa ambição passa por reforçar a especialização, aprofundar a internacionalização através de parcerias,

e continuar a integrar a tecnologia de forma inteligente e consciente. Tudo isto sem perder o foco no que sempre nos definiu: rigor, proximidade, confiança, disponibilidade e ética.

CRA

ENTRE A EXPERIÊNCIA E A ANTECIPAÇÃO
40 ANOS DE ADVOCACIA

www.cralaw.com

“Mais do que tratar processos, procuramos compreender pessoas”

Em entrevista à Mais Magazine, Estêvão Augusto Bernardino, sócio fundador da BR Portuguese Boutique Law Firm, apresenta a visão e posicionamento da sociedade.



Estêvão Augusto Bernardino (Advogado e sócio fundador), Charif Haissam Aoude (Advogado) e Patrícia Baltazar Resende (Advogada e sócia fundadora)

Poderia começar por nos apresentar a BR – Law Firm e explicar em que áreas de atuação se especializam?

A BR Portuguese Boutique Law Firm nasceu da nossa própria noção da raiz do que é, e do que deve ser, a advocacia: uma ideia de proximidade, rigor, discrição e responsabilidade. Somos uma sociedade portuguesa com uma vocação simultaneamente nacional e marcadamente internacional, particularmente vocacionada para o acompanhamento de matérias complexas, sensíveis e multidisciplinares, incluindo a assessoria a family offices e a clientes privados e empresariais

em operações e contextos nacionais e transfronteiriços, com especial incidência nas áreas do direito societário e comercial, investimento, reestruturação patrimonial, insolvência, contencioso estratégico, direito da família e das crianças, direito sucessório, mediação, imobiliário e imigração, aqui compreendida numa aceção ampla e contemporânea, que abrange a mobilidade internacional, a residência por investimento, os processos de nacionalidade e cidadania, bem como a realocação pessoal, familiar e patrimonial de clientes num mundo em acelerada transformação. Trata-se, aliás, de um

domínio em que começámos a trabalhar muito antes da emergência legislativa e mediática do “Golden Visa”, quando ainda poucos lhe reconheciam a centralidade que hoje assumiu. Mais do que tratar processos, procuramos compreender pessoas, contextos e interesses, porque o Direito, quando bem exercido, não é apenas técnica: é também visão, medida e sentido humano.

O que significa exatamente o conceito de Boutique Law Firm e como é estruturada a vossa equipa?

O conceito de *Boutique Law Firm* surgiu como resposta à necessidade de especialização e densidade técnica, em contraste com o modelo das grandes firmas generalistas ou *full-service*. No nosso caso, a inspiração começou ainda no final de 1999, quando, apesar de ainda estarmos no tempo de estágio, criámos um gabinete de advocacia, e já nos revíamos mais nesse modelo do que no paradigma tradicional dominante. Inspirámo-nos, em parte, no que víamos nalgumas estruturas norte-americanas: equipas mais pequenas, muito focadas, com forte intervenção dos sócios, serviço altamente personalizado e uma cultura de verdadeira proximidade ao cliente. Naturalmente, Portugal tem outra escala, outro mercado e outra realidade, e nunca confundimos ambição com ilusão. Sendo dois sócios, sempre soubemos que era necessário manter os “pés bem assentes na terra”, para não ceder à tentação de voar como Ícaro! Para nós, o espírito boutique nunca significou vaidade de forma ou pretensão de grandeza; significou, isso sim, seriedade, assinatura, especialização, reserva e um compromisso absoluto



com a qualidade do trabalho e com a relação de confiança com o cliente. A nossa equipa estrutura-se em torno dessa mesma matriz: advogados experientes e of counsels de reconhecida senioridade, elevada especialização e sólido percurso profissional, inseridos num ambiente de reserva, com acompanhamento direto dos sócios e uma cultura de exigência, transparência e dedicação integral ao cliente e ao trabalho, onde em breve pretendemos contratar um advogado e um estagiário.

Quais são os motivos pelos quais os clientes deveriam escolher a vossa sociedade? Que aspetos vos tornam únicos ou diferentes?

Porque há clientes que não procuram apenas serviços jurídicos; procuram proximidade, critério, humildade na forma de escutar e de compreender os seus problemas, confiança, senioridade, presença efetiva, sentido de responsabilidade e um acompanhamento constante, rigoroso e verdadeiramente comprometido. Num tempo em que tantas vezes se confunde dimensão com qualidade, continuamos a acreditar que a diferença está na substância: na forma como se escuta, se pensa, se escreve e se assume cada

assunto com verdadeira seriedade. Não vendemos volume; oferecemos atenção, estratégia, rigor e compromisso. Esse percurso tem, felizmente, encontrado reconhecimento, acreditamos nós! Este ano, a BR Portuguese Boutique Law Firm foi destacada pela primeira vez no Legal 500 no domínio da client satisfaction, distinção que muito nos honra e que confirma, de forma particularmente significativa, o caminho que vimos construindo desde 1999, ainda no tempo de estágio, quando já acreditávamos numa advocacia mais próxima, mais rigorosa e mais comprometida com a confiança do cliente. Estamos, aliás, a preparar a mudança para uma sede própria, num edifício nosso, junto à Gulbenkian, onde esse espírito será ainda mais visível: um espaço acolhedor, reservado, sénior e inteiramente dedicado ao trabalho, ao Direito, à transparência, ao rigor e ao dever de servir bem terceiros e ao negócio familiar.

Com a aproximação do Dia do Advogado (19 de maio), que conselho daria aos jovens que desejam seguir carreira na advocacia?

Dir-lhes-ia que não tenham pressa de parecer advogados antes de aprenderem

verdadeiramente a sê-lo (risos). A advocacia não é uma profissão de ruído, mas de densidade; não vive de aparências, mas de estudo, escrita, escuta, disciplina, coragem e formação moral. Conhecer a lei é essencial, mas insuficiente: é preciso saber ler as pessoas, compreender os conflitos, suportar a responsabilidade da confiança alheia e nunca perder a independência e não subestimar ninguém. No fundo, ser advogado continua a ser uma das formas mais exigentes e mais nobres de serviço à liberdade, à justiça e à dignidade humana, e nos tempos que correm, cada vez, mais!✚



BERNARDINO, RESENDE E ASSOCIADOS
SOCIEDADE DE ADVOGADOS RL | LAW FIRM

**Portuguese
Boutique
Law Firm**

Providing specialized
legal services

www.bernardinorende.com

Um século ao serviço da justiça

Em 2026, a advocacia em Portugal assinala um marco histórico de enorme relevância: a celebração dos 100 anos da criação da Ordem dos Advogados. Um século de existência representa não apenas a consolidação de uma profissão essencial ao funcionamento da justiça e do Estado de Direito democrático, mas também a afirmação contínua dos valores da liberdade, da independência e da defesa dos direitos fundamentais dos cidadãos.

Criada em 1926, a Ordem dos Advogados nasceu com a missão de regular o exercício da profissão, garantir padrões éticos elevados e assegurar que a advocacia fosse exercida com dignidade, competência e independência. Ao longo destes cem anos, acompanhou as profundas transformações políticas, sociais e económicas do país, resistindo a períodos de instabilidade, atravessando mudanças de regime e adaptando-se às exigências de uma sociedade em constante evolução.

A advocacia ocupa um lugar singular na vida democrática. O advogado não é apenas um representante legal ou um técnico do direito. É, acima de tudo, um garante dos direitos, liberdades e garantias dos cidadãos. Em cada processo judicial, em cada ato de consulta jurídica, em cada defesa apresentada perante os

tribunais, está presente a missão fundamental de assegurar que todos tenham acesso à justiça e que ninguém fique privado do direito à defesa.

Ao celebrar cem anos, a Ordem dos Advogados homenageia gerações de profissionais que contribuíram para a construção de uma justiça mais sólida, mais acessível e mais humana. Muitos advogados desempenharam papéis determinantes na defesa da democracia, dos direitos humanos e das liberdades cívicas, especialmente em momentos críticos da história portuguesa. A advocacia foi, em diversas ocasiões, uma voz ativa contra a arbitrariedade, a censura e a limitação dos direitos fundamentais.

Este centenário é também uma oportunidade para refletir sobre os desafios contemporâneos da profissão. A transformação digital, a crescente complexidade legislativa, a internacionalização das relações jurídicas e as novas exigências sociais colocam à advocacia desafios inéditos. Hoje, os advogados são chamados a atuar num contexto cada vez mais tecnológico e global, sem nunca perderem a dimensão humana que caracteriza o exercício da profissão.

Ao mesmo tempo, importa reconhecer a necessidade de reforçar o acesso ao

direito e aos tribunais, garantindo que a justiça não seja um privilégio reservado a alguns, mas um direito efetivo de todos os cidadãos. A defesa do segredo profissional, da independência dos advogados e da autonomia das ordens profissionais continua a ser essencial para preservar a confiança no sistema judicial.

Celebrar os 100 anos da Ordem dos Advogados é, por isso, celebrar a própria democracia portuguesa e os princípios fundamentais do Estado de Direito. É reconhecer o contributo indispensável da advocacia para a defesa da justiça, da igualdade e da liberdade. Mais do que olhar para o passado, este centenário deve servir de inspiração para o futuro, reafirmando o compromisso da profissão com os valores éticos, com o serviço público da justiça e com a defesa intransigente dos direitos dos cidadãos.

Num tempo marcado por rápidas mudanças e novos desafios, a advocacia portuguesa continua a afirmar-se como um pilar essencial da sociedade democrática, honrando o legado de um século e preparando-se para enfrentar, com responsabilidade e independência, os próximos cem anos.





“O advogado passou a atuar em cenários cada vez mais desafiadores, exigindo constante atualização, responsabilidade ética e capacidade estratégica”

Num mundo cada vez mais marcado pela mobilidade internacional, os temas da imigração e da aquisição de cidadania ganharam um peso determinante na vida de milhares de pessoas. Em entrevista com a Carolina Carvalho, a advogada partilha a sua experiência de mais de 20 anos, a sua abordagem próxima ao cliente e a visão sobre a evolução da advocacia em Portugal.

É advogada há mais de duas décadas. Como descreve o seu percurso profissional desde a formação em Direito até à atual especialização em Direito Imigratório?

Sou formada em direito desde o ano de 2005, ou seja, advogo há mais de 20 anos, atualmente atuo de forma especializada em Direito Imigratório e processos de aquisição de cidadania europeia, com foco em nacionalidade portuguesa, italiana e espanhola, além de regularização de imigrantes em Portugal e na Espanha. No Brasil atuava na área de direito tributário

e agora também estou a trazer essa área para o meu escritório em Portugal. Essa especialização exige domínio técnico não apenas da legislação, mas também dos procedimentos administrativos e judiciais aplicáveis em diferentes jurisdições.

A experiência prática permite identificar, desde o início, o caminho mais adequado para cada caso, evitando soluções genéricas. Cada processo é analisado de forma individualizada, considerando histórico familiar, documental, objetivos pessoais e viabilidade jurídica. Isso é especialmente relevante em matérias de cidadania, onde divergências documentais, lacunas históricas ou interpretações legais podem impactar diretamente o resultado.

Esse olhar estratégico, aliado ao rigor técnico, possibilita oferecer um acompanhamento mais eficiente, reduzindo riscos, custos e tempo de tramitação, ao mesmo tempo, em que garante segurança jurídica ao cliente.

Num contexto jurídico em constante mudança, qual é a importância da proximidade com o cliente na sua prática profissional?

Num cenário jurídico cada vez mais dinâmico, a proximidade com o cliente deixou de ser um diferencial e passou a ser um elemento essencial na prática da advocacia. No Direito Imigratório, essa relação torna-se ainda mais sensível, pois envolve decisões que impactam diretamente a vida, a estabilidade e o futuro das pessoas, como imigrante consigo perceber com uma sensibilidade maior o que aquele cliente está vivenciando no seu processo de regularização.

A confiança é construída por meio de transparência, comunicação clara e alinhamento de expectativas. O cliente precisa de compreender não apenas as possibilidades, mas também os limites jurídicos do seu caso. Isso evita frustrações e fortalece a relação profissional.

Além disso, a escuta ativa permite compreender as reais necessidades do cliente, indo além da demanda formal. Essa abordagem humanizada, sem perder o rigor técnico, é o que permite uma atuação mais eficaz e responsável.

Como caracteriza a evolução da advocacia em Portugal ao longo do último século?

Ao longo dos últimos 100 anos, a advocacia em Portugal consolidou-se como um pilar essencial do Estado de Direito Democrático. O advogado deixou de ser visto apenas como um operador técnico do Direito para assumir um papel mais amplo, como agente de garantia de direitos fundamentais e de equilíbrio nas relações sociais.

Essa evolução acompanha as transformações da própria sociedade, marcada pela globalização, informatização, mobilidade internacional e crescente complexidade jurídica. Nesse contexto, o advogado passou a atuar em cenários cada vez mais desafiadores, exigindo constante atualização, responsabilidade ética e capacidade estratégica.

Apesar dessas mudanças, a essência da profissão permanece a mesma: a defesa dos direitos, da legalidade e da justiça. Os advogados continuam a desempenhar um papel indispensável na proteção dos cidadãos, no acesso à justiça e na construção de uma sociedade mais justa, equilibrada e comprometida com os princípios democráticos.



Carolina Carvalho
Advogada

www.carolinacarvalhoadvocacia.com

[@carolina.carvalho.adv](https://www.instagram.com/carolina.carvalho.adv)



Gulbenkian e Ordem dos Advogados criam apoio jurídico gratuito para imigrantes

A Fundação Calouste Gulbenkian e a Ordem dos Advogados assinaram um protocolo para prestar apoio jurídico gratuito a imigrantes em Portugal, numa iniciativa que pretende facilitar a integração e ajudar cidadãos estrangeiros a lidar com processos burocráticos relacionados com imigração.

No âmbito da parceria, a fundação irá financiar um gabinete de consultas jurídicas, suportando os custos dos advogados com base na tabela do apoio judiciário. Segundo o bastonário da Ordem dos Advogados, João Massano, o objetivo é apoiar os imigrantes na instrução dos processos e no contacto com entidades como a Agência para a Integração, Migrações e Asilo (AIMA).

João Massano criticou ainda a atual capacidade de resposta do Estado na área da imigração, considerando que os serviços enfrentam falta de meios para responder eficazmente às necessidades dos cidadãos estrangeiros.

A iniciativa prevê também, numa fase futura, a criação de uma linha nacional de encaminhamento jurídico para imigrantes. O protocolo integra um dos programas da Fundação Gulbenkian dedicados à integração de migrantes e reforça o papel da sociedade civil no apoio às comunidades estrangeiras em Portugal.



Advogados já podem ter cédula profissional digital na app gov.pt

Os advogados portugueses já podem aceder à sua cédula profissional em formato digital através da aplicação gov.pt, permitindo comprovar a sua atividade profissional diretamente no telemóvel, com a mesma validade legal da versão física.

A nova funcionalidade foi apresentada no evento Bridge Talks e integra o processo de digitalização da Ordem dos Advogados em parceria com o Governo. A cédula digital inclui os principais dados de identificação do profissional e pode ser utilizada em contextos de fiscalização ou no exercício da profissão de forma rápida e segura.

A aplicação gov.pt reúne vários serviços digitais do Estado num único canal e passa agora a incluir também esta funcionalidade destinada aos advogados. A medida junta-se a outras soluções já disponíveis, como a assinatura digital com atributo profissional e o correio registado digital, que permite o envio de emails com valor legal equivalente ao de cartas registadas.

Segundo o bastonário da Ordem dos Advogados, João Massano, estas iniciativas representam mais um passo na modernização e digitalização dos serviços da instituição, estando previstas novas funcionalidades para os próximos meses, incluindo autenticação através da Chave Móvel Digital e novos sistemas de atendimento e gestão interna.



RSA: Advocacia próxima, personalizada e humana

Em entrevista à Mais Magazine, Rita Montalvão reflete sobre a evolução da RSA, marcada pela inovação e pela digitalização, sem nunca perder a proximidade com os clientes, defendendo uma advocacia mais estratégica e preparada para os desafios do futuro.



Rita Montalvão, Managing Partner da RSA

Como tem a RSA evoluído ao longo dos últimos anos e de que forma essa trajetória reflete a sua visão sobre o papel contemporâneo da advocacia em Portugal?

A RSA tem procurado afirmar, ao longo dos seus quase 30 anos, um modelo de advocacia empresarial assente em proximidade, visão estratégica, adaptabilidade e forte ligação à realidade económica dos clientes.

Mesmo sendo uma sociedade de média dimensão, sempre tivemos uma cultura de inovação muito marcada. Há mais de 20 anos já disponibilizávamos aos clientes uma plataforma digital de consulta online dos processos e implementámos modelos flexíveis de teletrabalho muito antes da pandemia.

Mais recentemente, temos vindo a apostar fortemente na modernização tecnológica e na integração de ferramentas de inteligência artificial, procurando ganhar eficiência sem perder aquilo que consideramos essencial: pensamento crítico, rigor técnico e proximidade ao cliente.

A nossa visão da advocacia é profundamente dinâmica. Hoje, os clientes não procuram apenas respostas jurídicas; procuram capacidade de decisão, visão de negócio e rapidez de execução. O advogado contemporâneo tem

de conseguir mover-se com igual conforto nos planos jurídico, económico, regulatório e tecnológico.

A RSA sempre valorizou também a dimensão académica e formativa da profissão, através da publicação de conteúdos técnicos, livros e ações de formação. Fomos ainda pioneiros na criação de uma rede de advocacia de língua portuguesa, refletindo uma visão naturalmente internacional da profissão.

Num ano em que se celebram os 100 anos da Ordem dos Advogados, como interpretam a evolução do papel do advogado no reforço do Estado de Direito democrático em Portugal?

Os 100 anos da Ordem dos Advogados representam também 100 anos de afirmação da advocacia como um dos pilares do Estado de Direito democrático.

A RSA sempre valorizou essa dimensão institucional da profissão, tendo inclusivamente uma ligação histórica à Ordem dos Advogados através do seu sócio fundador, António Raposo Subtil.

Hoje, o advogado é chamado não apenas a representar ou litigar, mas também a prevenir risco, estruturar organizações, acompanhar investimento e participar ativamente na criação de estabilidade económica e institucional.

Essa evolução exige uma advocacia tecnicamente sólida, mas também mais versátil, interdisciplinar e preparada para lidar com contextos cada vez mais complexos e internacionais.

De que forma a RSA está a integrar inovação, digitalização e novas ferramentas tecnológicas na prática jurídica, garantindo simultaneamente rigor, ética e proximidade ao cliente?

Na RSA temos vindo a integrar ferramentas tecnológicas e soluções de inteligência artificial em várias dimensões da prática jurídica, procurando aumentar eficiência, capacidade analítica e rapidez de resposta.

Mas temos uma visão clara sobre este tema: a tecnologia deve potenciar o advogado, não substituí-lo. O pensamento crítico, a experiência, a sensibilidade estratégica e a relação de confiança continuam a ser insubstituíveis.

Estamos numa fase de forte aposta na modernização interna, mas procurando preservar aquilo que faz parte do ADN da RSA: uma advocacia próxima, personalizada e humana.

Ao mesmo tempo, temos procurado criar um ambiente de trabalho dinâmico, assente na adaptabilidade das equipas, no trabalho interdisciplinar entre estas e na diversidade de percursos, experiências e nacionalidades.

Olhando para o futuro da profissão, quais considera serem os principais desafios e oportunidades para os advogados em Portugal nas próximas décadas?

A advocacia enfrentará desafios particularmente exigentes nas próximas décadas: inteligência artificial, pressão sobre honorários, internacionalização dos mercados e crescente complexidade regulatória.

Mas esses desafios representam também uma enorme oportunidade de transformação da profissão.

Os advogados serão cada vez mais chamados a interpretar contextos complexos, integrar equipas multidisciplinares e acompanhar decisões empresariais em tempo real.

Ao mesmo tempo, acreditamos que continuará a existir espaço para sociedades que consigam combinar modernização, agilidade e proximidade, sem perder o sentido crítico, a ética e a dimensão humana da profissão.

Temos também uma forte aposta nas camadas mais jovens, enquanto fator essencial de renovação, energia e transformação da advocacia portuguesa.

O futuro da advocacia não será definido apenas pela tecnologia, mas pela capacidade de a utilizar sem abdicar da independência, da responsabilidade técnica e da confiança que estão no centro da relação advogado-cliente.



www.rsa-lp.com

Sabia que...

...a advocacia é uma das profissões mais antigas do mundo?

Quando pensamos em advogados, é comum imaginarmos tribunais, processos complexos e discussões jurídicas. No entanto, a advocacia tem uma história muito mais antiga do que muitas pessoas imaginam.

A profissão já existia na Roma Antiga, onde determinados cidadãos eram chamados para defender os interesses de outras pessoas perante os tribunais. Aliás, a palavra “advogado” vem do latim *advocatus*, que significa “aquele que é chamado para ajudar”. Ao longo dos séculos, a advocacia tornou-se uma das profissões mais importantes para o funcionamento da sociedade, garantindo a defesa de direitos, a resolução de conflitos e o acesso à Justiça.

Na Idade Média, os juristas passaram também a ter um papel fundamental na organização das cidades e das instituições. Em muitas universidades europeias, o estudo do Direito tornou-se uma das áreas académicas mais prestigiadas. A capacidade de interpretar leis, negociar acordos e defender cidadãos começou a ser vista como essencial para o equilíbrio social.

...nem todos os advogados trabalham em tribunal?

Embora essa seja a imagem mais conhecida, muitos advogados nunca chegam a exercer em contexto de tribunal.

Atualmente, existem profissionais dedicados à consultoria jurídica, direito fiscal, direito laboral, proteção de dados, tecnologia, imobiliário, mediação de conflitos e até áreas emergentes ligadas à inteligência artificial e às plataformas digitais. Com a evolução da sociedade e da tecnologia, surgem constantemente novas necessidades legais, obrigando também a advocacia a adaptar-se.

Hoje em dia, muitos advogados trabalham diretamente com empresas, ajudando-as a cumprir normas legais, prevenir problemas e tomar decisões estratégicas. Outros dedicam-se exclusivamente à negociação de contratos, proteção de marcas, direitos de autor ou questões relacionadas com comércio internacional.

Existem ainda profissionais especializados em áreas bastante específicas, como direito do desporto, saúde, ambiente, energia, aviação ou entretenimento. Em muitos destes casos, o trabalho jurídico acontece longe dos tribunais e mais próximo da análise, da negociação e da prevenção de riscos.

...muitos conflitos são resolvidos sem chegar a tribunal?

Apesar da ideia comum de que todos os problemas legais acabam perante um juiz, a verdade é que muitos conflitos são resolvidos através de acordos entre as partes.

A mediação e a arbitragem têm vindo a ganhar cada vez mais importância, permitindo soluções mais rápidas, menos dispendiosas e menos desgastantes para todos os envolvidos. Nestas situações, os advogados desempenham um papel essencial na procura de equilíbrio e entendimento, ajudando os clientes a encontrar soluções viáveis sem necessidade de longos processos judiciais. Em muitos casos, um bom aconselhamento jurídico consegue evitar anos de conflito, custos elevados e desgaste emocional desnecessário.

...a advocacia tem um papel essencial na vida das pessoas?

Mais do que resolver problemas em tribunal, os advogados ajudam diariamente empresas e cidadãos a prevenir conflitos, proteger património, analisar contratos e tomar decisões com maior segurança. Muitas vezes, o trabalho jurídico acontece antes mesmo de existir qualquer litígio, através de aconselhamento e acompanhamento especializado.

No fundo, a advocacia está presente em várias fases da vida pessoal e profissional, mesmo quando nem sempre nos apercebemos disso. Desde a compra de uma casa até à criação de uma empresa, passando por heranças, contratos de trabalho ou investimentos, existem inúmeras situações em que o apoio jurídico pode fazer diferença. Muitas vezes, procurar aconselhamento antecipadamente permite evitar problemas futuros e tomar decisões mais seguras.





...os advogados têm de estudar constantemente?

Ao contrário do que muitas pessoas imaginam, terminar o curso não significa deixar de estudar. As leis mudam frequentemente, surgem novas decisões dos tribunais e aparecem desafios inéditos relacionados com tecnologia, redes sociais e privacidade digital. Por isso, a atualização constante faz parte da rotina de qualquer advogado ao longo de toda a carreira. Em muitas áreas, basta uma alteração legislativa para mudar completamente a forma como determinados assuntos são tratados.

Por essa razão, é comum os profissionais participarem em formações, conferências, cursos e seminários especializados. A aprendizagem contínua tornou-se indispensável para acompanhar a evolução da sociedade e garantir um aconselhamento jurídico adequado.

...os advogados participam em alguns dos momentos mais importantes da vida das pessoas?

Muitas pessoas associam a advocacia apenas a conflitos e problemas, mas a realidade é bastante diferente.

Um advogado pode participar em momentos muito positivos da vida das pessoas, como a criação de uma empresa, a compra de uma casa, a realização de um investimento ou a assinatura de um contrato importante. Também em processos familiares, sucessões, adoções ou proteção de património, o acompanhamento jurídico pode ajudar a garantir maior segurança e tranquilidade.

Em muitos casos, os advogados acompanham clientes durante vários anos, criando relações de confiança construídas com base na responsabilidade e no aconselhamento contínuo.

...a advocacia está a adaptar-se aos desafios do mundo digital?

Num mundo cada vez mais tecnológico, o papel da advocacia continua a ganhar importância.

Questões relacionadas com inteligência artificial, crimes informáticos, direitos digitais e proteção de dados são apenas alguns exemplos dos novos desafios que exigem respostas jurídicas cada vez mais especializadas.

Hoje, muitos contratos são assinados digitalmente, existem negócios totalmente online e surgem diariamente novas dúvidas relacionadas com privacidade e utilização de informação na internet. A transformação digital alterou profundamente a forma como pessoas e empresas comunicam, trabalham e fazem negócios, criando também novas necessidades legais.

...a advocacia continua a ser uma profissão profundamente ligada às pessoas?

Mais do que discutir leis complicadas, a advocacia tem uma função essencial: garantir que todos os cidadãos conhecem e conseguem exercer os seus direitos. No fundo, por detrás dos processos e dos códigos jurídicos, existe uma profissão ligada às histórias, aos desafios e às decisões que fazem parte da vida em sociedade.

Talvez seja precisamente essa ligação humana que torna a advocacia uma profissão tão relevante, respeitada e intemporal, mesmo num mundo em constante mudança.



Especial Ensino Superior Politécnico



Universidades Politécnicas - A afirmação e o reconhecimento de um modelo de excelência, qualidade e coesão territorial

O ensino superior enfrenta atualmente desafios particularmente exigentes, decorrentes das profundas transformações sociais, económicas, tecnológicas e demográficas que marcam as sociedades contemporâneas. Num contexto caracterizado pela crescente competitividade global, pela rápida evolução do conhecimento e pela necessidade de promover modelos de desenvolvimento mais sustentáveis, inclusivos e territorialmente equilibrados, as instituições de ensino superior assumem um papel absolutamente estratégico na qualificação das pessoas, na produção e transferência de conhecimento e na dinamização dos territórios.

Neste enquadramento ganha particular relevância a alteração de designação, consagrada no âmbito da revisão do RJIES, de Institutos Politécnicos para Universidades Politécnicas. Mais do que uma alteração de designação, esta mudança representa o reconhecimento da maturidade, da capacidade científica, pedagógica e institucional alcançada pelo subsistema politécnico, reforçando a sua afirmação nacional e internacional, reconhecendo equidade e igual valor aos dois subsistemas, enquanto se valoriza o papel determinante que os Politécnicos têm desempenhado no desenvolvimento regional, na coesão territorial e na qualificação da população portuguesa.

Neste cenário, importa reconhecer o contributo determinante que as (agora) Universidades Politécnicas têm tido em Portugal ao longo das últimas décadas. Desde logo, ao nível da democratização do acesso ao ensino superior, permitindo que milhares de estudantes, muitos deles oriundos de territórios do interior e de contextos socioeconómicos mais vulneráveis, pudessem aceder a formação superior de qualidade. Os Politécnicos afirmaram-se como instituições de proximidade, fortemente ligadas às comunidades e às necessidades concretas dos territórios, desempenhando um papel decisivo na redução de assimetrias regionais e na promoção da igualdade de oportunidades.

Mas o impacto do ensino politécnico vai muito além da formação académica. A sua ligação ao tecido empresarial, às autarquias, às instituições sociais e às dinâmicas regionais transformou os Politécnicos em verdadeiros agentes de desenvolvimento e inovação territorial. Através da formação de recursos humanos qualificados, da transferência de conhecimento, da investigação aplicada e da capacitação das empresas e organizações, estas instituições têm contribuído de forma muito significativa para aumentar a competitividade das regiões, promover a inovação e reforçar a capacidade de resposta dos territórios aos desafios atuais.

Importa igualmente sublinhar o contributo do ensino superior politécnico para a qualificação da população portuguesa, aproximando Portugal da média da OCDE em termos de qualificações superiores. Este progresso, que constitui um dos mais importantes avanços estruturais das últimas décadas, não seria possível sem o papel desempenhado pelos Politécnicos na expansão da oferta formativa e na captação de novos públicos, incluindo estudantes adultos e públicos tradicionalmente afastados do ensino superior.

Contudo, os desafios persistem. O despovoamento do interior, a dificuldade de atração e fixação de jovens qualificados e a concentração de oportunidades nas áreas metropolitanas continuam a colocar em risco a coesão territorial e o desenvolvimento equilibrado do país. Por isso, torna-se essencial que o discurso político em torno da valorização do interior e da coesão territorial seja acompanhado pela concretização de políticas públicas concretas, efetivas, consistentes e duradouras. Políticas capazes de reforçar a atratividade dos territórios de menor densidade, apoiar as instituições de ensino superior aí localizadas, promover o investimento, criar oportunidades de emprego qualificado e garantir condições para que o talento possa não apenas formar-se nestas regiões, mas também nelas construir o seu futuro. Só assim será possível assegurar um país mais equilibrado, mais competitivo e verdadeiramente coeso.

Luís Loures, Presidente do Conselho Coordenador dos Institutos Superiores Politécnicos (CCISP)

“Ensino que faz acontecer”

“Este é o caminho que queremos continuar a construir: mais Educação, mais Ciência e mais Inovação”

Ingressar no Ensino Superior é muito mais do que iniciar um novo ciclo de estudos. É abrir uma porta à descoberta académica, social e cultural.

A Educação é o mais poderoso elevador social de uma sociedade democrática. É com esta convicção que estamos a trabalhar para garantir a igualdade de oportunidades no acesso ao Ensino Superior e criar melhores condições para que mais estudantes ingressem e, sobretudo, tenham sucesso.

O novo Sistema de Ação Social, apresentado em dezembro, foi pensado para ser mais justo e mais adaptado à situação económica de cada família, tendo em conta o custo real de estudar. Para garantir que a falta de recursos financeiros não é um obstáculo ao acesso, será criada uma bolsa adicional de incentivo de 1 045 euros anuais, atribuída ao longo de todo o curso aos alunos do Ensino Secundário beneficiários do escalão A do abono de família.

Contudo, o desafio da qualificação do País não se esgota nos mais jovens. Com a revisão do Regime de Graus e Diplomas, pretendemos valorizar os diplomas de ciclo curto (Cursos Técnicos Superiores Profissionais) e as microcredenciais, preparando o sistema para novos públicos – maiores de 23 anos, trabalhadores-estudantes e pessoas que procuram atualizar conhecimentos ao longo da vida.

O Programa do XXV Governo Constitucional define como objetivo estratégico aumentar para mais de 50% a percentagem de adultos entre os 25 e os 34 anos com diploma de Ensino Superior até 2030. É uma meta ambiciosa, mas necessária para o desenvolvimento do país.

Neste caminho, os Cursos Técnicos Superiores Profissionais podem ter um papel particularmente relevante, sobretudo quando alinhados com as necessidades das regiões e do mercado de trabalho.

A importância do Ensino Superior, na formação dos recursos humanos e na geração de conhecimento e no desenvolvimento dos territórios, está na origem da criação de duas novas universidades: a Universidade de Leiria e do Oeste e a Universidade Técnica do Porto, resultantes da transformação do Instituto Politécnico de Leiria e do Instituto Politécnico do Porto. Trata-se de um sinal importante para o desenvolvimento das regiões onde estas instituições se inserem e para a sua projeção internacional.

Garantir o acesso ao Ensino Superior significa igualmente assegurar condições dignas para quem nele estuda. O Governo está a investir mais de 500 milhões de euros na construção e reabilitação de 135 residências, o que permitirá disponibilizar mais de 11 mil camas adicionais face à capacidade existente antes do PRR.

Este é o caminho que queremos continuar a construir: mais Educação, mais Ciência e mais Inovação. Três pilares essenciais para o futuro de Portugal.

Fernando Alexandre, Ministro da Educação, Ciência e Inovação



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

“Vamos criar um campus onde o aluno vive, estuda, trabalha e se diverte, numa abordagem disruptiva do Ensino Superior em Portugal”

A Escola Superior de Tecnologia da Saúde do Politécnico de Coimbra (ESTeSC-IPC) prepara-se para dar um passo inovador no ensino superior em Portugal com o lançamento da nova licenciatura em Terapia Ocupacional, que terá como cenário o Hospital Rovisco Pais. Em entrevista à Mais Magazine, o Presidente da Escola, Graciano Paulo, revela um projeto disruptivo que junta formação académica, prática clínica e vida em campus num mesmo espaço, aproximando os estudantes da realidade profissional desde o primeiro dia e redefinindo a forma de aprender na área da saúde.



Graciano Paulo, Presidente da ESTeSC

A Escola Superior de Tecnologia da Saúde do Politécnico de Coimbra (ESTeSC-IPC) vai abrir, no próximo ano letivo, uma nova licenciatura em Terapia Ocupacional, que funcionará no Hospital Rovisco Pais (Tocha, concelho de Cantanhede), amplamente conhecido pelo trabalho que desenvolve na área de reabilitação. É no campus do hospital, rodeados de natureza verde e a 10 minutos de distância da praia, que os estudantes poderão também viver, pernoitando no campus, nas residências disponibilizadas e utilizando os espaços de estudo e convívio daquela estrutura.

“Pela primeira vez, vamos criar um campus onde o aluno vive, estuda, trabalha e se diverte, numa abordagem disruptiva do

Ensino Superior em Portugal”, descreve o presidente da ESTeSC-IPC, Graciano Paulo.

Todos os cursos de licenciatura da ESTeSC-IPC têm uma intensa componente prática nos seus planos de estudo, mas, no caso da Terapia Ocupacional, os estudantes não vão esperar para começar: estudando no mesmo espaço onde estão os doentes, entram em contacto, desde o primeiro dia, com a prática clínica em contexto real de trabalho, desenvolvendo competências onde tudo acontece de verdade.

Além das residências e espaços de convívio – em edifícios dentro do campus do Hospital Rovisco Pais (HRP), que estão a ser reabilitados especificamente para o efeito –, a ESTeSC-IPC vai dotar o espaço de bicicletas elétricas, que permitirão aos estudantes deslocar-se dentro e fora do campus.

Apesar de a maioria das atividades acontecer fora de Coimbra, o curso de Terapia Ocupacional não representa, de forma alguma, um corte com a Escola e com a tradição académica da cidade. Os estudantes terão, aliás, aulas nas instalações da ESTeSC-IPC duas vezes por semana. As deslocações de e para o HRP serão asseguradas por autocarros, de utilização gratuita para os estudantes, disponibilizados pelo município de Cantanhede, parceiro da HRP e da ESTeSC-IPC neste projeto. “Não estamos a tirar Coimbra aos estudantes. Estamos a dar-lhes mais: mais prática, mais realidade, mais futuro”, sintetiza o presidente da ESTeSC-IPC, Graciano Paulo. E acrescenta: “O polo da Tocha não é um ‘fora’, mas sim um privilégio dentro. É Coimbra levada mais longe: um espaço onde a excelência da ESTeSC se vive com ainda mais proximidade, onde a natureza, o campo e o mar se tornam cenário de aprendizagem real”.

Até 2030, a ESTeSC-IPC prevê a abertura de mais dois cursos de licenciatura no HRP:

Terapia da Fala e Ortoprotesia. O campus acolherá também cursos não conferentes de grau, como é exemplo a pós-graduação em Integração Sensorial, já em funcionamento.

Ligação ao terreno: aprender onde tudo acontece

A ligação da ESTeSC-IPC ao tecido empresarial e às instituições de saúde não é recente — é, aliás, uma das marcas identitárias da Escola. Todos os cursos de licenciatura integram estágios em contexto real de trabalho, permitindo aos estudantes uma imersão progressiva nas dinâmicas do setor. Esta proximidade estende-se também ao plano internacional, através de acordos com grupos empresariais que abrem portas a experiências profissionais em países como Inglaterra ou Omã.

Com a criação da nova licenciatura em Terapia Ocupacional, esta relação ganha uma nova dimensão. O funcionamento do curso no Hospital Rovisco Pais traduz-se numa integração ainda mais profunda entre ensino, investigação e prática clínica. “Este é um projeto de grande relevância estratégica para a ESTeSC-IPC, que representa um passo decisivo na aproximação entre o ensino, a investigação e a prática clínica”, sublinha o presidente, Graciano Paulo. E acrescenta: “A presença neste centro de referência nacional permitirá aprofundar a formação em contexto clínico altamente especializado e consolidar um modelo de ensino cada vez mais próximo das necessidades do sistema de saúde”.

Inovação ao serviço da aprendizagem

Num setor em constante transformação, a aposta na inovação tecnológica e na investigação aplicada é uma prioridade clara. Nos últimos anos, a ESTeSC-IPC tem realizado um



investimento significativo em equipamentos de simulação clínica, num montante que ronda os dois milhões de euros desde 2022, recorrendo, sempre que possível, a programas de financiamento comunitário.

Este investimento permitiu a atualização dos laboratórios da Escola com equipamentos que possibilitam a criação de ambientes de treino muito próximos da realidade. Neste contexto, os estudantes podem aprender e praticar com maior segurança e qualidade, desenvolvendo competências técnicas e clínicas ao mais alto nível, o que facilitará, posteriormente, a sua integração em equipas de saúde. “Sem falsas modéstias, podemos afirmar que a ESTeSC-IPC é a escola superior de tecnologia da saúde mais bem equipada do país do ponto de vista tecnológico”, afirma o presidente da Escola, frisando que “a ESTeSC-IPC marca a diferença por praticar um ensino inovador e atual”.

Paralelamente, a Escola tem vindo a incentivar o desenvolvimento de projetos de investigação na sua comunidade, com iniciativas como o L@bYRA, que premeia os melhores trabalhos de investigação realizados por estudantes, ou o Co4ID – Cocreating

for InterDisciplinary, desenvolvido em parceria com a Unidade Local de Saúde de Coimbra, que financia projetos dinamizados por equipas multidisciplinares.

Um futuro com mais ciência, mais prática e mais mundo

Olhando para o futuro, a ESTeSC continuará a afirmar-se como uma instituição de referência no ensino superior politécnico em saúde, reforçando o seu contributo para a competitividade, a inovação e o progresso social em Portugal. As suas principais apostas estratégicas passam por consolidar uma formação cada vez mais prática, científica e tecnologicamente avançada, orientada para as necessidades reais do sistema de saúde, das empresas e da comunidade.

Uma das prioridades será o reforço da inovação pedagógica e tecnológica, através da integração de metodologias ativas, ambientes de simulação clínica e ferramentas digitais que aproximem a aprendizagem dos contextos profissionais. Projetos como o INNOV2CARE evidenciam essa aposta numa formação mais imersiva, segura e alinhada com os desafios atuais da saúde.

A investigação aplicada e a transferência de conhecimento continuarão também a ganhar protagonismo, a par de uma aposta reforçada na formação ao longo da vida, com pós-graduações, microcredenciações e cursos de formação contínua ajustados a um mercado em constante evolução.

A internacionalização manter-se-á como um eixo estratégico, através da mobilidade de estudantes, docentes e investigadores e da participação em redes e projetos europeus, preparando profissionais para contextos cada vez mais globais.

Por fim, a ligação à comunidade, às instituições de saúde e aos parceiros territoriais continuará a ser um pilar essencial. “Desta forma a Escola contribui para formar profissionais altamente qualificados, promover respostas mais eficazes aos desafios em saúde e reforçar o papel do ensino politécnico como motor de desenvolvimento regional e nacional”, finaliza Graciano Paulo.

É nesta visão integrada — onde ensino, prática, investigação e inovação caminham lado a lado — que a ESTeSC-IPC reforça o papel do ensino politécnico como motor de desenvolvimento, competitividade e progresso em Portugal.↗



**Escola Superior
de Tecnologia
da Saúde**

Politécnico de Coimbra

www.estesc.ipc.pt

POLITÉCNICO DE PORTALEGRE

Excelência no ensino com impacto regional e ambição global

Luís Loures, Presidente do Instituto Politécnico de Portalegre, destaca a aposta da instituição em quatro novas licenciaturas e um mestrado para o próximo ano letivo, reforçando uma oferta formativa alinhada com as necessidades do território, das empresas e dos desafios do futuro.



Luís Loures, Presidente do Instituto Politécnico de Portalegre

Como descreveria o IP Portalegre e o que distingue esta instituição no panorama do ensino politécnico em Portugal?

Eu descreveria o Politécnico de Portalegre como uma instituição de ensino, investigação, transferência de tecnologia, e de excelência, com um impacto regional muito forte e com uma abrangência global.

Aquilo que distingue o Politécnico de Portalegre no panorama nacional é uma formação muito aplicada, baseada em conceitos específicos ao nível da inovação pedagógica; Aprendizagem Baseada em Problemas (PBL) e Aprendizagem Baseada em Projetos (PBR); mas também uma formação muito ligada ao tecido empresarial, onde os alunos usufruem de um ecossistema próprio, que está internalizado no Politécnico através das suas incubadoras.

No próximo ano letivo vão lançar quatro novas licenciaturas e um mestrado. Que áreas abrangem e a que necessidades pretendem responder?

Os novos cursos pretendem responder à nossa missão estratégica de desenvolvimento de competências, não só para o tecido empresarial regional, mas também para o país.

Por exemplo, no que se refere aos cursos de Gestão de Recursos Humanos e de Línguas Aplicadas em Comunicação Digital, o que nós estamos a falar são questões específicas ligadas à criação de fileira e oferta formativa regional.

Engenharia Química e Biológica: são áreas em crescente nesta região do ponto de vista industrial, muito ligadas, numa primeira fase, ao setor primário, mas agora também aos setores da economia circular e da sustentabilidade, que entendemos que são fundamentais e que é preciso

podermos formar estes profissionais no território, para conseguir depois fixá-los e dar esta resposta específica. Naquilo que diz respeito à questão da licenciatura de Som e Imagem, estamos a falar da identificação de uma lacuna de mercado, que não é só nossa, a nível regional, mas que é do mercado nacional e internacional em franco crescimento.

O mestrado em Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico e de Matemática e Ciências Naturais no 2.º Ciclo do Ensino Básico é uma questão mais concreta. Estamos a responder a um desígnio nacional: é preciso continuar a formar professores; capacitar mais estudantes para o mercado, a esse nível.

De que forma o IP Portalegre tem reforçado a ligação às empresas e criado mais oportunidades para os estudantes?

Temos um conjunto de protocolos muito significativo com empresas em todas as áreas de educação e formação que ministramos no Politécnico. Porque acreditamos num ensino prático e aplicado, em que o aluno, para além de uma formação teórica, consistente e robusta, sabe efetivamente aquelas que são as áreas e as matérias onde tem de atuar, do ponto de vista profissional.

Aliás, nós integramos a Universidade Europeia EU4DUAL, que tem esse princípio – o princípio da educação dual – em que o aluno, ao longo do seu processo de ensino-aprendizagem, na universidade, tem um contacto direto e imersivo dentro do tecido empresarial (empresas e indústria).

Esta relação foi muito ampliada pelo modelo de ensino e aprendizagem que nós desenvolvemos, e pelo facto de termos incubadoras de empresas próprias focadas em diferentes áreas do conhecimento.

Note-se que há uma parte significativa dos nossos estudantes, superior a 90%, que



encontra emprego na sua área de formação nos primeiros três meses! Não estamos a falar de um emprego qualquer. Estamos a falar de um emprego na respetiva área de formação. É algo que tem um impacto significativo e resulta desta proximidade grande com o tecido empresarial.

A atração de alunos é um desafio crescente. Que estratégias têm adotado para captar estudantes nacionais e internacionais?

A atração dos alunos, quer a nível nacional, quer a nível internacional, resulta muito do nosso posicionamento e da forma como comunicamos a excelência da oferta formativa do Politécnico. E depois, também, está muito associada à questão da reputação institucional, que advém de um conjunto alargado de atividades.

Não é por acaso que nós começámos, há três anos, a desenvolver uma iniciativa a que designámos “Politécnico de Excelência”, onde premiamos o mérito em todos os cursos, do Politécnico. Porque só podemos ser os melhores se reconhecermos o trabalho dos melhores. É isso que fazemos, e que até à data tem sido diferenciador, porque os nossos estudantes sabem que queremos os melhores, mas que também criamos as condições necessárias para que possam utilizar todo o seu potencial.

Qual é a sua visão para o futuro do IP Portalegre e quais são as principais metas para os próximos anos?

A minha visão é continuarmos este percurso de afirmação do Politécnico de Portalegre, enquanto instituição de Ensino Superior de Excelência, muito ligada ao seu território e que é capaz de responder não só aos desafios da região, mas também aos grandes desafios sociais. Quando nós estamos, neste momento, a abordar novas áreas do conhecimento, – como as áreas da Defesa, do Aeroespacial, do Espaço – não estamos só a responder a um desafio da região Alentejo; estamos



a responder a um desafio que é do país e do mundo, mas que nós entendemos que temos condições – competência, indústria, capacidade instalada – para poder fazê-lo.

Quando criamos, no IP Portalegre, um doutoramento em Agricultura Sustentável, fazemo-lo porque sabemos que a produção primária/a produção agrícola é fundamental para a nossa autonomia e também independência nacional, porque somos um país em muitas áreas deficitário, ao nível daquilo que é a produção primária, mas também sabemos que temos de produzir de forma sustentável, com o menor impacto ambiental, a pensar nas pessoas, com um maior retorno económico. Quando olhamos para a situação global de uma guerra no Médio Oriente... tivemos um incremento de cerca de 50% no custo dos fertilizantes! Tem um impacto direto. E, por isso, o Politécnico, quando se posiciona com um doutoramento em Agricultura Sustentável e outro em Economia Circular,

que promovem investigação que pode levar ao desenvolvimento de novos fertilizantes biológicos, dando resposta às necessidades do setor e permitindo aumentar a nossa independência, está a fazer um trabalho que é fundamental para a região e para o país.

Por sua vez os doutoramentos em Economia Circular, e em Hidrogénio e Gases Renováveis, representam a afirmação de áreas emergentes, que não se cingem à região de Portalegre, são objetivos e desideratos nacionais e internacionais.

Veja-se, por exemplo, a questão da economia circular: é uma das apostas fortes da Comissão Europeia; a questão das energias renováveis e da nossa independência energética!

E, por isso, o posicionamento do Politécnico de Portalegre/a minha visão para o futuro é: que sigamos este caminho de afirmação institucional, sempre dando resposta às necessidades da região e do país. Porque só podemos ser relevantes, se formos relevantes para o conjunto, independentemente do nosso papel – que é a excelência da nossa oferta formativa e da nossa investigação – nunca seremos verdadeiramente significativos se não o formos com os outros.✚



www.ipportalegre.pt

“É do casamento entre exigência académica e proximidade ao mercado que se constrói a empregabilidade dos nossos diplomados”

Com uma forte aposta na formação prática, na inovação e na proximidade ao mercado de trabalho, o Instituto Politécnico de Santarém tem vindo a afirmar-se como uma referência no ensino superior politécnico em Portugal. Em entrevista à Mais Magazine, o presidente desta instituição, João Moutão, destaca o crescimento da instituição, a diversificação da oferta formativa e o reforço da ligação às empresas e à comunidade como pilares estratégicos do desenvolvimento regional e nacional.



João Moutão, Presidente do Instituto Politécnico de Santarém

De que forma o Instituto Politécnico de Santarém tem vindo a afirmar-se como uma instituição de referência no ensino superior politécnico, nomeadamente na formação orientada para a prática e para o mercado de trabalho?

O Instituto Politécnico de Santarém afirma-se como uma instituição de referência através da articulação entre uma tradição consolidada — sustentada pelas suas cinco Escolas, com décadas de inserção no território — e uma forte capacidade de inovação institucional. Em 2023, ao abrigo da Lei n.º 16/2023, conquistámos o direito de conferir o grau de doutor, abrindo uma nova etapa que se consolidou com a acreditação pela A3ES dos primeiros

programas doutorais e com a integração na aliança de universidades europeias ACE2-EU. A nossa formação é pensada para a prática: estágios em contexto real de trabalho, projetos com empresas e instituições, laboratórios em ambiente agrário, clínico, desportivo, educativo e empresarial, e uma forte articulação com ordens e associações profissionais. É do casamento entre exigência académica e proximidade ao mercado que se constrói a empregabilidade dos nossos diplomados, uma das mais altas a nível nacional.


De que forma a diversidade da oferta formativa do Instituto Politécnico de Santarém — que abrange áreas como a agricultura, saúde, educação, gestão, tecnologia e desporto — responde às necessidades atuais do mercado de trabalho e às dinâmicas de desenvolvimento regional e nacional?

A nossa oferta — distribuída pelas Escolas Superiores Agrária, de Desporto, de Educação, de Gestão e Tecnologia e de Saúde — traduz uma leitura estratégica das vocações do território e dos desafios contemporâneos. Permite formar, no mesmo Instituto, profissionais para a agricultura sustentável e a transição alimentar, para uma saúde adaptada ao envelhecimento

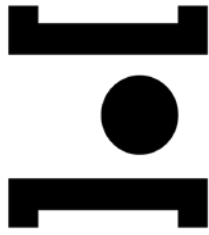
ativo, para a educação dos primeiros anos, para a digitalização das empresas e para o desporto e a atividade física ao longo da vida.

Esta amplitude habilita-nos a respostas integradas em domínios como a longevidade, a saúde digital, a sustentabilidade alimentar ou a inclusão no desporto e na educação, entre muitas outras. Cobrimos todos os ciclos — TeSP, licenciatura, mestrado e doutoramento — bem como pós-graduações, microcredenciais e ensino a distância, garantindo qualificação ao longo da vida.

De que forma o IPSantarém reforça a sua ligação ao tecido empresarial e à comunidade regional, contribuindo para o desenvolvimento económico e social da região de Santarém e do país?

A ligação ao tecido empresarial e à comunidade é parte da identidade do IPSantarém. Trabalhamos em parceria estrutural com a NERSANT, o INIAV, autarquias do Ribatejo, IPSS, federações e ordens profissionais. Os nossos centros de I&D — CIEQV, CIAC, SPRINT, CIDESD, CERNAS, RISE-HEALTH — e parcerias como o Tagus Valley e o Parque Tecnológico de Óbidos criam pontes diretas entre investigação e empresas, devolvendo à comunidade aquilo que ela investe em nós. 





POLITÉCNICO DE SANTARÉM

ESCOLA SUPERIOR AGRÁRIA

LICENCIATURAS

- › AGRONOMIA (REGIME DIURNO E PÓS-LABORAL)
- › BIOLOGIA E BIOTECNOLOGIA ALIMENTAR
- › ENFERMAGEM VETERINÁRIA – NOVO
- › QUALIDADE ALIMENTAR E NUTRIÇÃO HUMANA
- › ZOOTECNIA

MESTRADOS

- › ENGENHARIA AGRONÓMICA
- › ENGENHARIA ZOOTÉCNICA
- › TECNOLOGIA ALIMENTAR

DOCTORAMENTOS

- › PROGRAMA DOUTORAL EM SUSTENTABILIDADE AGRO-ALIMENTAR E AMBIENTAL (EM PARCERIA COM IP COIMBRA, IP CASTELO BRANCO E IP VISEU)

PÓS-GRADUAÇÕES

- › DIETA MEDITERRÂNICA E SUSTENTABILIDADE

TESP

- › ANÁLISES LABORATORIAIS
- › CUIDADOS VETERINÁRIOS
- › EQUINICULTURA E ATIVIDADES HÍPICAS
- › INOVAÇÃO EM GASTRONOMIA
- › MECANIZAÇÃO E TECNOLOGIA AGRÁRIA
- › TECNOLOGIAS DE PRODUÇÃO INTEGRADA EM HORTOFRUTÍCOLAS
- › VITICULTURA E ENOLOGIA
- › ZOOTECNIA

ESCOLA SUPERIOR DE DESPORTO DE RIO MAIOR

LICENCIATURAS

- › ATIVIDADE FÍSICA E ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS
- › DESPORTO, CONDIÇÃO FÍSICA E SAÚDE
- › DESPORTO DE NATUREZA E TURISMO ATIVO
- › GESTÃO DAS ORGANIZAÇÕES DESPORTIVAS
- › TREINO DESPORTIVO

MESTRADOS

- › ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE
- › GESTÃO DO DESPORTO
- › TREINO DESPORTIVO

PÓS-GRADUAÇÕES

- › ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE NA GRAVIDEZ E PÓS-PARTO

TESP

- › JOGOS ELETRÓNICOS E COMPETIÇÕES DESPORTIVAS DIGITAIS
- › SURFING NO TREINO E NA ANIMAÇÃO TURÍSTICA

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO

LICENCIATURAS

- › EDUCAÇÃO AMBIENTAL E TURISMO DE NATUREZA
- › EDUCAÇÃO BÁSICA
- › EDUCAÇÃO SOCIAL
- › PRODUÇÃO MULTIMÉDIA EM EDUCAÇÃO

MESTRADOS

- › ADMINISTRAÇÃO EDUCACIONAL
- › EDUCAÇÃO ESPECIAL E INCLUSIVA
- › EDUCAÇÃO SOCIAL E INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA
- › RECURSOS DIGITAIS EM EDUCAÇÃO

MESTRADOS QUE HABILITAM PARA A DOCÊNCIA

- › EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR
- › EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR E ENSINO DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO
- › ENSINO DO 1.º CEB E DE MATEMÁTICA E CIÊNCIAS NATURAIS DO 2.º CEB

PÓS-GRADUAÇÕES

- › EDUCAÇÃO STEAM

TESP

- › ACOMPANHAMENTO DE CRIANÇAS E JOVENS
- › DESIGN DIGITAL

ESCOLA SUPERIOR DE GESTÃO E TECNOLOGIA

LICENCIATURAS

- › CONTABILIDADE E FISCALIDADE
- › ENGENHARIA INFORMÁTICA
- › GESTÃO (REGIME DIURNO E PÓS-LABORAL)
- › GESTÃO DE MARKETING
- › NEGÓCIOS INTERNACIONAIS

MESTRADOS

- › CONTABILIDADE E FINANÇAS
- › GESTÃO DE ORGANIZAÇÕES DE ECONOMIA SOCIAL
- › GESTÃO DE UNIDADES DE SAÚDE
- › GESTÃO – ESPECIALIZAÇÕES EM: GESTÃO E SUSTENTABILIDADE: MARKETING E DIGITAL BUSINESS AND ANALYTICS
- › INFORMÁTICA APLICADA

PÓS-GRADUAÇÕES

- › BUSINESS INTELLIGENCE AND ANALYTICS
- › CYBERSECURITY

TESP

- › DISTRIBUIÇÃO E LOGÍSTICA
- › GESTÃO DE NEGÓCIOS
- › MARKETING DIGITAL
- › REDES E SISTEMAS INFORMÁTICOS
- › TECNOLOGIAS E PROGRAMAÇÃO DE SISTEMAS DE INFORMAÇÃO
- › TECNOLOGIAS WEB E DISPOSITIVOS MÓVEIS

ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE

LICENCIATURAS

- › ENFERMAGEM
- › FISIOTERAPIA

MESTRADOS

- › ENFERMAGEM COMUNITÁRIA – ÁREA DE ENFERMAGEM DE SAÚDE COMUNITÁRIA E DE SAÚDE PÚBLICA
- › ENFERMAGEM COMUNITÁRIA – ÁREA DE ENFERMAGEM DE SAÚDE FAMILIAR (EM ASSOCIAÇÃO COM INSTITUTO POLITÉCNICO DE VISEU)
- › ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO (EM ASSOCIAÇÃO COM INSTITUTO POLITÉCNICO DE LEIRIA E A ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM S. FRANCISCO DAS MISERICÓRDIAS)
- › ENFERMAGEM DE SAÚDE MATERNA E OBSTÉTRICA
- › ENFERMAGEM DE SAÚDE MENTAL E PSIQUIÁTRICA (EM ASSOCIAÇÃO COM O INSTITUTO POLITÉCNICO DE VISEU)

PÓS-GRADUAÇÕES

- › GESTÃO DE FERIDAS COMPLEXAS E VIABILIDADE TECIDULAR
- › HOSPITALIZAÇÃO DOMICILIÁRIA
- › PREVENÇÃO E CONTROLE DE INFECÇÃO
- › SUPERVISÃO CLÍNICA

TESP

- › APOIO DOMICILIÁRIO
- › SECRETARIADO EM SAÚDE



WWW.IPSANTAREM.PT



Os Fundos Europeus mais próximos de si.



Os Fundos Europeus mais próximos de si.



Politécnico de Viana vai lançar doutoramento em Ciências do Desporto

O Politécnico de Viana do Castelo vai disponibilizar, no próximo ano letivo, o primeiro doutoramento da instituição, dedicado à área das Ciências do Desporto. O anúncio surge no ano em que a Escola Superior de Desporto e Lazer (ESDL), sediada em Melgaço, celebra 15 anos de atividade.

O novo programa doutoral será desenvolvido em parceria com os politécnicos de Santarém, Castelo Branco, Coimbra,

Beja e Guarda, através de um modelo de consórcio que permitirá a partilha de recursos, instalações e equipas especializadas.

Ao longo dos últimos anos, a ESDL tem reforçado a sua posição na formação e investigação nas áreas do desporto, exercício e saúde, destacando-se pela ligação ao território e pela preparação de profissionais qualificados para um setor em constante evolução.

A criação do doutoramento representa um reforço da oferta científica e académica do ensino politécnico, permitindo também aumentar a capacidade de investigação e inovação nesta área.

As comemorações dos 15 anos da escola incluem conferências, iniciativas académicas e momentos de homenagem à história e figuras marcantes da instituição.



Politécnico de Leiria amplia oferta com dois novos doutoramentos

O Instituto Politécnico de Leiria (IPL) vai lançar dois novos programas de doutoramento no ano letivo 2026/2027, reforçando a sua oferta formativa avançada. Os novos cursos serão em Atividade Física e Bem-Estar e em Mediação Intercultural e Intervenção Social, funcionando na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais.

Com estas novas formações, o IPL passa a contar com seis doutoramentos aprovados, consolidando a sua posição como o instituto politécnico português

com maior oferta doutoral.

Segundo o presidente do IPL, Carlos Rabadão, a aprovação destes programas representa um passo importante no crescimento da instituição ao nível da investigação científica, qualificação do corpo docente e desenvolvimento de formação avançada.

O doutoramento em Mediação Intercultural e Intervenção Social pretende preparar profissionais para responder aos desafios sociais contemporâneos e desenvolver projetos ligados à inclusão

e mediação intercultural. Já o doutoramento em Atividade Física e Bem-Estar aposta na formação de investigadores e especialistas nas áreas da saúde pública, promoção de estilos de vida ativos e sustentabilidade.

Além dos programas já aprovados, o Politécnico de Leiria tem ainda várias propostas de doutoramento em avaliação pela Agência de Avaliação e Acreditação do Ensino Superior, em áreas como Engenharia Informática, Gestão, Fisioterapia, Direito e Envelhecimento.



Politécnico de Tomar

Polytechnic University

Bolsa + Superior
até 1955€ anuais

Constrói o teu Futuro

#AquiNuncaEstasSozinho

cTeSP Cursos Técnicos Superiores Profissionais

- › Análises Laboratoriais
- › Animação e Modelação 3D e Jogos
- › Automação Industrial
- › Contabilidade e Gestão
- › Design Multimédia
- › Energias Renováveis (em parceria com a Endesa)
- › Gestão Administrativa de Recursos Humanos
- › Gestão de Turismo
- › Informática
- › Instalações Elétricas e Manutenção Industrial
- › Manutenção de Sistemas Mecatrónicos
- › Marketing Digital
- › Segurança e Proteção Civil
- › Som e Imagem
- › Tecnologia e Produção nas Artes do Espetáculo
- › Tecnologia e Programação de Sistemas de Informação

Obs: Oferta formativa sujeita à condição de inscrição de número mínimo de estudantes.



Candidata-te em:
www.ipt.pt

LICENCIATURAS

- › Cinema e Media Digitais
- › Comunicação Social: Jornalismo e Comunicação Empresarial
- › Computação e Logística
- › Conservação e Restauro
- › Contabilidade
- › Design e Tecnologia das Artes Gráficas
- › Engenharia Civil (em parceria com a Escola Superior de Actividades Imobiliárias - ESAI)
- › Engenharia Eletrotécnica e de Computadores
- › Engenharia Informática
- › Engenharia Mecânica
- › Fotografia
- › Gestão da Edificação e Obras (em parceria com a Escola Superior de Actividades Imobiliárias - ESAI)
- › Gestão de Empresas
- › Gestão de Recursos Humanos e Comportamento Organizacional
- › Informática e Tecnologias Multimédia
- › Tecnologia Química
- › Turismo e Gestão do Património Cultural



Co-funded by
the European Union



Politécnico de Coimbra levou 48 atletas às fases finais universitárias

O Politécnico de Coimbra (IPC) esteve representado nas Fases Finais dos Campeonatos Nacionais Universitários 2026 com um total de 48 estudantes-atletas, distribuídos pelas modalidades de futsal masculino, futebol de 11 masculino e basquetebol masculino.

A competição, considerada o principal evento multidesportivo do ensino superior em Portugal, decorreu em Viseu e reuniu equipas de várias instituições de

ensino superior de todo o país.

Durante a apresentação oficial das equipas, responsáveis do IPC destacaram a importância do desporto universitário na formação pessoal e académica dos estudantes. A presidente da instituição, Cândida Malça, sublinhou qualidades como disciplina, resiliência e dedicação, essenciais para conciliar a vida académica com a prática desportiva.

Também o pró-presidente responsável

pelo desporto, Hélder Santos, reforçou a aposta do Politécnico de Coimbra nesta área, destacando o trabalho desenvolvido pelas equipas técnicas e o empenho dos atletas ao longo da época.

Os estudantes que integraram as equipas representam todas as escolas do IPC, reforçando o espírito de união e representação académica da instituição.



Politécnico de Castelo Branco reforça cooperação com universidade da Polónia

O Instituto Politécnico de Castelo Branco (IPCB) reforçou a cooperação internacional com a Universidade Tecnológica de Cracóvia, na Polónia, através de uma mobilidade académica realizada no âmbito do programa Erasmus+.

A iniciativa contou com a participação do docente José Vieira, que esteve naquela instituição entre os dias 20 e 24 de abril, desenvolvendo várias atividades académicas em colaboração com docentes e investigadores da universidade polaca.

Durante a visita, o professor do IPCB dinamizou palestras e aulas abertas para estudantes do Departamento de Controlo Automático e Ciência da Computação, abordando temas relacionados com o controlo de sistemas lineares e não lineares, incluindo controladores PID, modelos neuro-difusos e sistemas preditivos baseados em modelos.

Além da componente letiva, a mobilidade serviu também para aprofundar relações institucionais entre as duas entidades. Foram discutidas possíveis

formas de colaboração futura, nomeadamente ao nível da mobilidade de estudantes e docentes, bem como do desenvolvimento de projetos de investigação conjuntos.

A parceria reforça a estratégia de internacionalização do IPCB e a aposta na criação de redes de cooperação académica e científica com instituições europeias no âmbito do ensino superior e da investigação.

O TEU FUTURO É NA ESCOLA SUPERIOR NÁUTICA

LICENCIATURAS *

ENGENHARIA DE MÁQUINAS MARÍTIMAS

ENGENHARIA ELETROTÉCNICA MARÍTIMA

ENGENHARIA INFORMÁTICA E DE COMPUTADORES

GESTÃO DE TRANSPORTES E LOGÍSTICA

GESTÃO PORTUÁRIA

PILOTAGEM

CURSOS TÉCNICOS SUPERIORES PROFISSIONAIS

MECÂNICA NAVAL

MECATRÓNICA NAVAL

NAVEGAÇÃO, OPERAÇÕES MARÍTIMO-PORTUÁRIAS E PESCA

NAVEGAÇÃO DE RECREIO E OPERAÇÃO MARÍTIMO-TURÍSTICA

REDES E SISTEMAS INFORMÁTICOS

ROBÓTICA E INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

SUSTENTABILIDADE ENERGÉTICA E CLIMATIZAÇÃO

MESTRADOS

ENGENHARIA DE MÁQUINAS MARÍTIMAS

PILOTAGEM

ENSINO SUPERIOR
PÚBLICO

DE REFERÊNCIA

CURSOS COM ELEVADA TAXA DE

EMPREGABILIDADE

PROFISSÕES COM

**ELEVADA
REMUNERAÇÃO**

CARREIRA

INTERNACIONAL

**CERTIFICAÇÕES
MARÍTIMAS**

VÁLIDAS INTERNACIONALMENTE



ESCOLA SUPERIOR
NÁUTICA
INFANTE D. HENRIQUE

NO
RUMO
CERTO

***CANDIDATURAS A PARTIR DE 20 DE JULHO**

Licenciaturas: através do Concurso Nacional de Acesso ao Ensino Superior - www.dges.gov.pt

Cursos Técnicos Superiores Profissionais - www.enautica.pt

Mestrados - www.enautica.pt



Visit Portugal
“O melhor do mundo está aqui”

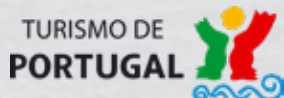
“O turismo está a puxar o país para cima, acrescenta ao nosso produto, melhora a nossa balança comercial e é uma atividade muito importante”

Manuel Castro Almeida, Ministro da Economia e Coesão Territorial
Fonte: Sapo



“O futuro do turismo passa, inevitavelmente, por uma abordagem estratégica e colaborativa que valoriza o nosso património natural e cultural, respeita as comunidades e responde às exigências de um viajante cada vez mais consciente e responsável. Portugal tem todas as condições para liderar este caminho e consolidar-se como um exemplo de excelência no turismo”

Carlos Abade, Presidente do Turismo de Portugal



Uma viagem no tempo dentro das muralhas de Montemor-o-Novo

Entre 12 e 14 de junho, o Castelo de Montemor-o-Novo recebe a Feira Medieval 2026, um evento que aposta no rigor histórico e na recriação do quotidiano da época. Durante três dias, o recinto ganha nova vida com ofícios, torneios, animação e experiências que dão a conhecer a importância histórica e cultural da vila.

A Feira Medieval 2026, em Montemor-o-Novo, transforma o Castelo e torna este monumento num centro de interpretação vivo da sua história e arqueologia. Para quem observa as suas muralhas, este espaço funciona como um livro aberto onde séculos de ocupação deixaram marcas concretas, desde os vestígios da época medieval até ao seu abandono completo já no século passado. A organização da Feira Medieval do Castelo de Montemor-o-Novo assenta na premissa de que o rigor histórico deve ser a base de toda a experiência, permitindo que os visitantes compreendam a evolução de um dos maiores perímetros amuralhados da Península Ibérica através das evidências, fundamentadas em décadas de investigação arqueológica e histórica.

A abertura do evento faz-se com a inauguração oficial na sexta-feira, ao final do dia e o início das vivências quotidianas no recinto, marcando o arranque de uma dinâmica que procura recriar o ambiente da vila dentro de muralhas durante todo o fim de semana. A antiga malha urbana do burgo, hoje em grande parte desaparecida ou sob camadas de terra, é a principal

protagonista de toda a Feira Medieval. Este modelo de ocupação funcional do espaço permite conciliar a afluência de público com a necessidade de salvaguarda das estruturas arqueológicas mais sensíveis, garantindo que a integridade do monumento nacional é preservada. O convite para

visitar Montemor-o-Novo entre 12 e 14 de junho é, por isso, uma oportunidade para testemunhar como a preservação do património e a divulgação cultural podem coexistir de forma equilibrada.

A história de Montemor-o-Novo encontra-se ligada a momentos fundamentais da





organização do território nacional. Recebeu o seu primeiro foral em 1203, por D. Sancho I, num esforço de repovoamento e defesa. Contudo, a relevância do local estende-se para além da esfera militar. Em 1495, o Paço dos Alcaides, cujas ruínas ainda dominam a zona mais alta da alcáçova, foi o palco das Cortes convocadas por D. Manuel I. Foi neste local que se discutiu e decidiu o prosseguimento da viagem depois encetada por Vasco da Gama rumo à Índia, um facto que coloca este castelo no centro da história da expansão portuguesa. A Feira Medieval de 2026 utiliza este contexto para situar o visitante, oferecendo uma perspetiva sobre a importância política e administrativa da vila no final do século XV, permitindo que cada passo dado dentro de muralhas seja uma ligação às decisões que mudaram o rumo do mundo.

Um dos pontos centrais do programa situa-se no adro do Convento da Saudação, local onde se instala a Justa. Este espaço, delimitado pela imponente fachada do convento e pelas muralhas, é o palco para os torneios de armas e para a demonstração de técnicas de combate. A proximidade entre a estrutura militar e a fundação religiosa do século XVI, que cresceu sobre antigas casas reais, ajuda a ilustrar as mudanças de uso do solo dentro do castelo de Montemor-o-Novo.

A zona a caminho do antigo palácio, conhecido como o Paço dos Alcaides, é dedicada à arqueologia experimental e à demonstração de antigos ofícios. Neste local, artesãos trabalham em tempo real, utilizando métodos de produção que se baseiam em achados arqueológicos identificados no próprio concelho. O visitante pode observar o ferreiro ou o carpinteiro, entendendo a arte e a mestria dos artesãos medievais.



A oferta educativa estende-se ainda a um espaço dedicado aos jogos junto ao Centro Interpretativo do Castelo, onde as famílias são convidadas a conhecer e experimentar as formas de diversão ligadas à época medieval. Esta componente lúdica permite uma participação direta no quotidiano histórico, transformando a aprendizagem sobre o passado num processo dinâmico e geracional que aproxima os mais novos da Idade Média.

O mercado medieval, distribuído pelas áreas abertas do recinto, reúne mercadores que mantêm viva a ligação entre o setor produtivo regional e as antigas dinâmicas comerciais. O comércio de proximidade ou os produtos da terra refletem a importância estratégica de Montemor-o-Novo como ponto de paragem nas rotas que ligavam Lisboa ao interior alentejano. Este espaço é complementado

pela animação itinerante, onde músicos e grupos de artes performativas utilizam repertórios documentados em cancionários antigos e instrumentos que são réplicas de modelos medievais. Não há elementos amplificados eletronicamente; o som é o da pele, da madeira e do metal, respeitando a acústica natural de todo o castelo.

A componente gastronómica do programa é igualmente fundamentada em fontes históricas e no estudo da dieta antiga. As tabernas, dinamizadas pelo tecido económico e associativo local, privilegiam ingredientes identificados em registos documentais da época. Esta escolha evita anacronismos e permite que a refeição no castelo seja também ela um ato de recriação histórica. O visitante é convidado a provar sabores que resistiram ao tempo, sentando-se à mesa num ambiente que evoca a vida antiga no castelo.

A Feira Medieval de 2026 encerra os seus dias com momentos de animação na zona da alcáçova, onde o teatro e as artes de fogo utilizam as ruínas do Paço dos Alcaides como cenário natural. Entre 12 e 14 de junho, subir ao castelo é uma oportunidade para viajar no tempo. Visite a Feira Medieval no Castelo de Montemor-o-Novo! 🚩



www.visitmontemornovo.com

Portugal investe 11 milhões de euros para promover turismo no interior

O Governo vai investir cerca de 11 milhões de euros em projetos destinados a reforçar o turismo nas regiões do interior de Portugal, com o objetivo de reduzir a concentração de visitantes em cidades como Lisboa e Porto e promover novos destinos no país.

No total, estão a ser apoiados 12 projetos turísticos com financiamento direto de 4,5 milhões de euros, inseridos na iniciativa “Crescer com o Turismo”, lançada em 2025 e com um orçamento global de 30 milhões de euros.

As iniciativas abrangem regiões do Norte, Centro, Alentejo e Ribatejo e vão apostar em áreas como turismo de natureza, gastronomia, bem-estar, cultura e turismo ativo. Entre as prioridades estão também a criação de novos produtos turísticos, a valorização do património histórico e cultural e o desenvolvimento de territórios mais sustentáveis e inteligentes.

O programa inclui ainda medidas de formação e qualificação para trabalhadores do setor, com especial atenção a situações de maior vulnerabilidade.

Segundo o ministro da Economia e da Coesão Territorial, os projetos de menor dimensão no interior são fundamentais para valorizar o património local e criar experiências turísticas diferenciadoras, devendo ser mais promovidos e divulgados.

Em 2025, Portugal recebeu mais de 32 milhões de hóspedes, com forte peso dos mercados internacionais, e registou receitas turísticas de 29,1 mil milhões de euros. No entanto, o crescimento do turismo tem também gerado preocupações em algumas zonas mais pressionadas, como Lisboa, onde residentes têm apontado impactos da massificação turística.



Turismo de Portugal e Nova SBE lançam programa de literacia financeira para PME

O Turismo de Portugal e a Nova School of Business and Economics (Nova SBE) vão desenvolver um programa de literacia financeira dirigido às pequenas e médias empresas do setor do turismo, com o objetivo de reforçar competências de gestão e sustentabilidade financeira.

A iniciativa integra o programa “Finanças para Todos – Empresas” e prevê abranger cerca de seis mil empresas e 50 mil trabalhadores em 118 municípios, entre 2026 e 2030. A fase inicial arranca em

54 municípios, com expansão prevista para mais 64 localidades a partir de 2027.

O programa incide sobre temas como serviços financeiros, crédito, segurança digital, endividamento, investimento, reforma e mercado de trabalho, procurando reforçar a capacidade das empresas para uma gestão mais informada e resiliente.

Desenvolvido pela Nova SBE e financiado pela União Europeia, o projeto inclui ações de formação gratuitas em

formato presencial, realizadas em diferentes regiões do país. O Turismo de Portugal será responsável pela divulgação junto das empresas do setor e pela articulação com a sua rede institucional.

A iniciativa contará ainda com a colaboração das Escolas de Hotelaria e Turismo, que poderão acolher sessões de formação em várias regiões, reforçando a ligação entre formação e tecido empresarial.

Turismo de cruzeiros gera 940 milhões de euros em Portugal e cresce em 2025

O turismo de cruzeiros em Portugal gerou cerca de 940 milhões de euros em 2025 e sustentou aproximadamente 9.800 postos de trabalho, num ano marcado pelo aumento da procura, segundo dados da Cruise Lines International Association (CLIA).

O número de passageiros portugueses cresceu 7,3%, com cerca de 80 mil pessoas a optarem por este tipo de viagens, acompanhando também a tendência de crescimento no mercado europeu, que se aproximou dos nove milhões de pas-

sageiros.

Em Portugal, o impacto económico do setor inclui uma contribuição de 410 milhões de euros para o Produto Interno Bruto (PIB), destacando-se os gastos das companhias de cruzeiros, passageiros e tripulações, que dinamizam setores como o comércio local e os serviços.

O Mediterrâneo mantém-se como o destino mais procurado pelos passageiros europeus, seguido de outras regiões como Caraíbas e Bermudas. No caso português, o perfil do viajante mantém-se es-

tável, com idade média de 48 anos e viagens com cerca de oito dias de duração.

A CLIA sublinha ainda que grande parte dos passageiros participa em excursões em terra e que muitos regressam posteriormente aos destinos visitados, contribuindo para a dinamização do turismo local.

O setor continua também a investir na modernização da frota e na transição energética, com novos navios mais sustentáveis previstos para os próximos anos.



Vê Portugal reúne setor do turismo interno em Viseu com foco na inovação e sustentabilidade

O Fórum de Turismo Interno “Vê Portugal” realiza-se em Viseu, reunindo representantes do setor turístico nacional para debater os principais desafios e tendências do turismo em Portugal, com destaque para inovação, sustentabilidade e valorização dos territórios.

A iniciativa, promovida pela Turismo Centro de Portugal, assume uma dimensão nacional e junta especialistas, empresários, académicos e decisores para refletir sobre o futuro do turismo, sob o

mote “Portugal inspira. O turismo transforma”.

Ao longo do evento serão abordados temas como inteligência artificial aplicada ao turismo, autenticidade dos destinos, turismo de negócios, bem-estar, turismo ativo e storytelling, com o objetivo de promover novas abordagens para o desenvolvimento do setor.

O programa inclui também formatos inovadores, como o Vê Portugal Lab, dedicado à comunidade académica, e as

Vê Talks, que apresentam intervenções curtas sobre inovação e transformação digital no turismo. Está ainda prevista a gravação ao vivo de um podcast de grande audiência, aproximando o evento de novos públicos.

O fórum integra momentos de debate, networking e promoção do território, incluindo iniciativas de contacto direto com a região, reforçando a ligação entre turismo, economia e desenvolvimento local.

O turismo em Portugal é uma das maiores forças económicas do país e um dos setores que mais cresceu nas últimas décadas. Portugal deixou de ser apenas um destino “descoberto por poucos” e passou a ser um dos países mais visitados da Europa, atraindo viajantes por causa da combinação rara de clima, segurança, cultura, gastronomia e diversidade de paisagens.

Hoje, o país recebe milhões de turistas por ano, e essa procura está espalhada por todo o território — desde cidades históricas até ilhas no meio do Atlântico.

Um dos climas mais atrativos da Europa

Uma das principais razões para o crescimento do turismo em Portugal é o clima.

- Invernos suaves (especialmente no sul)
- Verões quentes, mas geralmente moderados pela brisa atlântica
- Muitas horas de sol por ano

No Algarve, o clima é tão estável que o turismo acontece praticamente o ano inteiro. Isto é uma vantagem enorme em relação a outros destinos europeus mais sazonais.

Um país com uma costa impressionante

Portugal tem cerca de 900 km de costa atlântica, o que cria uma enorme variedade de praias e paisagens marítimas.

Existem três tipos principais de experiência costeira:

Algarve (sul)

- Praias mais quentes e turísticas
- Grutas e falésias douradas
- Águas calmas em muitas zonas

Costa Oeste (centro)

- Mar mais forte e selvagem
- Muito procurada por surfistas

Norte

- Praias mais frias e naturais
- Menos turismo de massa

Um dos fenómenos mais conhecidos do país acontece na Nazaré, onde as ondas gigantes podem ultrapassar alturas impressionantes devido ao chamado “Canhão da Nazaré”, um fenómeno geológico submarino único.

Cidades históricas com séculos de história

Portugal tem várias cidades com património histórico extremamente rico.

Lisboa

Lisboa é a capital e um dos principais destinos turísticos da Europa.

Curiosidades:

- Cidade construída sobre sete colinas
- Elétricos históricos ainda em funcionamento
- Mistura de bairros antigos e modernos
- Forte ligação ao rio Tejo

O famoso elétrico 28 atravessa zonas históricas como Alfama e Graça, oferecendo uma viagem quase no tempo.

Porto

Porto é conhecido pela sua identidade forte e pelo vinho do Porto.

Curiosidades:

- Centro histórico classificado pela UNESCO
- Ribeira muito pitoresca
- Ponte de D. Luís I (ícone da cidade)
- Ligação ao rio Douro

As caves de vinho em Vila Nova de Gaia são uma das atrações mais visitadas.

Coimbra

Coimbra destaca-se pela tradição académica.

Curiosidades:

- Universidade fundada no século XIII
- Uma das mais antigas da Europa
- Tradição estudantil muito forte

Gastronomia: um dos grandes motivos de visita

A comida portuguesa é um dos fatores mais importantes para o turismo.

Pratos típicos

- Bacalhau (existem mais de 100 receitas)
- Sardinhas assadas (muito populares no verão)
- Polvo à lagareiro
- Caldo verde
- Francesinha (Porto)

Doces

- Pastéis de nata
- Ovos moles (Aveiro)
- Travesseiros de Sintra

Bebidas

- Vinho do Porto
 - Vinho verde
 - Vinhos do Douro e Alentejo
- O vinho do Porto é produzido na região do Douro, uma das paisagens vinícolas mais bonitas do mundo.



Cultura e identidade portuguesa

O turismo cultural é muito forte em Portugal.

Fado

O Fado é uma expressão musical profundamente emocional, ligada à saudade.

É possível ouvi-lo em:

- Casas de fado em Lisboa
- Algumas zonas de Coimbra

Foi reconhecido pela UNESCO como Património Imaterial da Humanidade.

Festas populares

- Santo António (Lisboa)
- São João (Porto)
- Festas tradicionais em aldeias do interior

Estas festas misturam religião, música, comida e tradição.

Monumentos e património histórico

Portugal tem um património histórico muito rico ligado à Era dos Descobrimentos.

Monumentos importantes:

- Torre de Belém
- Mosteiro dos Jerónimos
- Castelo de São Jorge
- Palácio da Pena

O Palácio da Pena, em Sintra, é um dos castelos mais fotografados do mundo devido às suas cores e estilo romântico.

Natureza, ilhas e turismo sustentável

Portugal também é muito forte no turismo de natureza.

Açores

Os Açores são um arquipélago vulcânico no meio do Atlântico.

Curiosidades:

- Lagoas dentro de crateras vulcânicas
- Observação de baleias
- Paisagens verdes e intocadas

Madeira

A Madeira é conhecida como “a ilha da eterna primavera”.

Curiosidades:

- Levadas (caminhos de água únicos)
- Montanhas e falésias altas
- Vegetação tropical

Segurança e hospitalidade

Portugal é frequentemente classificado como um dos países mais seguros do mundo.

Fatores importantes:

- Baixa criminalidade
- Hospitalidade dos portugueses
- Boa infraestrutura turística
- Facilidade de deslocação dentro do país

Isto faz com que seja um destino muito procurado por famílias, casais e viajantes individuais.

Importância económica do turismo

O turismo é essencial para Portugal:

- Cria milhares de empregos
- Sustenta hotéis, restaurantes e transportes
- Impulsiona cidades e regiões menos conhecidas
- Aumenta exportações indiretas (vinho, produtos locais)

Cidades como Lisboa, Porto e regiões como o Algarve dependem fortemente do turismo durante o ano inteiro.

Conclusão

O turismo em Portugal é tão forte porque combina vários fatores raros ao mesmo tempo:

- Clima agradável
- História rica
- Cultura única
- Gastronomia reconhecida mundialmente
- Paisagens muito variadas (mar, montanha, ilhas)
- Segurança e hospitalidade

Por isso, Portugal não é apenas um destino de férias — é um país completo para diferentes tipos de turismo durante todo o ano.

A RECICLAGEM É AÇÃO



A reciclagem é, acima de tudo, uma escolha pelo futuro

A reciclagem é uma das formas mais diretas e eficazes de agir em defesa de um melhor presente e futuro. Num momento em que enfrentamos fenómenos climáticos extremos, cadeias de abastecimento instáveis e dependência de matérias-primas importadas, a reciclagem e a recuperação de materiais ganha uma nova urgência. Reintegrar resíduos na economia é uma decisão estratégica que reforça a autonomia, a resiliência e a capacidade de criar valor dentro do próprio país. Ao fazê-lo, Portugal reduz a dependência externa, transforma desperdício em oportunidade e constrói uma economia mais forte, eficiente e sustentável.

Portugal tem feito um percurso relevante nesta área, com investimentos na prevenção e redução de resíduos, no reforço da recolha seletiva e na modernização das infraestruturas de tratamento.

Temos de continuar a trilhar e reforçar o nosso empenho, é necessário melhorar a separação na origem, aumentar as taxas de reciclagem e reduzir o envio de resíduos para aterro. A inovação tecnológica, a capacitação dos agentes do setor e o envolvimento do tecido empresarial são decisivos, mas nada substitui o papel ativo dos cidadãos.

Cada embalagem corretamente separada, cada hábito de consumo mais consciente e cada iniciativa local contam. A reciclagem começa em casa, nas escolas, nas empresas e nas comunidades, e ganha escala através de políticas públicas coerentes, baseadas no conhecimento científico e na cooperação entre todos os atores.

Garantir um futuro mais sustentável exige ação hoje.

Nesse sentido, o Governo apresentou a Estratégia TERRA+ que promove uma reforma estrutural de todo o ciclo de resíduos. Contempla várias medidas em 6 eixos de ação, um modelo de governança multinível e um programa de financiamento, até 2030. É uma estratégia de execução, com transparência e prazos, um realinhamento estratégico para os resíduos e é o maior esforço financeiro de sempre no setor.

Assim, garante previsibilidade, coesão territorial e eficiência económica. Com esta Estratégia, ao transformar resíduos em recursos, estamos a dar um contributo para acelerar o setor dos resíduos, a proteger o ambiente, a criar emprego, incrementar a competitividade da economia circular, gerar riqueza e promover uma sociedade mais responsável e solidária, melhorando a qualidade de vida das pessoas.

João Manuel Esteves, Secretário de Estado do Ambiente



REPÚBLICA
PORTUGUESA

SECRETÁRIO DE ESTADO
DO AMBIENTE

"TRANSFORMAR RESÍDUOS EM RECURSOS PARA GARANTIR O FUTURO"

A valorização de resíduos desempenha um papel fundamental na preservação do ambiente e dos ecossistemas

Ao transformar resíduos em novas matérias-primas, reduz-se a necessidade de extrair recursos naturais, como o petróleo usado na produção de plásticos — um problema amplamente identificado, mas ainda sem solução à vista.

Mas por que razão as taxas de reciclagem em Portugal continuam abaixo do necessário para cumprir as metas da União Europeia? Apesar dos investimentos realizados, os resultados mantêm-se aquém do previsto nos planos estratégicos nacionais, sendo frequentemente atribuída responsabilidade aos Sistemas de Gestão de Resíduos Urbanos.

Na realidade, não existe uma única causa. A baixa qualidade dos materiais recolhidos resulta de vários fatores, desde logo, o facto de se tratar de resíduos urbanos — produzidos no quotidiano das pessoas, comércio e serviços. Para que possam ser valorizados, é essencial que sejam corretamente separados na origem; caso contrário, tornam-se inviáveis para reciclagem.

Apesar da crescente consciência ambiental, muitos cidadãos continuam a não separar os resíduos, optando pelo contentor indiferenciado. Este comportamento pode resultar de campanhas de sensibilização pouco consistentes ou pouco claras, bem como de falta de informação eficaz.

Por outro lado, a perceção de responsabilidade é limitada. Como o custo da gestão de resíduos está geralmente incluído na fatura da água e depende do consumo, os cidadãos não associam diretamente o que pagam à quantidade de resíduos que produzem.

Existem, contudo, exemplos positivos em municípios que adotaram o modelo PAYT (Pay-As-You-Throw), onde se paga em função dos resíduos gerados. Apesar dos bons resultados, a sua implementação tem sido limitada devido aos custos elevados.

Também a comodidade influencia os resultados: sistemas de recolha porta a porta demonstram maior eficácia, mas implicam investimentos significativos.

Sabendo-se qual é o caminho, o desafio passa por assumir a necessidade de investimento nacional em políticas consistentes e eficazes que permitam concretizar o potencial da valorização de resíduos.

Paulo Praça, Presidente da ESGRA





Planalto Beirão: 35 anos de evolução e o desafio da economia circular no território

Ricardo Cruz, Presidente da Câmara Municipal de Tábua e Presidente do Conselho Diretivo da AMRPB, Carla Borges, Presidente da Câmara Municipal de Tondela e Presidente do Conselho de Administração da Ecobeirão EIM e José Portela, Diretor Executivo da Associação de Municípios, revelam o importante papel da Associação de Municípios da Região do Planalto Beirão na transformação de um vasto território compreendido entre o Caramulo e a Estrela através da implementação de um Serviço integral de gestão de resíduos urbanos que se pretende de qualidade e que acima de tudo, deve ser sustentável a vários níveis.

A Associação de Municípios da Região do Planalto Beirão celebra este ano 35 anos da sua constituição. O que esteve na origem da sua criação, em 1991?

A criação da AMRPB, em 1991, surgiu num contexto em que os municípios da região perceberam que, isoladamente, dificilmente conseguiriam assegurar os investimentos, a capacidade técnica e a escala necessária para responder a problemas estruturais, sobretudo nas áreas da gestão de resíduos e do abastecimento de água. A associação nasceu precisamente dessa visão de cooperação intermunicipal, com o objetivo de encerrar as lixeiras existentes e criar um sistema integrado de gestão de resíduos, bem como desenvolver soluções ao nível do abastecimento e distribuição de água, garantindo melhores condições ambientais, maior proteção da saúde pública e serviços de qualidade para as

populações. Ao longo destes 35 anos, e com o apoio dos diferentes quadros comunitários, foi possível construir infraestruturas de raiz e implementar serviços públicos alinhados com as exigências legais e regulamentares em vigor. Na área dos resíduos, destaca-se a criação do Centro de Tratamento de Resíduos do Planalto Beirão, em Tondela, que permitiu estruturar um sistema integrado de recolha e tratamento de resíduos ao serviço de 19 municípios, beneficiando da escala necessária para assegurar maior eficiência e qualidade do serviço prestado. Paralelamente, foi desenvolvido um sistema de abastecimento e distribuição de água em cinco municípios da região, dando resposta a problemas de escassez e falta de água há muito identificados pelas populações e pelas autarquias.

Qual é hoje a principal missão da Associação de Municípios da Região do Planalto Beirão e quais são os grandes objetivos que orientam a sua atuação?

A AMRPB é uma associação de municípios de fins específicos, com uma forte vocação intermunicipal e de serviço público. Com sede em Tondela, a associação presta serviço a cerca de 326 mil habitantes distribuídos por 19 municípios: Aguiar da Beira, Carregal do Sal, Castro Daire, Gouveia, Mangualde, Mortágua, Nelas, Oliveira de Frades, Oliveira do Hospital, Penalva do Castelo, Santa Comba Dão, Sátão, Seia, São Pedro do Sul, Tábua, Tondela, Vila Nova de Paiva, Viseu e Vouzela. Trata-se de um território com mais de 4.600 km², marcado por uma geografia diversificada e por desafios muito próprios de um território de baixa densidade populacional, o que exige soluções técnicas e operacionais



para 10% até 2035. Para responder a estas metas, a AMRPB definiu uma estratégia centrada no reforço da reciclagem, com particular enfoque recentemente nos biorresíduos, na sustentabilidade económico-financeira do sistema e em três grandes prioridades: prevenção da produção de resíduos, promoção da economia circular e descarbonização do sistema.

Os biorresíduos têm um papel importante na estratégia da AMRPB?

Os biorresíduos têm hoje um papel absolutamente central na estratégia da Associação de Municípios, não só pelo seu peso significativo na composição dos resíduos urbanos, mas sobretudo pelo potencial de valorização ambiental e energética que representam. No território, estima-se uma produção anual de cerca de

particularmente exigentes ao nível da recolha, tratamento e valorização dos resíduos, bem como na gestão dos recursos hídricos. Nesse contexto, os grandes objetivos da AMRPB passam por assegurar serviços públicos ambientalmente responsáveis, promover a valorização dos resíduos, reforçar a sustentabilidade dos sistemas, contribuir para a proteção da saúde pública e acompanhar as crescentes exigências ambientais e climáticas. A associação detém ainda a Ecobeirão, EIM, entidade gestora em alta responsável pelo Sistema de Gestão de Resíduos Urbanos do Planalto Beirão, que integra várias valências industriais ligadas ao tratamento e valorização de resíduos, assumindo um papel central na estratégia ambiental da região.

PERSU 2030 introduziu novos desafios ao setor, nomeadamente a meta de reciclar 60% dos resíduos urbanos até 2030 e reduzir a deposição em aterro

Qual é o retrato atual da gestão de resíduos na região e de que forma a AMRPB tem vindo a adaptar o seu sistema às novas metas ambientais definidas no âmbito do PERSU 2030?

Em 2025, a Associação de Municípios recolheu e tratou cerca de 135 mil toneladas de resíduos urbanos, provenientes de diferentes sistemas, incluindo recolha indiferenciada em 25 mil contentores, recolha seletiva em 3000 ecopontos e 19 ecocentros e diversos serviços porta a porta, entre outras soluções de encaminhamento de resíduos. Nos últimos anos, o Sistema de Gestão de Resíduos Urbanos do Planalto Beirão tem registado uma evolução relevante, impulsionada por investimentos contínuos e por uma gestão orientada para a eficiência e sustentabilidade do serviço público. Estes investimentos, maioritariamente cofinanciados, permitiram modernizar infraestruturas, aproximar o sistema dos utilizadores e reforçar o alinhamento com objetivos ambientais cada vez mais exigentes. Neste enquadramento, o

Sou resto, mas ainda presto!

Recolha seletiva porta-a-porta de biorresíduos alimentares.

Planalto Beirão
FUNDO AMBIENTAL

? Sabia que os biorresíduos representam cerca de 40% de todos os resíduos que produzimos?

o fim é apenas um começo.



50 mil toneladas de biorresíduos, o que corresponde a uma capitação média de aproximadamente 130 kg por habitante. Esta realidade confirma a importância de atuar de forma estruturada nesta fração, que inclui essencialmente restos alimentares e resíduos verdes. Sob o lema “Sou resto, mas ainda presto”, a AMRPB iniciou em 2025 a implementação de um novo serviço de recolha seletiva de biorresíduos, assente num modelo gradual de expansão. Este sistema privilegia inicialmente a recolha porta a porta, com especial enfoque nos grandes produtores não domésticos, como restaurantes, cafés, cantinas e outros estabelecimentos do setor alimentar, sem descuidar, numa fase progressiva, o envolvimento do setor doméstico. Em paralelo, esta estratégia implica o reforço e a adaptação da capacidade instalada de tratamento, garantindo a valorização desta fração através da produção de composto de qualidade e da produção de energia renovável, designadamente biometano, resultante de processos de digestão anaeróbia. Desta forma, a AMRPB procura não apenas cumprir as metas ambientais nacionais e europeias, mas também transformar os biorresíduos num recurso efetivo no contexto da economia circular.

Como é que a AMRPB acompanha a necessidade de assegurar a imputação dos custos do sistema aos utilizadores, conforme a legislação vigente?

A sustentabilidade económico-financeira de um sistema de gestão de resíduos é hoje um dos principais desafios de uma entidade gestora, sendo um princípio estruturante o cumprimento do enquadramento regulatório definido pela entidade

reguladora, nomeadamente no que respeita à recuperação integral dos custos através do tarifário aplicado aos utilizadores. Contudo, este objetivo enfrenta constrangimentos muito específicos do território. Por um lado, o SGRU do Planalto Beirão opera num contexto de baixa densidade populacional, com um número de utilizadores relativamente reduzido e disperso. Por outro, trata-se de um território com elevada complexidade operacional, onde a recolha e o tratamento dos resíduos implicam maiores custos logísticos e de infraestrutura quando comparados com regiões do litoral, onde existe maior concentração de população e, conseqüentemente, uma base mais alargada de repartição de custos. Neste sentido, a AMRPB procura equilibrar o cumprimento das exigências regulatórias com a realidade territorial, garantindo uma gestão eficiente e rigorosa dos recursos, a otimização contínua do sistema e a necessidade de assegurar um serviço público de qualidade. A evolução do tarifário tem, por isso, de refletir não apenas os custos reais do sistema, mas também a equidade e sustentabilidade do serviço prestado aos municípios e aos seus utilizadores.

Nos dias de hoje, os resíduos urbanos representam também uma oportunidade, enquanto recurso com potencial de transformação em matéria-prima, energia e novos ciclos de valorização. Como é que a AMRPB tem vindo a acompanhar essa evolução?

Sem dúvida que essa é uma das mudanças mais estruturantes na forma de olhar para os resíduos. A AMRPB tem procurado acompanhar esse desafio valorizando o potencial multimaterial,

orgânico e energético dos resíduos urbanos, assumindo que aquilo que antes era entendido como “fim de linha” pode hoje ser integrado em lógicas de economia circular. Um exemplo claro dessa evolução é a sinergia estabelecida em 2024 entre a Ecobeirão e o setor cimenteiro, através da produção e fornecimento de combustíveis derivados de resíduos, produzidos a partir da “fração resto” do tratamento de resíduos urbanos. Esta solução contribui diretamente para a redução da deposição em aterro e, simultaneamente, para a diminuição das emissões de gases com efeito de estufa, beneficiando tanto o sistema como os parceiros industriais envolvidos. Este tipo de valorização reforça o papel estratégico da AMRPB na transição para uma economia mais circular na região, promovendo soluções ambientalmente mais exigentes e alinhadas com os melhores princípios de sustentabilidade e eficiência de recursos. A eletrificação de parte da frota de recolha seletiva de resíduos é também um dos objetivos a médio prazo.

Atendendo às necessárias atualizações ao modelo técnico de gestão de resíduos operado na região Centro, como se posiciona a AMRPB nesse contexto?

Não será só a região Centro do país a verificar que falta algo para fechar o ciclo de tratamento e eliminação de resíduos. Na generalidade de Portugal Continental, a gestão de resíduos urbanos e não urbanos enfrenta uma pressão crescente devido à proximidade do esgotamento da capacidade de vários aterros sanitários. Esta situação evidencia a dependência histórica desta solução e coloca um desafio imediato à continuidade do modelo atual,



exigindo uma resposta estruturada e célere ao nível do sistema. Neste contexto, torna-se essencial reforçar a capacidade instalada de valorização energética de fração resto de tratamento mecânico de resíduos. Aliás, a valorização energética surge como uma solução complementar à reciclagem, permitindo tratar a fração não reciclável e reduzir a deposição em aterro, sendo determinante para garantir a sustentabilidade do sistema e o cumprimento das metas ambientais nacionais e europeias. Face a este cenário e concluídos os estudos preliminares, a AMRPB deu início à elaboração da proposta de definição de âmbito do Estudo de Impacto Ambiental para a eventual instalação de uma unidade de valorização energética de resíduos, dimensionada à escala das necessidades da região Centro. Trata-se de uma oportunidade estratégica que exige articulação entre entidades públicas e restantes stakeholders, de forma a garantir uma resposta consistente, sustentável e alinhada com o interesse público, contribuindo para inverter o atual desequilíbrio estrutural da região.

Para encerrar, olhando para estes 35 anos da Associação de Municípios da Região do Planalto Beirão, que balanço faz da visão dos seus fundadores e do trabalho das atuais gerações na consolidação deste projeto intermunicipal?

A criação da AMRPB resultou de uma visão particularmente avançada para o seu tempo, por parte dos seus fundadores, que compreenderam que muitos dos desafios do território, sobretudo na área ambiental e dos serviços públicos essenciais, não podiam ser resolvidos isoladamente por cada município. A aposta no intermunicipalismo, na partilha de recursos e na criação de escala foi, desde o início, uma decisão estratégica que permitiu ganhar eficiência, capacidade técnica e sustentabilidade. Passados 35 anos, é possível afirmar que essa visão se confirmou plenamente. As atuais gerações têm dado continuidade e profundidade a esse projeto, reforçando-o e adaptando-o a novos desafios, mais complexos e exigentes, nomeadamente nas áreas da sustentabilidade ambiental, da economia circular e da eficiência energética. O trabalho desenvolvido tem valorizado

o território, modernizado os serviços e garantido respostas mais robustas e qualificadas às populações. Hoje, o intermunicipalismo mantém-se como um pilar essencial, permitindo alcançar economias de escala que seriam impossíveis à escala individual de cada município. Esse fator é determinante para assegurar um serviço público cada vez mais exigente, tecnicamente evoluído e ambientalmente responsável, contribuindo de forma direta para a melhoria da qualidade de vida das populações servidas pela associação.



www.planaltobeirao.pt



Economia inversa: Reciclagem, uma luz ao fundo do túnel

Nunca, como no momento atual, a utilização de recursos secundários obtidos por reciclagem dos resíduos, foi tão importante.

A economia inversa, que permite que o resíduo em fim de vida retorne ao sistema produtivo, constitui um poderoso recurso económico gerador de empregabilidade e diversificador de fontes de matérias-primas e de energia de origem secundária, de excecional relevância.

Os recursos naturais, já escassos, e a energia de origem fóssil, atravessam uma grave crise não apenas pela guerra no Médio Oriente, que a agravou de forma profunda, mas também porque a inovação em tecnologia para a proteção do ambiente e da saúde humana, trouxe a necessidade de obtenção de fontes de energia alternativa em grande escala.

Falando de mobilidade, nomeadamente de transportes, estamos a falar de elevados consumos de energia elétrica para abastecer os veículos elétricos, de desejáveis elevados consumos de biodiesel, HVO e Jet fuel, para substituírem os combustíveis fósseis.

Os resíduos metálicos, entre outros, funcionam já como matérias-primas secundárias para a indústria. Os resíduos biodegradáveis, nos quais se incluem os óleos alimentares usados, os restos de cozinha e os resíduos das pecuárias, são fontes de produção de energia térmica e elétrica, de biofuels e de biogás.

Empresas do Canadá, e dos Estados EUA, convertem biogás em eletricidade para utilização por consumidores intensivos.

Se juntarmos estas tecnologias, à da produção de energia elétrica de fontes renováveis, eólica, solar e energia das ondas, obtemos um reforço e uma diversificação dos modelos económicos associados à produção da mesma.

Iluminaremos espaços públicos, convertendo resíduos biodegradáveis em biogás e, sequencialmente, em energia elétrica.

Brevemente veremos “os aviões a levantar voo e a rasgar os céus” a biofuels, e-fuels ou outro tipo de energia, com zero ou reduzidas emissões.

Economia Inversa? Uma alternativa para o futuro!

Quitéria Antão, Presidente da APOREB





A Reciclagem é Ação: Transformar Resíduos em Recursos para Garantir o Futuro

A resiliência é uma necessidade que tendemos a reconhecer mais claramente em tempos de crise. Hoje, a Europa enfrenta um desses momentos. A guerra regressou ao nosso continente, enquanto as tensões geopolíticas fora das nossas fronteiras continuam a perturbar as cadeias de abastecimento e a afetar o nosso quotidiano. Estes desenvolvimentos evidenciam uma realidade fundamental: salvaguardar os nossos padrões económicos, sociais e culturais exige uma maior autossuficiência em recursos essenciais.

Neste contexto, a reciclagem já não é apenas uma necessidade ambiental: é um imperativo estratégico para a resiliência da Europa. Todos os anos, a União Europeia gera mais de 2 233 milhões de toneladas de resíduos. Por detrás deste número está uma infraestrutura essencial que protege a saúde pública, apoia a indústria e mantém os materiais em circulação.

Representando mais de 3 000 empresas e 500 000 trabalhadores, a indústria europeia da gestão de resíduos é simultaneamente um serviço público e um sistema industrial estratégico que transforma resíduos em matérias-primas secundárias valiosas. É também um setor que veio para ficar. Mais de 90% dos resíduos são tratados a nível interno, sublinhando o seu papel no reforço da autonomia e da estabilidade económica da Europa.

Atualmente, 48% dos resíduos urbanos são reciclados, mas a circularidade continua muito abaixo do seu potencial, com apenas 12,2% dos materiais utilizados na UE provenientes de fontes recicladas. Esta lacuna representa uma oportunidade perdida para a Europa reforçar a sua resiliência e reduzir a dependência de matérias-primas importadas, dependências que, em tempos de crise, podem tornar-se vulnerabilidades críticas.

A indústria da reciclagem faz parte da solução. Ao aumentar a recuperação de materiais a partir de resíduos e ao minimizar os resíduos não recicláveis, podemos garantir um fornecimento de recursos mais estável e sustentável.

A reciclagem é uma das ferramentas mais tangíveis disponíveis para preservar recursos e construir uma economia mais resiliente. Ao reconhecer a gestão de resíduos como um pilar do seu futuro, a Europa pode transformar os resíduos num ativo estratégico e garantir sustentabilidade e competitividade a longo prazo. O setor continuará a investir, inovar e a servir cidadãos e indústria.

Herwart Wilms, Presidente da FEAD, European Waste Management Association



Sabia que...

...a reciclagem pode transformar o futuro do planeta?

Todos os dias produzimos resíduos sem pensar muito no destino que lhes damos. Uma garrafa de água vazia, uma embalagem de iogurte, uma caixa de cartão ou uma simples lata de refrigerante fazem parte da rotina de milhões de portugueses. Mas sabia que um pequeno gesto, como separar corretamente o lixo, pode ter um impacto enorme no ambiente, na economia e até na qualidade de vida das próximas gerações?

A reciclagem é hoje um dos pilares mais importantes da sustentabilidade em Portugal. Apesar dos avanços dos últimos anos, ainda existe muito por fazer. Muitos resíduos recicláveis continuam a ser colocados no lixo indiferenciado e acabam em aterro, desperdiçando materiais que poderiam voltar a entrar no ciclo produtivo.

...Portugal produz milhões de toneladas de resíduos por ano?

Todos os anos, Portugal gera milhões de toneladas de resíduos urbanos. Uma parte significativa destes resíduos poderia ser reciclada ou reutilizada. No entanto, muitos materiais continuam a ser descartados incorretamente.

Separar o lixo parece um gesto simples — e realmente é — mas os seus efeitos são gigantescos. Quando reciclamos corretamente, reduzimos a necessidade de extrair novas matérias-primas, poupamos energia, diminuímos a emissão de gases com efeito de estufa e ajudamos a preservar recursos naturais essenciais.

...uma lata pode voltar à prateleira em poucas semanas?

O alumínio é um dos materiais mais eficientes para reciclar. Uma simples lata de bebida pode ser reciclada infinitamente sem perder qualidade.

Além disso, reciclar alumínio consome muito menos energia do que produzir alumínio novo a partir de matérias-primas. O mesmo acontece com o vidro, o papel e muitos tipos de plástico.

...reciclar papel ajuda a salvar árvores?

Uma tonelada de papel reciclado pode evitar o abate de várias árvores e reduzir significativamente o consumo de água e energia.

O papel é um dos materiais mais fáceis de reciclar e reutilizar. Jornais, revistas, caixas de cereais, embalagens de cartão e folhas de escritório podem ganhar uma nova vida através da reciclagem.

Ainda assim, há detalhes importantes: papel sujo com gordura, guardanapos usados ou papel plastificado não devem ser colocados no ecoponto azul.

A reciclagem vai muito além da simples separação do lixo. Trata-se de um compromisso coletivo com o planeta.

Quando reciclamos:

- Reduzimos a poluição do solo, do ar e da água;
- Diminuímos a quantidade de resíduos enviados para aterro;
- Poupamos recursos naturais;
- Reduzimos o consumo energético;
- Ajudamos a combater as alterações climáticas.

Menos resíduos em aterro significa também menos libertação de gases nocivos para a atmosfera. Além disso, a reciclagem promove uma economia mais circular, onde os materiais permanecem em utilização durante mais tempo.

...o vidro pode ser reciclado infinitamente?

O vidro é um dos melhores exemplos de economia circular. Garrafas e frascos podem ser reciclados inúmeras vezes sem perder qualidade.

Mas atenção: nem todo o vidro deve ir para o vidro. Loiças, espelhos, pirex, cerâmica e lâmpadas têm composições diferentes e devem ser encaminhados para locais apropriados.

Separar corretamente evita problemas no processo de reciclagem e aumenta a eficácia da recuperação dos materiais.

Além disso, muitas pessoas acreditam que reciclar exige tempo ou esforço excessivo, mas, na prática, basta criar hábitos simples:

- Ter recipientes separados em casa;
- Ensinar as crianças desde cedo;
- Reduzir o desperdício alimentar;
- Reutilizar embalagens sempre que possível;
- Evitar produtos descartáveis;
- Comprar de forma mais consciente.

A reciclagem começa antes mesmo do lixo existir. Consumir menos, reutilizar mais e escolher produtos sustentáveis são passos fundamentais.





...Portugal tem vindo a aumentar as metas ambientais?

Nos últimos anos, Portugal tem reforçado o investimento na recolha seletiva e na sensibilização ambiental. As metas europeias obrigam os países a aumentar significativamente as taxas de reciclagem e a reduzir o envio de resíduos para aterro.

Cada vez mais municípios apostam em soluções inovadoras, como recolha porta a porta, compostagem doméstica e sistemas inteligentes de gestão de resíduos.

Apesar disso, o sucesso depende sobretudo da participação dos cidadãos. Sem a colaboração da população, nenhum sistema consegue atingir resultados eficazes.

Além dos benefícios ambientais, a reciclagem também gera valor económico.

A indústria da reciclagem cria empregos, reduz custos de produção e estimula novos modelos de negócio ligados à sustentabilidade. Muitos materiais reciclados são hoje utilizados para fabricar novas embalagens, mobiliário urbano, roupa, componentes industriais e até materiais de construção.

Ao reciclar, estamos também a contribuir para uma economia mais eficiente e menos dependente da extração de recursos naturais.

...o plástico continua a ser um dos maiores desafios?

O plástico é extremamente útil no dia a dia, mas também representa um dos maiores problemas ambientais da atualidade.

Muitos plásticos demoram centenas de anos a decompor-se na natureza. Quando não são reciclados corretamente, acabam frequentemente em rios e oceanos, afetando ecossistemas e animais marinhos.

Por isso, além de reciclar, é fundamental reduzir o consumo de plástico descartável. Pequenas alternativas fazem diferença:

- Usar sacos reutilizáveis;
- Optar por garrafas reutilizáveis;
- Evitar palhinhas descartáveis;
- Preferir produtos com menos embalagem.

...reciclar é um ato de cidadania?

Mais do que uma obrigação, reciclar é uma demonstração de responsabilidade social.

A sensibilização ambiental é essencial para criar hábitos duradouros.

As escolas têm desempenhado um papel importante na formação das novas gerações, mas a responsabilidade deve ser partilhada por famílias, empresas, autarquias e toda a sociedade.

Campanhas de informação, ações locais e iniciativas comunitárias ajudam a aproximar as pessoas da realidade ambiental e mostram que cada gesto conta.

A mudança não depende apenas dos governos ou das grandes empresas. Começa em casa, nas escolhas diárias e nos pequenos hábitos de cada pessoa.

E talvez o mais importante seja isto: sabia que o planeta não precisa de algumas pessoas perfeitamente sustentáveis... precisa de milhões de pessoas a fazer pequenos gestos todos os dias?

A reciclagem é um desses gestos. Simples, acessível e capaz de gerar uma enorme diferença para Portugal e para o mundo.



PORTUGAL NO RADAR DA

Um mesmo céu com regras diferentes

Numa sociedade cada vez mais ligada, criamos as dependências da vida moderna. O sistema de posicionamento que nos orienta numa cidade desconhecida, a previsão meteorológica que consultamos pela manhã, a chamada que fazemos do outro lado do mundo. Tudo isto depende de uma rede de serviços por satélite, que orbita a Terra silenciosamente, invisível e cada vez mais indispensável.

A aviação é talvez o exemplo mais eloquente dessa dependência. Cada aeronave é hoje um dos milhares de nós ativos no céu a cada momento. Até ao final desta década, a introdução de sistemas de Inteligência Artificial, as novas constelações de comunicações, os satélites ADSB e sistemas de posicionamento mais precisos vão aprofundar essa transformação.

Lisboa prepara-se para receber a conferência Airspace World, um dos encontros de referência mundial no setor da gestão do espaço aéreo. Uma oportunidade para experienciar estes novos paradigmas e antecipar o futuro da tecnologia. Perceberemos que o setor espacial está cada vez mais entre nós: um palco de inovação, uma infraestrutura crítica e uma commodity. Não a vemos, não a sentimos, mas está sempre presente.

Hoje, partilhamos o mesmo céu, mas com regras diferentes.

A necessidade de monitorizar e controlar o espaço próximo é hoje um desígnio global, dado o congestionamento atual e a perspectiva das megaconstelações que prometem serviços space-based. A mesma necessidade levou à criação de regras para a aviação e o transporte marítimo.

Portugal tem a sua quota-parte de responsabilidade como nação Atlântica. Há um corredor no meio do oceano por onde passa boa parte do tráfego aéreo entre a Europa e as Américas, com a FIR de Santa Maria a assegurar a responsabilidade nacional.

Com o aumento da atividade espacial, surgem novos desafios para uma maior integração das capacidades de gestão do espaço aéreo. Aqui faz sentido uma abordagem mais ampla, como a que se discute na nova proposta para a Lei Espacial Europeia.

Onde agora só passam aeronaves vão em breve passar igualmente naves espaciais. Com mais lançamentos, a expansão de portos espaciais e a introdução de sistemas suborbitais reutilizáveis, o espaço aéreo enfrenta uma pressão que as regras vigentes não preveem. Gerir uma aeronave e um lançador em ascensão ou em reentrada no mesmo espaço é um problema novo. É também sobre estas perspetivas, tecnológicas, regulamentares e de policy, que importa alargar o debate na Airspace World.

Portugal faz parte desta dinâmica por razões concretas. O hub espacial de Santa Maria está a ser desenvolvido para operações que incluem lançamentos e reentradas a partir dos Açores. Como integrar operações espaciais num sistema de aviação global perspetivando o futuro? Antes da questão técnica, há outra: quem governa o espaço partilhado? As regras ainda não existem, mas o debate já começou.

Em 2024, Portugal e as Nações Unidas organizaram, em Lisboa, a conferência que resultou na Declaração de Lisboa para o Espaço Exterior. Vieram peritos de 54 países e saiu um compromisso sobre a gestão sustentável do espaço exterior.

Também agora, as regras da aviação e do espaço partilhado podem começar a ser escritas em Lisboa com a realização desta conferência.

Ricardo Conde, Presidente da Agência Espacial Portuguesa

INDÚSTRIA AEROESPACIAL

O posicionamento atual do ecossistema português das indústrias aeronáutica, aeroespacial e de defesa é em verdadeiro caso de sucesso

Com um crescimento de 12 % ao ano, ao longo da última década, este representa hoje 1,4 % do PIB Nacional, e quase 20 000 colaboradores altamente qualificados. Alavancado por um enquadramento global muito dinâmico, este ecossistema tem pela frente um enorme potencial de inovação e crescimento. Pretendemos responder da melhor forma aos desafios desta década, projetados numa sociedade moderna que olha para a Mobilidade Sustentável, Transição Digital, o Espaço, mas também a Defesa, como elementos cada vez mais presente nas nossas vidas quotidianas.

Criado em 2016, o AED Cluster Portugal representa hoje mais de 125 entidades, reunindo os principais stakeholders dos setores aeronáutica, espaço e defesa. Na AED pretendemos acelerar as estratégias de crescimento dos nossos associados, potenciando valor. A nossa utilidade, o tipo e o nível de envolvimento com eles, será sempre substancialmente diferente, dependendo do seu perfil. O único ponto em comum é que, o que quer que façamos, teremos que o fazer em conjunto, desenvolvendo redes dentro do ecossistema e construindo sinergias

Com um ecossistema vasto e diversificado, a AED tem múltiplas iniciativas a decorrer, que se integram nos quatro blocos de construção do nosso mapa estratégico: Financiamento e Regulamentação; Pessoas e Competências; Inovação e Valor Acrescentado; Mercados e Oportunidades. Do leque de atividades em curso, destaco os AED Days, o evento anual do Cluster, que segue em maio de 2024 para a sua 11ª edição, e é hoje um momento incontornável.

No âmbito do Programa de Recuperação e Resiliência o cluster pretende proporcionar um salto quântico no posicionamento industrial português nestes sectores. Estamos envolvidos na industrialização de uma nova aeronave de 19 lugares, desenhada, construída e operada a partir de Portugal; no desenvolvimento de uma aeronave não tripulada Classe 3, para funções múltiplas incluindo a vigilância costeira e florestal; e, na criação de uma nova constelação de satélites para observação e vigilância do Oceano Atlântico e do território nacional.

José Neves, Presidente da AED Cluster Portugal



40 anos na linha da frente do setor espacial europeu



Alberto de Pedro, Diretor-geral da GMV em Portugal, aborda o posicionamento da empresa nos grandes programas tecnológicos europeus e o contributo do país para áreas críticas como navegação por satélite, observação da Terra, cibersegurança e sistemas espaciais.



© Joel Reis

Alberto de Pedro, Diretor-geral da GMV em Portugal

A GMV conta com mais de quatro décadas de atividade. Como descreveria, de forma sintética, a evolução da empresa e quais considera terem sido os marcos mais decisivos ao longo desse percurso?

A GMV nasceu em 1984, ligada ao meio universitário e ao setor espacial. Ao longo de quatro décadas, transformou-se num grupo tecnológico global, presente em 12 países, com cerca de 4 000 colaboradores e atividade em quase 80 mercados. O crescimento assentou na diversificação para áreas como Defesa, Transportes, Cibersegurança e Sistemas Críticos, mantendo sempre o Espaço como eixo identitário.

Um dos marcos mais relevantes foi a expansão internacional, iniciada nos anos 2000, que permitiu à GMV ganhar escala e reforçar, posteriormente, a sua participação em grandes programas europeus. A adjudicação, em 2018, do contrato para o *Ground Control Segment* (GCS) do Galileo, representou um salto decisivo. Foi um projeto de enorme dimensão técnica e estratégica, que consolidou a GMV como um dos principais atores espaciais europeus.

Quais são hoje as principais áreas de atuação da GMV e qual é o papel de Portugal na estratégia global do grupo?

A GMV atua em domínios onde a tecnologia tem de responder a elevados requisitos de fiabilidade, segurança e continuidade operacional, como Espaço, Defesa, Cibersegurança, Aeronáutica e Sistemas Inteligentes de Transporte.

Portugal assume um papel estratégico na atividade global da GMV desde 2005, reunindo atualmente mais de 130 profissionais altamente especializados. A equipa portuguesa lidera componentes-chave de programas europeus, como o Simulador de Radiofrequência para

© Joel Reis

o Galileo e serviços de segurança no âmbito do programa de Observação da Terra da União Europeia, Copernicus.

Contribui ainda para missões da ESA, sistemas VTS para autoridades portuárias, ferramentas como o DEMETER, desenvolvido para a EUROCONTROL, e serviços de cibersegurança para entidades públicas e financeiras.

A GMV desenvolve também tecnologias de ciber-resiliência aplicadas à aviação, nomeadamente através de projetos como o CRUCIAL-HINTS, para a Agência Europeia de Defesa, focado na aviação militar. A empresa é ainda líder global em sistemas aviônicos de elevada criticidade para aeronaves e satélites.

Portugal tem vindo a afirmar-se no setor aeroespacial. Que papel pode desempenhar no contexto internacional e como se posiciona a GMV nesta evolução?

Desde a adesão à ESA, Portugal tem registado uma evolução significativa no setor aeroespacial, sobretudo na última década, impulsionada pelo crescimento das capacidades tecnológicas nacionais, pela crescente atratividade do setor e pela aposta estratégica do país no Espaço.

Embora continue a ter uma dimensão relativamente modesta no contexto europeu, afirma-se cada vez mais como um ecossistema competitivo e atrativo pela qualidade técnica, inovação e colaboração das empresas, universidades e centros tecnológicos.

A GMV procura contribuir ativamente para esta dinâmica, integrando competências nacionais em programas internacionais e reforçando o posicionamento de Portugal em áreas estratégicas da indústria espacial.

A GMV é reconhecida como um dos principais atores europeus no setor espacial. Quais são as suas áreas de atuação mais relevantes e os principais projetos em curso?

A GMV é o sexto maior grupo industrial espacial europeu, líder mundial em centros de controlo de satélites e também líder no desenvolvimento de sistemas críticos e na coordenação de missões espaciais.

O GCS do Galileo é, provavelmente, um dos projetos mais emblemáticos, reforçando a soberania tecnológica europeia e evidenciando a liderança da GMV no desenvolvimento do sistema de navegação por satélite mais avançado do mundo. A este juntam-se projetos como o SouthPAN, a missão LEO-PNT (CELESTE), e serviços críticos



como o PRS, associados a aplicações governamentais e de segurança.

A partir de Portugal, a GMV fornece sistemas de autonomia embarcada para missões de ciência e exploração espacial, como ARIEL, HERA e RAMSES, e para o sistema de navegação lunar LUPIN. Lidera ainda a missão CREAM-IOD, dedicada à automatização da gestão de tráfego espacial, permitindo a prevenção autónoma de colisões de satélites.

A empresa participa ainda noutros programas-bandeira europeus. No Copernicus, lidera serviços estratégicos na área da segurança; em SST/STM, assume um papel relevante na vigilância e gestão de tráfego espacial; e coordena o GOVSATCOM HUB, garantindo o acesso a comunicações seguras via satélite.

Num contexto geopolítico cada vez mais exigente, qual é o papel da indústria europeia — e da GMV em particular — na construção de autonomia estratégica?

A autonomia estratégica europeia depende da capacidade de desenvolver, operar e proteger tecnologias críticas no próprio território europeu, garantindo soberania operacional e autonomia de decisão. Neste contexto, a indústria desempenha um papel central: não basta aceder à tecnologia; é necessário dominar sistemas, operações, dados e cadeias de decisão.


A GMV posiciona-se precisamente nesta interseção entre Espaço, Defesa e Cibersegurança, participando em programas como Galileo, GOVSATCOM/

IRIS², Copernicus, SST/STM e LEO-PNT, e desenvolvendo soluções alinhadas com as prioridades estratégicas europeias.

Quais serão as principais tendências que irão moldar os próximos 5 a 10 anos? Onde pretende a GMV posicionar-se nesse futuro?

A próxima década será marcada por avanços significativos em inteligência artificial, robótica autónoma, computação e segurança quântica, bem como por sistemas cada vez mais conectados e integrados.

Assistiremos também a uma crescente convergência entre espaço, defesa, telecomunicações e serviços digitais, a ciclos de inovação mais rápidos, à crescente prestação de serviços e para a integração vertical das cadeias de fornecimento.

Neste contexto, a GMV pretende afirmar-se como um parceiro tecnológico de referência em sistemas críticos, transformando inovação em capacidade operacional, autonomia e resiliência tecnológica. 



www.gmv.com

EVOLEO Technologies: Engenharia portuguesa para o futuro aeroespacial

A EVOLEO Technologies tem vindo a afirmar-se como uma empresa portuguesa de engenharia avançada, com uma ambição clara: transformar conhecimento acumulado em produto tecnológico próprio. Atuamos sobretudo em sistemas críticos, combinando hardware, software e engenharia de integração para aplicações nos domínios civis e de defesa, abrangendo quatro arenas: água, terra, ar e espaço.

Na base do nosso posicionamento temos unidades de computação, sistemas de controlo e distribuição de energia, plataformas modulares, software aplicacional e sistemas de teste e ecossistemas de validação. Esta abordagem permite-nos atuar desde o nível de equipamento até à integração de sistemas, em áreas que precisem de processamento e controlo, gestão de energia, telecomunicações e engenharia especializada. A nossa visão é multi-domínio: tecnologias originalmente pensadas para o espaço podem também gerar valor em aplicações terrestres ou de defesa, sempre que existam requisitos de fiabilidade, modularidade e desempenho.

A inovação está precisamente nessa capacidade de criar soluções reutilizáveis, configuráveis e escaláveis, alinhadas com as necessidades dos sistemas críticos modernos, onde custo, rapidez de implementação e soberania tecnológica se tornaram também requisitos.

O posicionamento de Portugal na indústria aeroespacial e o papel da EVOLEO


Portugal tem hoje uma oportunidade real no panorama aeroespacial internacional. Não precisamos necessariamente de querer ser “líderes” em tudo; precisamos, sim, de ser relevantes, competitivos e capazes de vender tecnologia própria. O país tem talento, instituições competentes e uma Agência Espacial que tem procurado incentivar a transição para o New Space. Mas continuamos a enfrentar desafios estruturais: escassez de recursos humanos, dependência excessiva de financiamento público, pressão sobre pequenas empresas tecnológicas e dificuldade em transformar conhecimento em produto exportável.

O papel da EVOLEO nesse crescimento tem sido o de persistir, colaborar e demonstrar que uma PME portuguesa pode desenvolver tecnologia crítica, não apenas prestar serviços. Acreditamos que o verdadeiro cluster nacional terá de se construir com empresas e instituições

de génese portuguesa, que conhecem o setor, têm histórico e querem criar valor sustentável a partir de Portugal.

Oportunidades e desafios para o futuro do setor em Portugal

Eventos internacionais são importantes porque dão visibilidade, criam oportunidades comerciais e aproximam Portugal de cadeias de valor globais. A grande oportunidade, e dificuldade, está em posicionar o país como fornecedor de tecnologias de elevado valor, e contribuinte líquido para a cadeia de fornecimento e soberania europeia.

O maior desafio será transformar a presença internacional em vendas, parcerias sólidas e propriedade intelectual nacional. Para a EVOLEO, o caminho é claro: apresentar produto, demonstrar capacidade e contribuir para que Portugal deixe de ser apenas um país de talento disponível e passe a ser reconhecido como um país que cria, industrializa e exporta tecnologia aeroespacial. 



INNOVATING THE PRESENT. CONNECTING THE FUTURE.

20 years of Engineering.
Every day, we deliver
high-performance
technological solutions for
a world in constant motion.

DUAL/USE SOLUTIONS FOR GLOBAL MARKETS



DEFENSE



CIVIL

- _Electrical Ground Support Equipment (EGSE)
- _Power Distribution and Control Unit (PDCU)
- _Avionics
- _Software
- _Consultancy

OUR ARENAS



[Learn more about our solutions](#)



www.evoleo.tech
info@evoleo.tech

[Contact us](#)

Evoleo Technologies, Lda.
R. Gonçalo Mendes Maia, 1350 - 1H
4425-656 Maia, Portugal
T +351 229 424 327

Evoleo Technologies, GmbH.
Freibadstr. 30
D-81543 München, Deutschland
T + 49 89 30 707 933

Sabia que...



...a indústria aeroespacial já faz parte do futuro de Portugal?

Quando pensamos em indústria aeroespacial, é comum imaginar foguetões, astronautas e missões espaciais conduzidas por grandes potências mundiais. Mas sabia que Portugal também tem vindo a conquistar um lugar relevante neste setor altamente tecnológico?

Nos últimos anos, a indústria aeroespacial portuguesa tem crescido de forma consistente, envolvendo empresas, universidades, centros de investigação e startups que trabalham diariamente em áreas como engenharia aeronáutica, satélites, drones, inteligência artificial, telecomunicações e exploração espacial.

Apesar da dimensão do país, Portugal tem conseguido destacar-se através da inovação, da qualificação técnica e da capacidade de integrar projetos internacionais de elevada exigência.

...a indústria aeroespacial vai muito além dos astronautas?

Quando se fala em espaço, muitas pessoas associam imediatamente o tema às viagens espaciais. No entanto, a indústria aeroespacial faz parte do nosso quotidiano muito mais do que imaginamos.

Os satélites, por exemplo, são essenciais para comunicações, internet, previsão meteorológica, navegação GPS, monitorização ambiental e até para a agricultura.

Sempre que utilizamos aplicações de mapas, consultamos o estado do tempo ou realizamos chamadas internacionais, existe tecnologia aeroespacial envolvida.

Portugal tem vindo a atrair investimento internacional na área aeroespacial graças à sua localização estratégica, mão de obra qualificada e crescente capacidade tecnológica.

Ao mesmo tempo, universidades portuguesas têm desenvolvido investigação de referência em áreas como robótica, materiais avançados, telecomunicações espaciais e sistemas autónomos.

O setor envolve também pequenas empresas tecnológicas altamente especializadas, capazes de colaborar com algumas das maiores organizações internacionais ligadas ao espaço e à aviação.

...Portugal participa em projetos espaciais europeus?

Portugal integra vários programas internacionais através da cooperação europeia no setor espacial.

Investigadores e empresas portuguesas participam em projetos relacionados com observação da Terra, desenvolvimento de satélites, comunicações e monitorização climática.

A participação portuguesa permite não só o acesso a conhecimento altamente especializado, como também cria oportunidades económicas e científicas relevantes.

...os Açores têm vindo a ganhar destaque estratégico no setor aeroespacial?

A localização geográfica do arquipélago é considerada extremamente vantajosa para operações espaciais e monitorização do Atlântico.

Nos últimos anos, têm sido discutidos projetos ligados à criação de infraestruturas espaciais na região, capazes de apoiar lançamentos de pequenos satélites e atividades de investigação.

Esta aposta pode representar uma oportunidade importante para o desenvolvimento económico e tecnológico dos Açores, criando emprego qualificado e atraindo investimento internacional.



“Experiência acumulada e inovação disruptiva não são opostos: são o que define o INOV”

©Gonçalo Fonseca

Nesta entrevista, falamos com o Diretor de Desenvolvimento de Negócio do INOV – INESC Inovação, John Rodrigues, sobre o posicionamento do INOV enquanto parceiro tecnológico de referência, as oportunidades estratégicas associadas ao setor Aeroespacial e da Defesa, e o papel da tecnologia e inovação disruptiva no desenvolvimento das empresas e do país.

O atual contexto europeu de investimento em Espaço, Defesa e tecnologias críticas está a abrir novas oportunidades para empresas e centros tecnológicos. Como é que o INOV se posiciona neste ecossistema?

O investimento europeu em Defesa e Espaço é hoje uma prioridade geopolítica estrutural. As cadeias de valor europeias estão a consolidar-se agora, em torno de quem já tem presença e quem está na fronteira do conhecimento. O INOV combina uma posição ativa em I&D aplicada e mais de 20 anos de experiência operacional, com credenciação a nível nacional, UE e NATO, assim como colaboração com a ESA desde 1998. Experiência acumulada e inovação disruptiva não são opostos: são o que define o INOV.

Como é que o INOV apoia as empresas no desenvolvimento, teste e aceleração de soluções tecnológicas avançadas?

Num mercado que se transforma a alta velocidade, construir internamente toda a capacidade de I&D especializada é lento e dispendioso. O INOV funciona como uma extensão qualificada da equipa técnica das empresas, acelerando ciclos de desenvolvimento, reduzindo o investimento em infraestrutura e apoiando o acesso a programas como os da ESA e a instrumentos de financiamento em Defesa. As empresas

ganham velocidade, profundidade técnica e condições para se posicionarem na linha da frente da inovação. Além de que a propriedade intelectual gerada permanece na empresa.

Que tecnologias estão hoje a redefinir a indústria aeroespacial e em que domínios o INOV tem vindo a consolidar competências diferenciadoras?


Cibersegurança, IA, sistemas autónomos, infraestruturas críticas, são domínios onde a maturidade técnica se mede em décadas, mas onde a disrupção acontece em meses. O INOV mantém simultaneamente as duas velocidades: uma base sólida de competências validadas em contextos operacionais exigentes, e uma posição ativa na frente mais avançada da investigação Europeia. Para as empresas que precisam de inovar depressa sem perder rigor, essa combinação é determinante.

A convergência entre aplicações civis e de Defesa é uma das grandes tendências do setor. De que forma esta aproximação está a influenciar o desenvolvimento tecnológico e os projetos integrados pelo INOV?

A fronteira entre civil e militar está hoje esbatida e a velocidade a que novas tecnologias dual-use emergem está a acelerar. Quem não acompanhar essa transformação ficará rapidamente fora das cadeias de valor que

importam. O INOV antecipou essa convergência e tem construído capacidades transversais que evoluem continuamente para acompanhar o estado da arte para aplicações dual-use.

Da sua experiência em projetos nacionais e europeus, que fatores considera decisivos para Portugal reforçar a sua relevância internacional nas cadeias de valor tecnológicas do Espaço e Defesa?

Num setor que se move cada vez mais depressa, a relevância internacional não se constrói apenas com tecnologia, constrói-se com presença consistente nos consórcios certos, no momento certo. As empresas que hoje entrarem nos programas europeus de referência estão simultaneamente a validar as suas capacidades e a posicionar-se para os contratos de maior dimensão que se seguirão. Para acelerar essa entrada sem partir do zero, é determinante ter um parceiro como o INOV que já está nessas redes, que opera na fronteira tecnológica e que conhece o terreno. 



www.inov.pt

Sabia que...

...o futuro da indústria aeroespacial pode começar nas escolas portuguesas?

O crescimento da indústria aeroespacial em Portugal está também ligado à formação das novas gerações.

Cada vez mais escolas, universidades e centros tecnológicos apostam em programas ligados à ciência, tecnologia, engenharia e matemática. O objetivo é preparar jovens para profissões altamente qualificadas e com enorme potencial de crescimento.

Hoje, muitos estudantes portugueses já participam em concursos internacionais de robótica, desenvolvimento de satélites experimentais e projetos científicos ligados ao espaço.

...os drones também fazem parte da indústria aeroespacial?

Quando se fala em aeroespacial, nem tudo acontece fora da atmosfera.

Os drones são atualmente uma das áreas com maior crescimento tecnológico e têm aplicações em agricultura, segurança, construção, cinema, logística e monitorização ambiental.

Portugal tem vindo a desenvolver competências relevantes neste setor, tanto ao nível empresarial como académico.

A utilização de drones permite reduzir custos, aumentar a segurança e recolher informação com enorme precisão.

Aliás, a indústria aeronáutica enfrenta atualmente um enorme desafio ambiental.

O setor procura reduzir emissões de carbono através do desenvolvimento de combustíveis sustentáveis, motores mais eficientes e novas soluções de mobilidade aérea.

Empresas de todo o mundo investigam aviões elétricos, combustíveis alternativos e tecnologias mais ecológicas.

Portugal acompanha esta tendência através da investigação universitária, inovação industrial e participação em projetos internacionais focados na sustentabilidade.

...o espaço pode ajudar a prever catástrofes naturais?

Os satélites permitem acompanhar tempestades, secas, cheias e incêndios em tempo real.

Esta informação é essencial para proteger populações, melhorar sistemas de emergência e reduzir impactos ambientais e económicos.

Com o agravamento das alterações climáticas, a tecnologia espacial tornou-se uma ferramenta fundamental para a prevenção de riscos naturais.

...o futuro do espaço pode estar mais próximo do que imaginamos?

Durante décadas, a exploração espacial parecia um tema distante, reservado à ficção científica. Hoje, faz parte da realidade económica e tecnológica global. A indústria aeroespacial continuará a influenciar comunicações, segurança, ambiente, mobilidade e inovação. E Portugal, apesar da sua dimensão, demonstra que pode ter um papel relevante neste futuro.

Talvez o mais curioso seja isto: muitas das profissões ligadas ao espaço que existirão nos próximos anos ainda nem sequer foram criadas. Por isso, investir em ciência, educação e tecnologia não é apenas preparar o futuro da indústria aeroespacial. É preparar o futuro do próprio país.





Engenharia Portuguesa no Coração da Indústria Aeroespacial Global

Num setor onde a margem para o erro é, literalmente, zero, Portugal tem um nome que é hoje uma referência de engenharia de alta fiabilidade: Controlar.

Num mercado cada vez mais marcado pela complexidade crescente dos programas aeroespaciais, pela integração de eletrónica e software avançado, por requisitos rigorosos de cibersegurança e por enquadramentos regulatórios em constante evolução, a empresa nortenha soube transformar-se: de fornecedor de teste e automação a parceiro de pleno direito em engenharia, validação e integração de sistemas críticos.

Longe de se limitar ao fornecimento de equipamentos standard, a Controlar desenvolve ecossistemas completos, desde a fase de conceito à manutenção ao longo do ciclo de vida, concebidos para responder às exigências mais rigorosas da aviação e defesa mundial. Rastreabilidade, repetibilidade e conformidade regulatória são os pilares de cada projeto. É este ADN de precisão que lhe

permite sentar-se à mesa com gigantes como a Airbus, a Lockheed Martin e a Dassault.

O portfólio de referências fala por si. Para o Airbus A400M, a Controlar, através da sua subsidiária espanhola, desenvolveu sistemas de teste para linhas de montagem final, incluindo racks de interligação e ferramentas de validação de subsistemas. No programa de patrulha marítima P-3 Orion da Lockheed, entregou soluções de treino e apoio à missão: estações de pilotagem, consolas e rigs de integração. No domínio dos sistemas não tripulados, contribuiu para o programa Neuron UAV com estações de controlo terrestre e consolas de comando. A lista continua com o CASA C-295, o helicóptero Tiger e sistemas de defesa antimíssil como o SM-3 e o SM-6.

A projeção internacional da empresa estende-se ao espaço. A Controlar desenvolveu sistemas de aquisição de dados de alta velocidade para

o programa Meteosat Third Generation, da Agência Espacial Europeia (ESA), e participa ativamente em iniciativas de I&D ao abrigo do programa Horizon 2020, posicionando-se na fronteira da inovação em digitalização, automação e cibersegurança aeroespacial.

Esta solidez técnica é certificada. A empresa detém a EN 9100 para gestão da qualidade aeroespacial e a ISO 27001 para segurança da informação, e os seus engenheiros acumulam certificações avançadas em plataformas National Instruments, como LabVIEW, TestStand e CompactRIO, tecnologias de referência no desenvolvimento de sistemas de teste automatizado.

Para além da execução de projetos, a Controlar disponibiliza gestão de programa estruturada, instalação global, comissionamento e suporte técnico no terreno, garantindo que os sistemas permanecem operacionais e otimizados em ambientes de missão crítica.

Num momento em que Portugal afirma a sua posição no radar da indústria aeroespacial, a Controlar é prova de que é possível competir (e vencer) nos programas mais exigentes do planeta, a partir de Portugal. 🇵🇹



Controlar
innovating industry

www.controlar.com

Cibersegurança em Portugal - "Antecipar ameaças, proteger o futuro"

“A preparação do ciberespaço para a incerteza só é possível com a colaboração de todos. Por isso, é preciso confiança. A geração de confiança ocorre através da capacitação das organizações e do reconhecimento social dessa capacitação. O cumprimento da regulamentação, a formação de recursos humanos e a certificação formam um triângulo virtuoso para esta geração de confiança, na medida em que criam capacidades e mecanismos para a sua validação pela sociedade. É neste sentido que o Centro Nacional de Cibersegurança tem trabalhado. Por mais difícil que seja controlar o futuro, é pelo menos possível reforçar o presente. “

Lino Santos, Coordenador do Centro Nacional de Cibersegurança (CNCS)



“O Panorama das Ameaças da ENISA fornece informações valiosas que permitem uma tomada de decisões informada e a definição de prioridades para salvaguardar as infraestruturas críticas e garantir a segurança do futuro digital.”

Juhan Lepassaar, Diretor da Agência da União Europeia para a Cibersegurança (ENISA)

Fonte: Big News Network.com



“A cibersegurança não é um custo, mas um investimento estrutural”

Vivemos numa era em que a digitalização deixou de ser uma opção, é hoje uma condição de sobrevivência empresarial. A pandemia acelerou a transição, a cloud tornou-se inevitável e a inteligência artificial ganhou relevância. No entanto, torna-se importante ressaltar, o mesmo movimento exponencial, que abre hoje novas avenidas de inovação e competitividade, também expõe vulnerabilidades inéditas. É neste contexto que surgem as preocupações relacionadas com a cibersegurança, um tema tão atual quanto complexo, mas absolutamente vital para a continuidade das empresas portuguesas.

Durante demasiado tempo, muitos líderes entendiam a segurança digital como uma preocupação exclusivamente técnica, demasiadas vezes vista como um capricho, era considerada um custo, sendo ano após ano constantemente adiada. Actualmente, esse pensamento é, um claro risco existencial para qualquer organização. Sabe-se que um ataque pode nascer de um comportamento negligente, de uma credencial exposta, por quem não tem a noção do risco, ou pela fragilidade de uma entidade parte integrante da cadeia de fornecedores, de uma organização mais complexa. Começa a surgir uma consciência coletiva incitando uma mudança, claramente já em curso, na nossa sociedade, onde a cibersegurança já surge como parte integrante da estratégia de inúmeras organizações.

É, no entanto, importante alinhar expectativas, uma estratégia de cibersegurança constrói-se com tempo, visão e cultura. Cultura de cibersegurança desde a origem, onde os processos nascem já protegidos. Cultura de responsabilidade partilhada, em que cada colaborador sabe que também é guardião da informação. Cultura de liderança, em que o CEO e a administração entendem que a cibersegurança não é um custo, mas um investimento estrutural. Também o Estado tem aqui uma função crítica: criar políticas eficazes, incentivar a adopção de boas práticas, apoiar especialmente as PME e garantir um ecossistema de cooperação e partilha. Só assim Portugal poderá reforçar a sua resiliência colectiva, num mundo onde a interdependência é tão perigosa quanto inevitável.

É hoje entendido que, em poucas horas, uma organização atacada pode perder o seu ativo mais valioso a sua reputação e, em casos extremos, a própria viabilidade do negócio. Nesse sentido, não nos poderemos esquecer que a cibersegurança não é um luxo, nem um extra; é o chapéu de uma infraestrutura invisível que sustenta a confiança, a inovação e o futuro da nossa sociedade.

Miguel Gonçalves, Presidente da Associação Portuguesa para a Promoção da Segurança da Informação (AP2SI)



Segurança Híbrida e antecipação inteligente: Como evoluem as estratégias face a riscos físicos e digitais

A crescente sofisticação da cibercriminalidade e a aceleração tecnológica transformaram a cibersegurança num pilar essencial para a resiliência empresarial em Portugal. Neste contexto, a segurança já não pode ser abordada de forma isolada: a proteção física e digital deve ser integrada num modelo único, capaz de antecipar riscos e responder com rapidez.



Este é o fundamento da Segurança Híbrida, que combina profissionais especializados, tecnologia avançada e análise inteligente de dados para oferecer uma visão completa e coordenada das ameaças.

A Prosegur Security, através da integração das capacidades de cibersegurança da Cipher, solidificou a sua resposta a esta necessidade de antecipação. Esta união expande as nossas capacidades globais, permitindo-nos oferecer uma proteção que se estende da segurança física tradicional à segurança digital mais avançada, criando um ecossistema de defesa integral.

Neste sentido, a empresa reforçou os seus serviços de Centro de Operações de

Segurança (SOC) através da incorporação de inteligência artificial nos processos de deteção e resposta gerida. A IA é aplicada na deteção precoce, na análise preditiva e na automatização de respostas, permitindo identificar padrões anómalos, correlacionar sinais fracos e atuar em tempo real. Isto reduz a janela de exposição e melhora significativamente a eficácia das equipas humanas.


Apesar dos avanços, muitas empresas portuguesas continuam a subestimar riscos críticos. O fator humano continua a ser a principal via de entrada para ataques de engenharia social. Além disso, persistem falhas de atualização, falta de visibilidade sobre os ativos digitais e uma fraca preparação para responder a incidentes.

A isto soma-se o uso pouco controlado de ferramentas de IA, que pode resultar em fugas de informação ou exposição involuntária de dados. Para reforçar a sua resiliência, as organizações devem priorizar a gestão contínua de vulnerabilidades, a monitorização 24/7, a segmentação de redes e a proteção de identidades.

A monitorização, deteção e resposta a incidentes de segurança física e digital tornou-se um pilar estratégico. As organizações mais preparadas são aquelas que mantêm programa de consciencialização e formação contínua, realizam simulações de ciberataques, fomentam a comunicação

imediate de incidentes e promovem uma cultura onde a cibersegurança faz parte das tarefas diárias. Transformar os colaboradores num ativo defensivo é tão importante como investir em tecnologia.

Num contexto em que os cibercriminosos utilizam inteligência artificial para criar ataques mais personalizados e difíceis de detetar, a partilha de conhecimento é essencial. Iniciativas como a RootedCON Lisboa contribuem para fortalecer a comunidade de cibersegurança e elevar o nível de preparação do País.

Investir em segurança, do físico ao digital, é uma aposta estratégica e constitui a base para garantir a continuidade do negócio num ambiente cada vez mais complexo.

*Luís Martins, Diretor-Geral
Prosegur Cybersecurity Portugal*



 **PROSEGUR
SECURITY**

www.prosegur.com



Biometria e Inteligência Artificial: A nova linha da frente da cibersegurança

Num cenário em que as ameaças digitais evoluem a um ritmo acelerado, a biometria surge como um pilar estratégico na proteção das organizações, ao reforçar a autenticação e unificar a gestão de identidades físicas e digitais. Combinada com inteligência artificial, esta tecnologia não só eleva os padrões de segurança, como permite antecipar riscos e garantir maior resiliência operacional.



Fátima Santos, Diretora Executiva da Bioglobal

Cada indivíduo possui um conjunto único de padrões biométricos que, aliados a mecanismos de deteção de vivacidade, são praticamente impossíveis de replicar, mesmo com recurso a inteligência artificial. Desta forma, a biometria eleva o conceito de autenticação multifator a um novo patamar: enquanto palavras-passe e códigos podem ser comprometidos, acrescenta um fator intransmissível — a presença

física e a identidade real da pessoa. Num cenário em que a IA já consegue simular comportamentos e interações, a biometria garante que o acesso é concedido efetivamente a um ser humano.

Esta evolução ganha ainda mais relevância quando enquadrada na crescente convergência entre segurança lógica e segurança física. Tradicionalmente tratadas como domínios separados, obrigando à gestão de múltiplas credenciais como passwords, PINs e cartões, estas áreas encontram na biometria um ponto de união. Ao centrar-se na identidade única do utilizador — no que ele é, e não no que possui — torna-se possível integrar e centralizar a gestão de acessos. Assim, as permissões físicas e digitais passam a ser atribuídas de forma consistente, monitorizadas em tempo real e facilmente auditáveis no âmbito das políticas de segurança das organizações.

Para além dos ganhos evidentes em eficiência operacional, esta abordagem reforça também a continuidade do negócio e a resiliência organizacional. Sistemas baseados em identificadores biométricos aumentam a integridade dos dados face a potenciais ataques e elevam o rigor dos processos de autenticação. Essa robustez traduz-se numa maior capacidade de resposta a incidentes, suportada por uma gestão de identidades unificada e alinhada com os requisitos dos normativos europeus de segurança da informação.

Olhando para o futuro, a integração da biometria com inteligência artificial promete transformar profundamente a forma como as organizações antecipam e mitigam riscos. As plataformas atuais já permitem incorporar biometria de forma fluida, combinando-a com análise comportamental, deteção de padrões suspeitos e otimização contínua da experiência do utilizador. A tecnologia deixa, assim, de ser meramente reativa para assumir um papel preventivo, identificando ameaças antes mesmo de estas se concretizarem.

Com o recurso a modelos de machine learning, será possível antecipar riscos com maior precisão, nomeadamente através de mecanismos avançados de deteção de vivacidade que ajudam a combater fenómenos como os deepfakes, distinguindo em tempo real um utilizador legítimo de uma manipulação digital. Paralelamente, a análise de dados biométricos comportamentais, quando cruzada com inteligência preditiva, permitirá identificar alterações de comportamento, detetar situações de coação e reduzir significativamente o risco de roubo de identidade.

Desta forma, a biometria multimodal — baseada na combinação de várias características individuais — deverá assumir um papel central na resiliência dos sistemas. Através de modelos avançados de inteligência artificial, será possível diferenciar padrões de comportamento com maior precisão, acelerar a deteção de intrusões e reforçar a proteção das infraestruturas organizacionais. Ainda assim, o grande desafio residirá em garantir um equilíbrio adequado entre a utilização destes dados para reforço da segurança e a salvaguarda da privacidade, evitando práticas de monitorização excessiva ou invasiva.



www.bioglobal.pt

CNCS alerta para elevada exposição de Portugal às ciberameaças

O Centro Nacional de Cibersegurança (CNCS) divulgou a sétima edição do Relatório Cibersegurança em Portugal, este ano dedicado ao tema “Sociedade”. O estudo conclui que Portugal continua bastante vulnerável a ciberameaças, apesar dos avanços registados na digitalização e no reforço das capacidades de proteção digital.

Produzido pelo Observatório de Cibersegurança do CNCS, o relatório adota uma nova metodologia baseada em três áreas principais: o panorama das ameaças, a superfície de ataque e o nível de ciber-resiliência da sociedade portuguesa.

Entre as principais conclusões, destaca-se o aumento da presença digital das

famílias e dos cidadãos, o que contribui para um maior risco de ataques informáticos, especialmente através de esquemas de fraude e engenharia social. No setor empresarial, embora a digitalização tenha sido acompanhada pela implementação de medidas de segurança, muitas organizações continuam a apresentar baixos níveis de maturidade em cibersegurança.

O relatório refere ainda que Portugal ocupa uma posição intermédia entre os países da União Europeia no que toca às vulnerabilidades relacionadas com endereços IP, não estando nem entre os mais expostos, nem entre os mais protegidos.

Perante este cenário, o CNCS defende

o reforço da literacia digital focada na cibersegurança, uma adoção mais abrangente de medidas como a autenticação multifator, maior investimento em profissionais especializados — sobretudo nas PME e na administração pública — e o alargamento das campanhas de sensibilização.

O relatório conclui que, embora exista uma maior consciencialização para os riscos digitais, as medidas atualmente implementadas ainda não chegam para reduzir de forma eficaz os impactos negativos associados ao uso das tecnologias digitais, sendo essencial aumentar a resiliência da sociedade portuguesa.



C-Days 2026 reúne especialistas em cibersegurança no Porto

A conferência C-Days, organizada pelo Centro Nacional de Cibersegurança (CNCS), regressa ao Porto entre os dias 16 e 18 de junho. A 12.ª edição do evento terá lugar no Centro de Congressos da Alfândega do Porto e será dedicada às mudanças trazidas pelo novo Regime Jurídico da Cibersegurança.

O principal tema deste ano será a transformação da abordagem à cibersegurança em Portugal, impulsionada pela nova legislação, que passa a abranger

cerca de seis mil entidades. Este novo enquadramento legal traz consigo desafios adicionais ao nível da adaptação, conformidade e reforço das medidas de proteção digital.

O programa da conferência estará dividido pelas diferentes áreas de atuação do CNCS, incluindo sensibilização e formação, desenvolvimento de competências, monitorização do panorama digital, prevenção e resposta a incidentes, regulação, certificação e divulgação coordena-

nada de vulnerabilidades.

Durante os três dias do evento, estão previstos vários momentos de debate e aprendizagem, com a participação de especialistas nacionais e internacionais. A agenda inclui sessões keynote, painéis temáticos e workshops técnicos com uma forte componente prática.

A entrada é gratuita, mas sujeita a inscrição prévia. O evento decorrerá exclusivamente em formato presencial.

YOUR HEROES ARE HERE!

Face ao crescimento e sofisticação das ciberameaças, as organizações precisam de soluções proativas e eficazes para garantir segurança e conformidade. **O MDR responde a todos esses desafios.**

ALGURES EM PORTUGAL...

CYBERWATCH CENTER EM MONITORIZAÇÃO CONSTANTE



1

MONITORIZAÇÃO 24/7

Monitorização contínua da equipa de SOC de redes, sistemas e endpoints, detetando e respondendo a ameaças em tempo real, a qualquer hora.



2

DETEÇÃO DE ALERTAS

Monitorização constante permite a deteção rápida de alertas antes que se tornem incidentes graves.

ALERT!



3

RESPOSTA À AMEAÇA

Para além de identificar ameaças, o MDR também as mitiga e responde, garantindo a segurança contínua dos sistemas e serviços.



4

RELATÓRIO MDR

Relatório detalhado com análise das ameaças detetadas e recomendações para reforçar a segurança da organização.

**PROTEJA O SEU NEGÓCIO
HOJE!**

**WE ACTIVATE
YOUR BUSINESS**

 **ActiveSys**

 www.activesys.pt

 email.exemplo@activesys.pt

 +351 223 166 980

Sabia que...

...a cibersegurança já faz parte da vida de todos nós?

Durante muitos anos, a cibersegurança parecia um tema distante, reservado apenas a especialistas em informática ou grandes empresas tecnológicas. Mas sabia que hoje praticamente todas as pessoas estão expostas a riscos digitais no dia a dia?

Sempre que utilizamos redes sociais, fazemos compras online, enviamos emails, utilizamos aplicações bancárias ou simplesmente navegamos na internet, estamos ligados a um mundo digital que oferece enormes vantagens, mas também com alguns perigos.

A verdade é que a tecnologia evoluiu rapidamente e trouxe mais comodidade, rapidez e conectividade. No entanto, essa evolução também abriu portas a novas ameaças digitais, tornando a proteção de dados e equipamentos cada vez mais importante.

...um simples clique pode comprometer dados pessoais?

Muitos ataques informáticos começam de forma aparentemente inocente. Um email falso, uma mensagem suspeita ou um link desconhecido podem ser suficientes para instalar vírus, roubar palavras-passe ou aceder a informações pessoais.

Este tipo de fraude digital é conhecido como phishing e continua a ser uma das técnicas mais utilizadas por criminosos informáticos. Muitas vezes, as mensagens parecem legítimas e imitam bancos, empresas conhecidas ou serviços populares. O objetivo é levar as pessoas a fornecer dados confidenciais sem se aperceberem do risco.

...uma das formas mais simples de aumentar a segurança digital é utilizar palavras-passe fortes?

Apesar dos alertas constantes, muitas pessoas continuam a usar combinações fáceis de descobrir, como datas de nascimento, nomes próprios ou sequências simples.

Uma palavra-passe segura deve incluir letras maiúsculas e minúsculas, números e símbolos. Além disso, é importante evitar reutilizar a mesma password em várias plataformas. Atualmente, existem também gestores de palavras-passe que ajudam a criar e guardar credenciais de forma mais segura.

...Portugal também enfrenta ameaças digitais?

Tal como outros países, Portugal tem assistido ao aumento de ataques informáticos direcionados a empresas, instituições e utilizadores particulares. Hospitais, autarquias, escolas e empresas já foram alvo de tentativas de intrusão digital, reforçando a necessidade de investir em proteção tecnológica e formação.

Com a crescente digitalização dos serviços, a cibersegurança tornou-se uma prioridade estratégica para organizações públicas e privadas. A boa notícia é que muitos riscos podem ser reduzidos através de medidas simples:

- Atualizar regularmente os equipamentos;
- Evitar clicar em links suspeitos;
- Utilizar antivírus;
- Ativar autenticação de dois fatores;
- Fazer cópias de segurança dos ficheiros importantes;
- Utilizar redes Wi-Fi seguras.

...a cibersegurança é uma responsabilidade de todos?

Muitas pessoas acreditam que segurança digital é apenas um problema técnico. Na realidade, trata-se também de uma questão de hábitos, atenção e prevenção. Cada utilizador desempenha um papel importante na proteção da informação pessoal e profissional. Num mundo cada vez mais conectado, proteger dados deixou de ser apenas uma opção. Tornou-se uma necessidade.

Porque no final, a melhor defesa digital continua a começar com algo muito simples: informação, consciência e pequenos cuidados diários.



SOLUÇÕES DIGITAIS VIGILANT

RELÓGIO DE PONTO E CONTROLO DE PRESENCAS



Controlo de Horário

Eficiência e Rigor

- Plug & Play
- Cartão SIM Integrado
- Biometria + NFC
- Relatórios automáticos
- Gestão de RH



Plug and play
No instalação requerida



Easy to use
Immediate signing



Upgradeable
Technical Support
Incluído



Multi-Device
Tablet, PC, Mobile



Leitor EASY READER

A Revolução da Simplicidade

- Sempre Online
- Cartão SIM Integrado
- Sem Formação
- Alta Autonomia



Segurança e Rondas

Proteção em Tempo Real

- Tecnologia NFC
- Rota e posição GPS
- Gestão de Incidências
- Segurança
- Botão SOS

VIGILANT: A Solução 360° para a sua Empresa


Hardware Robusto. Software Inteligente. 100% Cloud

MAIS INFO AQUI



A close-up photograph of two women standing outdoors. They are both wearing pink t-shirts. The woman on the left is wearing a light pink shirt and has her hand resting on the arm of the woman on the right. The woman on the right is wearing a darker pink shirt and has her hand resting on the arm of the woman on the left. They are both smiling and looking towards the camera. The background is a blurred green field. The text "Dia Internacional de Luta pela Saúde das Mulheres" is overlaid in the center of the image in a bold, dark purple font.

**Dia Internacional
de Luta pela Saúde
das Mulheres**

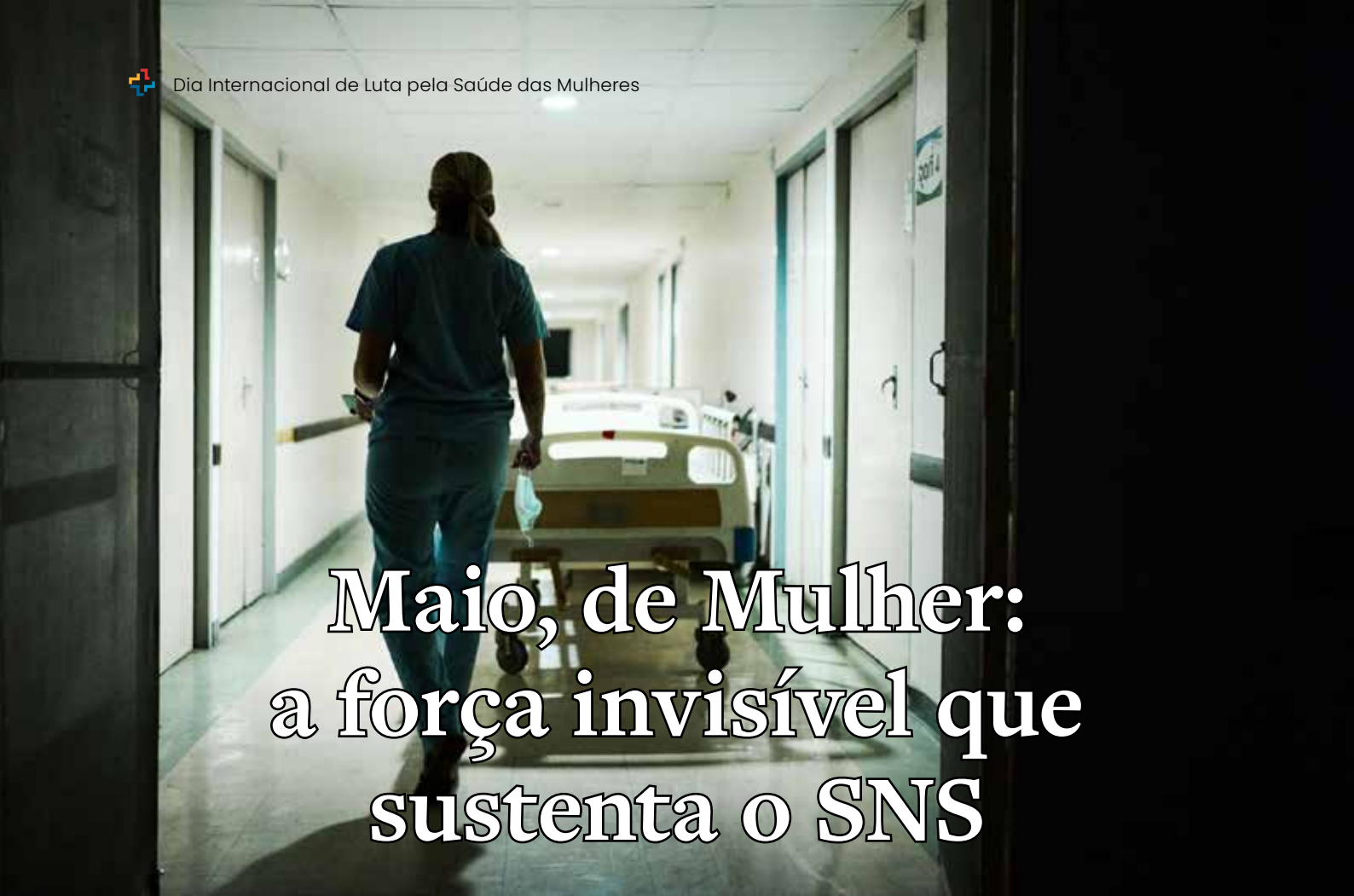
A group of women wearing bright pink shirts are holding hands and smiling joyfully. The image is a close-up, focusing on their faces and hands. The background is slightly blurred, suggesting an outdoor setting with greenery.

O Dia Internacional de Luta pela Saúde das Mulheres assinala-se a 28 de maio e tem como principal objetivo alertar para a importância do acesso universal à saúde, aos cuidados médicos de qualidade e aos direitos das mulheres em todas as fases da vida. Esta data representa também um momento de reflexão sobre as desigualdades que ainda existem no acesso à saúde, especialmente em contextos de pobreza, discriminação ou violência.

A saúde das mulheres vai muito além da ausência de doença. Inclui o bem-estar físico, mental e emocional, bem como o direito a receber informação, acompanhamento médico adequado e condições de vida dignas. Questões como a saúde sexual e reprodutiva, a prevenção do cancro da mama e do colo do útero, a saúde materna, a menopausa e a saúde mental devem ser tratadas com atenção e sem preconceitos.

Este dia reforça a necessidade de políticas públicas mais justas, de campanhas de sensibilização e de investimentos na saúde feminina. É igualmente importante combater tabus e promover o diálogo aberto sobre temas que afetam diretamente a vida das mulheres.

Celebrar o Dia Internacional de Luta pela Saúde das Mulheres é reconhecer a importância da igualdade, da dignidade e do direito de todas as mulheres viverem com saúde, segurança e qualidade de vida.



Maio, de Mulher: a força invisível que sustenta o SNS

Há forças que não fazem barulho, mas sustentam mundos inteiros. No coração dos serviços de saúde existe uma dessas forças silenciosas, persistentes e indispensáveis: as ENFERMEIRAS. São presença constante nos momentos mais frágeis da vida humana, mas continuam, tantas vezes, ausentes do reconhecimento público que merecem. Os homens enfermeiros padecem na maioria das vezes da mesma desvalorização, mas hoje vamos falar de mulheres!

A enfermagem é, historicamente, uma profissão profundamente feminizada – de acordo com a Ordem dos Enfermeiros, num universo superior a 80 mil enfermeiros em Portugal cerca de 80% são mulheres.

Durante décadas, esta profissão foi enquadrada quase como que uma extensão “natural” do papel social atribuído às mulheres: cuidar. Essa associação, aparentemente elogiosa, carregou um efeito perverso. Ao confundir vocação com obrigação e empatia com instinto, esta ligação contribuiu para desvalorizar uma profissão que exige conhecimento científico rigoroso, capacidade de decisão sob pressão e competências técnicas altamente especializadas.

Falar de mulheres na enfermagem é também situá-las no tempo e nas datas que simbolizam a sua importância. O mês de maio, em particular, concentra três momentos que ajudam a iluminar este percurso coletivo. A 5 de maio assinala-se o Dia Internacional da Parteira/Enfermeira Especialista em Saúde Materna e Obstétrica (EESMO),

uma profissão independente na Europa e profundamente marcada pela presença feminina. As EESMO acompanham o início da vida com um saber que combina técnica, experiência e sensibilidade, sendo muitas vezes o primeiro rosto de cuidado que um recém-nascido e uma mãe encontram.

Poucos dias depois, a 12 de maio, celebra-se o Dia Internacional do Enfermeiro, evocando o legado histórico da profissão e reconhecendo o papel determinante destes profissionais nos sistemas de saúde. Em Portugal, esta data ganha um significado particular quando se observa quem, na prática, sustenta diariamente os cuidados: maioritariamente mulheres que garantem continuidade, proximidade e segurança clínica em contextos muitas vezes exigentes.

Ainda em maio, no dia 28, assinala-se o Dia Internacional pela Saúde da Mulher. Esta data amplia o olhar e recorda que falar de mulheres na saúde não é apenas falar de quem cuida, mas também de quem é cuidada. Muitas enfermeiras vivem esta dupla realidade: são simultaneamente

profissionais de saúde e utilizadoras de um sistema que nem sempre responde de forma adequada às suas necessidades específicas.

Ao longo dos séculos, as mulheres, as parteiras e as enfermeiras foram pilares discretos de um sistema de saúde em construção. Em contextos de escassez, crise ou transformação, estiveram sempre presentes, no contexto familiar e nos contextos de saúde, como garante do cuidado que cada pessoa precisa, mas também do afeto e da organização, responsabilizando-se por criar um ambiente seguro e de acolhimento.

No sistema de saúde em Portugal as enfermeiras, também elas mães, mulheres e filhas estiveram sempre na linha da frente, muitas vezes sem condições adequadas, sem progressão justa e sem voz nas decisões estruturais. Ainda assim, foram moldando ao longo dos anos o Serviço Nacional de Saúde, com a sua visão multifacetada e uma combinação rara de resistência e compromisso.

Hoje, as mulheres continuam a representar a esmagadora maioria dos profissionais de enfermagem em Portugal, chegando a ser 97% em áreas como a enfermagem obstétrica. São mulheres que acompanham pessoas sãs ou doentes e famílias, que traduzem a linguagem técnica em humanidade compreensível e que constituem, frequentemente, o elo mais próximo entre o sistema e quem dele depende. Talvez por isso ainda subsiste em relação aos enfermeiros a visão paternalista do papel da mulher. Essa ideologia patriarcal, herdada historicamente, que continua a tratar os enfermeiros como seres inferiores que precisam de controlo, subvalorizando as suas competências e restringindo a sua atuação!

Em pleno século XXI persistem desafios estruturais difíceis de ignorar: a ausência nos órgãos de decisão das políticas de saúde, a sobrecarga de trabalho, a falta de valorização remuneratória e a escassez de progressão na carreira são problemas amplamente reconhecidos. A estes soma-se uma dimensão menos visível, mas igualmente relevante: a exigência de conciliar uma profissão intensa com responsabilidades familiares que continuam a recair, em grande medida, sobre as mulheres. O resultado é um desgaste acumulado que o sistema raramente mede com a precisão que merece.

A pandemia de covid-19 tornou esta realidade impossível de ignorar. Durante meses, o país assistiu à dedicação extrema dos profissionais de saúde, com as enfermeiras a ocuparem um lugar central nesse esforço coletivo de reorganização, de superação para cuidarmos uns dos outros, mas sobretudo para ficarmos “todos bem”! Foram rosto de coragem, de proximidade e de resistência num dos períodos mais exigentes da história recente, deixando muitas vezes os seus para cuidar dos outros e no fundo, num esforço altruísta, para cuidarem de todos nós. Ainda assim, terminado o momento mais agudo da crise, o reconhecimento social voltou a diluir-se na rotina.



Falar de mulheres na enfermagem é, por isso, falar de uma força invisível não porque seja discreta ou dispensável, mas porque continua subvalorizada, sem as mesmas oportunidades na decisão institucional e política. É reconhecer que o SNS não se sustenta apenas em infraestruturas, tecnologia ou decisões políticas, mas também e sobretudo no trabalho diário de quem cuida. É admitir que quem decide em contexto clínico e assegura o funcionamento do SNS 24 horas por dia sabe bem o que é necessário para melhorar o acesso e a resposta do SNS, é aceitar que faltam enfermeiros nas políticas de saúde, no planeamento e nas decisões organizacionais!

Dar visibilidade a estas mulheres não é um gesto simbólico. É um passo necessário para corrigir assimetrias históricas, valorizar carreiras e garantir condições dignas de trabalho. É também uma forma de reforçar o próprio SNS, que depende diretamente da motivação e estabilidade dos seus profissionais.


Voltando, por fim, as atenções para o Dia Internacional pela Saúde da Mulher, foquemos as atenções no que ainda falta fazer: estima-se que 1 em cada 3 mulheres

no mundo não tenha acesso adequado a serviços de saúde essenciais ao longo da vida.

A realidade torna-se ainda mais grave e urgente quando cerca de 287 mil mulheres morrem anualmente por causas relacionadas com a gravidez e o parto, segundo dados recentes da Organização Mundial de Saúde (OMS), sendo na maioria dos casos por situações evitáveis com acompanhamento qualificado.

Todos os números mencionados neste artigo revelam um paradoxo persistente: as mulheres continuam a ser simultaneamente as principais cuidadoras e, muitas vezes, quem enfrenta maiores fragilidades no acesso a cuidados de saúde. Neste enquadramento, o Dia Internacional pela Saúde da Mulher não é apenas uma data simbólica, mas um alerta contínuo para a necessidade de sistemas de saúde mais equitativos, acessíveis e sensíveis às especificidades da saúde feminina.

Num mês que celebra quem cuida, quem traz vidas ao mundo e quem luta pela saúde das mulheres, importa não deixar que estas datas se esgotem no calendário. Que sirvam, antes, como ponto de partida para um reconhecimento mais consistente, mais justo e mais duradouro.

Talvez esteja na altura de tornar visível o que nunca deixou de ser essencial! 

Lúcia Leite, Presidente da Associação Sindical Portuguesa dos Enfermeiros (ASPE)



www.aspe.pt

SNS abre mais de 2.500 vagas para médicos recém-especialistas

O Serviço Nacional de Saúde (SNS) vai avançar com a abertura de mais de 2.500 vagas destinadas a médicos recém-especialistas, numa medida que pretende reforçar a capacidade de resposta dos serviços de saúde e minimizar a falta de profissionais em várias regiões do país. No total, foram identificadas 1.749 vagas para especialidades hospitalares, 711 para Medicina Geral e Familiar e 68 para Saúde Pública.

Na área da Medicina Geral e Familiar, as maiores necessidades concentram-se em unidades locais de saúde como Amadora-Sintra, Arrábida, Loures-Odivelas e Região de Leiria, refletindo as dificul-

dades persistentes no acesso a médicos de família em várias zonas do território nacional.

Entre as especialidades hospitalares, Medicina Interna é a área com maior número de vagas, seguindo-se Anestesiologia, Pediatria, Ginecologia/Obstetrícia, Cirurgia Geral e Ortopedia. Também especialidades como Psiquiatria, Cardiologia, Radiologia e Medicina Intensiva apresentam necessidades significativas de reforço.

O Governo sublinha que o reforço dos recursos humanos é essencial para garantir uma resposta de saúde mais eficaz e equitativa, reconhecendo, no entan-

to, que continuam a existir assimetrias relevantes na distribuição de médicos entre regiões e especialidades. As maiores carências verificam-se sobretudo em zonas com elevada pressão assistencial e menor capacidade de atração de profissionais.

A medida surge numa altura em que continuam por preencher várias vagas abertas em concursos anteriores, especialmente na área da Medicina Geral e Familiar, demonstrando as dificuldades do SNS em captar e fixar médicos em determinadas regiões do país.

Projeto une Portugal e Espanha para inovar nos cuidados de saúde

A Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto (FFUP), através do centro Porto4Ageing, integra o projeto europeu INTEGRASAÚDE, uma iniciativa que pretende reforçar a cooperação entre o Norte de Portugal e a Galiza na área dos cuidados de saúde integrados.

Financiado pelo programa INTERREG POC-TEP, o projeto procura responder aos desafios dos sistemas de saúde nas regiões fronteiriças, com especial foco no envelhecimento da população, na integração de cuidados e na inovação em saúde.

Entre as principais áreas de atuação estão a melhoria do acesso aos cuidados de saúde, a articulação entre serviços de saúde e apoio social e o desenvolvimento de soluções tecnológicas, incluindo inteligência artificial aplicada à saúde.

O INTEGRASAÚDE reúne instituições académicas e entidades de saúde de Portugal e Espanha, com o objetivo de criar modelos de cuidados mais eficientes, sustentáveis e centrados nas necessidades das populações.



A Saúde da Mulher: Muito que ainda há a fazer

A saúde da mulher é um tema vasto, importante, muitas vezes tratado de forma fragmentada e tantas vezes esquecida ou minimizada pelos decisores políticos, no momento de legislar.



A depressão em Portugal é uma das perturbações mentais mais prevalentes, afetando cerca de 7,9% da população adulta. As perturbações de humor, onde se inclui a depressão, tem uma prevalência de 7,9% e, é hoje, uma das principais causas de incapacidade do país, contribuindo para 11,8% da carga global de doença.

Relativamente ao stress, o Estudo Nacional de Saúde de 2025 mostra que 50% da população entre os 18 e os 64 anos apresenta elevados níveis de stress e 34,5% teve sintomas de saúde mental no último ano (ansiedade, burnout, ataques de pânico ou depressão). As mulheres reportam mais stress (55%) que os homens (44%).

A evidência também demonstra que é em Portugal que os profissionais de saúde, médicos e enfermeiros (profissões maioritariamente femininas) apresentam as taxas mais altas, da Europa, relativamente a: depressão (44%), ansiedade (39%) e exposição a violência no trabalho (84%).

Mas Saúde da Mulher é também, a sua Saúde reprodutiva, sexual e ginecológica. As variações dos ciclos menstruais, as hemorragias intensas e dor incapacitante,

muitas vezes associado à endometriose (responsável por ausências ao trabalho, aulas e outras atividades), a utilização de métodos contraceptivos cada um com as suas limitações, a peri-menopausa e a menopausa com implicações na saúde óssea, o planeamento familiar que inclui a fertilidade, a pré-concepção, acompanhamento da gravidez e no pós-parto onde importa referir as situações de depressão pós-parto, exaustão, culpa, isolamento.

No contexto da fertilidade, importa frisar, que o aumento do recurso à Procriação Medicamente Assistida não é alheio à decisão de ter filhos mais tarde, na maioria das vezes devido à insuficiente condição económica dos mais jovens: salários baixos, trabalho precário, preço das habitações, trabalho por turnos (que aumentou consideravelmente no país) falta de redes públicas de apoio, por exemplo, creches e infantários, sem esquecer, a pressão que muitas trabalhadoras são vítimas, nos seus locais de trabalho, com ameaças de despedimento caso decidam engravidar ou efetivo despedimento

quando acontece, obstáculos à aplicação da lei relativamente à flexibilidade de horários, etc.

A título de exemplo, e só sobre instituições de saúde, com processos em análise e votação na reunião tripartida da CITE de 25 de março relativa à intenção de recusa patronal aos pedidos de horários flexíveis por trabalhadoras: Unidade Local de Saúde Gaia e Espinho, E.P.E., SAMS/Mais Sindicato, Lusíadas Centro, S.A., Hospital de Pedro Hispano, Instituto Português de Oncologia do Porto Francisco Gentil, E.P.E., Unidade Local de Saúde de Braga, E.P.E., Foco Saúde, S.A., Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Varzim, Unidade Local de Saúde do Médio Tejo, E.P.E., NephroCare Portugal, S.A., Santa Casa da Misericórdia de Boticas e Santa Casa da Misericórdia do Montijo.

Já referido, mas com maior enfoque, a saúde óssea da Mulher cujo, risco aumenta com a menopausa e, conseqüentemente, o aumento das probabilidades de fraturas patológicas ou associadas a quedas. Também aqui importa recordar que a Diretiva 90/269/CEE transposta em Portugal pelo Decreto



de Lei nº 330/93 não define quilogramas máximos passíveis de serem levantados ou arrastados pelas Mulheres, mas obriga o empregador a evitar a movimentação manual e, quando inevitável, a minimizar o risco sendo para isso imprescindível a existência de representantes para a segurança, higiene e saúde no trabalho que têm um papel determinante na avaliação dos riscos e propor alterações e/ou adequação do posto de trabalho à trabalhadora. Recordar que as lesões músculo-esqueléticas são uma das principais causas de incapacidade laboral e que é na enfermagem onde existe uma maior incidência deste tipo de problema agravado com a carência estrutural de enfermeiros, a desregulação de horários, o trabalho por turnos e as alterações dos critérios para a aposentação. Não querer ter em conta a especificidade das condições de prestações de cuidados associados à Saúde da Mulher, enfermeiras, neste caso, é não cumprir a legislação que determina que a entidade empregadora é responsável pelo especial risco a que as/os enfermeiras/os estão sujeitas/os. E, é assim desde há 21 anos, quando o governo entendeu impor os critérios para a aposentação do regime geral, à enfermagem.

Também a Saúde cardiovascular das Mulheres é uma área frequentemente subestimada, principalmente se tivermos

em conta que as doenças cardiovasculares são a principal causa de morte em mulheres, cujos sintomas podem ser diferentes dos homens (fadiga extrema, náuseas, dor difusa) e que os estilos de vida, o stress e a menopausa influenciam o risco.

Outro aspeto que obrigatoriamente tem que ser abordado é a violência doméstica e sexual com impacto direto e profundo na saúde física e mental das mulheres, já que são as principais vítimas deste flagelo social. É conhecido que, durante o fascismo, o marido nunca era acusado em qualquer uma daquelas situações, mesmo que resultasse em morte da Mulher. Com o 25 de Abril e passados que são 52 anos sobre a instauração da democracia, são vergonhosos os números de mulheres mortas em contexto de violência doméstica e o aumento dos abusos sexuais de meninas e jovens mulheres.

A Saúde da Mulher esteve em debate na Comissão Europeia no passado dia 23 de abril. É inadmissível, em pleno século XXI, que exista a necessidade de o fazer principalmente porque, também aqui, continuamos a estar confrontados com desigualdades de tratamento entre mulheres e homens, ainda que as mulheres representem metade da população mundial.

Como facilmente se percebe, as mulheres, para além da sua condição de mulher,

desempenham vários papéis que interferem na sua saúde e, é imprescindível que:

sendo a saúde é um direito social fundamental, o acesso a cuidados de saúde deve ser atempado, acessível e de elevada qualidade, incluindo prevenção, diagnóstico e tratamento de condições específicas de sexo e género e não deve depender do estatuto socioeconómico ou laboral, local de residência, ou qualquer outro;

representando as mulheres 76% dos trabalhadores da saúde na Europa devem existir medidas específicas na assunção dessas duas condições;

reconhecendo que as mulheres estão mais expostas à vulnerabilidade económica e que isso tem consequências para a sua saúde física e mental é determinante a melhoria dos salários, a proteção no emprego e a igualdade salarial entre mulheres e homens que desempenham as mesmas funções;

se reconheça que as condições de saúde afetam desproporcionalmente as mulheres e que têm um impacto económico significativo (produtividade e do absentismo).

Um exemplo concreto, prende-se com as enxaquecas, um problema neurológico, que na União Europeia, significa uma perda de produção, estimada em 111 milhões de euros de custos indiretos.



Ou seja, a melhoria dos resultados de saúde das mulheres contribui diretamente para uma maior participação no mercado de trabalho, redução do absentismo, aumento da produtividade e sustentabilidade a longo prazo dos sistemas de proteção social.

Por fim, e pela sua relevância no momento atual, não podemos deixar de referir a Saúde Digital, dispositivos médicos, dados e inteligência artificial.

E neste contexto a realidade os dados sobre a saúde das mulheres são frequentemente não recolhidos, não publicados no domínio público ou incompletos o que deve determinar uma maior precisão na recolha de dados e a definição de normas para a recolha de dados desagregados por sexo e género com o objetivo de ajudar a esclarecer doenças, particularmente condições específicas das mulheres.


Parece ser evidente que a Inteligência Artificial na saúde corre o risco de exacerbar desigualdades de género ao replicar preconceitos históricos, dado que os algoritmos são frequentemente treinados com dados dominados por homens, levando ao subdiagnóstico ou diagnóstico incorreto em mulheres.

É obrigatório que se aposte na recolha de dados desagregados por sexo e género deve para treinar a IA na área da saúde,

garantindo segurança, precisão e equidade na saúde digital através de uma melhor inclusão das diferenças fisiológicas e do acompanhamento da saúde das mulheres ao longo das diferentes fases da vida.

Os dados desagregados por sexo e género permitem que a IA reconheça diferenças críticas na progressão da doença, sintomas e metabolismo de medicamentos entre homens e mulheres; destaca que colmatar estas lacunas permite uma medicina de precisão mais eficaz e reduz o risco de diagnósticos incorretos, historicamente mais frequentes nas mulheres.

Na discussão do passado dia 23, foram aprovadas alterações a dispositivos legais já existentes na União Europeia, sobre a Saúde da Mulher, incluindo as necessárias alterações das ferramentas de Inteligência Artificial para impedir o agravamento das desigualdades que já hoje existe.

Inaceitavelmente, a maioria dos deputados com assento no Parlamento Europeu em representação da extrema-direita e da direita, na sua maioria, faltaram à votação. Provavelmente porque muitos destes partidos pretendem recuperar aquela forma de ver as mulheres, que bem conhecemos do fascismo. 



SEP

www.sep.org.pt

Nova pós-graduação aposta na formação em Saúde Mental Perinatal

Portugal vai contar, pela primeira vez, com uma pós-graduação dedicada exclusivamente à Saúde Mental Perinatal, uma área que tem ganho cada vez mais relevância devido ao aumento da consciencialização para problemas como a depressão pós-parto e a ansiedade materna. A formação é promovida pela Escola Superior de Enfermagem São Francisco das Misericórdias (ESESFM) e surge para responder à falta de especialização nesta área no sistema de saúde português.

Dirigida a profissionais de saúde, a pós-graduação pretende fornecer competências teóricas e práticas baseadas

na evidência científica, preparando os participantes para identificar e intervir de forma mais eficaz em situações relacionadas com a saúde mental durante a gravidez e o período pós-parto.

A criação do curso surge num contexto em que o período perinatal é cada vez mais reconhecido como uma fase particularmente sensível na vida das famílias, marcada por profundas alterações emocionais, sociais e biológicas. A pressão social, os desafios da parentalidade e a conciliação entre vida profissional e familiar são alguns dos fatores que têm contribuído para o aumento das preocu-

pações relacionadas com a saúde mental materna.

Segundo a diretora da ESESFM, Elsa Gonçalves, a nova formação nasce da necessidade de atualização e adaptação dos profissionais de saúde a novas realidades e desafios, acompanhando a evolução constante das necessidades da sociedade.

A pós-graduação aposta num modelo de ensino misto, maioritariamente online, conciliando flexibilidade com momentos presenciais de componente prática.



Requalificação da USF de Penacova reforça cuidados de saúde no concelho

A Unidade de Saúde Familiar (USF) de Penacova foi inaugurada após uma requalificação financiada pelo Plano de Recuperação e Resiliência (PRR), num investimento superior a um milhão de euros destinado a reforçar os cuidados de saúde primários no concelho.

A intervenção incluiu melhorias na eficiência energética, conforto térmico

e acessibilidade do edifício, além da criação de novas áreas de atendimento, permitindo melhores condições para utentes e profissionais de saúde.

Segundo a ministra da Saúde, Ana Paula Martins, o investimento nos cuidados de proximidade é essencial para garantir uma resposta mais eficaz às populações, destacando também o papel das autar-

quias na concretização destes projetos.

A requalificação integra uma estratégia mais ampla de modernização das infraestruturas de saúde locais, que inclui ainda intervenções noutras polos do concelho. Com estas melhorias, a unidade passa a ter maior capacidade de resposta, sobretudo numa região marcada pelo envelhecimento da população.



it's ALL ABOUT FUN!

We capture it!

Let's create!



JOELREIS
PHOTOGRAPHY

Book your session:

joel.r.reis@gmail.com • +351 964459359 • @joelreisph

people • fashion • events • commercial • architecture



**Escola Superior
de Tecnologia
da Saúde**

Politécnico de Coimbra

WWW.ESTESC.IPC.PT



o teu sonho

LICENCIATURAS

Audiologia
Ciências Biomédicas Laboratoriais
Dietética e Nutrição
Farmácia
Fisiologia Clínica
Fisioterapia
Imagem Médica e Radioterapia
Saúde Ambiental
Terapia Ocupacional

MESTRADOS

Audiologia
Educação para a Saúde
Farmácia
Fisiologia Clínica
Fisioterapia
Imagem Médica e Radioterapia
Nutrição, Alimentação e Saúde
Saúde Ambiental

*aprovado pela A3ES, em processo de registo

