

mais magazine

"A nossa maior conquista continua a ser a confiança das pessoas"

Sandra Soares, CEO da Brain Power

NO INTERIOR

Contabilista Certificado - "O pilar oculto das empresas de sucesso"

pág. 6 a 14

O Novo Ouro De Portugal - "Como a amêndoa e os frutos secos conquistaram o mundo"

pág. 15 a 29

Dia Mundial da Visão - "Cuidar da visão é ver o futuro com clareza"

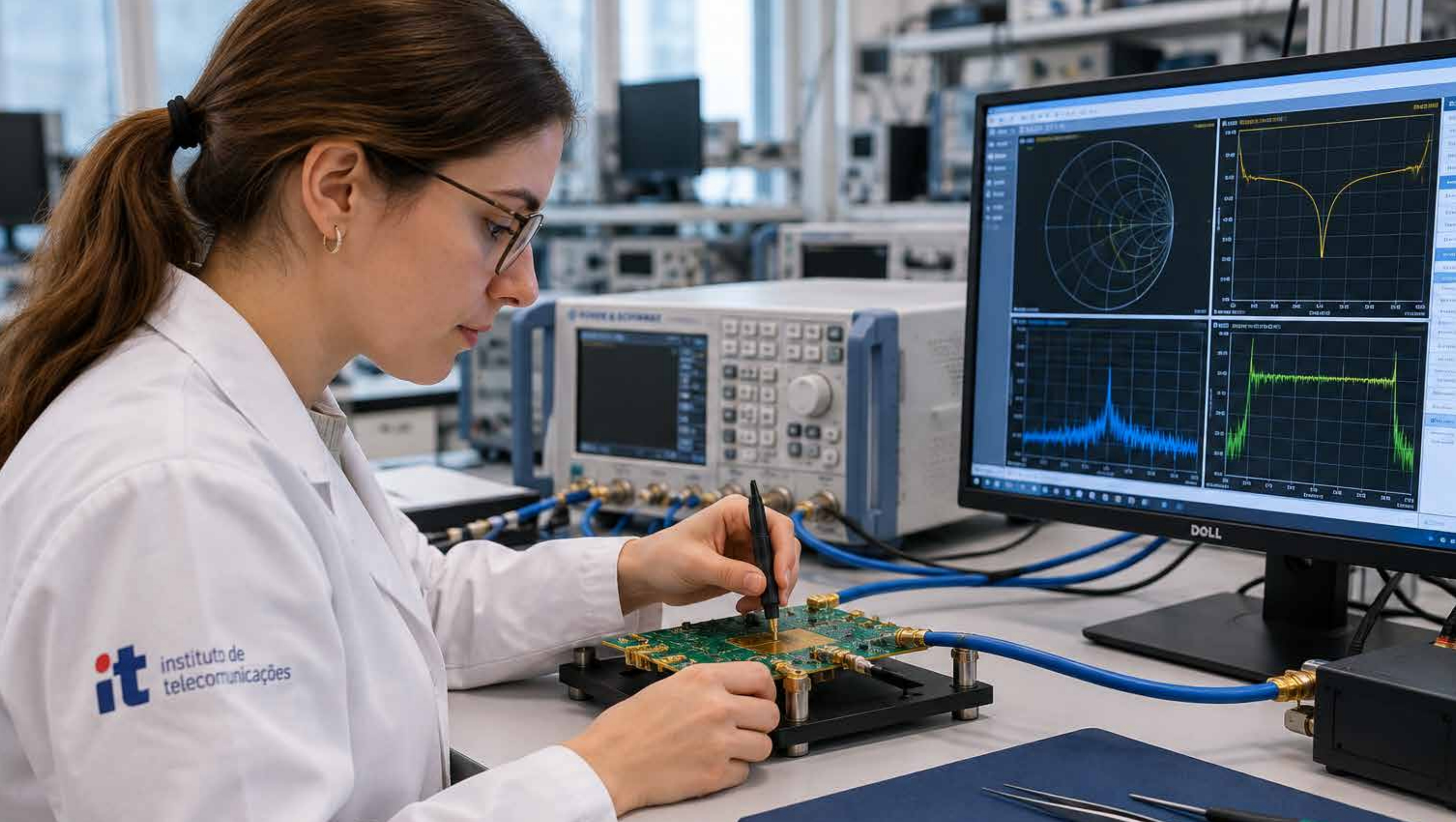
pág. 30 a 39

Especial ALABE: Laboratórios de Enologia em Portugal - "A Ciência por detrás dos grandes vinhos"

pág. 48 a 57

EM DESTAQUE





Mais de 30 anos como referência nacional e internacional em Tecnologias da Informação, Comunicação e Eletrónica (TICE)

Tecnologias Sem Fios | Ótica e Fotónica | Ciências de Dados e da Informação

Redes de Comunicações | Ciências de Base e Tecnologias de Suporte

Instituto de Telecomunicações
Universidade de Aveiro, Campus Universitário de Santiago
3810 - 193 Aveiro – Portugal
Tel: +351 234377900 • Email: it@lx.it.pt • www.it.pt



frutorra
EST PORTUGAL 1988

**NOVOS
SABOROSOS
MIXES**





Onde a
qualidade
da amêndoa
se sente em
cada momento.

Contactos:

Alfândega da Fé, Bragança
Telefone: 279 462 656
amendouro@amendouro.com
Facebook: Amendouro



EDITORIAL

É logo pela manhã que nos apercebemos da lenta chegada do outono, através da forma subtil como a luz atravessa a janela nestas manhãs de setembro. Já não tem a intensidade dos dias de verão e deixa as sombras desenhadas com maior precisão no chão. A mudança é discreta, mas suficiente para percebermos que alguma coisa se alterou.

Também nós regressamos diferentes depois dos meses de verão. Trazemos ideias que ganharam espaço, conversas que ficaram por concluir e projetos que esperavam apenas pelo momento certo para avançar. Setembro tem essa particularidade de pedir menos contemplação e mais decisão.

Num mercado que muda depressa, perceber o que merece a nossa atenção tornou-se tão importante como saber adaptar-nos. Nem todas as mudanças exigem uma nova direção, tal como nem todas as oportunidades justificam uma mudança de rumo. Há momentos em que avançar significa simplesmente olhar com maior clareza para aquilo que temos diante de nós e decidir o que merece continuar.

No centro de tudo continuam, porém, as pessoas. São as suas competências, habilitações, conhecimento e experiência que dão consequência às decisões e transformam ideias em trabalho concreto. A tecnologia pode alterar processos, profissões e modelos de negócio, mas continua a depender de quem sabe utilizá-la, questioná-la e perceber o que fazer com ela. É por isso que formar pessoas, reconhecer conhecimento e criar condições para que a experiência se transforme em novas competências continua a ser uma das tarefas mais importantes de qualquer organização.

É também esse o ponto de partida desta edição. Nas páginas que se seguem encontramos empresas, pessoas e instituições em diferentes momentos dos seus percursos. Algumas estão a crescer, outras a mudar de direção, outras simplesmente a consolidar o caminho que escolheram. Em todas encontramos histórias de trabalho, conhecimento e decisões que ajudam a perceber diferentes formas de construir o presente e preparar o futuro.

Cada edição nasce desse encontro com o presente. As histórias que aqui reunimos são também um retrato, necessariamente parcial, de um tecido empresarial em permanente movimento. Um retrato feito de decisões, trabalho, investimento e da capacidade de transformar ideias em realidade. Setembro começa quando voltamos a olhar para aquilo que temos diante de nós com vontade de fazer alguma coisa com isso.

Brindemos aos novos começos e ao caminho que temos pela frente. Saúde!



ÍNDICE

	8 a 11 Brain Power
	Duck River Agriculture 19 a 23 
	24 e 25 Amendouro
	Shamir 32 a 35 
	38 e 39 HOYA
	Instituto de Telecomunicações 42 a 45 
	51 a 53 CEVAQOE
	Governo dos Açores 67 

6 a 14	Contabilista Certificado - “O pilar oculto das empresas de sucesso”
15 a 29	O Novo Ouro De Portugal - “Como a amêndoa e os frutos secos conquistaram o mundo”
30 a 39	Dia Mundial da Visão - “Cuidar da visão é ver o futuro com clareza”
40 a 47	Laboratórios de Excelência em Portugal - “Onde nasce o futuro”
48 a 57	Especial ALABE: Laboratórios de Enologia em Portugal - “A Ciência por detrás dos grandes vinhos”
58 a 63	SENAG 2026 - “Reimaginar a água urbana”
64 a 71	Dia Mundial do Turismo 2026 - “Sustentabilidade, territórios e comunidades que inspiram o mundo”
72 a 79	Os Cuidados Continuados e Paliativos na Construção de uma Saúde Mais Humana
80 a 83	Novo Ano, Novos Desafios - “As crianças de hoje, o futuro de amanhã”

Contabilista Certificado



Contabilistas certificados – Parceiros invisíveis e conselheiros essenciais

A relação estreita e de proximidade entre o contabilista certificado e o empresário faz com que frequentemente os profissionais da contabilidade e da fiscalidade sejam apelidados de «psicólogos» e «confidentes». E, diga-se, em abono da verdade, com total propriedade. Em primeiro lugar, porque ouvem as preocupações, ansiedades e dificuldades dos clientes, sobretudo em momentos de crise ou de incerteza. Depois, porque conhecem, ao mais ínfimo pormenor, os segredos dos negócios, nomeadamente a realidade financeira e empresarial, sendo um dos primeiros interlocutores a quem o empresário recorre para discutir decisões difíceis. Contudo, a designação profissionalmente mais adequada, deve ser «conselheiros», visto que o contabilista interpreta informação, antecipa problemas, identifica riscos e auxilia o empresário a tomar determinados caminhos, evitando outros. Do que foi, durante anos, o «homem que trata das contas e da papelada», assistimos à evolução do profissional tradicional para o “contabilista 3.0”, entendido como um parceiro estratégico de confiança na gestão e na criação de valor.

O processo de afirmação e dignificação da profissão e dos profissionais não foi fácil nestes últimos trinta anos. Mas mais recentemente, coincidindo com o especialmente crítico momento da pandemia, o papel imprescindível dos contabilistas certificados adquiriu uma nova dimensão. Estes profissionais assumem-se, cada dia que passa, como os parceiros invisíveis de empresas e dos empresários, dando resposta à multiplicidade de desafios que vão emergindo, como é o caso, por exemplo, das novas e incontornáveis exigências resultantes da sustentabilidade. Recorrendo às melhores práticas e obedecendo aos mais elevados padrões éticos e de responsabilidade. Sem protagonismos, longe dos holofotes, mas com um know-how e uma visão sem paralelo num mercado laboral em acelerada transformação.

Ser o executante de um trabalho de confiança pública é um penhor que nem todas as profissões podem granjear. A Ordem dos Contabilistas Certificados, como entidade reguladora da profissão, vai continuar a defender de forma intransigente, dentro das suas competências, os interesses dos cerca de 70 mil contabilistas certificados inscritos nesta associação profissional, no sentido de lhes ser conferido o reconhecimento social e institucional que merecem, pelo papel que desempenham na vida económica, para as empresas, as finanças públicas e inclusive para o próprio Estado.

Paula Franco, Bastonária da Ordem dos Contabilistas Certificados (OCC)



“A nossa ambição é mudar o paradigma que habituou Portugal a crescer pouco, para que o país possa convergir mais depressa com as economias mais prósperas da Europa”

Manuel Castro Almeida, Ministro da Economia e da Coesão Territorial



Fonte: Eco

"O pilar oculto das empresas de sucesso"

O Contabilista Certificado: Muito mais do que números, um parceiro estratégico das empresas

Durante muitos anos, o Contabilista Certificado foi visto sobretudo como o profissional responsável pelo cumprimento das obrigações fiscais e contabilísticas. Essa visão está hoje profundamente ultrapassada. Atualmente, é um dos principais parceiros estratégicos das empresas, acompanhando decisões, antecipando riscos, identificando oportunidades e contribuindo para uma gestão mais sustentável, eficiente e competitiva.

Num contexto de crescente exigência legislativa, transformação digital e permanente evolução económica, o papel do Contabilista Certificado tornou-se indispensável. É este profissional que garante a qualidade da informação financeira, promove a transparência, reforça a confiança entre empresas, investidores e Estado e disponibiliza aos gestores os elementos necessários para decidir com rigor e segurança.

Mas existe uma dimensão frequentemente esquecida: a proximidade.

O Contabilista Certificado conhece a realidade das empresas, acompanha os seus desafios diários e está presente nos momentos mais difíceis e também nas fases de crescimento. É um verdadeiro conselheiro de confiança, especialmente para as micro, pequenas e médias empresas que constituem a espinha dorsal da economia portuguesa.

Esta evolução exige igualmente um reconhecimento adequado da profissão. A crescente complexidade das obrigações legais e fiscais, a necessidade de atualização permanente e a responsabilidade inerente às funções desempenhadas tornam imprescindível que os decisores políticos e a sociedade valorizem o contributo destes profissionais para a estabilidade económica do país.

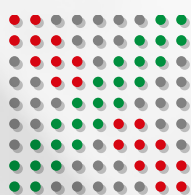
O futuro exigirá ainda mais dos Contabilistas Certificados. A inteligência artificial, a automação e a digitalização não substituirão o seu papel; pelo contrário, reforçarão a importância da capacidade de interpretar informação, aconselhar, criar valor e apoiar decisões estratégicas.

Por detrás de empresas sólidas, de investimentos sustentados e de milhares de projetos empresariais bem-sucedidos existe, quase sempre, um Contabilista Certificado. Um profissional que trabalha muitas vezes longe dos holofotes, mas cuja competência, ética e dedicação são determinantes para o sucesso das organizações e para o desenvolvimento económico de Portugal.

Valorizar esta profissão é, acima de tudo, valorizar as empresas e o futuro da nossa economia.

A APECA – Associação Portuguesa das Empresas de Contabilidade e Administração muito tem contribuído, e continuará a contribuir, para apoiar os Contabilistas Certificados e as Empresas de Contabilidade no seu desempenho profissional e na valorização e afirmação da sua atividade.

Paula Santos, Presidente da Direção da APECA



APECA

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DAS EMPRESAS
DE CONTABILIDADE
E ADMINISTRAÇÃO





Brain Power:

O braço direito de empresas e trabalhadores independentes

Sandra Soares, CEO da Brain Power, defende um mercado de trabalho onde a flexibilidade não seja sinónimo de insegurança. Numa altura em que surgem novas profissões, modelos de colaboração e percursos profissionais cada vez menos lineares, a empresa tem vindo a afirmar-se como um parceiro próximo de trabalhadores independentes e empresas, apoiando-os na gestão das suas obrigações fiscais, laborais e administrativas e apostando na formação e na literacia financeira.

Para quem ainda não conhece a Brain Power, como descreveria a empresa e a sua missão no mercado?

Gosto de dizer que a Brain Power nasceu para resolver um problema que eu via todos os dias. Encontrava excelentes profissionais, muito competentes naquilo que faziam, mas completamente perdidos quando o assunto era fiscalidade, Segurança Social, direitos laborais ou simplesmente a gestão da sua atividade.

Percebi que fazia falta alguém que estivesse verdadeiramente ao lado dessas pessoas. Foi assim que nasceu a Brain Power. Hoje continuamos com o mesmo propósito: simplificar a vida dos profissionais e das empresas, esclarecer, acompanhar e dar segurança para que cada pessoa possa concentrar-se naquilo que faz melhor.

Quais são as principais áreas de atuação da Brain Power e que tipo de empresas ou profissionais apoiam atualmente?

Ao longo dos anos fomos crescendo e hoje trabalhamos com profissionais de áreas muito diferentes. Continuamos muito ligados ao setor imobiliário, mas também acompanhamos profissionais da saúde, tecnologia, desporto, comunicação, criadores de conteúdos, artistas e muitos outros trabalhadores independentes.

Também apoiamos empresas que procuram soluções mais flexíveis para as suas equipas. No fundo, trabalhamos com pessoas e empresas que valorizam um acompanhamento próximo e personalizado. Nunca acreditámos em soluções iguais para todos. Cada profissional merece um verdadeiro “fato à medida”.

Ao longo do vosso percurso, quais têm sido os principais desafios e conquistas que marcaram o crescimento da empresa?

O maior desafio foi mostrar que fazíamos muito mais do que tratar de questões administrativas. Desde o início quisemos que a Brain Power fosse vista como um parceiro de confiança e não apenas como um prestador de serviços.

A maior conquista continua a ser a confiança das pessoas. Temos consultores que estão connosco há muitos anos, empresas que cresceram ao nosso lado e profissionais que hoje têm carreiras sólidas porque encontraram alguém que os acompanhou desde o primeiro dia. É isso que mais me orgulha.



A Brain Power distingue-se por disponibilizar soluções que promovem maior flexibilidade e segurança aos profissionais e às empresas. Como surgiu este conceito e que necessidades do mercado procurou responder?

Este modelo surgiu porque o mercado mudou muito e não foi capaz de encontrar uma solução para os trabalhadores independentes. Existem cada vez mais profissionais independentes e empresas que procuram formas de trabalho mais flexíveis. O problema é que, muitas vezes, essa flexibilidade vinha acompanhada de muita insegurança.

A Brain Power nasceu precisamente para criar esse equilíbrio. Acredito que é possível trabalhar com flexibilidade sem abdicar da segurança, dos direitos e do acompanhamento. Foi essa necessidade que identificámos e continua a ser essa a nossa missão.

De que forma a Brain Power ajuda trabalhadores independentes e empresas a gerir os desafios administrativos, fiscais e laborais do dia a dia?

Acima de tudo, estamos presentes. Faz parte da nossa forma de trabalhar, acompanhar os consultores no dia a dia e responder às dúvidas que vão surgindo.

Falamos sobre IRS, Segurança Social, enquadramento fiscal, direitos laborais, contratos ou qualquer outro tema relacionado com a atividade profissional. Muitas vezes basta uma conversa para evitar erros ou dar às pessoas a confiança

de que precisavam para tomar uma decisão. É esse acompanhamento diário que faz a diferença.

O mercado de trabalho tem sofrido profundas transformações nos últimos anos. Quais considera terem sido as mudanças mais significativas e como é que a Brain Power tem acompanhado essa evolução?

A maior mudança foi percebermos que as pessoas procuram cada vez mais liberdade

na forma como trabalham. Existem novas profissões, novas formas de colaboração e carreiras muito menos lineares do que existiam há alguns anos.

Mas essa liberdade também traz mais responsabilidade. Na Brain Power temos acompanhado essa evolução estando muito próximos dos nossos consultores. Adaptamo-nos às mudanças legais, esclarecemos dúvidas e procuramos garantir que ninguém fica para trás por falta de informação.



A formação e o desenvolvimento de competências fazem parte da vossa atividade. Que importância atribuem à aprendizagem contínua num mercado de trabalho cada vez mais exigente?

Dou-lhe uma importância enorme. Aliás, basta olhar para o nosso dia a dia. Fazemos muitas apresentações, reuniões e sessões de esclarecimento, tanto em grupo como individualmente, e percebemos que ainda existem muitas pessoas que não sabem como funciona o IRS, quanto descontam para a Segurança Social ou quais são os seus direitos.

Na minha opinião, a literacia financeira, fiscal e laboral devia começar muito antes, até na escola. Enquanto isso não acontece, sinto que também é nossa responsabilidade ajudar a esclarecer. Um consultor informado é um consultor mais seguro e mais preparado para construir o seu futuro.

Na vossa experiência, quais são hoje os maiores desafios enfrentados pelos trabalhadores independentes e pelas empresas na gestão das suas relações laborais?

Acredito que o maior desafio continua a ser a falta de informação. Muitas pessoas começam uma atividade sem conhecer verdadeiramente as suas obrigações e isso acaba por criar insegurança.

Ao mesmo tempo, as empresas procuram soluções mais flexíveis, mas querem fazê-lo de forma segura. Na minha opinião, o futuro passa precisamente por esse equilíbrio. Podemos ter um



mercado de trabalho mais moderno e mais flexível, mas nunca à custa da estabilidade, da previsibilidade e dos direitos das pessoas.

A transformação digital e a inteligência artificial estão a mudar a forma como trabalhamos. Que impacto acredita que estas tendências terão na gestão de pessoas e na prestação de serviços como os da Brain Power?

A inteligência artificial vai mudar muita coisa e acredito que ainda estamos

apenas no início. Vai ajudar-nos a automatizar tarefas e a ganhar tempo, o que é muito positivo.

Mas também acredito que nunca vai substituir aquilo que mais valorizamos na Brain Power: a proximidade. As pessoas continuam a precisar de alguém que as ouça, que as aconselhe e que as ajude a tomar decisões importantes. A tecnologia será uma ferramenta extraordinária, mas a confiança continuará a ser construída entre pessoas.

Quais são os principais objetivos da Brain Power para os próximos anos e que mensagem gostaria de deixar aos profissionais e às empresas que procuram soluções de trabalho mais flexíveis, sustentáveis e seguras?

Queremos continuar a crescer, mas sem perder aquilo que sempre nos distinguiu: a proximidade com as pessoas. Vamos continuar a apostar na formação, na literacia financeira, fiscal e laboral e num acompanhamento cada vez mais personalizado.

A mensagem que deixo é muito simples: não tenham receio de procurar apoio. Hoje o mercado de trabalho é muito mais complexo do que era há alguns anos e ninguém tem de saber tudo. Costumo dizer que um profissional esclarecido é um profissional mais livre. E acredito sinceramente que esse continuará a ser o maior contributo da Brain Power para o futuro do trabalho. 





Brain Power™

Soluções à medida dos
seus sonhos profissionais

**+15 mil
colaboradores**

confiam
na Brain Power

FALE CONNOSCO

✉ welcome@brainpower.com.mt

☎ 914869435 | 910732434

🌐 @brainpowermaster

Sabia que?

...há números que dizem mais do que parecem?

Uma queda nas vendas pode parecer preocupante, mas pode ser temporária. Um aumento da faturação pode parecer positivo, mas não significa necessariamente que a empresa esteja mais saudável. É precisamente aqui que entra a capacidade de análise: os números precisam de contexto para serem verdadeiramente compreendidos.

...o contabilista do futuro será cada vez mais tecnológico?

Automação, inteligência artificial, análise de dados e software especializado estão a transformar a profissão. O contabilista continuará a trabalhar com números, mas terá cada vez mais ferramentas para os interpretar e transformar em informação útil.

...no fundo, a contabilidade ajuda a responder a uma pergunta essencial?

“Como está, realmente, a minha empresa?”

É através da informação contabilística que uma organização consegue perceber de onde vem o dinheiro, para onde está a ir, quais são os seus principais desafios e onde pode existir margem para crescer. Por isso, mais do que uma profissão ligada a números, a contabilidade é uma área ligada à informação, à análise e à tomada de decisões.

...o trabalho começa muito antes do prazo?

Embora os prazos fiscais sejam os momentos mais visíveis do trabalho de um contabilista, grande parte do trabalho é feito antecipadamente. Organizar documentos, conferir informação e identificar possíveis erros antes da entrega pode evitar problemas quando chega a altura de cumprir uma obrigação.

...nem todos os números são imediatamente confiáveis?

Um dos trabalhos do contabilista é precisamente validar a informação que recebe. Uma fatura duplicada, um documento em falta ou uma classificação incorreta pode alterar os resultados. Por isso, conferir e cruzar informação é uma parte essencial da profissão.

...a contabilidade ajuda a perceber se uma empresa está realmente a ganhar dinheiro?

Ter uma faturação elevada não significa necessariamente ter lucro. Uma empresa pode vender muito e, ao mesmo tempo, ter custos tão elevados que a margem final seja reduzida. A contabilidade permite olhar para estes diferentes indicadores e perceber a verdadeira situação financeira.

...os contabilistas também acompanham o crescimento das empresas?

Quando uma empresa cresce, aumentam também as suas necessidades contabilísticas e financeiras. Mais trabalhadores, mais clientes, mais fornecedores, novos investimentos ou entrada em novos mercados podem trazer novos desafios que exigem acompanhamento especializado.

...um contabilista pode trabalhar com empresas de áreas completamente diferentes?

Do comércio à indústria, passando pela restauração, construção, saúde, tecnologia ou agricultura, praticamente todos os setores precisam de acompanhamento contabilístico. Isto significa que um contabilista pode acabar por conhecer realidades empresariais muito diferentes ao longo da carreira.

...a organização pode poupar tempo e dinheiro?

Ter documentos bem organizados não é apenas uma questão de facilitar o trabalho do contabilista. Uma boa organização permite encontrar informação rapidamente, reduzir erros e evitar problemas relacionados com documentos em falta ou entregues fora de prazo.



“A contabilidade deixou há muito de ser apenas uma função de reporte e cumprimento legal”

A contabilidade assume hoje uma dimensão cada vez mais próxima da gestão e da estratégia empresarial. Estela Justino, fundadora e CEO da Star Accounting, explica à Mais Magazine como o rigor, a tecnologia e a proximidade podem transformar a informação financeira numa verdadeira ferramenta de decisão.

Hoje, a contabilidade vai muito além do cumprimento das obrigações fiscais. Como é que a Star Accounting apoia empresas e empresários na tomada de decisões estratégicas, contribuindo para um crescimento sustentável e para uma gestão mais eficiente?

Na Star Accounting acreditamos que a contabilidade deixou há muito de ser apenas uma função de reporte e cumprimento legal. Hoje, é uma ferramenta de gestão essencial para apoiar decisões informadas, reduzir riscos e identificar oportunidades de crescimento.

O nosso papel passa por transformar dados financeiros em informação relevante para a gestão. Acompanhamos os empresários na

análise de indicadores-chave de desempenho, na gestão da tesouraria, no controlo da rentabilidade e no planeamento financeiro, permitindo-lhes ter uma visão clara da realidade do seu negócio e agir de forma mais estratégica.

Mais do que prestar um serviço de contabilidade, procuramos ser um parceiro de confiança que compreende os objetivos de cada empresa e contribui ativamente para a sua sustentabilidade e crescimento. Quando a informação financeira é tratada de forma rigorosa, tempestiva e orientada para a gestão, torna-se um poderoso instrumento de competitividade e criação de valor.

A digitalização e a crescente complexidade da legislação fiscal colocam novos desafios às organizações. Que soluções e metodologias distingue a Star Accounting para garantir um serviço rigoroso, próximo e adaptado às necessidades de cada cliente?

Vivemos um período em que a evolução tecnológica e a constante atualização das normas fiscais exigem elevados níveis de especialização e capacidade de adaptação. Na Star Accounting encaramos esses desafios como uma oportunidade para melhorar continuamente os nossos processos e o serviço prestado aos clientes.

Investimos em soluções digitais que promovem a automatização de tarefas, a desmaterialização documental e o acesso à informação em tempo real, aumentando a eficiência e reduzindo a margem de erro. Paralelamente, mantemos uma aposta permanente na formação e atualização técnica da nossa equipa, assegurando um acompanhamento rigoroso das alterações legislativas e fiscais.

Contudo, acreditamos que a tecnologia só cria verdadeiro valor quando é acompanhada por proximidade e aconselhamento personalizado. Por isso, privilegiamos uma relação próxima com os nossos clientes, procurando compreender a realidade específica de cada

negócio e apresentar soluções ajustadas às suas necessidades, dimensão e objetivos. É esta combinação entre inovação tecnológica, rigor técnico e acompanhamento humano que distingue a nossa atuação.

Assinalando o Dia do Contabilista Certificado, que mensagem gostaria de deixar às empresas sobre a importância de escolher um parceiro de contabilidade capaz de criar valor e contribuir para o sucesso do negócio?

O Dia do Contabilista Certificado é uma oportunidade para reconhecer o papel cada vez mais estratégico destes profissionais no tecido empresarial português. Numa realidade económica marcada pela rapidez da mudança e pela crescente exigência regulatória, as empresas precisam de mais do que um prestador de serviços contabilísticos; precisam de um parceiro que as ajude a interpretar números, antecipar desafios e tomar decisões com confiança.

Escolher um contabilista certificado competente, experiente e alinhado com os objetivos da empresa pode fazer uma diferença significativa no seu desempenho e sustentabilidade. Um bom parceiro de contabilidade não se limita a cumprir obrigações legais; contribui para melhorar a gestão, otimizar recursos, identificar oportunidades e apoiar o crescimento de forma consistente.

A mensagem que deixo às empresas é simples, valorizem a contabilidade como uma área estratégica do negócio. Quando existe uma relação de confiança, proximidade e visão de futuro entre empresário e contabilista, criam-se as bases para decisões mais seguras, empresas mais resilientes e projetos empresariais mais bem-sucedidos.



Estela Justino, fundadora e CEO da Star Accounting



STAR ACCOUNTING PORTUGAL

www.staraccounting.pt

Sabia que?

...a contabilidade é uma profissão com milhares de anos?

Muito antes dos computadores e das folhas de Excel, já existiam pessoas responsáveis por registrar bens, trocas comerciais e impostos. Há registros de práticas contabilísticas em civilizações antigas, como a Mesopotâmia, onde eram utilizadas tabuletas de argila para controlar colheitas, animais, salários e transações.

...Luca Pacioli é considerado o “pai” da contabilidade moderna?

O italiano Luca Pacioli, frade franciscano e matemático, é uma das figuras mais importantes da história da contabilidade. Em 1494, publicou uma obra que descrevia o sistema de partidas dobradas, método que continua a estar na base da contabilidade moderna.

...partidas dobradas não significam fazer tudo duas vezes?

O nome pode parecer estranho, mas a lógica é simples: cada operação é registrada de forma a refletir, pelo menos, dois movimentos contabilísticos. É este princípio que permite manter o equilíbrio entre diferentes elementos das contas de uma empresa.

...o contabilista não “trata apenas de impostos”?

Esta é provavelmente uma das ideias mais comuns sobre a profissão. Na realidade, o trabalho de um contabilista pode envolver muito mais: análise financeira, elaboração de demonstrações financeiras, apoio à gestão, acompanhamento de custos, processamento salarial, cumprimento de obrigações fiscais e apoio na tomada de decisões.

...um pequeno erro pode ter grandes consequências?

Na contabilidade, os detalhes contam. Uma data, um valor ou uma classificação incorreta pode alterar informação financeira e obrigar a corrigir documentos ou declarações. É por isso que organização, atenção ao detalhe e capacidade de verificação são características particularmente importantes nesta profissão.

...os números também contam histórias?

Uma empresa pode apresentar milhares de linhas de números, mas um contabilista consegue transformar essa informação numa leitura sobre a saúde financeira do negócio. As contas podem revelar, por exemplo, onde uma empresa está a gastar demasiado, quais os períodos de maior faturação ou se existem problemas de tesouraria.

...o Excel tornou-se um dos grandes aliados da profissão?

As folhas de cálculo revolucionaram a forma como muitos profissionais trabalham. Fórmulas, tabelas, filtros e gráficos permitem tratar grandes quantidades de informação de forma rápida. Ainda assim, saber Excel não substitui o conhecimento contabilístico: a ferramenta ajuda a trabalhar os dados, mas é preciso saber interpretá-los.

...a tecnologia está a mudar o trabalho dos contabilistas?

Hoje, muitas tarefas que anteriormente exigiam introdução manual de dados podem ser automatizadas. Faturação eletrónica, digitalização de documentos, software de gestão, inteligência artificial e sistemas de integração de dados estão a alterar a rotina dos profissionais.

A mudança não significa necessariamente que os contabilistas vão deixar de ser necessários. Pelo contrário: à medida que as tarefas repetitivas são automatizadas, cresce a importância da análise, interpretação e aconselhamento.

...nem todos os contabilistas trabalham da mesma forma?

Um contabilista pode trabalhar numa empresa, num gabinete de contabilidade, numa organização pública ou prestar serviços a diferentes clientes. Também pode especializar-se em determinadas áreas ou setores, dependendo do seu percurso profissional.



...o calendário tem dias particularmente “temidos”?

Para quem trabalha em contabilidade, existem períodos do ano em que o volume de trabalho aumenta significativamente. Fechos contábilísticos, obrigações fiscais, salários e outras declarações fazem com que determinados prazos sejam especialmente exigentes.

É também por isso que a organização antecipada é uma das grandes armas de qualquer profissional da área.

...contabilidade e gestão estão mais ligadas do que parece?

Os dados contábilísticos não servem apenas para cumprir obrigações legais. São uma ferramenta fundamental para gerir uma empresa. Saber quanto se vende, quanto se gasta, quais os custos mais elevados ou como evolui a margem pode ajudar os gestores a tomar decisões mais informadas.

...um contabilista precisa de saber fazer mais do que contas?

Comunicação, capacidade de análise, organização, espírito crítico e atualização constante são competências cada vez mais importantes. Afinal, não basta saber interpretar um número: muitas vezes é necessário explicá-lo a alguém que não domina a linguagem contábilística.

...a linguagem da contabilidade tem um verdadeiro “dicionário”?

Ativo, passivo, capital próprio, débito, crédito, balanço, demonstração de resultados, amortizações, depreciações... Para quem está de fora, a terminologia contábilística pode parecer quase uma língua própria. Para os profissionais, estes conceitos são ferramentas fundamentais para interpretar a realidade financeira de uma organização.

...o balanço tem de estar... equilibrado?

Não é por acaso que se fala em “balanço”. Um dos princípios fundamentais da contabilidade implica que exista uma relação de equilíbrio entre os diferentes elementos contábilísticos. Quando os valores não batem certo, é sinal de que há algo que precisa de ser analisado.

...o contabilista também pode ser um “detetive”?

Encontrar a origem de uma diferença, perceber porque é que determinado valor não coincide ou identificar um lançamento incorreto pode exigir verdadeira investigação. Cruzar documentos, comparar períodos e seguir o percurso de uma operação faz parte do lado mais analítico da profissão.

...a profissão exige aprendizagem contínua?

As regras fiscais e contábilísticas não são estáticas. Legislação, obrigações declarativas, ferramentas digitais e procedimentos podem mudar, obrigando os profissionais a manterem-se permanentemente atualizados.

...os contabilistas conhecem uma empresa por dentro?

Poucas profissões permitem ter uma visão tão transversal de uma organização. Através da informação financeira, um contabilista pode acompanhar receitas, despesas, salários, investimentos, fornecedores, clientes e evolução do negócio. É uma perspetiva privilegiada sobre o funcionamento de uma empresa.

O NOVO OURO DE PORTUGAL

O novo ouro de Portugal precisa agora de crescer melhor

O mercado dos frutos secos é verdadeiramente global. Aquilo que acontece num pomar na Califórnia, no Chile, na China ou na Austrália acaba, mais cedo ou mais tarde, por chegar às decisões de um produtor português. A Europa é um dos grandes centros mundiais de consumo e transformação, mas continua dependente das importações para satisfazer as suas necessidades.

Na amêndoa, os Estados Unidos - sobretudo a Califórnia - mantêm um domínio muito expressivo, representando cerca de três quartos da produção mundial. A Austrália consolidou-se como segundo grande polo exportador, beneficiando também de uma colheita em calendário diferente do hemisfério norte. Na noz, o mapa é mais repartido: a China lidera a produção mundial, enquanto Estados Unidos e Chile mantêm posições muito relevantes no comércio internacional.

Em Portugal, estamos em plena colheita, com uma produção significativamente melhor do que a registada nos últimos dois anos. Depois de duas campanhas difíceis, marcadas por condições menos favoráveis e resultados abaixo do potencial de muitos pomares, voltamos a sentir um ambiente mais positivo no campo. Há mais fruto, maior regularidade e, em muitos casos, boa qualidade.

Na noz, a situação é diferente. Apesar de uma recuperação produtiva, os preços continuam pouco interessantes e aquém do necessário para remunerar de forma adequada o investimento e o risco. A pressão da oferta internacional, com origens muito competitivas, condiciona o mercado europeu. É preciso conhecer o mercado, planear a comercialização e construir relações estáveis com clientes.

Portugal viveu, na última década, uma transformação profunda. A área de frutos secos cresceu muito depressa, com especial destaque para o amendoal de regadio. Em 6 anos a área de amendoal regado cresceu quase 70%, estando em 42 mil hectares atualmente, o que representa cerca de 65% da superfície total plantada. O país consolidou-se como o 2º maior produtor de amêndoa da União Europeia e integra o top 5 a nível mundial. Em 2025, as exportações para a UE atingiram novo máximo de 156 milhões de euros, e prometem continuar a crescer.

Estamos a entrar numa segunda fase. A primeira foi a da instalação e do crescimento rápido; esta terá de ser a fase do conhecimento, da eficiência e do valor acrescentado. Precisamos de reforçar a investigação aplicada, criar referências técnicas portuguesas, melhorar a formação das equipas e aproximar produtores, universidades, centros de competência, viveiristas, indústria e mercado.

Os frutos secos podem ser um novo ouro para Portugal, não por representarem uma riqueza fácil, mas porque combinam território, agricultura moderna, exportação e capacidade empresarial. O próximo passo é transformar o crescimento em consistência. Produzir melhor, com mais conhecimento, mais eficiência e mais mercado: é esse o caminho para que o sucesso desta fileira não seja apenas uma boa colheita, mas uma história duradoura.

Tiago Costa, Presidente da Portugal Nuts

"COMO A AMÊNDOA E OS FRUTOS SECOS CONQUISTARAM O MUNDO"

Frutos secos, Portugal no topo

Temos uma agricultura cada vez mais moderna e produtiva, com agricultores e produtores competentes. Nem sempre temos a perceção da qualidade do nosso sistema alimentar e agrícola que foi distinguido recentemente, pelo Economist, como o mais resiliente do mundo, numa avaliação a 60 países, com 71 indicadores. É um reconhecimento internacional extraordinário do trabalho dos nossos agricultores, pescadores, produtores, cooperativas, indústria agroalimentar e de todos os que diariamente garantem alimentos de qualidade, sustentabilidade, inovação e criação de valor no território.

Portugal afirma-se cada vez mais pela qualidade, segurança e resiliência da sua produção como prova a evolução da fileira dos frutos e nomeadamente dos frutos secos, que são sinónimo de crescimento e da boa utilização dos nossos recursos naturais e da nossa capacidade.

A amêndoa é mais um bom exemplo. Portugal é hoje o segundo maior produtor europeu e o quinto maior produtor mundial. Entre 2016 e 2025, a produção cresceu 849% e o país tornou-se um exportador com mais de 115 milhões de euros em vendas externas. A produtividade passou de 277 quilos por hectare para 1.109 quilos por hectare. Este salto resulta da modernização dos pomares, da mecanização, das novas variedades e da profissionalização do setor.

Cerca de 30% da área nacional desta cultura está hoje instalada na zona de influência de Alqueva. Hoje, até países do Norte da Europa reconhecem a importância de armazenar a água e que tal significa competitividade, coesão, sustentabilidade ambiental e futuro. A água gerida de forma inteligente permite planear, investir e competir. Por isso afirmo que o projeto Água que Une é um desígnio nacional em execução e um dos projetos mais estruturantes para Portugal. Sem disponibilidade de água, não há agricultura moderna, estabilidade produtiva, previsibilidade, nem capacidade de resposta num contexto climático cada vez mais exigente.

Mas a força da fileira não se esgota na amêndoa. A castanha mantém a sua liderança histórica no Norte e na Beira Interior. A noz apresenta produtividades muito elevadas e um potencial económico significativo. A avelã cresce. No Algarve, a alfarroba e o figo mostram como a agroindústria pode transformar tradição em valor acrescentado. Os frutos secos são hoje uma das culturas com maior potencial de exportação, resultado de uma agricultura mais moderna, sustentável e competitiva.

E é precisamente porque chegámos aqui que não podemos ignorar os desafios. A afirmação internacional da fileira exige que olhemos de frente para a volatilidade dos mercados, para a concorrência de grandes produtores mundiais, para os custos de produção e alterações climáticas. Tal implica investimentos na água e por isso, insisto, avançamos para a estratégia Água que Une, estamos a desburocratizar, aumentámos o apoio ao rendimento dos agricultores, duplicámos o apoio para os jovens agricultores, insistimos na investigação para soluções eficazes e acessíveis, propusemos um mecanismo europeu de resseguros, defendemos uma política agrícola comum robusta onde o investimento seja reforçado, e queremos uma Europa aberta, mas que exija reciprocidade nas relações comerciais.

Portugal é capaz. A fileira dos frutos secos é uma das provas. Representa ambição, trabalho, resiliência e competência. Portugal tem capacidade de competir ao mais alto nível e de conquistar o seu lugar entre os melhores do mundo em vários domínios, nomeadamente na agricultura. Para isso, a produtividade e competitividade têm de andar de mãos dadas com a coesão territorial e social e com a sustentabilidade ambiental.

José Manuel Fernandes, Ministro da Agricultura e Mar



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA AGRICULTURA
E DO MAR



A fileira dos frutos secos: Tradição, inovação e competitividade

Nesta edição da Mais Magazine, vamos conhecer melhor a realidade de uma das fileiras que mais tem vindo a ganhar importância na agricultura portuguesa: a dos frutos secos e de outras culturas de elevado valor acrescentado.

Portugal tem vindo a afirmar-se como um dos países de referência na produção e transformação de frutos secos, combinando a tradição agrícola de várias regiões com uma crescente aposta na inovação, na tecnologia e na valorização agroindustrial. De norte a sul do país, diferentes territórios apresentam condições únicas para a produção de amêndoa, pistácio, castanha, noz, alfarroba e figo, contribuindo para uma fileira cada vez mais competitiva e orientada para os mercados nacional e internacional.

Entre estas culturas, a amêndoa assume atualmente um papel de enorme destaque. Portugal integra o top 5 mundial de produtores de amêndoa, resultado de um crescimento muito significativo da produção nas últimas décadas.

A utilização de sistemas de rega mais eficientes, monitorização das culturas, mecanização da colheita e novas técnicas de gestão dos pomares permite aumentar a produtividade e melhorar a qualidade do produto. Ao mesmo tempo, a crescente profissionalização do sector tem contribuído para reforçar a capacidade de Portugal competir num mercado internacional exigente. A amêndoa portuguesa deixou, por isso, de ser apenas uma cultura tradicional para se transformar numa produção agrícola moderna, tecnológica e com forte vocação exportadora.

O Alentejo começa também a ganhar importância com a expansão das novas culturas de pistácio, uma cultura que apresenta potencial de crescimento e que tem despertado o interesse dos produtores. A adaptação de novas variedades, a experimentação agrícola e a aplicação de

tecnologias de regadio e monitorização demonstram a capacidade do sector agrícola português para responder às novas oportunidades do mercado.

Mais a norte, encontramos a castanha, uma cultura profundamente ligada à identidade agrícola e económica de regiões como Bragança e a Beira Interior. Portugal possui uma forte tradição na produção de castanha e destaca-se no contexto europeu, tanto pela qualidade do produto como pela importância económica que esta cultura representa para os territórios rurais. Para além do consumo em fresco, existe ainda uma crescente valorização através da transformação e comercialização de produtos derivados.

No Ribatejo, a noz assume igualmente uma posição de relevo, beneficiando de condições favoráveis à produção e de uma forte capacidade de calibração, seleção e preparação para o mercado. A modernização dos pomares e das unidades de processamento tem permitido aumentar a eficiência da cadeia de valor e responder às exigências dos consumidores e da distribuição.

Já no Algarve, culturas tradicionais como a alfarroba e o figo têm encontrado novas oportunidades através da valorização agroindustrial. A alfarroba, em particular, tem vindo a ganhar importância devido à diversidade de aplicações que permite, desde a alimentação humana à produção de ingredientes e produtos transformados. O figo, por sua vez, mantém uma forte ligação à tradição agrícola algarvia, sendo cada vez mais valorizado através da transformação e diferenciação. 

O Novo Ouro De Portugal – "Como a amêndoa e os frutos secos conquistaram o mundo"

mais magazine



**Uma nova indústria está a
ganhar dimensão europeia
em Portugal com a amêndoa**



“A Duck River é hoje um dos maiores operadores no setor dos frutos secos na Península Ibérica”

A agricultura de frutos secos ganha cada vez mais expressão em Portugal. Em entrevista à Mais Magazine, David de Almeida, CEO da Duck River Agriculture, fala sobre a evolução da agricultura de frutos secos em Portugal, o potencial de regiões como o Alentejo e a Beira Baixa e o potencial do país nos mercados internacionais.



David de Almeida, CEO Duck River Agriculture

A Duck River Agriculture tem vindo a afirmar-se no panorama agrícola nacional. Como caracteriza atualmente a atividade da empresa e qual é a sua visão para o desenvolvimento da agricultura de frutos secos em Portugal?

A Duck River é hoje um dos maiores operadores no setor dos frutos secos na Península Ibérica e um importante interveniente no setor do azeite. Gerimos cerca de 3.000 hectares, dos quais mais de 2.000 estão ocupados por amendoeiras e oliveiras, distribuídos por várias regiões de Portugal, e somos proprietários de um lagar de azeite no Alentejo. No total, estamos a falar de cerca de 1,5 milhões de árvores que acompanhamos e gerimos diariamente.

O grupo foi criado em 2019, numa altura em que a produção moderna de amêndoa em Portugal ainda dava os primeiros passos e a produção de azeite atravessava um período de

forte crescimento, impulsionado, em parte, pela abertura do Alqueva e pela possibilidade de irrigar novas áreas no Alentejo.

Enquanto cerca de 80% da produção mundial de amêndoa está concentrada na Califórnia e a Europa é o principal consumidor deste produto, algumas regiões de Portugal apresentavam condições particularmente favoráveis — um clima propício, solos de qualidade e acesso regulado à água — que lhes permitiam assumir-se como futuras referências mundiais na produção de frutos secos. E com custos de produção bastante mais competitivos do que os da Califórnia.

Naquela altura, Portugal também tinha ainda uma capacidade de transformação limitada para esta nova cultura. A Duck River avançou rapidamente para um modelo de integração vertical, criando capacidade própria para o descasque e processamento da amêndoa.



O panorama agrícola português mudou profundamente nos últimos dez anos. Atualmente, o país está já posicionado como um importante fornecedor de várias culturas permanentes para os mercados europeus e internacionais, nomeadamente azeite, citrinos, frutos vermelhos, abacate e frutos secos.

No caso específico dos frutos secos, sobretudo da amêndoa e da noz, foram testadas ao longo desta década muitas variedades, sistemas de plantação e novas regiões de produção. A curva de aprendizagem foi bastante acentuada. Considero que o setor, como um todo, está hoje muito mais maduro e começamos a assistir ao surgimento de operadores agrícolas de elevado desempenho, capazes de alcançar produtividades e níveis de qualidade alinhados com os padrões internacionais, oferecendo aos compradores europeus uma origem de abastecimento muito mais próxima.

O potencial de crescimento continua a ser enorme, não apenas ao nível da produção agrícola, mas também da transformação industrial, permitindo manter uma maior parcela do valor acrescentado em Portugal.

A Duck River Agriculture desenvolve a sua atividade sobretudo no Alentejo e na Beira Baixa, duas regiões com características agrícolas e desafios muito próprios. O que levou a empresa a apostar nestes territórios e que oportunidades e desafios encontram nestas regiões?

Os primeiros critérios que analisamos num bom projeto agrícola são muito claros: temos o clima adequado? Qual é o estado e a qualidade dos solos? Temos acesso garantido e devidamente regulado à água para irrigação a longo prazo? Existe envolvimento da população local, com vontade de participar no projeto e contribuir para o seu sucesso?

Fala-se muito de como a agricultura está cada vez mais tecnológica — e é verdade — mas continua a ser, antes de mais, uma atividade feita por pessoas. As explorações agrícolas não são tão previsíveis como as fábricas. Para ter sucesso, precisamos de profissionais locais qualificados, motivados e empenhados.

Verificámos que o Alentejo e a Beira Baixa reuniam estes critérios, embora de formas diferentes. O Alentejo atravessava uma verdadeira “corrida ao ouro” impulsionada pelo Alqueva, e pareceu-nos fazer sentido apostar nesta região, onde adquirimos também a nossa operação ligada ao azeite.

Já a Beira Baixa representava uma nova fronteira para a produção de amêndoa. Rapidamente percebemos, contudo, o potencial da região, graças às suas condições climáticas muito favoráveis e a uma forte cultura agrícola.

Portugal conquistou uma posição de destaque no mercado mundial da amêndoa e é hoje um dos principais produtores europeus. Que fatores considera terem sido determinantes para esta evolução

e que oportunidades continuam por explorar?

Empresas como a Duck River, seguindo o exemplo de operadores fortes no azeite e outras culturas mais maduras, contribuíram para criar um conjunto de empresas muito atrativas para profissionais qualificados, ao proporcionarem oportunidades de desenvolvimento e crescimento.

Através de uma forte adoção de tecnologia, da aposta em práticas sustentáveis — nomeadamente na gestão da água, na biodiversidade, na saúde dos solos e na redução da pegada de carbono —, de uma cultura permanente de investigação e desenvolvimento para melhorar o conhecimento agronómico e o desempenho das explorações, e de um foco muito rigoroso na rastreabilidade, para garantir a qualidade e a segurança alimentar, conseguimos, enquanto setor, construir uma imagem muito forte, tanto da atividade como do próprio país.

Essa imagem é reconhecida quer pelas pessoas que queremos atrair para o setor, quer pelos clientes internacionais que compram os nossos produtos.

Acredito que o próximo desafio passa por todos os operadores trabalharem melhor em conjunto, partilhando conhecimento, experiências realizadas no terreno e acesso aos mercados. É precisamente por isso que consideramos a Portugal Nuts uma iniciativa tão importante, tanto para a nossa empresa como para todo o setor.



Todos os anos, Portugal recebe milhões de turistas e a imagem do país na Europa e no mundo é extraordinariamente positiva. Temos de saber tirar maior partido desse valor, nomeadamente valorizando a nossa produção agrícola e agroalimentar, e captar uma parcela maior do valor acrescentado que, por vezes, se perde ao longo de cadeias de valor demasiado extensas.

A inovação tecnológica e a agricultura de precisão assumem um papel cada vez mais importante na modernização do setor. De que forma a Duck River Agriculture tem integrado tecnologia, conhecimento e inovação nos seus projetos agrícolas?

Desde o primeiro dia, a Duck River foi construída com base numa forte adoção de tecnologia agrícola, com o objetivo de utilizar a água de forma cada vez mais eficiente, monitorizar e melhorar a saúde dos solos, otimizar a utilização de fatores de produção e, simultaneamente, acompanhar e melhorar o nosso desempenho no terreno.

Queremos também estar na vanguarda do setor e oferecer aos nossos clientes uma rastreabilidade integral, de ponta a ponta.

Temos de manter diariamente uma mentalidade orientada para a investigação e desenvolvimento. A agricultura é tanto uma arte como uma ciência. Uma boa

produtividade numa determinada exploração ou parcela nunca pode ser atribuída apenas a um ou dois fatores. Estamos constantemente a testar novas aplicações e tecnologias e a medir de que forma contribuem para melhorar a nossa forma de produzir. E, depois, partilhamos esse conhecimento com os nossos pares.

Mas inovação nem sempre significa tecnologia de ponta. Por exemplo, percebemos que a introdução de abelhas nos nossos pomares contribui para melhorar a polinização das árvores que, por natureza, são autopolinizadoras. Podemos dizer que a polinização por abelhas é uma forma de tecnologia potenciada pela própria natureza.

Ao mesmo tempo, quando vejo os nossos agrónomos a avaliar remotamente, através de drones, se uma determinada parcela está a apresentar um bom desempenho, ou a utilizar imagens de satélite para verificar o estado fisiológico de uma determinada linha de árvores, ou ainda o nível de agricultura de precisão que conseguimos alcançar através da parceria com a Wisecrop, fico impressionado com o grau de tecnologia que conseguimos integrar na nossa atividade.

Mas, no final do dia, continuamos sempre a precisar do olhar experiente dos nossos agrónomos e das suas equipas para acompanhar as nossas 1,5 milhões de árvores.

A disponibilidade de água e a gestão eficiente dos recursos são hoje desafios centrais para a agricultura. Que estratégias têm adotado para garantir uma produção competitiva e, simultaneamente, sustentável?

Tudo passa pela agricultura de precisão: procurar fornecer às árvores exatamente a quantidade de água de que necessitam, gota a gota, em função das condições climáticas do dia e das características do solo. O mesmo princípio se aplica aos restantes fatores de produção.

Por um lado, temos o dever de garantir que continuamos a ter ecossistemas sustentáveis daqui a 50, 100 anos e mais. Por outro, essa é também a decisão certa do ponto de vista da competitividade.

Estamos constantemente a testar soluções naturais que permitam aumentar a capacidade dos nossos solos para reter nutrientes e água, através, por exemplo, da biofertilização dos solos e da utilização de culturas de cobertura entre as linhas.

Para qualquer empresa agrícola bem gerida, esta deve ser uma preocupação permanente — diria mesmo uma obsessão.

Além disso, nunca trabalhamos de forma completamente isolada das comunidades vizinhas e do território onde estamos inseridos. A água, por exemplo, é um recurso partilhado. Através da nossa participação nas



associações locais de regantes, procuramos garantir que as decisões que tomamos são as melhores para toda a comunidade.

A profissionalização e a escala são fundamentais para competir num mercado cada vez mais global. Quais são, na sua perspetiva, as principais vantagens competitivas de Portugal face a outros grandes produtores internacionais de frutos secos?

É evidente que Portugal não é o Brasil nem os Estados Unidos. No nosso país, uma exploração com mais de 500 hectares já representa uma dimensão muito significativa. Ainda assim, tem-se verificado uma forte concentração de áreas agrícolas por grandes grupos, sobretudo nas regiões onde essa concentração faz sentido.

Existem também zonas do país onde predominam pequenos produtores, e acredito que assim deve continuar. Precisamos dos dois modelos de agricultura.

Para grupos com a nossa dimensão, como referi anteriormente, uma das grandes vantagens de Portugal, para além de ser um país europeu — com tudo o que isso implica em termos de alinhamento de regras e mecanismos de apoio — é precisamente a sua imagem e a sua cultura agrícola.

Nas regiões onde operamos existe, de facto, uma longa tradição agrícola, conhecimento acumulado e também um sentimento de orgulho associado à atividade. Isso significa que conseguimos contar, seja internamente ou através de prestadores de serviços, com pessoas verdadeiramente apaixonadas e dedicadas ao que fazem.

E Portugal, apesar da sua reduzida dimensão, possui uma formação agronómica de nível mundial.

Da produção à transformação e comercialização, a criação de valor ao longo de toda a cadeia é essencial. Onde considera que Portugal ainda tem maior margem para crescer e aumentar o valor acrescentado dos seus frutos secos?

Só recentemente é que os operadores portugueses começaram a investir em unidades de transformação de maior dimensão, permitindo controlar melhor as margens que podem perder-se ao longo da cadeia. Penso que esse é claramente o caminho a seguir.

Alguns operadores, como a marca Better With Almonds, têm a coragem de experimentar também ao nível do desenvolvimento de marcas, e admiro essa iniciativa. Esse poderá ser mais um passo importante para um futuro ainda mais promissor para o setor.



A agricultura portuguesa orgulha-se, justamente, da sua qualidade e eficiência. Por vezes, é uma pena verificar que uma parte tão significativa do valor acrescentado acaba por ser capturada pelo cliente B2B seguinte ao longo da cadeia.

A aposta na integração vertical e no desenvolvimento de marcas tem conduzido, noutros setores e contextos, a histórias de enorme sucesso, como é o caso da Vale da Rosa, no setor da uva de mesa.

Quais são hoje os principais desafios que o setor enfrenta — desde as alterações climáticas e os custos de produção à mão de obra, mercados internacionais e exigências do consumidor — e que respostas serão necessárias nos próximos anos?

É evidente que as alterações climáticas e a sua crescente imprevisibilidade constituem um enorme desafio para a agricultura em qualquer parte do mundo. O mesmo se aplica à inflação.

Existem formas de mitigar estes riscos e, no fundo, todas passam pela precisão com que gerimos as nossas operações. O que nos leva novamente aos pontos que referi anteriormente: tecnologia, pessoas e conhecimento.

Diria que precisamos de mais colaboração — através da Portugal Nuts, por exemplo — para conseguirmos responder melhor a estes desafios.

Olhando para o futuro, que papel gostaria que a Duck River Agriculture

desempenhasse na afirmação de Portugal como uma referência internacional na produção de frutos secos e quais são as principais metas ou projetos que gostaria de destacar?

Seria absurdo pensar que conseguimos fazer isto sozinhos. Faremos a nossa parte.

A nossa missão é simples: queremos fornecer um produto seguro, saudável e de elevada qualidade, sobretudo para os mercados europeus, mas também para outros mercados internacionais. Por exemplo, já vendemos para o Brasil.

Seja hoje através da amêndoa e do azeite, seja através de outros produtos no futuro, queremos continuar a contribuir para este caminho.

Como referi anteriormente, tendo em conta a excelente imagem de que Portugal beneficia, temos de ser simultaneamente parte da razão pela qual essa imagem é tão positiva e saber aproveitá-la para valorizar melhor os nossos produtos no mercado.



www.duckriveragriculture.com



Da tradição à inovação, a Amendouro leva a amêndoa nacional mais longe

A Amendouro é uma referência na transformação e comercialização de amêndoa em Portugal. Em entrevista à Mais Magazine, Carlos Araújo, CEO da empresa, fala sobre a evolução do setor, a valorização da produção nacional e a aposta no crescimento e na internacionalização.



Carlos Araújo, CEO da Amendouro

A Amendouro tem já uma vasta experiência e ocupa atualmente uma posição de destaque no setor dos frutos secos em Portugal. Como caracteriza a empresa e aquilo que a distingue no mercado?

A Amendouro é uma empresa dedicada à transformação e comercialização de amêndoas e é, atualmente, o operador mais antigo em Portugal no que diz respeito à transformação deste fruto. Eu represento

a terceira geração da empresa, que conta já com quase 70 anos de história ligada ao mundo da amêndoa.

Ao longo destas décadas, temos vindo a construir um percurso de grande proximidade com a produção, sobretudo na região norte do país. Nos últimos anos, e acompanhando naturalmente a expansão das novas plantações, alargámos também a nossa área de atuação ao centro e ao sul de Portugal.

Ainda assim, o nosso foco tem passado, sobretudo, pela valorização da amêndoa nacional, nomeadamente através da transformação e da aposta na exportação. É essa capacidade de acrescentar valor à matéria-prima e de a levar para mercados internacionais que tem marcado o percurso da Amendouro.

Com que tipos de amêndoa trabalham?

Em termos industriais, trabalhamos atualmente a amêndoa nas diferentes fases de transformação possíveis, a partir do seu estado natural. O processo começa com o descasque, do qual resulta o miolo natural, ou seja, a amêndoa com pele. Numa segunda fase de transformação, procedemos à despелagem, retirando a pele, e realizamos posteriormente os diferentes cortes.

Desta forma, procuramos disponibilizar uma gama muito completa de produtos à base de amêndoa. Trabalhamos desde a amêndoa com pele e a amêndoa despелada até aos diferentes produtos processados, como a amêndoa laminada, em palitos, granulada ou sob a forma de farinha. Esta

diversidade permite-nos responder às diferentes necessidades dos nossos clientes e acompanhar a evolução das utilizações da amêndoa na indústria alimentar.

Como tem evoluído a procura por estes diferentes produtos e que necessidades dos clientes procuram responder? Estamos perante um consumidor mais informado e exigente?

A procura pela amêndoa tem vindo a crescer de forma consistente. Por um lado, estamos perante uma tendência mais ampla no setor alimentar, em que os consumidores valorizam cada vez mais os alimentos naturais e pouco processados, reconhecendo-lhes vantagens do ponto de vista nutricional e de qualidade.

Por outro lado, a amêndoa está fortemente associada a um estilo de vida saudável, o que também tem contribuído para o aumento do seu consumo. Esta tendência tem permitido uma maior abertura de mercados e, sobretudo, a entrada em novos mercados onde a amêndoa é cada vez mais valorizada.

Temos assistido, ano após ano, a um crescimento gradual do consumo e a uma procura crescente por este tipo de produtos, o que demonstra também que estamos perante um consumidor mais informado e atento àquilo que coloca na sua alimentação.

A origem e a qualidade da matéria-prima são cada vez mais valorizadas pelos consumidores. Que importância têm



para a Amendouro as regiões produtoras, nomeadamente o Douro? Quais são as características desta região que considera diferenciadoras para a produção de amêndoa?

Continuamos a ter como principal foco a região de Trás-os-Montes e Alto Douro, que constitui o nosso core business. É nesta região que a amêndoa tem uma história mais longa e onde existe uma forte ligação entre a empresa, os produtores e o próprio território.

As características desta região são também diferenciadoras e conferem à amêndoa produzida no Norte do país particularidades que a distinguem das amêndoas provenientes das novas zonas de produção, nomeadamente das áreas de regadio do Centro e do Sul, onde têm sido introduzidas novas variedades e modelos de produção.

Naturalmente, acompanhamos o crescimento da produção noutras regiões do país e trabalhamos também essas amêndoas. O nosso objetivo é valorizar toda a produção nacional. No entanto, continuamos a ter um olhar muito especial sobre Trás-os-Montes e Alto Douro, não apenas pela importância histórica desta região para a empresa, mas também pela proximidade

que mantemos com os produtores e com o próprio território.

A fábrica está localizada aqui, na região onde estas amêndoas são produzidas e colhidas, e essa proximidade faz parte da nossa identidade. Enquanto empresa, mas também enquanto pessoas ligadas à região, identificamo-nos profundamente com os produtos que aqui são produzidos. Por isso, acreditamos que esta continuará a ser uma região estratégica para a Amendouro no futuro.

A sustentabilidade é cada vez mais uma prioridade para o setor. Que medidas tem a Amendouro adotado para tornar a sua atividade mais sustentável, desde a produção ao processamento e à comercialização dos seus produtos?

A agricultura tem vindo a fazer um trabalho muito relevante na área da sustentabilidade, sobretudo através da capacidade de produzir utilizando cada vez menos recursos. Um bom exemplo é a utilização da água, onde se tem conseguido alcançar níveis de eficiência muito significativos.

Do lado da Amendouro, enquanto indústria, temos procurado igualmente reduzir a nossa pegada e tornar o processo de transformação mais eficiente. Uma das principais apostas tem passado pela produção da nossa própria energia, através da instalação de sistemas fotovoltaicos.

Neste momento, já alcançamos uma capacidade de autoconsumo na ordem dos 75%, o que representa um passo muito importante no nosso caminho para uma maior sustentabilidade energética. O objetivo passa por continuar a aumentar gradualmente esta capacidade e reduzir a dependência energética associada aos processos de transformação da Amendouro.

Somos uma empresa de desperdício zero, pois a casca de amêndoa é utilizada como biomassa e a pele da amêndoa e resíduos do processo fabril de despelagem são utilizados como composto orgânico.

Olhando para o futuro, quais são as grandes apostas da Amendouro a médio e longo prazo e quais os principais objetivos que pretendem atingir?

Temos vindo a desenvolver, ao longo dos últimos dez anos, um planeamento estruturado de crescimento e expansão, procurando acompanhar a evolução e o crescimento que se têm verificado também no setor agrícola.

Neste momento, estamos a construir uma nova unidade de despelagem, equipada com novas tecnologias, que ainda não se encontra em funcionamento. Este investimento surge, sobretudo, com o objetivo de reforçar a nossa capacidade de exportação para o Norte da Europa, um mercado que tem vindo a revelar um crescimento muito interessante e onde temos registado uma evolução positiva das vendas e do consumo.

A nova unidade representa um investimento na ordem dos cinco milhões de euros e será dedicada à segunda transformação da amêndoa, integrando os diferentes produtos processados. Será uma unidade com a maior capacidade instalada do país neste segmento e estará equipada com tecnologia de ponta, quer ao nível da despelagem, quer dos diferentes cortes da amêndoa.

Trata-se, portanto, de um investimento estratégico para a Amendouro, que nos permitirá aumentar significativamente a nossa capacidade de transformação, responder de forma mais eficiente às necessidades dos clientes e reforçar a nossa posição nos mercados internacionais, particularmente no Norte da Europa.

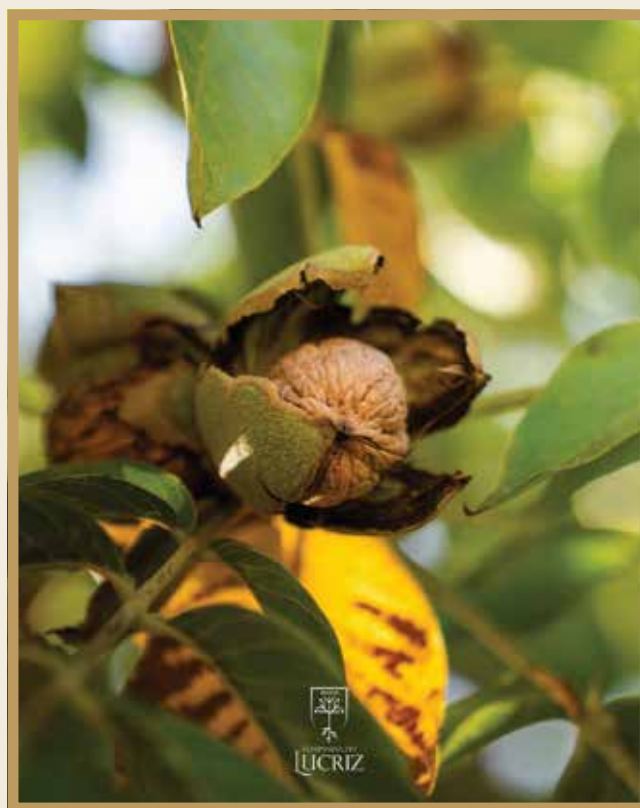
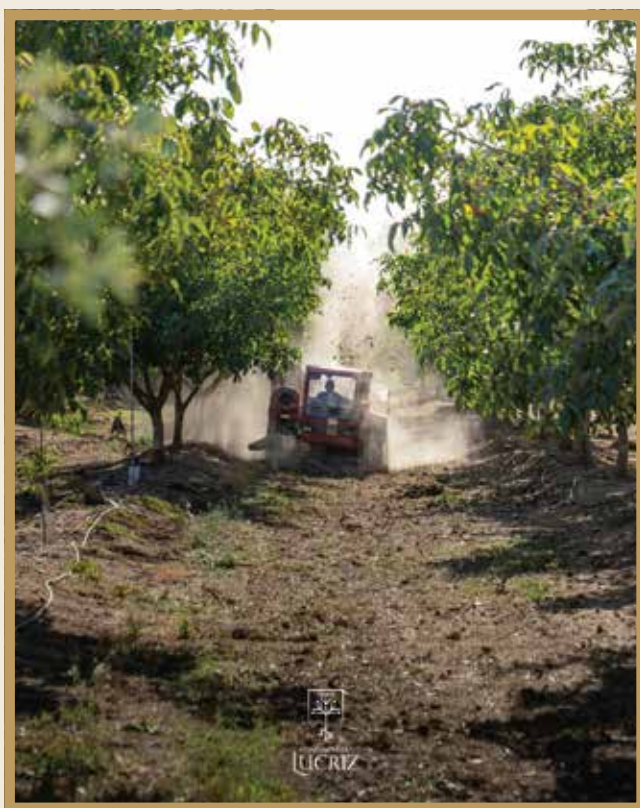
É um passo importante no crescimento da empresa e, simultaneamente, uma forma de continuarmos a acompanhar a evolução da produção nacional de amêndoa e a criar maior valor acrescentado a partir desta matéria-prima.



www.amendouro.com

Companhia do Lucriz:

Dez anos a construir um projeto de referência na produção de noz



Com 400 hectares de nogueiras instalados em Vila Velha de Ródão e mais 100 hectares previstos até 2028, a Companhia do Lucriz aposta na escala, no conhecimento e na inovação para afirmar a produção nacional de noz. Num setor marcado pelas alterações climáticas, pelo aumento dos custos e pela concorrência internacional, a empresa defende melhores condições para uma fileira que considera estratégica para a agricultura portuguesa.

O que levou o grupo/investidor a escolher Portugal e, em particular, Vila Velha de Ródão, para desenvolver este projeto agrícola?

Portugal reúne uma combinação muito interessante de fatores. A sua centralidade permite acesso rodoviário, ferroviário e marítimo aos principais mercados. Vila Velha de Ródão acrescenta a disponibilidade de solo em latifúndio fulcral para escala competitiva, as condições de solo, clima e disponibilidade hídrica particularmente adequadas à noqueira. Para nós era também fundamental concentrar toda a exploração num único local, permitindo economias de escala. A disponibilidade de mão de obra qualificada, a qualidade técnica e a

ética de trabalho foram igualmente fatores relevantes. Finalmente, Portugal oferece a estabilidade de um mercado integrado na União Europeia, nomeadamente em matéria cambial e de política monetária, transmitindo confiança ao investidor.

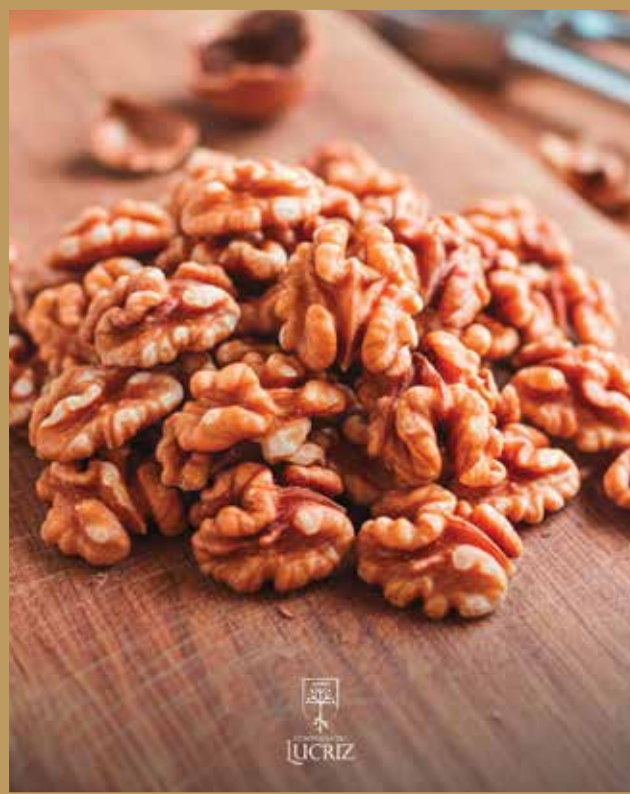
Porque decidiu a empresa apostar especificamente na cultura da noqueira e nas variedades Chandler e Howard?

Já tínhamos experiência na cultura da noqueira na Turquia e conhecíamos o seu elevado valor acrescentado, bem como a aceitação destas variedades pelo mercado. A Chandler é muito procurada pelo tamanho do miolo e pela facilidade

de quebra da casca; a Howard apresenta também uma casca muito quebradiça, com características de sabor distintas. Na Companhia do Lucriz temos, contudo, procurado ir mais além, selecionando porta-enxertos cada vez mais adaptados às características específicas do nosso território.

Quais são atualmente os principais pontos fortes da exploração e das nozes produzidas pela Companhia do Lucriz?

A escala é uma das nossas principais vantagens: temos atualmente 400 hectares instalados e prevemos acrescentar mais 100 hectares até 2028. A nossa herdade



tem 1000ha totais. Mas há outro ativo fundamental: o conhecimento. Estamos no décimo aniversário da empresa e no nono ano de experiência com esta cultura neste local. A equipa, os equipamentos e as infraestruturas estão hoje profundamente adaptados às especificidades deste pomar, que não é igual a nenhum outro. Temos, por isso, parceiros, fornecedores, pessoas, meios e dimensão para atuar como um verdadeiro player internacional. Produzimos uma noz de qualidade real e percecionada, procurando introduzir todos os anos melhorias no maneo e na conservação pós-colheita.

Como está a Companhia do Lucriz a preparar-se para o impacto das alterações climáticas?

A preparação faz-se diariamente. Dispomos de sistemas de monitorização exigentes e avançados do solo, da árvore, da fertirrega, permitindo acompanhar continuamente os parâmetros indispensáveis à saúde do pomar e utilizar apenas os recursos necessários. Procuramos também adaptar a mecanização e as práticas culturais às melhores técnicas disponíveis. Na água, a prioridade é poupar, mas também captar e armazenar o máximo possível de água pluvial, criando um circuito complementar e aumentando a nossa autonomia. A escolha de porta-enxertos adaptados ao solo e às condições ambientais contribui

igualmente para uma maior resiliência. O objetivo é preparar a própria árvore para resistir melhor às oscilações climáticas.

Quais são os principais desafios e ameaças para a cultura da noz em Portugal?

O primeiro é ambiental: as alterações climáticas aumentam a imprevisibilidade e exigem maior capacidade de previsão e resiliência das culturas e infraestruturas. Temos depois o aumento dos fatores de produção — água, energia, combustíveis e fertilizantes — e, em Portugal, o peso dos encargos laborais e fiscais, que dificulta o crescimento das equipas e torna cada vez mais complexo repercutir estes custos no preço final.

Outro desafio é a disponibilidade de mão de obra, principalmente no campo e operadores de equipamentos agrícolas, nos territórios de baixa densidade, agravada pelo êxodo rural. A Companhia tem procurado responder também através da disponibilização de residência na exploração.

Finalmente, entendemos que é necessária uma reflexão sobre a política fiscal relativa à importação de frutos secos. Portugal já é produtor e a fileira está em crescimento, mas a nossa noz enfrenta uma concorrência externa com condições de entrada muito favoráveis, enquanto produtores portugueses enfrentam

barreiras em alguns mercados. Países como a Turquia têm adotado políticas que protegem e incentivam a produção interna. Não defendemos fechar o mercado: acreditamos no comércio internacional e na concorrência pela qualidade. Mas é essencial que o Estado português olhe para a capacidade produtiva que está a ser criada e assegure condições concorrenciais equilibradas, valorizando o investimento realizado em Portugal.

Desejamos uma excelente campanha a todos os produtores e colegas da fileira. Esperamos que este setor continue a apostar na investigação e competitividade, para que a noz portuguesa seja cada vez mais reconhecida pela sua qualidade e não apenas pelo preço. A Companhia do Lucriz agradece a todos os que nos acompanham nestes dez anos, à nossa equipa e às nossas famílias, que diariamente contribuem para o sucesso deste projeto. 🌱



www.companhiadolucriz.com

Sabia que?

... a amêndoa é uma das culturas de frutos secos que mais tem crescido em Portugal?

A expansão dos amendoais, sobretudo no Alentejo, tem acompanhado a modernização da agricultura e o desenvolvimento de projetos de regadio, contribuindo para reforçar a produção nacional.

... o Alentejo está a ganhar protagonismo na produção de amêndoa?

As condições da região, aliadas à disponibilidade de água e à adoção de novas tecnologias, têm permitido instalar amendoais modernos, mais eficientes e preparados para responder às exigências do mercado.

... a tecnologia está a transformar a produção de amêndoa?

Da monitorização das culturas à gestão da água, passando pela mecanização da colheita e por sistemas de seleção e calibração, a inovação está presente em diferentes etapas da cadeia de valor.

... produzir mais não significa necessariamente consumir mais água?

A agricultura de precisão permite monitorizar as necessidades das plantas e ajustar a rega, contribuindo para uma utilização mais eficiente dos recursos e para uma produção mais sustentável.

... a amêndoa portuguesa percorre um longo caminho até chegar ao consumidor?

Depois da colheita, o fruto passa por várias etapas, como descasque, seleção, calibração, conservação e transformação. Processos que são fundamentais para assegurar qualidade e uniformidade.

... a castanha continua a ser um dos frutos secos mais ligados à tradição portuguesa?

Com especial expressão em Trás-os-Montes e na Beira Interior, a castanha mantém uma forte importância económica, social e cultural, sendo também valorizada nos mercados internacionais.

... a noz tem vindo a ganhar espaço na agricultura nacional?

O Ribatejo reúne condições favoráveis à produção de noz, uma cultura que tem beneficiado da modernização das explorações agrícolas e do investimento em sistemas de produção mais eficientes.

... a alfarroba é muito mais do que um produto tradicional do Algarve?

A alfarroba tem vindo a conquistar novas utilizações na indústria alimentar, graças às suas características e versatilidade. O seu aproveitamento permite acrescentar valor a uma cultura profundamente ligada ao território algarvio.

... o pistácio é uma das novas apostas do setor agrícola português?

Ainda com uma expressão menor face a culturas como a amêndoa ou a castanha, o pistácio começa a despertar o interesse dos produtores. As novas plantações procuram aproveitar zonas com condições adequadas a esta cultura.

... os frutos secos portugueses combinam tradição e inovação?

Por todo o país, culturas com séculos de história convivem atualmente com novas tecnologias, mecanização e investigação. Um equilíbrio que permite aumentar a eficiência e responder aos desafios de um mercado cada vez mais competitivo.

... os frutos secos são cada vez mais valorizados pela indústria alimentar?

Amêndoa, noz, castanha, avelã, pistácio e alfarroba estão presentes numa crescente variedade de produtos, acompanhando a procura por alimentos versáteis e associados a uma alimentação equilibrada.

... Portugal tem potencial para reforçar a sua posição no mercado dos frutos secos?

O crescimento da produção, o investimento tecnológico e a capacidade de transformação criam novas oportunidades para um setor que assume uma importância crescente na agricultura e na economia nacional.



B O L S C H A R E

Uma aposta que dá frutos em Portugal

A aposta nos frutos secos está no centro da estratégia de crescimento da Bolschare. Em entrevista à Mais Magazine, Pedro Foles, CEO da empresa, fala sobre o potencial de Portugal, a inovação na agricultura e os desafios do setor.



Pedro Foles, CEO da Bolschare

A Bolschare tem vindo a afirmar-se como uma referência na gestão de ativos agrícolas na Península Ibérica, com uma forte aposta na amêndoa e noutros frutos secos. Como caracteriza atualmente a presença e o posicionamento da empresa no mercado português e qual é o papel que Portugal, e em particular o Alentejo, desempenha na estratégia de crescimento da Bolschare?

A Bolschare tem apostado fortemente nos frutos secos ao longo dos últimos anos. Atualmente, gerimos várias culturas em diferentes geografias, tanto em Portugal como em Espanha. Temos uma forte predominância na comercialização de amêndoa a granel, mas trabalhamos também com noz e pistácio, sobretudo ao nível da componente industrial.

Para nós, Portugal é um mercado fundamental e estratégico para o crescimento da empresa, uma vez que reúne condições muito favoráveis para a realização de novos investimentos. Temos encontrado, sobretudo,

boas condições de disponibilidade de água, que nos permitem desenvolver projetos de frutos secos, bem como disponibilidade de terra em zonas climaticamente adequadas a estas culturas.

Temos procurado diversificar a nossa presença entre o Sul de Portugal e a região da Beira, em particular a Beira Baixa, onde temos atualmente várias explorações.

Considerando a crescente procura mundial por amêndoa e os desafios associados à gestão de recursos como a água, de que forma a Bolschare utiliza a inovação e a tecnologia para tornar os seus projetos de agricultura e energia mais eficientes e sustentáveis?

Utilizamos um conjunto alargado de equipamentos e tecnologias, desde sondas e estações meteorológicas a robôs e drones, que nos permitem monitorizar de forma cada vez mais rigorosa as necessidades das culturas.

Esta tecnologia permite-nos adaptar a utilização da água às necessidades específicas de cada cultura e de cada parcela, tornando a rega mais eficiente e permitindo-nos otimizar os recursos hídricos disponíveis. É uma abordagem que contribui simultaneamente para uma maior eficiência produtiva e para uma gestão mais sustentável dos recursos.

A evolução da fileira dos frutos secos em Portugal tem sido marcada pela modernização das explorações, pela adoção de novas tecnologias e por modelos de produção cada vez mais eficientes. Na perspetiva da Bolschare, quais foram os principais fatores que permitiram à amêndoa portuguesa ganhar escala e

competitividade e que vantagens oferece Portugal face a outros grandes produtores mundiais? Que oportunidades identifica a Bolschare para Portugal nos próximos anos e o que será necessário fazer para consolidar o país como um dos grandes players mundiais dos frutos secos?

A Bolschare tem vindo a apostar fortemente, na Península Ibérica, no setor dos frutos secos, uma vez que esta região reúne condições muito favoráveis para o desenvolvimento destas culturas, nomeadamente em termos de disponibilidade hídrica e de condições climáticas.

Estes são fatores fundamentais para o crescimento de Portugal neste setor e para a produção de uma amêndoa com características e qualidade muito interessantes. Além disso, o enquadramento regulamentar europeu constitui uma vantagem importante, na medida em que facilita o acesso a determinados mercados que não estão necessariamente ao alcance de todos os grandes produtores mundiais.

Vamos continuar a apostar nos frutos secos, em paralelo com as restantes culturas que integram a nossa atividade, com particular destaque para o olival, tanto em Portugal como em Espanha.



B O L S C H A R E

www.bolschare.com

DIA MUNDIAL DA VISÃO

“Pretendemos que as iniciativas tenham crescimento de qualidade, gostávamos de ver a revista de oftalmologia com maior indexação internacional, que os sócios reconhecessem que a biblioteca digital se tornou um ativo fundamental, que conseguimos estar mais próximo deles e da população através dos vários canais de comunicação. Deixar marca nas publicações, que é material científico que fica para o futuro, contribuindo para um crescimento do poder de atuação de cada associado. Este intercâmbio, entre a Sociedade e os seus associados, é uma riqueza da SPO. Estamos certos de que vamos conseguir deixar uma boa marca, e impactar positivamente o percurso da Sociedade Portuguesa de Oftalmologia em 2025 e 2026.”

Pedro Menéres, Presidente da Sociedade Portuguesa de Oftalmologia (SPO)



SOCIEDADE PORTUGUESA
OFTALMOLOGIA

Fonte: CódigoPro



“A Ordem dos Médicos (OM) tem um papel central na defesa, de forma intransigente, dos cuidados de saúde de qualidade e com acesso a todos os doentes, independentemente da sua condição social ou da sua localização; na defesa dos médicos, na justa medida em que são estes que defendem os seus doentes; e na defesa da qualidade assistencial, através do valioso contributo técnico-científico dos Colégios da OM das Especialidades, Subespecialidades e Competências, e a excelência da formação médica contínua e do Internato Médico”

Carlos Cortes, Bastonário da Ordem dos Médicos



“[Existe] a necessidade de alargar e consolidar os programas de rastreio oncológicos e não oncológicos de base populacional existentes, bem como criar programas de rastreio, orientados por evidência científica, custo-efetividade e impacto em saúde”.

Ana Povo, Secretária de Estado da Saúde



Fonte: S+



"CUIDAR DA VISÃO É VER O FUTURO COM CLAREZA"

A importância de uma óptica de confiança para a saúde visual

A visão é o nosso principal elo com o mundo: cerca de 80% das informações que recebemos vêm através da visão. Por isso, o que parece ser uma simples escolha de óculos ou lentes exige um cuidado extremo. Com a aproximação da celebração do Dia Mundial da Visão – que se comemora a 9 de outubro – é essencial que perceba a importância da qualidade dos produtos óticos para uma boa saúde visual.

Entende-se que, atualmente, a conveniência de comprar online e a preços baixos é sedutora, mas tal não se pode sobrepor à segurança e ao profissionalismo que as ópticas oferecem.

Sublinho que os óculos, constituídos por armação e lentes oftálmicas, representam a adaptação de três dispositivos médicos que, como tal, são fabricados em laboratórios especializados e indicados para uma adaptação individualizada, de acordo com uma prescrição optométrica/oftalmológica, respeitando as preferências, exigências e as necessidades do utente. E é aqui que entra a importância de relevar as quatro principais valências de uma Óptica, em especial dos estabelecimentos ÓPT – Ópticos Portugueses, lojas associadas da Associação Nacional dos Ópticos (ANO): confiança, formação técnica, tecnologia e acompanhamento especializado.

Optar por uma Óptica de confiança é ter a certeza que conta com os profissionais mais qualificados, a tecnologia mais avançada e que tem a garantia de que todas as normas estão a ser cumpridas para potenciar não só um serviço comercial como um ato de saúde.

Além disso, os estabelecimentos ÓPT dispõem ainda de serviços de aconselhamento técnico e estético, bem como de atendimento personalizado e assistência pós-venda. Este último ponto é de extrema importância para o consumidor final, não só pela garantia do produto, mas pelo necessário acompanhamento profissional e técnico tão necessários nas áreas da Óptica e da saúde da visão.

E não é só nas lentes oftálmicas que é importante pensar na qualidade. Falemos nos óculos de sol. Aposto que já viu estes artigos à venda em bombas de gasolina, livrarias, lojas de roupa, bijuteria e até na rua. Pense comigo: acha que são locais indicados para vender um equipamento de proteção individual (EPI)? Os óculos de sol vendidos fora do canal da Óptica raramente respeitam as normas de certificação da União Europeia. Apresentam, muitas vezes, defeitos de fabrico, aberrações ópticas e materiais de má qualidade. As consequências mais comuns e imediatas sentidas por alguém que use uns óculos com má qualidade são: dores de cabeça, tonturas, sensação de visão alterada e até desconforto facial. A longo prazo, as consequências poderão ser bem mais graves, como desenvolvimento precoce de cataratas, degeneração macular relacionada com a idade (DMRI), e até cegueira, em casos extremos. Isto porque as lentes sem proteção são piores do que não usar qualquer filtro. O escurecimento da lente sem proteção provoca a dilatação da pupila, permitindo uma maior penetração de radiação nos olhos, originando danos no cristalino e na retina.

Adquira artigos de saúde visual apenas em Ópticas porque... a importância de uma óptica de confiança vê-se nos seus olhos!

José Carlos Cardoso, Presidente da Direcção da Associação Nacional dos Ópticos (ANO)



Dor de cabeça: e se o problema estiver nos olhos?



Fabiana Sousa, António Martins e Madalena Lira

As dores de cabeça ou cefaleias fazem parte da rotina de muitas pessoas. Depois de várias horas em frente ao computador, de um dia intenso de trabalho ou de longos períodos de leitura, é comum surgir uma sensação de peso ou pressão na zona frontal (testa), desconforto em redor dos olhos ou uma dor que aumenta ao longo do dia. A explicação parece quase automática: cansaço, stress ou poucas horas de sono. Mas será sempre assim?

Embora as cefaleias possam ter inúmeras causas e não devam ser automaticamente atribuídas aos olhos, o sistema visual pode, em determinadas situações, contribuir para o seu aparecimento ou agravamento. E, por vezes, a explicação pode ser simples: uma alteração visual não corrigida, uma graduação desatualizada

ou ainda a forma como os olhos estão a ser exigidos no dia a dia.

Quando ver bem exige esforço

Miopia, hipermetropia e astigmatismo são alterações refrativas extremamente comuns, mas nem sempre nos apercebemos

que não estamos a ver nas melhores condições.

A hipermetropia é um exemplo particularmente interessante. Em pessoas mais jovens, a acomodação (capacidade de o olho ajustar o foco para perto) consegue compensar parte desta alteração, permitindo manter uma visão aparentemente nítida. No entanto, ver bem não significa necessariamente fazê-lo sem esforço, sobretudo perante as atuais exigências visuais e longos períodos de trabalho ao perto. Ao longo de várias horas de leitura ou utilização do computador, este esforço pode contribuir para fadiga ocular, sensação de peso nos olhos, dificuldade de concentração ou cefaleia.

Também o astigmatismo não compensado ou inadequadamente corrigido pode causar desconforto visual, com sintomas que podem variar consoante o seu tipo. Na miopia, semicerrar os olhos para melhorar a nitidez ou adotar posturas e distâncias de trabalho inadequadas pode aumentar o desconforto e as exigências visuais. Já com o desenvolvimento da presbiopia, pode surgir progressivamente maior dificuldade e esforço nas tarefas realizadas ao perto.

Por isso, uma alteração refrativa aparentemente pequena não deve ser avaliada apenas pelo seu valor numérico. Os sintomas dependem de fatores como a idade, as necessidades visuais, o tipo de erro refrativo e a capacidade individual do sistema visual para o compensar.

Nem tudo se resolve com óculos

Quando existe dor de cabeça associada às tarefas visuais, a refração é apenas uma das peças do puzzle. A capacidade dos olhos para focarem a diferentes distâncias (acomodação) e para trabalharem de forma coordenada também deve ser considerada. Alterações da visão binocular ou dificuldades na convergência (capacidade dos dois olhos se alinharem para ver ao perto) podem tornar determinadas tarefas visualmente exigentes, sobretudo quando realizadas durante longos períodos.

A isto junta-se uma realidade cada vez mais presente: os ecrãs ocupam grande parte do nosso dia, muitas vezes em zonas mal iluminadas ou com demasiadas superfícies refletoras.

Olho seco e dor de cabeça

Computadores, telemóveis e tablets exigem períodos prolongados de atenção visual a curta distância. Durante estas tarefas, o padrão de pestanejo pode sofrer alterações, nomeadamente uma redução da sua frequência, favorecendo a instabilidade da película lacrimal (a camada de lágrima que cobre o olho) e o aparecimento de sintomas de secura, ardor, sensação de areia, visão flutuante e cansaço ocular.

A secura e o desconforto ocular podem também coexistir com dores de cabeça, existindo uma relação cada vez mais reconhecida entre alterações da superfície ocular e cefaleias. Isto acontece porque



a superfície ocular é altamente innervada pelo nervo trigémeo, que desempenha um papel importante na transmissão da dor ocular e da dor de cabeça. A ativação e sensibilização destas vias nervosas poderá contribuir para explicar a associação observada entre sintomas de olho seco, desconforto ocular, fotofobia e cefaleia, particularmente em pessoas com enxaqueca.

Quando devemos pensar numa possível componente visual?

Uma dor de cabeça não permite, por si só, concluir que existe um problema ocular. No entanto, alguns padrões podem justificar uma avaliação visual mais completa.

Quando o desconforto surge predominantemente depois de ler, estudar ou trabalhar ao computador; aumenta progressivamente ao longo do dia; é acompanhado por visão desfocada, dificuldade em focar, sensação de peso ou cansaço ocular; ou quando existe a necessidade frequente de aproximar, afastar ou semicerrar os olhos para ver melhor, pode ser importante avaliar como está a funcionar o sistema visual. E essa avaliação não se deve limitar à pergunta: “Precisa de óculos?”

Avaliar a refração é fundamental, mas compreender a acomodação, a visão binocular, a superfície ocular e as necessidades diárias de cada pessoa, é igualmente relevante perante determinadas queixas.





Nem todas as dores de cabeça vêm dos olhos

As cefaleias têm múltiplas causas e algumas necessitam de investigação médica. Uma dor de cabeça súbita e muito intensa, um padrão novo ou progressivamente mais frequente, ou sintomas acompanhados por alterações neurológicas ou visuais importantes não devem ser simplesmente atribuídos ao cansaço ocular. Nestes casos deve procurar-se avaliação médica.

O objetivo de uma avaliação visual não é explicar todas as dores de cabeça através dos olhos, mas perceber se existe uma componente visual que possa estar a contribuir para os sintomas porque, por vezes, a solução pode ser mais simples do que parece. Vivemos numa época em que exigimos constantemente do nosso sistema visual: trabalhamos, estudamos, comunicamos e passamos grande parte do nosso tempo de lazer a olhar para dispositivos digitais.

Exigimos do nosso sistema visual o mesmo que um atleta de elite exige do seu corpo. E a questão é: porque não lhe damos a mesma importância de forma a aumentarmos o nosso rendimento?

Somos todos diferentes!

Cada indivíduo apresenta características, necessidades e exigências visuais específicas, pelo que a abordagem à sua compensação deve ser individualizada. No âmbito da compensação refrativa, da reeducação/treino visual (ortóptica) - nomeadamente ao nível da acomodação e vergência -, e da avaliação e tratamento da superfície ocular, existem diferentes estratégias e uma diversidade crescente de produtos e soluções. O desenvolvimento tecnológico tem permitido soluções cada vez mais diferenciadas e adaptadas não só às características visuais, mas também às

exigências das atividades diárias e ao estilo de vida de cada indivíduo.

Neste contexto, é fundamental considerar o sistema visual de forma integrada, incluindo a sua resposta às diferentes tarefas e ambientes. A seleção da estratégia mais adequada deve, assim, resultar de uma avaliação visual cuidada e de uma decisão partilhada entre o profissional de saúde visual e o paciente. O conhecimento técnico e a experiência do profissional são essenciais para orientar esta escolha e proporcionar o melhor equilíbrio entre desempenho visual, conforto e qualidade de vida.

Por tudo isto, quando uma dor de cabeça aparece repetidamente associada às tarefas visuais, talvez valha a pena não olhar apenas para a cabeça, mas também para os olhos. Uma avaliação visual e comportamental completa pode revelar desde uma alteração refrativa até uma dificuldade acomodativa, binocular ou da superfície ocular. E, em alguns casos, corrigir adequadamente a visão ou identificar o fator responsável pelo esforço visual pode fazer uma diferença significativa no conforto do dia a dia.

Porque ver não é apenas conseguir distinguir as letras mais pequenas de uma tabela. É conseguir fazê-lo de forma confortável.



*Fabiana Sousa, Mestre em Optometria Avançada e doutoranda na Escola de Ciências da Universidade do Minho;
António Martins, Optometrista e Visual Care Manager na Shamir em Portugal;
e Madalena Lira, Professora Associada do Departamento de Física da Escola de Ciências da Universidade do Minho*

www.shamir.com/pt



SÉBASTIEN BOURDAIS
PILOTO PROFESSIONAL

ATREVA-SE A VER

UMA SOLUÇÃO COMPLETA
PARA OTIMIZAR A VISÃO AO VOLANTE

AS LENTES OFTÁLMICAS SÃO UM DISPOSITIVO MÉDICO CLASSE I. MKT EDI 09/26 ESTE MODELO É UMA CRIAÇÃO VIRTUAL (GERADA POR IA)

Sabia que?

...o cérebro também “vê”?

Os olhos captam a luz e enviam informação para o cérebro, mas é o cérebro que interpreta aquilo que estamos a ver. A visão é, por isso, um trabalho conjunto entre olhos e cérebro.

...vemos com os dois olhos ao mesmo tempo?

Embora cada olho capte uma imagem ligeiramente diferente, o cérebro combina ambas para criar uma única imagem. É este processo que também contribui para a percepção de profundidade.

...os olhos estão entre os órgãos mais complexos do corpo?

A visão envolve uma enorme quantidade de estruturas: córnea, íris, pupila, cristalino, retina, nervo ótico e outras partes que precisam de funcionar em conjunto para que consigamos ver.

...a pupila não é realmente preta?

Quando olhamos para os nossos olhos, a pupila parece preta porque a maior parte da luz que entra é absorvida pelas estruturas internas do olho.

...a cor dos olhos depende da quantidade de melanina?

Olhos castanhos, verdes ou azuis resultam, entre outros fatores, da quantidade e distribuição de melanina na íris. Os olhos castanhos têm, geralmente, maior quantidade de pigmento.

...piscar é essencial?

Não piscamos apenas por hábito. Cada pestanejo ajuda a espalhar a película lacrimal sobre a superfície do olho, contribuindo para a sua lubrificação e proteção.

...passamos bastante tempo a piscar?

Uma pessoa pode piscar milhares de vezes ao longo de um dia. No entanto, a frequência pode diminuir quando estamos muito concentrados, por exemplo, a ler ou a utilizar um computador.

...o ecrã não “estraga” automaticamente os olhos?

Passar muito tempo em frente a ecrãs pode estar associado a fadiga ocular, secura e desconforto, sobretudo porque tendemos a piscar menos. Isso não significa, contudo, que o ecrã por si só “queime” ou estrague os olhos.

...a miopia é cada vez mais comum?

A miopia ocorre quando os objetos próximos são vistos com maior nitidez do que os objetos distantes. A sua prevalência tem aumentado em várias partes do mundo, especialmente entre crianças e jovens.

...as crianças podem não saber que veem mal?

Se uma criança nunca teve uma visão nítida, pode não perceber que existe um problema. Para ela, a forma como vê pode parecer simplesmente “normal”. Daí a importância dos rastreios e avaliações visuais.

...uma criança pode ter um olho a ver melhor do que o outro?

Nem sempre um problema visual afeta os dois olhos da mesma forma. Quando existe uma diferença significativa entre eles, pode haver consequências no desenvolvimento da visão se não for identificada e acompanhada atempadamente.

...a visão pode mudar ao longo da vida?

A visão não é necessariamente estável. Miopia, hipermetropia, astigmatismo, presbiopia e outras alterações podem surgir ou modificar-se em diferentes fases da vida.

...a presbiopia está relacionada com a idade?

A partir de determinada idade, o cristalino perde progressivamente capacidade de focar objetos próximos. É por isso que muitas pessoas começam a afastar livros ou telemóveis para conseguir ler melhor.

...o astigmatismo pode afetar a nitidez?

O astigmatismo está relacionado com uma curvatura irregular da córnea ou, em alguns casos, do cristalino, podendo provocar visão desfocada ou distorcida a diferentes distâncias.



O FUTURO DA OFTALMOLOGIA JÁ COMEÇOU

A tecnologia e a investigação estão a transformar a Oftalmologia, permitindo diagnósticos mais precoces, tratamentos mais precisos e novas possibilidades para preservar a visão. Na Unidade de Oftalmologia de Coimbra (UOC), estes avanços já fazem parte da prática clínica.



Prof. Doutor Joaquim Murta - Coordenador da UOC -
Unidade de Oftalmologia de Coimbra

Um dos grandes desafios da Oftalmologia é responder ao aumento das doenças oculares associado ao envelhecimento da população. A catarata, o glaucoma, o queratocone, o olho seco, a degenerescência macular da idade ou a retinopatia diabética têm um impacto significativo na qualidade de vida, tornando cada vez mais importantes a prevenção, a literacia em saúde visual e o diagnóstico precoce.

Ao mesmo tempo, assistimos a uma evolução extraordinária do diagnóstico, da cirurgia, dos tratamentos e da investigação. A inteligência artificial, a genética ou as novas terapias estão a abrir possibilidades que começamos agora a explorar. Mas o progresso tecnológico só faz sentido quando se traduz em melhores resultados para os doentes, permitindo diagnosticar mais cedo, tratar com maior precisão e preservar a visão durante mais anos.

É também esse o papel da UOC - Unidade de Oftalmologia de Coimbra: não só acompanhar a evolução da Oftalmologia,

mas participar nela, através da prática clínica, da investigação e da incorporação de novas abordagens que representem verdadeiras mais-valias para os doentes.

UOC: um Centro de Investigação Clínica de excelência

Na UOC - Unidade de Oftalmologia de Coimbra, a investigação e a prática clínica caminham lado a lado. O Centro de Investigação Clínica reúne uma equipa multidisciplinar de médicos, enfermeiros, técnicos e coordenação clínica, dedicada à investigação nas várias áreas da Oftalmologia.

Através deste centro altamente diferenciado, a UOC aproxima os doentes dos mais recentes avanços da investigação e de novos tratamentos, apresentando respostas inovadoras para as doenças dos olhos.

A cirurgia da catarata congénita, o tratamento do queratocone e a transplantação da córnea são três exemplos de áreas em que a UOC incorpora os mais recentes avanços da Oftalmologia.

Intervir cedo na catarata congénita

Presente no nascimento ou nos primeiros meses de vida, a catarata congénita pode comprometer o desenvolvimento da visão durante o período crítico da infância, originando ambliopia profunda e irreversível se não for tratada precocemente.

O tratamento é variável e depende da densidade, localização, lateralidade e impacto visual. Cataratas pequenas podem apenas necessitar de vigilância; nas mais significativas, a cirurgia deve ser realizada muito cedo, por vezes aos 4 meses, seguida de correção refrativa com óculos ou lentes de contacto/implantação de lente intraocular, e estimulação visual enérgica, por norma até aos 9-10 anos.

Travar a progressão do queratocone

O queratocone provoca uma progressiva deformação da córnea, que compromete a qualidade visual, e manifesta-se frequentemente na adolescência ou no início da idade adulta. O diagnóstico precoce, através de tecnologias avançadas, permite identificar e acompanhar a doença numa fase inicial.

O tratamento depende da gravidade da doença e está a evoluir de uma abordagem simplesmente corretiva para uma estratégia personalizada, com três objetivos: travar a progressão, regularizar a córnea e reabilitar a visão. Entre as opções está o *cross-linking corneano* (CXL), destinado a travar essa progressão. A UOC dispõe do único equipamento existente em Portugal para realizar o CXL personalizado.

Uma nova era na regeneração da córnea

A cirurgia da córnea está a evoluir da substituição do tecido doente para abordagens que procuram preservar, restaurar e regenerar a própria córnea. Se no passado a solução passava pela transplantação integral, hoje já é possível substituir unicamente as camadas afetadas.

No futuro, a tendência será regenerar a córnea, reduzindo a necessidade de transplantação e de tecido dador, através da regeneração celular, molecular e da bioengenharia.



www.uoc.pt

A importância de cuidar da visão desde cedo

Uma criança que vê desfocado nem sempre sabe que está a ver mal — afinal, não tem outra referência para comparar. Por isso, a atenção aos sinais e os exames visuais regulares são essenciais. A HOYA tem vindo a desenvolver soluções para a gestão da miopia infantil, como a MiYOSMART e a nova MiYOSMART iQ, que combinam correção visual com uma abordagem ao controlo da progressão da miopia.

Como sabe se o seu filho(a) vê bem se nunca viu de forma diferente?

Se a criança não tem referências, como pode perceber que está a ver de forma desfocada? Ainda mais se considerarmos que, em Portugal, entre 20% a 40% das crianças em idade escolar apresentam erros refrativos (como miopia, hipermetropia ou astigmatismo)¹. Só há uma forma de o descobrir: através de exames visuais regulares junto do seu profissional de saúde visual de confiança.

Que sinais devem-nos alertar? Devemos estar atentos a sinais como semicerrar os olhos, dores de cabeça frequentes sem causa médica conhecida, adotar posições anormais da cabeça ao olhar (por exemplo, incliná-la ou rodá-la), falta de concentração ou baixo rendimento escolar sem motivo aparente, pestanejar

constantemente ou esfregar os olhos, necessidade de se aproximar demasiado dos ecrãs ou dos livros, dificuldades em acompanhar o ritmo das aulas ou tendência para seguir o texto com o dedo durante a leitura^{2,3}.

E se o profissional de saúde visual detetar algum erro refrativo? Temos boas notícias: se o seu filho ou filha apresentar um erro refrativo, este pode ser corrigido.

Mas não só: se tiver miopia, não só é possível corrigi-la, como também é possível tratá-la.

Porque sim, a miopia tem tratamento. E uma das formas mais revolucionárias, e ao mesmo tempo mais cómodas, é a MiYOSMART: umas lentes oftálmicas iguais às de sempre, mas que não só proporcionam uma boa visão, como também ajudam a abrandar a progressão da miopia. Além disso, é o tratamento sob a forma de lente oftálmica com maior suporte científico, tanto em número de estudos como na sua duração. E isso, enquanto pais, dá-nos tranquilidade: sabemos que o nosso filho(a) utiliza uma solução altamente eficaz e segura^{4,5,6,7}.

MiYOSMART iQ é a lente mais avançada da HOYA para o controlo da progressão da miopia.

MiYOSMART iQ representa a evolução da família MiYOSMART, alargando as opções disponíveis para o controlo da miopia

infantil. Ambas as soluções coexistem na oferta da HOYA para a gestão da miopia e permitem ao profissional da visão selecionar a alternativa mais adequada de acordo com as características e necessidades visuais de cada criança.

O seu desenho incorpora um sinal mais potente e uma zona de tratamento alargada, favorecendo a estimulação contínua da retina periférica e potenciando, assim, o mecanismo ótico de controlo da miopia.

Os resultados clínicos confirmam esta evolução: 9 em cada 10 crianças entre os 4 e os 12 anos não apresentaram uma progressão clinicamente significativa da miopia durante os primeiros 12 meses de utilização^{8,9}. Além disso, MiYOSMART iQ é a primeira lente da HOYA com evidência clínica documentada em crianças de 4 anos como monoterapia para o controlo deste erro refrativo^{7,8,9}.

Quer saber mais sobre a MiYOSMART?

Não hesite em consultar o seu profissional de saúde visual ou visite: www.miyosmart.pt 

Referências:



MiYOSMART iQ

9 em cada 10 crianças **não apresentaram progressão clinicamente significativa da miopia*** durante os primeiros 12 meses de utilização ^{1,2}



Elevar o padrão no controlo da miopia

* Progressão da miopia clinicamente relevante definida como alteração do Equivalente Esférico de Refração igual ou superior a $-0,50D$ ao longo de 12 meses de utilização. Resultados para crianças miopes com idades entre 4 e 12 anos. Podem variar consoante o grupo etário e outros parâmetros no início do tratamento MiYOSMART iQ.

1. Tse D.Y., Hon Y., Chun R. K., Leung T. W., Leung D. K. Y., To C. H., Lam C SY. Myopia Control Efficacy of Defocus Incorporated Multiple Segments Spectacle lens with Triple Enhanced Design: 12-month randomized controlled trial. Abstract 2523, ARVO 2026 Annual Meeting, Denver, USA. <https://eppro02.ativ.me/web/index.php?page=In-tHtml&project=ARVO26&id=4486941> (accessed date 03.04.2026)
2. HOYA data on file. HOYA MiYOSMART iQ spectacle lens clinical outcomes. 04/2026.

HOYA

Improve life through vision

Laboratórios de Excelência em Portugal

A ciência e a inovação constituem hoje pilares fundamentais para o desenvolvimento económico, social e tecnológico de qualquer país. Num contexto global marcado por desafios cada vez mais complexos - das alterações climáticas à transição energética, da saúde pública à transformação digital - Portugal tem vindo a afirmar-se através de uma comunidade científica altamente qualificada, apoiada por uma rede de laboratórios e centros de investigação que produzem conhecimento com impacto nacional e internacional.

No centro deste ecossistema encontram-se os Laboratórios Associados, estruturas de investigação de excelência reconhecidas pelo Estado português pela sua capacidade científica, visão estratégica e contributo para o avanço do conhecimento e da inovação. Reunindo investigadores, universidades, institutos politécnicos, centros de investigação e parceiros empresariais, estes laboratórios promovem uma abordagem colaborativa e multidisciplinar, potenciando a transferência de conhecimento para a sociedade e para o tecido empresarial.

A Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT) desempenha um papel central neste processo. Enquanto principal entidade pública de financiamento da investigação em Portugal, a FCT promove a avaliação das unidades de I&D, apoia projetos científicos, fomenta a formação avançada e cria condições para que investigadores e instituições possam desenvolver trabalho de excelência, contribuindo para o fortalecimento do Sistema Científico e Tecnológico Nacional.

Por sua vez, o Ministério da Educação, Ciência e Inovação define as orientações estratégicas para o setor, promovendo políticas públicas que reforçam a capacidade científica do país, incentivam a inovação e aproximam a investigação da sociedade e da economia. A aposta contínua na valorização dos Laboratórios Associados traduz-se num compromisso claro com o conhecimento como fator de progresso, competitividade e desenvolvimento sustentável.

É neste enquadramento que surge este especial da Mais Magazine, dedicado aos Laboratórios de Excelência em Portugal. Ao longo das próximas páginas, damos a conhecer algumas das instituições que lideram a investigação científica no país, os projetos que estão a transformar o presente e a construir o futuro, bem como as pessoas que, diariamente, colocam o talento, o rigor e a inovação ao serviço da sociedade.

"Onde nasce o futuro"

“É tempo de dar a atenção que a ciência necessita, é tempo de reforçar a ciência dando-lhe os meios necessários, com carreiras estruturadas e alinhadas com a capacidade demonstrada no país”.

Madalena Alves, Presidente da Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT)

Fonte: Observador



fct
Fundação
para a Ciência
e a Tecnologia

“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

Instituto de Telecomunicações: conhecimento que transforma o futuro



Da investigação em Tecnologias Sem Fios, Ótica e Fotónica, Ciências de Dados e da Informação, Redes de Comunicações e Ciências de Base e Tecnologias de Suporte, o Instituto de Telecomunicações (IT) transforma conhecimento científico em inovação com impacto. Com uma forte ligação à academia, à indústria e a uma extensa rede de parceiros nacionais e internacionais, contribuindo para responder aos grandes desafios tecnológicos e sociais do presente e do futuro.

Num mundo cada vez mais conectado e dependente da tecnologia, a investigação científica assume um papel essencial na construção do futuro. É neste contexto que se afirma o Instituto de Telecomunicações (IT), uma organização privada, sem fins lucrativos e de utilidade pública, que resulta da parceria de nove instituições com experiência em investigação e desenvolvimento. A sua missão passa por criar e disseminar novo conhecimento e apoiar a formação avançada no vasto

domínio das Tecnologias de Informação, Comunicações e Eletrónica (TICE), com especial ênfase nas Telecomunicações.

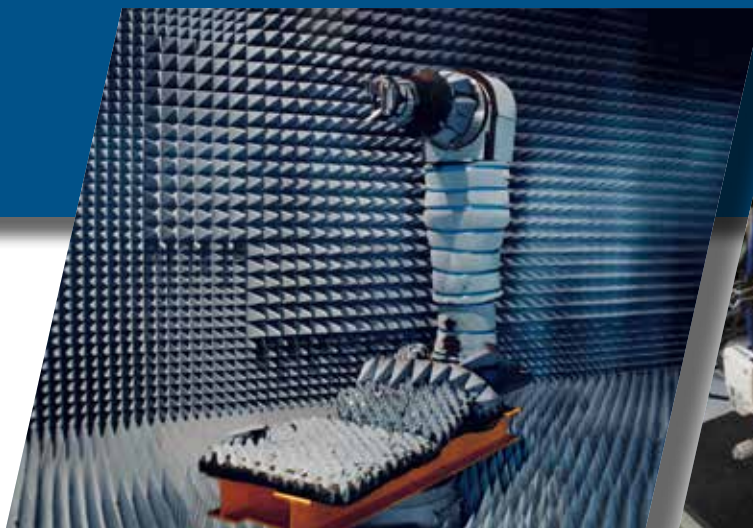
Como Laboratório Associado, o IT desenvolve investigação fundamental e aplicada, a nível nacional e internacional, procurando responder aos principais desafios sociais através de uma abordagem interdisciplinar. A transferência de conhecimento para a indústria, a colaboração com diferentes parceiros e a promoção da literacia científica fazem também parte da

sua atividade, reforçando a ligação entre ciência, tecnologia e sociedade.

Uma história de inovação em Portugal

A história do IT remonta a 1992, num período em que o Programa Ciência deu um importante impulso à investigação científica nacional. Foi neste contexto que vários professores uniram esforços para criar infraestruturas, equipas e laboratórios especializados, lançando as bases de





uma instituição destinada a aproximar a investigação académica e o tecido empresarial.

Desde então, o IT tem vindo a consolidar uma ampla rede de parceiros. Entre os seus associados encontram-se o Instituto Superior Técnico, a Universidade de Aveiro, a Universidade de Coimbra, a Universidade da Beira Interior, a Universidade do Porto, o Instituto Universitário de Lisboa e a Universidade de Leiria e Oeste, bem como as empresas Altice Labs e Nokia Solutions and Networks. Esta diversidade permite reunir diferentes competências e perspetivas, criando condições para desenvolver investigação com aplicação em múltiplos setores.

Ao longo do seu percurso, o IT tornou-se também um espaço de formação e desenvolvimento para várias gerações de investigadores, engenheiros e estudantes. A ligação entre investigação, formação avançada, parceria com empresas e indústria, permanece, hoje, no centro da atividade do IT.

Cinco áreas que estruturam a investigação

A investigação do IT está organizada em cinco grandes áreas temáticas, que representam diferentes dimensões da sua atividade científica e que se encontram interligadas através de temas orientados para aplicações concretas: Tecnologias Sem Fios, Ótica e Fotónica, Ciências de Dados e da Informação, Redes de Comunicações e Ciências de Base e Tecnologias de Suporte.

Nas Tecnologias Sem Fios, o trabalho centra-se no desenvolvimento de soluções de comunicação sem fios cada vez mais eficientes, rápidas e robustas, dos componentes aos sistemas. Esta área abrange diferentes dimensões dos sistemas wireless, contribuindo para a evolução das redes, a distribuição de energia, os sistemas de defesa e sistema para o espaço. A Ótica e Fotónica assume igualmente uma importância estratégica, reunindo investigação relacionada com

tecnologias óticas e fotónicas, as suas aplicações em comunicações, desenho de componentes e componentes fotónicos, sistemas de comunicação e segurança quânticos e sensores óticos passivos. Na área de Ciência de Dados e da Informação, o IT trabalha em duas áreas fundamentais, o reconhecimento de padrões e aprendizagem automática, com aplicações nos sistemas de linguagem automática, algoritmos de IA, aplicações biomédicas entre outras, e o processamento de sinais multimédia, com novas formas de codificação e deteção de fraudes em imagem digital, entre outros. As Redes de Comunicações respondem a um dos grandes desafios da sociedade digital: garantir infraestruturas de comunicação capazes de suportar um número crescente de utilizadores, dispositivos e serviços. A investigação nesta área contribui para o desenvolvimento de redes mais eficientes, com maior capacidade, flexíveis e preparadas para novas formas de conectividade, como





a conectividade entre veículos (carros e drones), e a sensorização de cidades.

Por sua vez, as Ciências de Base e Tecnologias de Suporte reúnem conhecimentos fundamentais que sustentam muitas das restantes áreas de investigação, assim como exploram áreas de investigação fronteira que podem vir a contribuir para o desenvolvimento de novas tecnologias e para a evolução das telecomunicações.

Esta estrutura permite ao IT trabalhar de forma transversal, cruzando diferentes áreas científicas para responder a problemas sociais que, cada vez mais, exigem soluções multidisciplinares.

Da investigação ao impacto societal

Mais do que produzir conhecimento científico, o objetivo do IT passa por garantir que esse conhecimento pode contribuir para transformar a sociedade. É por isso que o IT identifica um conjunto de áreas de impacto societal que refletem

alguns dos grandes desafios tecnológicos e estratégicos.

Entre elas encontram-se os Sistemas e Redes de Comunicação, 6G e Beyond 6G, Sistemas Espaciais e de Defesa, Tecnologias Quânticas, Mobilidade Inteligente, Tecnologias de Sensing e Sociedade Inteligente, Machine Learning aplicado ao processamento de linguagem e imagem, controlo de redes e reconhecimento de padrões, Cibersegurança e saúde.

Como exemplo de cooperação entre a investigação e a sociedade, destaca-se o “Aveiro Living Lab”, uma infraestrutura suportada por 16 km de fibra ótica que cobre a cidade de Aveiro e interliga 44 postes inteligentes, equipados com sistemas de comunicação e sensorização. A infraestrutura permite recolher dados sobre o trânsito e a mobilidade urbana, envolvendo veículos, pessoas e sensores, e testar tecnologias de comunicação em contexto real.

Tecnologia para um setor estratégico

Entre estas áreas, algumas têm vindo a assumir um lugar de particular destaque, como são exemplo o espaço e a defesa. O desenvolvimento de tecnologias para aplicações espaciais e de defesa exige conhecimento altamente especializado e a capacidade de combinar diferentes áreas científicas e tecnológicas, tais como: antenas e propagação, tecnologias óticas, comunicações quânticas, networks e serviços, entre muitas outras. A lista é extensa.

A investigação desenvolvida neste domínio do espaço e da defesa abrange tecnologias relacionadas com comunicações seguras, as redes resilientes, tecnologias de sensing como radares, lidars, entre outras soluções com potencial de aplicação em sistemas espaciais e de defesa. Nestas áreas o IT tem participado

em projetos ligados ao setor espacial, como o ISTsat-1, o primeiro CubeSat português,



“O Instituto de Telecomunicações liga pessoas, universidades e empresas para criar conhecimento e tecnologia com impacto. Nas comunicações, mobilidade inteligente, tecnologias quânticas, inteligência artificial, cibersegurança, espaço e defesa, os nossos investigadores trabalham para antecipar o futuro e responder a desafios concretos da sociedade. Há mais de três décadas que somos uma referência internacional. Com laboratórios de excelência e uma comunidade multicultural e vibrante, queremos continuar a atrair jovens com a ambição, a curiosidade e a vontade de construir connosco a ciência e a tecnologia do futuro.”

*Prof. Armando Nolasco Pinto,
Presidente do Instituto de Telecomunicações*



desenvolvido no âmbito do programa “Fly Your Satellite” da Agência Espacial Europeia, soluções de cibersegurança e, mais recentemente, o projeto conjunto com a LusoSpace de colocação de satélites no espaço. A experiência adquirida através deste tipo de iniciativas contribui para reforçar competências nacionais numa área tecnológica de elevada complexidade.

A aposta neste setor mantém-se particularmente relevante. “O Observatório Espacial de Pampilhosa da Serra” (PASO), uma parceria entre o IT, o Ministério da Defesa Nacional e a Câmara Municipal de Pampilhosa da Serra, que integra três sensores complementares: um radiotelescópio, um radar e um telescópio ótico, e que se propõe a integrar a rede nacional e europeia de sensores de vigilância e rastreio espacial (SST).

Ciência com aplicação no mundo real

A investigação do IT procura responder a desafios concretos através de projetos que aproximam ciência, tecnologia e sociedade, testando soluções inovadoras em contextos reais. O objetivo é criar conhecimento que possa ultrapassar os limites do laboratório e gerar novas soluções, mais inovadoras e mais sustentáveis. Esta filosofia está também presente na relação do IT com o tecido empresarial e na gestão de spin-offs a partir de ideias desenvolvidas pelos seus grupos de investigação

Entre os exemplos apresentados pelo IT encontram-se a BITalino, CardioID, Is4health, MyDidimo, PICadvanced, PLUX, Streambolico, TWEVO, Veniam’Works, Watgrid, Wavecom, Lampsy Health e Gandara.

Estes casos demonstram o potencial de criar pontes entre o conhecimento produzido pelos investigadores e as necessidades do mercado.

Uma equipa em permanente evolução

O IT reúne uma comunidade diversificada de investigadores, engenheiros, estudantes e profissionais especializados, distribuída por uma estrutura multipolar, com vários polos e delegações no país. Esta diversidade de competências é um dos elementos que sustenta a capacidade de investigação e colaboração do IT. Num setor em constante evolução, o IT mantém também uma aposta contínua na atração de novos talentos, essenciais para reforçar as suas equipas, trazer novas perspetivas e responder aos desafios tecnológicos do futuro.

Uma comunidade científica orientada para o futuro

A dimensão da atividade do IT reflete-se também na sua produção científica e nas infraestruturas disponíveis para investigação. Atualmente, o IT apresenta 16 clusters de investigação, 8.000 m² de instalações laboratoriais, 355 parceiros internacionais e 281 patentes.

Os seus indicadores científicos incluem ainda milhares de publicações, teses e patentes: 7.778 artigos publicados em revistas científicas, 11.588 artigos em atas de conferências, 795 teses de doutoramento e 4.392 dissertações de mestrado concluídas.

Estes números refletem a dimensão da atividade científica desenvolvida pelo IT e o seu compromisso com a investigação e a formação de novas gerações de especialistas.

Num contexto em que novas tecnologias surgem a um ritmo acelerado, o desafio passa não apenas por acompanhar a evolução, mas também por antecipá-la. Das comunicações wireless à fotónica, da inteligência artificial às tecnologias quânticas, da mobilidade inteligente à cibersegurança e do espaço à defesa, o IT procura desenvolver hoje o conhecimento e as tecnologias que poderão moldar a sociedade de amanhã.

Ao aproximar ciência, inovação, academia e empresas, o IT afirma-se como uma ponte entre o conhecimento e a aplicação prática. Uma missão que se traduz na criação de novas soluções, na formação de talento e no contributo para uma sociedade mais conectada, inteligente, segura e preparada para os desafios tecnológicos do futuro.

instituto de telecomunicações

www.it.pt

COMPETE
2030

2030
Lisboa
Iniciativa de Lisboa 2020-2030

CENTRO
2030

NORTE
2030
Programa Regional do Norte

PORTUGAL
2030

Cofinanciado pela União Europeia

PRR
Plano de Recuperação e Resiliência

REPÚBLICA PORTUGUESA

Financiado pela União Europeia
NextGenerationEU

RECUPERAR
PORTUGAL

Sabia que?

... os laboratórios são muito mais do que espaços onde se fazem análises?

Quando pensamos num laboratório, é comum imaginarmos tubos de ensaio, microscópios e investigadores de bata branca. Mas a realidade é muito mais abrangente. Em Portugal, existem laboratórios dedicados à saúde, à investigação científica, à indústria, à alimentação, ao ambiente, à engenharia e a muitas outras áreas. Em comum, têm a procura de respostas através da ciência, da tecnologia e do conhecimento.

... um laboratório pode estar na origem de descobertas que transformam o nosso dia a dia?

Muitos dos produtos e soluções que hoje fazem parte da nossa rotina resultam de anos de investigação e experimentação. Medicamentos, novos materiais, métodos de diagnóstico, soluções ambientais, alimentos inovadores ou tecnologias mais eficientes podem ter passado por um laboratório antes de chegarem à sociedade.

... existem laboratórios portugueses ligados a algumas das áreas científicas mais avançadas do mundo?

A investigação realizada em Portugal abrange áreas como as ciências da vida, biomedicina, química, física, engenharia, nanotecnologia, inteligência artificial, energia e ambiente. Através de universidades, centros de investigação e empresas, os laboratórios portugueses participam também em projetos de dimensão internacional.

... os laboratórios têm um papel importante na proteção do ambiente?

A análise de água, solos, ar e outros elementos permite identificar contaminantes, acompanhar alterações ambientais e avaliar o impacto de determinadas atividades. Desta forma, o trabalho laboratorial contribui para tomar decisões mais informadas e para desenvolver estratégias de prevenção e proteção ambiental.

... a medicina moderna depende, em grande parte, do trabalho dos laboratórios?

As análises clínicas desempenham um papel fundamental na prevenção, no diagnóstico e no acompanhamento de diversas doenças. Através de sangue, urina, tecidos e outras amostras biológicas, é possível obter informação que ajuda os profissionais de saúde a compreender o estado de saúde de cada pessoa.

... os laboratórios também são espaços de inovação?

É no laboratório que muitas ideias passam da teoria à prática. Experimentar, testar, comparar resultados e corrigir procedimentos faz parte do processo científico. Nem todas as experiências conduzem ao resultado esperado, mas também os resultados negativos podem fornecer informação importante para orientar novas linhas de investigação.

... os laboratórios portugueses colaboram com instituições de outros países?

A ciência não conhece fronteiras. Investigadores e instituições portuguesas participam em redes e projetos internacionais, partilhando conhecimento, equipamentos, dados e recursos. Estas colaborações permitem juntar competências diferentes e reforçar a capacidade de resposta perante grandes desafios científicos e tecnológicos.

... os laboratórios são importantes para o desenvolvimento de novos medicamentos?

O desenvolvimento de um medicamento envolve diferentes etapas de investigação, avaliação e validação. Os laboratórios permitem estudar substâncias, testar hipóteses e analisar o seu comportamento, contribuindo para um processo longo e exigente que procura garantir a qualidade, eficácia e segurança das soluções desenvolvidas.



... os laboratórios podem ajudar a tornar a indústria mais sustentável?

Antes de implementar um novo processo industrial, é possível testar diferentes soluções em ambiente laboratorial. A investigação permite procurar materiais mais eficientes, reduzir desperdícios, otimizar consumos e desenvolver processos com menor impacto ambiental, contribuindo para uma indústria mais competitiva e sustentável.

... os laboratórios têm um papel crescente na transição energética?

O desenvolvimento de baterias, novas tecnologias de armazenamento de energia, materiais mais eficientes e soluções para a produção de energia renovável depende de investigação e experimentação. Os laboratórios são, por isso, fundamentais na procura de respostas para uma sociedade menos dependente de combustíveis fósseis.

... acreditação e qualidade são conceitos fundamentais no mundo laboratorial?

A confiança nos resultados depende de procedimentos rigorosos, equipamentos adequados e profissionais qualificados. Os sistemas de qualidade e os processos de acreditação permitem demonstrar que determinadas atividades laboratoriais seguem requisitos reconhecidos, reforçando a credibilidade dos resultados obtidos.

... muitos dos desafios do futuro começam a ser estudados hoje nos laboratórios?

Alterações climáticas, envelhecimento da população, novas doenças, segurança alimentar, escassez de recursos, transição energética e transformação digital são alguns dos grandes desafios que exigem conhecimento científico. Os laboratórios são espaços onde se procuram respostas para problemas que terão impacto nas próximas décadas.

... Portugal dispõe de uma rede diversificada de laboratórios, centros de investigação e instituições científicas?

Universidades, centros de investigação, hospitais, empresas e laboratórios especializados formam um ecossistema científico com competências muito diversas. Esta rede permite desenvolver investigação fundamental e aplicada e criar pontes entre o conhecimento produzido e as necessidades da sociedade.

... a metrologia também precisa de laboratórios altamente especializados?

Medir corretamente é fundamental em ciência e indústria. Temperatura, massa, pressão, comprimento ou outras grandezas precisam de ser determinadas com rigor. Laboratórios especializados permitem assegurar a exatidão das medições e a comparabilidade dos resultados, algo essencial para a investigação, a indústria e o comércio.

... investir em laboratórios é também investir no futuro?

Equipamentos modernos, infraestruturas adequadas e profissionais altamente qualificados são essenciais para produzir ciência de qualidade. Num mundo marcado por rápidas transformações tecnológicas e ambientais, a capacidade de investigar, testar e inovar tornou-se um dos recursos mais importantes para qualquer país.

**Especial ALABE: Laboratórios
de Enologia em Portugal**

**"A Ciência por detrás
dos grandes vinhos"**



Atua na área de ciências enológicas, com ênfase na qualidade e autenticidade do vinho, em particular no desenvolvimento de ferramentas analíticas para avaliação da origem geográfica e datação de vinhos por meio de análises elementares e isotópicas. Combina uma sólida formação em pesquisa em Enologia com um profundo conhecimento dos desafios enfrentados pelos produtores de vinho.

Ocupa diversos cargos de extensão universitária, como presidente da ALABE (Associação de Laboratórios de Enologia).

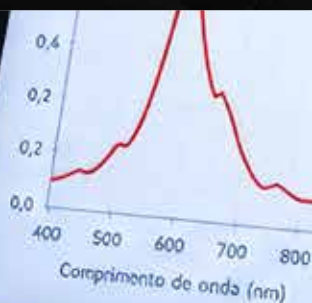
Fonte: ISA

ALABE ASSOCIAÇÃO DOS LABORATÓRIOS DE ENOLOGIA



Sofia Catarino, Presidente da ALABE

Parâmetros Analíticos	
Álcool (v/v)	12,5
Acidez Total (g/L)	6,20
pH	3,32
SO ₂ Total (mg/L)	56
Açúcares Redutores (g/L)	2,8
Densidade (g/mL)	0,992



Portugal é um país de vinho, com uma tradição secular que se cruza, cada vez mais, com a ciência, a tecnologia e a inovação. Da vinha à garrafa, a produção de vinho envolve hoje um conjunto complexo de conhecimentos e processos que permitem assegurar padrões elevados de qualidade, segurança e autenticidade.

É neste contexto que a enologia e a análise laboratorial assumem um papel fundamental. Muito para além da avaliação das características de um vinho, o trabalho desenvolvido nesta área permite acompanhar e compreender todas as etapas do processo de produção, identificar possíveis desvios, prevenir problemas e apoiar decisões que podem fazer a diferença no resultado final.

A ciência tem também um papel crescente na autenticidade e rastreabilidade dos vinhos. Num mercado cada vez mais exigente e globalizado, conhecer a origem, a composição e as características de um produto é essencial para reforçar a confiança dos consumidores e a credibilidade dos produtores.

Ao mesmo tempo, os desafios colocados pelas alterações climáticas, pela evolução dos hábitos de consumo e pela necessidade de produzir de forma mais sustentável estão a transformar o setor vitivinícola. A investigação e o desenvolvimento de novas técnicas analíticas tornam-se, por isso, ferramentas indispensáveis para encontrar respostas e antecipar os desafios do futuro.

Por detrás de um vinho de qualidade existe, assim, muito mais do que tradição e experiência. Existe conhecimento científico, rigor técnico, investigação e inovação. Um trabalho muitas vezes invisível para quem abre uma garrafa, mas essencial para garantir que aquilo que chega ao copo corresponde aos mais elevados padrões de qualidade.

É esta dimensão menos visível do mundo do vinho — onde a ciência se encontra com a tradição — que esta edição pretende dar a conhecer.

ANÁL

Parâ
pH
A

Cor (Intensidade)

Observações

Amostra dentro dos padrões esperados para a categoria.

Sabia que?

... a enologia também se faz no laboratório?

Muito antes de chegar ao copo, o vinho passa por um conjunto de análises que permitem acompanhar a sua evolução e garantir a qualidade. No laboratório, o vinho é estudado ao pormenor, desde a composição química até às características que influenciam o aroma, o sabor, a estabilidade e a conservação.

... uma análise laboratorial pode ajudar a conhecer melhor uma uva?

Antes mesmo da vinificação, a análise das uvas permite avaliar parâmetros como o teor de açúcares, a acidez e o estado de maturação. Esta informação ajuda o enólogo a decidir o momento mais adequado para a vindima e a definir estratégias para a produção do vinho.

... a acidez influencia diretamente o equilíbrio de um vinho?

A acidez é um dos elementos fundamentais da composição do vinho. Contribui para a frescura e equilíbrio e tem também influência na sua estabilidade e capacidade de evolução. Por isso, a sua determinação é uma das análises mais comuns num laboratório de enologia.

... o álcool também é controlado em laboratório?

A determinação do teor alcoólico é fundamental para caracterizar o vinho e garantir que a informação disponibilizada ao consumidor corresponde ao produto. O álcool é igualmente um dos principais parâmetros acompanhados durante o processo de vinificação.

... o dióxido de enxofre tem uma função importante na produção de vinho?

Utilizado de forma controlada, o dióxido de enxofre ajuda a proteger o vinho contra determinados processos de oxidação e contra o desenvolvimento de microrganismos indesejáveis. As análises laboratoriais permitem acompanhar os seus níveis ao longo da produção.

... as leveduras são fundamentais para transformar mosto em vinho?

São elas que desempenham um papel central na fermentação alcoólica. No laboratório, é possível estudar e acompanhar a atividade das leveduras, ajudando o enólogo a compreender o processo e a prevenir ou corrigir eventuais problemas de fermentação.

... existem microrganismos que podem ser desejáveis no vinho?

Nem todos os microrganismos têm um efeito negativo. Na fermentação malolática, por exemplo, determinadas bactérias transformam o ácido málico em ácido láctico, contribuindo para alterações na acidez e no perfil sensorial de alguns vinhos. O acompanhamento deste processo é importante para garantir que ocorre de forma adequada.

... a análise microbiológica ajuda a proteger a qualidade do vinho?

Bactérias, leveduras e outros microrganismos podem influenciar positiva ou negativamente a evolução de um vinho. A análise microbiológica permite detetar e acompanhar populações microbianas e identificar possíveis riscos de deterioração.

... a cor do vinho também pode ser estudada cientificamente?

A cor resulta de diferentes compostos presentes nas uvas e no vinho e pode sofrer alterações ao longo do tempo. Através de métodos instrumentais, o laboratório consegue quantificar determinadas características de cor e acompanhar a evolução do vinho durante a produção e o envelhecimento.

... o aroma de um vinho pode ser estudado através da química?

O perfil aromático resulta da presença de numerosos compostos voláteis. Técnicas laboratoriais permitem identificar e quantificar diferentes moléculas responsáveis por aromas, ajudando a compreender melhor as características de um vinho e a detetar eventuais desvios.

CEVAQOE: ciência e inovação ao serviço da qualidade do vinho

Com 25 anos de experiência, o CEVAQOE afirma-se como um laboratório de referência nos setores corticeiro e vitivinícola, disponibilizando soluções analíticas e tecnológicas que acompanham toda a cadeia, da vinha ao engarrafamento, com especial enfoque na prevenção de defeitos, na qualidade e na inovação.



© Tomás Oliveira

Que tipo de serviços e análises disponibiliza o CEVAQOE aos produtores e empresas do setor, e de que forma estes contribuem para a qualidade e autenticidade dos vinhos?

As temáticas onde podemos intervir são numerosas e as nossas valências permitem-nos, efetivamente, intervir ao longo de toda a cadeia, seja no que respeita as análises agronómicas dos solos e das folhas, a microbiologia e a técnica PCR para as *Brettanomyces*, o controlo das barricas e a dosagem dos compostos da madeira, a dosagem dos contaminantes, o controlo da qualidade das rolhas, a análise do ar ambiental e as anomalias sobre as garrafas de vinho.

A problemática *Brettanomyces*

Em enologia, a problemática *Brettanomyces* continua há vários anos no centro das investigações e das preocupações dos produtores.

O CEVAQOE utiliza a tecnologia PCR digital para a análise das *Brettanomyces*, a qual oferece uma sensibilidade que permite antecipar os fenómenos de desenvolvimento desta levedura nos vinhos e avaliar eficazmente as evoluções das populações sobre as uvas no aproximar das vindimas.

Quem é o CEVAQOE e quais são os principais setores de atividade onde atua?

O CEVAQOE é um laboratório privado, independente e acreditado, com 25 anos de história, que atua como uma referência tecnológica essencial para os setores corticeiro e vitivinícola.

Atualmente, o Laboratório CEVAQOE é indubitavelmente considerado um player indispensável, e que contribui, com toda a sua inovação e desenvolvimento, para o crescimento destas fileiras onde está inserido.

Qual é a missão do CEVAQOE e de que forma tem contribuído para a valorização da qualidade no setor vitivinícola português?

A nossa história iniciou-se com a indústria da cortiça pelo domínio das análises sobre as rolhas e no acondicionamento dos vinhos.

O CEVAQOE desenvolveu, validou e implementou métodos analíticos apropriados no sentido de responder às necessidades da indústria da cortiça para esta satisfazer as numerosas exigências do sector vitivinícola bem como dos consumidores.

Claramente ao longo dos anos existiu sempre uma ligação do CEVAQOE com o mundo do vinho, quer pela simbiose inequivocamente presente na interação positiva da rolha de cortiça com o vinho e também pela formação e atividade do seu fundador, que é, a enologia.



© Tomás Oliveira



© Tomás Oliveira

O controlo das barricas e a dosagem dos compostos da madeira

O CEVAQOE é capaz de analisar os aromas voláteis da madeira e os procedentes da queima bem como dos taninos podendo assim ajudar na tomada das melhores decisões sobre a escolha das madeiras e do tipo de queima das barricas.

Em termos preventivos, podemos diagnosticar em barricas novas ou usadas, a existência ou não de contaminações e determinar as suas causas, eliminando-as.

Dosagem dos contaminantes

As análises sobre os diferentes tipos de contaminantes são efetuadas em rotina no nosso laboratório, pode tratar-se dos compostos provenientes de ações microbiológicas sobre a vinha e sobre o vinho, das substâncias adicionadas, dos tratamentos dos vinhos, do acondicionamento e dos locais.

É de considerar os seguintes compostos: haloanisóis e halofenóis, compostos responsáveis pelos "gostos a mofo-terroso", "aromas a cogumelo fresco", fenóis voláteis, ftalatos, hidrocarbonetos, pesticidas, etc.

O controlo da qualidade das rolhas

A preservação da qualidade dos vinhos em garrafas é um fator determinante e depende da qualidade do arrolhamento.

Através do controlo dos parâmetros físicos, químicos e mecânicos, o CEVAQOE proporciona ao produtor a utilização de lotes de rolhas perfeitamente funcionais e adequadas aos diferentes tipos de vinho. A rolha será mais que um vedante, e passará a ser uma parte integrante do vinho contribuindo para uma evolução harmoniosa com exaltação das características intrínsecas do vinho.

A análise do ar ambiental

A qualidade do ar ambiental e o teor de poluentes são critérios fundamentais da saúde das pessoas, da inocuidade das

embalagens e da ausência de contaminação dos vinhos.

O CEVAQOE tem disponível um dispositivo, denominado AIR Trap, que consiste numa armadilha para os compostos presentes na atmosfera.

Anomalias sobre garrafas de vinho

Apesar dos cuidados na elaboração e no engarrafamento dos vinhos, podem acontecer alguns incidentes que dificultam a sua comercialização, por exemplo: um defeito organolético, de limpidez ou de estanquidade.

As análises e os diagnósticos efetuados pelo CEVAQOE permitem determinar a origem, que pode estar relacionada com as rolhas, as garrafas, o acondicionamento, o armazenamento ou o transporte.

Pela relação do CEVAQOE com os produtores, adegas e restantes intervenientes, qual é hoje a principal necessidade identificada pela fileira vitivinícola?

Incontornavelmente, o assunto da atualidade é o oxigénio e o vinho. Tendo o oxigénio um papel essencial em todo o processo de produção do vinho, não nos podemos esquecer que se em excesso pode ser prejudicial. O controlo do oxigénio é primordial, pois é reconhecido que a qualidade do vinho é profundamente alterada por uma exposição excessiva ao oxigénio.

No que diz respeito a este tema, o CEVAQOE possui equipamentos e tecnologia adequados para controlar este parâmetro através da medição do oxigénio dissolvido, pela análise do potencial de oxidabilidade dos vinhos e com a realização de auditorias de engarrafamento.

Ressalvamos que após o engarrafamento, o contacto entre o vinho e o oxigénio não termina, pois, o oxigénio é suscetível de entrar na garrafa através da rolha pelo que é necessário determinar as características

de permeabilidade das rolhas ao oxigénio ao longo do tempo. No CEVAQOE podemos avaliar a permeabilidade das rolhas para vinhos tranquilos, rolhas capsuladas, rolhas de champanhe e cápsulas de rosca. ... mas podemos ir mais longe

O estado atual de um vinho resulta de uma evolução prematura ou não? A resposta é, por vezes, desconhecida.

Por outro lado, podemos ter também os odores de redução que são desagradáveis e constituem um dos defeitos mais comumente encontrados nos vinhos e que são atribuídos à formação de compostos de enxofre voláteis.

A investigação e a inovação fazem parte da identidade do CEVAQOE. Quais têm sido os projetos ou áreas de trabalho que mais têm contribuído para a evolução do setor?

O CEVAQOE tem focado a sua investigação e inovação em áreas específicas e exigidas pelos mercados e que elevam os padrões de qualidade dos vinhos engarrafados, como por exemplo:

Eliminação de defeitos sensoriais: deteção e quantificação de contaminantes reduzindo drasticamente as rejeições de produto por desvios sensoriais.

Inovação na embalagem (Packaging): estudos aprofundados sobre a interação do vinho com o oxigénio, com as barricas e com a rolha de cortiça.

Diagnóstico e peritagem técnica: criação de metodologias para identificar as causas das anomalias encontradas em garrafas de vinho (fugas, quebra de rolhas, problemas de limpidez, oxidações, ...), permitindo às empresas corrigir falhas críticas nos seus processos de criação do vinho e de engarrafamento.

Quais são as principais prioridades e objetivos do CEVAQOE para os próximos anos no apoio ao desenvolvimento e à competitividade do setor vitivinícola?

O nosso compromisso profissional é o de aprofundar e reaprender cada assunto para o conhecer e dominar. O nosso savoir-faire adquirido ao longo do tempo é hoje reconhecido e o objetivo do CEVAQOE é estar capacitado para responder a todos os pedidos analíticos relacionados com a vinha e o vinho. 



www.cevaqoe.pt



CEVAQOE

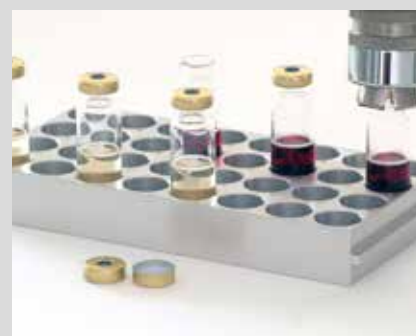
LABORATÓRIO, INVESTIGAÇÃO E DESENVOLVIMENTO

CEVAQOE

Centro de Valorização da Qualidade em Enologia

A marca na análise fina dos vinhos

- Dosagem dos contaminantes
- Dosagem dos haloanisóis e dos halofenóis
- Dosagem dos GMT "gostos a mofo-terroso" e dos ACF "aromas a cogumelo fresco"
- Dosagem dos ftalatos e do estireno
- Dosagem dos compostos da madeira, dos PAH
- Controlo de rolhas
- Dosagem dos pesticidas
- Análise do ar ambiental
- Dosagem dos taninos
- Oxidabilidade dos vinhos brancos
- Microbiologia e a técnica PCR - Brettanomyces
- Dosagem dos hidrocarbonetos



***Para uma necessidade analítica:
uma solução CEVAQOE***

CEVAQOE – Laboratório, Investigação e Desenvolvimento, Lda.

Zona Industrial da Silveirinha, rua 1, nº 423

4520-621 São João de Vêr • Portugal

E-mail: luiz.alves@cevaqoe.pt • Telefone: (+351) 256 247 598

www.cevaqoe.pt

Vinhos dos Açores: entre a tradição, a ciência e a inovação

Cláudio Lopes, Presidente do Conselho Diretivo do Instituto da Vinha e do Vinho dos Açores (IVVA), fala sobre os desafios da vitivinicultura regional e sobre o caminho a seguir para afirmar os vinhos açorianos além das ilhas.



Cláudio Lopes, Presidente do Conselho Diretivo do Instituto da Vinha e do Vinho dos Açores (IVVA)

Qual é o papel do Instituto da Vinha e do Vinho dos Açores (IVVA) na garantia da qualidade, autenticidade e genuinidade dos vinhos produzidos na Região Autónoma dos Açores?

O Instituto da Vinha e do Vinho dos Açores (IVVA), IPRA, executa as políticas públicas regionais para a vinha e o vinho e garante o cumprimento das regras do setor. Nos vinhos com DOP Biscoitos, DOP Graciosa, DOP Pico ou IG Açores, verifica a origem e a rastreabilidade, controlando vinhas, operadores, processos e rotulagem. A certificação conjuga controlo documental, vistorias, análise laboratorial e apreciação sensorial; só os produtos conformes podem usar a denominação e o selo de garantia. Enquanto organismo de certificação acreditado, o IVVA atua com imparcialidade e critérios verificáveis. Esta verificação assegura a conformidade, a autenticidade e a genuinidade, protege o consumidor e as denominações e dá ao produtor um instrumento de diferenciação e valorização.

De que forma o trabalho desenvolvido pelo Laboratório Regional de Enologia contribui para a certificação e valorização dos vinhos açorianos?

O Laboratório Regional de Enologia fornece a evidência analítica que sustenta o controlo e a certificação. Acreditado segundo a NP EN ISO/IEC 17025, realiza ensaios físico-químicos com métodos reconhecidos e resultados tecnicamente válidos. No processo de certificação, esses resultados conjugam-se com o controlo do organismo de certificação e com a apreciação sensorial da Câmara de Provadores. As análises e o aconselhamento técnico ajudam também a detetar desvios, acompanhar a evolução dos vinhos e fundamentar decisões enológicas. O Laboratório apoia ainda estudos e investigação, contribuindo para uma certificação rigorosa e para a melhoria e valorização dos vinhos da Região.

Que importância assumem a ciência, o rigor analítico e a inovação na evolução da vitivinicultura dos Açores?

A experiência dos viticultores é indispensável e deve ser conjugada com conhecimento científico. Num arquipélago onde os solos, o clima e as condições de produção variam entre ilhas, a ciência ajuda a preservar o património vitícola, garantir a pureza varietal e a sanidade, caracterizar os solos e compreender a evolução da vinha e do vinho. O rigor analítico dá-nos informação objetiva para decidir. A inovação transforma esse conhecimento em melhores práticas, monitorização, experimentação e maior eficiência. Não se trata de uniformizar os vinhos, mas de reduzir riscos, reforçar a consistência e adaptar a produção às alterações climáticas, mantendo a identidade de cada ilha.

Quais são atualmente os principais desafios do setor vitivinícola açoriano e que perspetivas existem para a sua afirmação nos mercados nacionais e internacionais?

Os principais desafios decorrem, em grande medida, da nossa condição insular: os custos de transporte e logística, a dispersão da produção por várias ilhas, a pequena dimensão de muitas empresas e a dificuldade em garantir uma oferta regular e em chegar aos canais de distribuição adequados. Acrescem a escassez de mão de obra qualificada e a necessidade de adaptar a viticultura às alterações climáticas.

Temos, contudo, argumentos muito fortes: castas tradicionais, solos vulcânicos, paisagens vitícolas únicas e vinhos de grande identidade e qualidade. Os Açores não devem competir pelo volume, mas pela origem, diferenciação e valor. O futuro passa por reforçar a qualificação, a resiliência produtiva, o enoturismo, o conhecimento dos mercados e uma promoção externa orientada para oportunidades comerciais concretas.

Ao IVVA cabe apoiar tecnicamente o setor, valorizar a origem e aproximar os produtores dos mercados, criando condições para um crescimento sustentável. Vemos, por isso, boas perspetivas de afirmação dos vinhos açorianos, tanto no mercado nacional como nos mercados internacionais.



IVV AÇORES

INSTITUTO DA VINHA E DO
VINHO DOS AÇORES, IPRA



Dos laboratórios à garrafa: onde a ciência ajuda a garantir a excelência dos vinhos Sogrape

Por detrás de cada garrafa de vinho Sogrape existe um trabalho rigoroso de análise, monitorização e validação que acompanha o produto desde a adega até ao momento em que chega ao consumidor. Nesse percurso, os Laboratórios assumem um papel fundamental na garantia da qualidade, segurança e autenticidade dos vinhos, funcionando como um parceiro essencial das equipas de Viticultura, Enologia e Produção.

A qualidade é um dos pilares estratégicos da Sogrape e está presente em todas as etapas do processo produtivo. Como refere Joana Domingues, Diretora de Qualidade, Ambiente e Segurança, o objetivo é garantir que cada garrafa reflète os mais elevados padrões de qualidade, segurança alimentar e respeito pelo ambiente.

Esta missão é assegurada por um laboratório central e por 10 laboratórios de apoio aos centros de vinificação durante o período de vindima. Anualmente, são analisadas mais de 50 mil amostras através de mais de 150 métodos de análise, que abrangem ensaios físico-químicos, microbiológicos e instrumentais. O trabalho é desenvolvido por uma equipa multidisciplinar de técnicos especializados e quadros superiores nas áreas da Engenharia Química, Bioquímica e Biotecnologia, que alia conhecimento científico, experiência e proximidade à operação.

O trabalho dos Laboratórios começa muito antes do vinho estar pronto para ser engarrafado. Ao longo de todo o ciclo produtivo são realizadas análises que permitem acompanhar a evolução dos mostos e dos vinhos, verificar a sua conformidade com as especificações definidas e assegurar que mantêm as características pretendidas pelos enólogos. Os Laboratórios monitorizam igualmente

parâmetros relacionados com a segurança alimentar, a estabilidade e a autenticidade dos produtos, contribuindo para que os vinhos Sogrape cheguem ao mercado com total confiança.

Mais do que gerar resultados analíticos, os Laboratórios são uma ferramenta de apoio à decisão. A informação produzida diariamente permite às equipas de Enologia acompanhar a evolução dos vinhos, validar opções técnicas e intervir atempadamente sempre que necessário. Esta proximidade entre laboratório e enologia é determinante para garantir consistência, antecipar riscos e preservar a identidade de cada marca e referência produzida pela Sogrape.

Nos últimos 10 anos, a Sogrape investiu mais de 1,5 milhões de euros em equipamentos e infraestruturas laboratoriais. O Laboratório dispõe hoje de tecnologia analítica avançada e assegura internamente a calibração de mais de 200 equipamentos por ano. A participação regular em ensaios interlaboratoriais e o estatuto de associado fundador da ALABE, desde 1996, reforçam o compromisso com a fiabilidade e a excelência técnica.

A ligação à investigação e ao meio académico é também uma prioridade. Em colaboração com universidades e centros de investigação, o Laboratório desenvolve projetos de inovação analítica, orienta



estágios e teses e participa na validação de novas metodologias, contribuindo para o avanço do conhecimento na área enológica.

É este trabalho discreto, mas essencial, que ajuda a transformar conhecimento científico em confiança, assegurando que cada vinho que chega às mãos dos consumidores corresponde ao compromisso de qualidade que define a Sogrape. 🍷



www.sogrape.com



TECNOLOGIA E CONHECIMENTO AO SERVIÇO DO VINHO PORTUGUÊS

Num setor onde a qualidade e a autenticidade são cada vez mais exigentes, a tecnologia laboratorial assume um papel essencial na valorização e proteção do vinho português. É neste desafio que a Specanalítica alia tecnologia, conhecimento e acompanhamento especializado.



Scion

A Specanalítica disponibiliza soluções completas de análise, desde a preparação e tratamento da amostra até à determinação dos parâmetros químicos e elementares, inclui tecnologias para a análise elementar, molecular, de compostos orgânicos e química húmida. Técnicas como ICP-OES, ICP-MS e Absorção Atômica são importantes na determinação de múltiplos elementos, contribuindo para o controlo da composição, da qualidade e da segurança e autenticidade dos vinhos. As cromatografias gasosa e líquida para a caracterização de compostos orgânicos permitem aprofundar a caracterização de compostos voláteis e não voláteis, enquanto outras técnicas como UV-Vis, Kjeldahl, destilação e titulação podem complementar a avaliação de parâmetros físico-químicos. Estas soluções podem ser aplicadas ao controlo de matérias-primas, mostos e vinhos.

Num contexto em que a evolução tecnológica tem permitido realizar análises cada vez mais rápidas, precisas e reprodutíveis, a autenticidade assume particular relevância. Esta é uma área onde a evolução tecnológica pode trazer um valor significativo, especialmente num país onde o vinho representa um importante

património económico e cultural. Assim, a possibilidade de obter perfis analíticos mais completos permite apoiar estudos de origem e rastreabilidade, identificar desvios de composição e contribuir para a deteção de eventuais não conformidades. Para além disso, existe a necessidade de aumentar a eficiência dos laboratórios através da redução da intervenção manual e a utilização de equipamentos com maior capacidade analítica permitem não só aumentar o número de análises realizadas, como também reduzir o erro e melhorar a rastreabilidade dos resultados.

Neste contexto de crescente exigência e sofisticação tecnológica, o acompanhamento especializado assume também um papel fundamental. Para a Specanalítica, uma solução analítica só cria verdadeiro valor quando é acompanhada pelo conhecimento necessário à sua implementação e utilização. Por isso, esta entidade trabalha em proximidade com os clientes, apoiando a seleção da tecnologia adequada, implementação e otimização de métodos, formação e assistência técnica.

A crescente importância da acreditação e da demonstração da competência técnica dos laboratórios reforça ainda mais esta necessidade.



Opsis



Analytik Jena

Como entidade certificada pela DGERT, é garantida uma formação técnica contínua e um acompanhamento especializado em todas as etapas.

O futuro passa por contribuir para que os laboratórios de enologia portugueses estejam preparados para responder aos desafios atuais e futuros. Mais do que disponibilizar equipamentos, queremos estabelecer parcerias duradouras, assentes em tecnologia, conhecimento e acompanhamento técnico, ajudando os clientes a transformar a análise laboratorial numa ferramenta efetiva de valorização do vinho português. A Specanalítica quer continuar a ser o braço direito dos laboratórios, assegurando suporte proativo e soluções à medida para que os laboratórios portugueses tenham capacidade para produzir melhores resultados, ajudando os produtores a garantir aquilo que o vinho português continue a ocupar o seu lugar de referência no mundo.



www.specanalitica.pt

Acidez total, Análise de SO_2 , pH, Ácido tântrico,
Cloretos, entre outros.

Análise Enológica Automizada



HI930

Titulador potenciométrico automático (pH/mV)

A solução mais acessível - ideal para adegas, laboratórios e controlo de produção!

O HI930 simplifica as análises de rotina, reduz o tempo de trabalho e aumenta a fiabilidade dos resultados, permitindo um melhor acompanhamento da fermentação, estabilização e qualidade final do vinho.

- Determinação automática da acidez total
- Análise de SO_2 livre e total
- Resultados repetíveis e independentes do operador
- **Disponível uma Seleção de Métodos Gratuitos**

O que representa um Sistema de Titulação Automática Hanna?

Faça a leitura do QR-Code apresentado e descubra as vantagens, funcionalidades e suporte.



NOVIDADE



Solicite demonstração gratuita e receba OFERTA especial de lançamento!
Limitado ao stock existente.

SENAG 2026



Dia Mundial da Água: Sustentabilidade e Desafios Futuros

O Dia Mundial da Água, celebrado em 22 de março, convida-nos, uma vez mais, a refletir sobre a relevância deste recurso vital e a necessidade premente de garantir a sua sustentabilidade.

Em Portugal, enfrentamos desafios cada vez mais exigentes na gestão da água, não só pelos impactos das alterações climáticas, mas também pelo aumento da sua procura.

O tema definido pelas Nações Unidas para este ano, “Salvemos os nossos glaciares”, realça a importância de minimizar a aceleração do degelo como consequência do aquecimento global.

Enfrentar as alterações climáticas passa pela redução das emissões de gases de efeito de estufa ao nível global, mas, sobretudo, pela implementação de estratégias de adaptação. No setor da água, são prioridades a eficiência na sua utilização (designadamente a modernização das infraestruturas de abastecimento e saneamento), a redução das perdas nas redes de distribuição e o aumento da reutilização de águas residuais tratadas.

No setor agrícola – o maior utilizador de água no país –, é fundamental apostar na rega mais eficiente, adotar culturas mais resilientes a períodos cada vez mais prolongados de seca e reduzir a dependência das origens tradicionais de água.

A digitalização do ciclo da água (onde se inclui o reforço de monitorização e modelação) é uma ferramenta-chave para aprimorar uma gestão avançada e em tempo real.

Um dos outros grandes desafios que enfrentamos está relacionado com a contaminação dos recursos hídricos: o uso excessivo de fertilizantes, pesticidas e outros poluentes, associado a descargas não conformes de efluentes urbanos e industriais, ainda que em episódios pontuais, comprometem o estado das massas de água. A nova Diretiva Europeia das Águas Residuais Urbanas impõe normas mais exigentes para o tratamento dessas águas, promovendo uma gestão mais eficiente e sustentável das ETAR e incentivando a neutralidade energética no setor. Nesse âmbito, a reabilitação dos rios também ganha destaque recuperando funções ecológicas essenciais.

A gestão partilhada com Espanha das bacias hidrográficas, que abrangem 64% do território português, exige igualmente o reforço da cooperação transfronteiriça.

O tempo para agir é agora. O futuro da água depende das escolhas de hoje e a responsabilidade é de todos: governos, entidades, empresas e cidadãos. A “Água que Une”, estratégia criada pelo Governo para promover a gestão sustentável e integrada dos recursos hídricos, é essa ponte necessária entre a preservação e o futuro, entre as regiões e gerações. No Dia Mundial da Água, a Agência Portuguesa do Ambiente (APA) reafirma o compromisso com uma gestão sustentável e colaborativa, porque a água não conhece fronteiras – une-nos a todos.

José Pimenta Machado, Presidente do Conselho Diretivo da APA (Agência Portuguesa do Ambiente)



“No que respeita à qualidade da água para consumo humano a evolução foi muito significativa. Podemos hoje afirmar que em qualquer local do país pode ser bebida água da torneira com confiança”.

Vera Eiró, Presidente da ERSAR – Entidade Reguladora dos Serviços de Águas e Resíduos – e Presidente da WAREG – European Water Regulators



Fonte: Jornal de Notícias

“Reimaginar a água urbana”

Os próximos 30 anos serão ainda mais desafiadores

É comumente aceite que, nos últimos 30 anos, Portugal conseguiu superar uma prova essencial ao desenvolvimento no setor da água, por via da construção e gestão de novos sistemas de abastecimento de água e de saneamento de águas residuais, desafio que obrigou a investimentos de grande dimensão e complexidade e à aprendizagem da sua gestão de modo eficiente.

Essa abordagem contribuiu também para a otimização dos processos operacionais e para a redução de gastos, garantindo uma maior eficiência na prestação desses serviços públicos essenciais e possibilitando o acesso a serviços de abastecimento de água e de saneamento de qualidade, promovendo, em simultâneo, a sustentabilidade e a atratividade das regiões e dos respetivos territórios.

Esse período de grande investimento induziu no setor um conjunto relevante de transformações, reflexo das mudanças sociais e ambientais em que todos fomos protagonistas. Destacam-se as concessões ao setor privado, a criação de entidades gestoras intermunicipais, a prestação de serviços com métricas de eficiência, a constituição de parcerias Estado-autarquias, a regulação setorial, a inovação tecnológica e a gestão de ativos, bem como a sustentabilidade ambiental, económica e social do setor, que o fez crescer em outros domínios igualmente importantes e essenciais.

Contudo, apesar das metas superadas, o país, as regiões e o setor, enfrentam hoje desafios importantes. As mudanças nos padrões de precipitação, o aumento da frequência e dimensão dos eventos climáticos extremos e a escassez de água, representam obstáculos que vão aumentar a complexidade da gestão hídrica, sobretudo, se desejarmos assegurar uma distribuição sustentável da água pelos diferentes usos. E esses desafios obrigam a uma abordagem abrangente e colaborativa.

O desenvolvimento de parcerias de cooperação robustas, com todas as partes interessadas e os diferentes setores, a definição de estratégias flexíveis e inteligentes para a gestão do recurso, os investimentos em inovação, em tecnologia, na capacitação de técnicos e em novas infraestruturas mais eficientes, resilientes e resistentes ao impacto climático, a consciencialização pública dos cidadãos para a promoção do uso mais eficiente do bem e para a preservação dos recursos hídricos, assim como a adequada e pacífica partilha da água com outros setores económicos, são os elementos que considero cruciais para que possamos controlar o caldeirão que se aproxima e que, se bem potenciados, nos podem permitir alavancar e cimentar um processo de transformação harmonioso, inclusivo e sem sobressaltos.

Apesar das enormes ambições que as entidades gestoras têm em curso ou planearam, onde se destacam os investimentos para a redução significativa das perdas e das afluições/ infiltrações indevidas nas redes de abastecimento e de saneamento, respetivamente, o reforço da utilização de água para reutilização e a avaliação do impacto com as novas imposições previstas na nova Diretiva das Águas Residuais são ainda manifestamente insuficientes para acorrer às transformações que se perspectivam.

Das entidades gestoras que tiveram um papel relevante na transformação do setor da água no nosso país, esperam-se novos e exequíveis exemplos de dedicação e superação, de agregação de esforços e capacidades, para vencermos os imensos desafios que se vão colocar ao longo dos próximos 30 anos.

E, só assim, seremos capazes de garantir a continuidade do acesso a uma água às gerações futuras.

21 de março é o Dia Mundial da Água. Celebre-mo-lo juntos e para sempre!

José Martins Soares, Presidente da APDA (Associação Portuguesa de Distribuição e Drenagem de Águas)



“A primeira prioridade é poupar, a segunda é reutilizar, e a terceira aumentar a capacidade das instalações que existem”.

Maria da Graça Carvalho, Ministra do Ambiente e Energia

Fonte: Público



Sabia que?

... a água é um recurso essencial, mas não é infinito?

Apesar de a Terra ser conhecida como o “planeta azul”, apenas uma pequena parte da água existente está disponível para consumo humano. A maior parte encontra-se nos oceanos ou está armazenada sob a forma de gelo, tornando fundamental preservar os recursos de água doce.

... cada gesto conta quando falamos de poupar água?

Fechar a torneira enquanto se lavam os dentes, tomar duchas mais curtas ou utilizar máquinas de lavar roupa e loiça apenas quando estão cheias são comportamentos simples que podem reduzir significativamente o consumo de água no dia a dia.

... uma torneira a pingar pode desperdiçar muitos litros de água?

Uma pequena fuga pode parecer insignificante, mas, ao longo de dias, semanas ou meses, representa um desperdício considerável. Verificar regularmente torneiras, autoclismos, canalizações e sistemas de rega é uma das formas mais simples de evitar perdas desnecessárias.

... o autoclismo pode representar uma parte importante do consumo de água de uma casa?

Os modelos mais antigos podem utilizar grandes quantidades de água em cada descarga. A instalação de equipamentos mais eficientes, com diferentes volumes de descarga, permite reduzir o consumo sem comprometer a sua utilização.

... poupar água também significa poupar energia?

A água que chega às nossas casas é captada, tratada, transportada e, muitas vezes, aquecida. Por isso, utilizar apenas a quantidade necessária não permite apenas poupar água: pode também reduzir a energia necessária para a tratar, bombear e aquecer.

... a agricultura é um dos setores que mais utiliza água?

A água é essencial para a produção agrícola, mas a eficiência da rega assume uma importância crescente. Sistemas de rega gota a gota, sensores e ferramentas de monitorização permitem fornecer às plantas a água de que necessitam, evitando desperdícios.

... regar nas horas certas pode ajudar a poupar água?

Regar durante as horas de maior calor pode aumentar a evaporação. Sempre que possível, optar pelas primeiras horas da manhã ou pelo final do dia permite aproveitar melhor a água utilizada na rega.

... a água da chuva pode ter diferentes utilizações?

Quando recolhida e armazenada de forma adequada, a água da chuva pode ser utilizada para determinados fins, como regar jardins ou lavar espaços exteriores. O seu aproveitamento contribui para reduzir a utilização de água potável em tarefas que não necessitam dessa qualidade.

... reutilizar água é uma forma de reduzir o desperdício?

Em determinadas situações, águas que não estejam contaminadas podem ter uma segunda utilização, desde que sejam respeitadas as condições de segurança adequadas. A reutilização e o aproveitamento de recursos são componentes importantes de uma gestão mais eficiente da água.

... proteger rios, lagos e aquíferos também é poupar água?

Poupar água não significa apenas reduzir o consumo. Evitar a poluição dos recursos hídricos é igualmente importante, uma vez que a contaminação pode comprometer a disponibilidade e a qualidade da água e tornar o seu tratamento mais exigente.



Vimágua por dentro da rede que protege os rios

À superfície, o resultado pode ser uma ribeira livre de um foco de poluição. Debaixo do solo, há um trabalho menos visível: inspecionar tubagens, corrigir ligações e recuperar coletores. Em Guimarães e Vizela, a Vimágua reforça esta intervenção com equipas especializadas, tecnologia e mais de 10 milhões de euros de investimento previstos até 2029.

No ano em que Guimarães é Capital Verde Europeia, modernizar o saneamento é também proteger a água, a biodiversidade e a qualidade de vida. Reduzir descargas poluentes e preparar a rede para a precipitação intensa dá expressão a esse compromisso, prolongando-o para além de 2026. A aposta na energia solar e na redução dos volumes indevidos enviados para tratamento acompanha a meta municipal de neutralidade climática até 2030.

Desde 2018, a empresa dispõe de uma área dedicada ao diagnóstico e à correção de anomalias. Hoje, 20 trabalhadores dedicam-se em exclusivo a estas atividades, com apoio de empresas especializadas. Câmaras de vídeo, testes com fumos, traçadores coloridos e telemetria ajudam a localizar falhas e a definir prioridades.

Desde 2018, as inspeções por vídeo somam cerca de 140 quilómetros. Na reparação, sempre que tecnicamente possível, a tecnologia CIPP permite introduzir uma manga no coletor que, depois de endurecer, forma uma nova estrutura interior. Cerca de 6 quilómetros foram reabilitados desde 2018 com esta solução, que pode reduzir escavações e perturbações no espaço público.

Entre 2018 e 2025, a Vimágua aplicou cerca de 2,3 milhões de euros na substituição e remodelação de redes e equipamentos de saneamento. Durante esse período, a empresa investiu em meios operacionais e tecnológicos, incluindo um camião hidrolimpador para limpeza e manutenção preventiva. O balanço inclui mais de 2 500 caixas de visita e de ramal reabilitadas.

As intervenções ao longo dos últimos anos, permitiram eliminar focos históricos de poluição nas ribeiras de Couros, Santa Luzia e Passos, encaminhando para tratamento águas residuais antes rejeitadas no meio hídrico. Foram também reduzidos os transbordamentos.

Persistem, contudo, desafios. Hoje temos identificadas mais de 5 000 situações de entrada indevida de água na rede, que sobrecarregam o sistema e agravam os custos de tratamento. A resolução deste problema depende, em grande medida, da intervenção dos proprietários nas redes particulares. Por isso é que, nos últimos meses, a Vimágua tem intensificado a fiscalização e a sensibilização junto dos proprietários no sentido de minimizar as afluências indevidas que tanto impacto têm no valor da fatura mensal.

Até 2029, a Vimágua vai investir cerca de 10 milhões de euros na expansão e na renovação da rede de saneamento, para além de quase um milhão em novos equipamentos. A empresa quer também elevar a adesão ao serviço por rede fixa de cerca de 86% para mais de 91%, aproximando a utilização efetiva da cobertura disponível. O objetivo é fazer chegar os benefícios do saneamento a mais pessoas, com uma rede mais fiável e rios mais protegidos.

Vimágua em números:

2 municípios: Guimarães e Vizela
Cerca de **942 km** de rede de saneamento
Cobertura de **94%** dos alojamentos
96 estações elevatórias de águas residuais

vimagua

www.vimagua.pt



Fucoli-Somepal: há 80 anos a fazer a água chegar mais longe

Todos os dias, abrimos uma torneira sem pensar no caminho que a água percorreu até nós. Nem no que a protege quando regressa, já usada, pelas redes de saneamento.

Esse caminho depende de milhares de quilómetros de tubagens, válvulas e acessórios enterrados debaixo das nossas cidades, muitas vezes invisíveis, mas essenciais ao nosso dia-a-dia. ***Uma parte significativa dessa rede, em Portugal e em dezenas de outros países, é produzida por uma empresa portuguesa com 80 anos: a Fucoli-Somepal.***

No ano em que Guimarães é Capital Verde Europeia e recebe o SENAG 2026, sob o mote “**REimaginar a Água Urbana**”, a **Fucoli-Somepal junta-se à discussão** partindo de uma premissa essencial: antes de uma rede poder ser inteligente, digital ou sustentável, a infraestrutura que a suporta tem de ser sólida, duradoura e fiável.

Indústria portuguesa, à escala global

Fundada em **1946**, a Fucoli-Somepal é uma empresa familiar portuguesa especializada no desenvolvimento e produção de soluções em ferro fundido dúctil para redes de água e saneamento, gás, telecomunicações e proteção contra incêndio.

Com duas unidades industriais no centro do país, a Fucoli-Somepal produz **100% em Portugal** e exporta para mais de **60 países**, em cinco continentes, com uma reputação assente na qualidade, fiabilidade e sustentabilidade.

Feito para durar

Agama inclui valvularia — como válvulas de cunha elástica, borboleta, retenção e flutuadoras — **acessórios, hidrantes, tampas e grelhas**.

São soluções pensadas para durar décadas, feitas para resistir ao tempo, às cidades em transformação e às exigências cada vez maiores de um planeta que precisa de gerir melhor a sua água.

Cada produto que sai das suas fábricas transporta consigo esse compromisso, num momento em que o setor da água enfrenta desafios cada vez mais complexos: adaptação às alterações climáticas, digitalização das redes e eficiência na utilização e preservação dos recursos naturais.



Economia circular na origem

O compromisso com a sustentabilidade começa antes da produção. **Cerca de 95% da matéria-prima utilizada pela Fucoli-Somepal é sucata metálica de origem portuguesa**, o que reduz a matéria virgem necessária e diminui o impacto do transporte.

É um processo que, dia após dia, transforma metal em fim de vida em produtos novos. Porque **REimaginar a água urbana** passa pela tecnologia que vemos, mas também pelas infraestruturas que não vemos.

E é aí, debaixo das nossas cidades e ao longo de milhares de quilómetros de redes, que a **Fucoli-Somepal** contribui, peça a peça, para o futuro da água.

Sabia que?

... o SENAG é um espaço dedicado à discussão dos grandes desafios da água em Portugal?

Promovido pela Associação Portuguesa de Distribuição e Drenagem de Águas (APDA), o SENAG reúne profissionais, entidades gestoras, municípios, empresas, academia e especialistas para debater os principais desafios e oportunidades do setor da água.

... o SENAG 2026 vai olhar para o outro lado do ciclo urbano da água?

A segunda edição do seminário, marcada para os dias 14 e 15 de outubro, no Centro Cultural Vila Flor, em Guimarães, será dedicada às águas residuais. O encontro terá como tema “REimaginar a Água Urbana”.

... as águas residuais podem ser vistas como um recurso?

Durante muito tempo, as águas residuais foram encaradas sobretudo como um problema que precisava de ser tratado. Hoje, a perspetiva está a mudar: podem representar uma oportunidade para recuperar água, energia, nutrientes e outros recursos, contribuindo para uma verdadeira economia circular.

... o saneamento é fundamental para a saúde pública?

As infraestruturas de saneamento desempenham um papel essencial na proteção da saúde pública e na qualidade de vida das populações. Ao mesmo tempo, são fundamentais para a proteção dos recursos hídricos e para a resiliência das cidades e dos territórios.

... a inteligência artificial já está a chegar à gestão da água?

A digitalização e a inteligência artificial podem apoiar a monitorização de redes e instalações, melhorar a análise de dados e ajudar a antecipar problemas. A tecnologia surge, assim, como uma ferramenta para tornar os sistemas mais eficientes e preparados para o futuro.

... reduzir o impacto ambiental do setor também passa pelas águas residuais?

As infraestruturas de saneamento consomem recursos e energia, mas também podem contribuir para a produção energética e para a valorização de recursos. A procura pela neutralidade carbónica será, por isso, um dos temas em destaque no SENAG 2026.

... a economia circular pode transformar a forma como encaramos a água?

Em vez de utilizar os recursos uma única vez e descartá-los, a economia circular procura recuperá-los e dar-lhes novas utilizações. No setor da água, esta abordagem pode passar pela reutilização, recuperação de energia e valorização de subprodutos do tratamento de águas residuais.

... investir nas infraestruturas é também investir na resiliência das cidades?

Redes de abastecimento e saneamento modernas e bem dimensionadas são essenciais para responder ao crescimento urbano, às alterações climáticas e a situações de emergência. O SENAG pretende precisamente discutir como tornar estes sistemas mais resilientes e sustentáveis.

... o SENAG pretende aproximar diferentes áreas e profissionais?

O seminário junta entidades gestoras, municípios, reguladores, academia, empresas, financiadores e especialistas nacionais e internacionais. Esta diversidade permite cruzar diferentes perspetivas e procurar respostas conjuntas para desafios que dizem respeito a toda a sociedade.

... “REimaginar a Água Urbana” significa repensar todo o sistema?

O mote do SENAG 2026 traduz uma mudança de paradigma: não basta responder aos problemas quando surgem. É necessário antecipar riscos, modernizar infraestruturas, aproveitar recursos, integrar tecnologia e preparar as cidades para as próximas décadas.



Dia Mundial do Turismo 2026

“Vamos construir um futuro digital para o turismo que seja aberto, inclusivo e humano – e aproveitar estas novas ferramentas para impulsionar o desenvolvimento sustentável para todos”

António Guterres, Secretário-Geral da Organização das Nações Unidas
Fonte: UN Tourism



“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



“A Madeira possui uma área preservada de cerca de 15 mil hectares, considerada Património Natural da Humanidade, pela UNESCO em 1999. A observação de cetáceos, os passeios de barco, a prática de desportos aquáticos, como snorkeling, stand up paddle e caiaque, são algumas das propostas que podem ser feitas no mar”

Eduardo Jesus, Presidente da AP Madeira



"Sustentabilidade, territórios e comunidades que inspiram o mundo"

A mística das nove ilhas dos Açores todo o ano

Nos Açores há um misticismo próprio, um ambiente único, emoções, sensações e experiências inesquecíveis. Neste paraíso atlântico, a natureza humana, a autenticidade das comunidades, a serenidade da paisagem e a força do oceano oferecem um destino transformador. São 9 ilhas, 9 identidades, 9 formas de viver uma viagem pela sustentabilidade, pela descoberta e pela harmonia ímpar entre as pessoas e a Natureza, num espectro infinito de recordações.

Nos dias longos e solarengos, que convidam à frescura e à diversão, os Açores mostram toda a sua exuberância. As lagoas têm novas cores, os trilhos conduzem a segredos raros e o mar é palco de momentos inesquecíveis. Da observação de cetáceos ao mergulho em águas cristalinas, da adrenalina aos banhos em piscinas naturais, cada momento é vivido com intensidade e prazer. As festas populares enchem as ruas de cor, música e tradição, enquanto a gastronomia local desperta os sabores da terra e do oceano, na assunção plena do espírito açoriano. Este é o tempo da gratidão, da alegria e da celebração.

Da frondosa e florida natureza, emerge uma atmosfera impossível de esquecer, que instiga a exploração e a contemplação. A bruma e a neblina redesenham o silêncio dos trilhos e das montanhas, o mar impõe-se dominador, as nuvens regam o verde, e as águas termais oferecem o refúgio regenerador depois da aventura. É o tempo ideal para desacelerar, sentir a terra e deixar-se envolver pela mística que habita vulcões, florestas e paisagens ancestrais. Entre o calor humano das gentes autênticas e a imponência dos elementos naturais, nasce uma rara sensação de paz, introspeção e renovação.

Com clima ameno, um notável percurso de desenvolvimento e um inovador sistema de monitorização de fluxos turísticos, os Açores são hoje um destino de excelência, nas suas 9 ilhas e ao longo de todo o ano. A diversidade do produto turístico convida cada visitante a encontrar a sua própria viagem, o seu ritmo e a sua história. Natureza, aventura, cultura, gastronomia, vinhos, bem-estar e experiências ligadas ao mar coexistem num modelo responsável, reconhecido mundialmente pelo compromisso certificado com a sustentabilidade. Aqui a qualidade da experiência é indissociável das pessoas e da preservação do território, garantindo que a riqueza das ilhas permanece para as gerações futuras.

Imagine-se a sentir este paraíso. A caminhar por trilhos e bosques entre crateras e lagoas. A contemplar o horizonte do Atlântico. A degustar sabores únicos e a sentir a autenticidade de um povo que recebe de braços abertos. Os Açores não são apenas um destino turístico. São a experiência e a descoberta da sua vida.



Berta Cabral

Secretária Regional do Turismo, Mobilidade e Infraestruturas

XIV Governo dos Açores



Portugal prepara mais refúgios para combater o calor

Perante o aumento da frequência e intensidade das ondas de calor, o Turismo de Portugal prevê reforçar a rede de refúgios climáticos existentes no país. A medida conta com um investimento de um milhão de euros e pretende criar novos espaços onde a população possa encontrar proteção durante os períodos de temperaturas elevadas.

Atualmente, existem 188 refúgios climáticos distribuídos por 67 municípios, instalados sobretudo em espaços como

bibliotecas, museus e monumentos. A estratégia deverá agora ser alargada a soluções ao ar livre, através da criação de zonas de sombra, arborização e pontos de acesso a água.

A iniciativa pretende não só proteger a população dos efeitos do calor extremo, mas também adaptar os destinos turísticos às alterações climáticas, tornando-os mais seguros e confortáveis para residentes e visitantes.



Um novo capítulo para o Hotel Turismo da Guarda

Encerrado desde 2010, o emblemático Hotel Turismo da Guarda prepara-se para ganhar uma nova vida. O Grupo Lince Hotels assumiu a exploração do edifício através de um contrato de arrendamento por 50 anos, com opção de compra, e prevê investir entre 15 e 20 milhões de euros na sua recuperação.

A intervenção deverá prolongar-se por cerca de 18 a 24 meses e prevê a criação de uma unidade hoteleira de referência, com uma classificação mínima de quatro estrelas, podendo chegar às cinco estrelas. O projeto pretende preservar e valorizar este espaço emblemático da cidade, reforçando simultaneamente a capacida-

de de alojamento e a oferta turística da região.

A reabertura do hotel é encarada como uma oportunidade para dinamizar a economia local, atrair novos visitantes e devolver à Guarda um equipamento com forte importância histórica e turística.



Lisboa aposta na qualificação do comércio e turismo

A Câmara Municipal de Lisboa e o Turismo de Portugal vão reforçar a formação dirigida aos profissionais do comércio, restauração e serviços, através de um protocolo que pretende melhorar as competências e a qualidade do atendimento prestado na cidade. A iniciativa procura responder à evolução do setor turístico e às novas exigências de quem visita Lisboa.

A parceria prevê ações de capacitação destinadas aos agentes económicos, com o objetivo de promover um serviço mais

qualificado e preparado para diferentes perfis de visitantes. A aposta na formação pretende também contribuir para uma experiência turística mais positiva e para o reforço da competitividade do comércio e da restauração lisboetas.

A iniciativa junta, assim, a experiência do Turismo de Portugal na área da formação turística à proximidade do município com os empresários e profissionais que diariamente asseguram o funcionamento destes setores na capital.



Açores: autenticidade e sustentabilidade como marcas de um destino único



Berta Cabral, Secretária Regional do Turismo, Mobilidade e Infraestruturas do XIV Governo dos Açores, aborda os desafios e prioridades da Região para afirmar o arquipélago como destino turístico de excelência durante todo o ano.

Os Açores afirmam-se cada vez mais como um destino de referência no turismo sustentável. Quais considera serem hoje os principais fatores diferenciadores da Região?

Somos uma combinação rara de autenticidade, natureza preservada, sustentabilidade certificada e experiências memoráveis. Somos 9 ilhas com identidades próprias, oferecendo 9 vivências numa só viagem, entre paisagens vulcânicas, biodiversidade única, cultura secular, gastronomia tradicional e uma relação profunda com o mar.



Os Açores são também uma das poucas regiões do mundo onde coexistem as três grandes designações territoriais da UNESCO. O arquipélago integra o Açores Geoparque Mundial da UNESCO, 4 Reservas da Biosfera (Corvo, Graciosa, Flores e Fajãs de São Jorge) e 2 sítios classificados como Património Mundial (o Centro Histórico de Angra do Heroísmo e a Paisagem da Cultura da Vinha da Ilha do Pico).

Este reconhecimento internacional, aliado ao Nível Ouro da certificação de Destino Sustentável pela EarthCheck, reforça o posicionamento dos Açores e traduz um compromisso efetivo com a preservação ambiental, a valorização do património e o bem-estar das comunidades locais.

Mas a nossa “Natureza Humana” é o elemento especial. A hospitalidade e a genuinidade das pessoas, em harmonia com a natureza, são a nossa marca distintiva. É esta combinação entre um território excecional, reconhecido internacionalmente, e as pessoas que nele vivem que torna os Açores um destino verdadeiramente singular.

Que iniciativas estão a ser desenvolvidas para valorizar a oferta turística dos Açores e atrair visitantes ao longo de todo o ano?

Queremos turismo todo o ano em todas as ilhas. Para isso, há um foco na qualificação da oferta, na diversificação dos produtos turísticos, na mitigação da sazonalidade e na melhoria da conectividade aérea. Vive-se um ciclo significativo de investimento privado e público na modernização do alojamento, na valorização da restauração, na qualificação dos recursos humanos e no desenvolvimento de experiências. Estão a ser desenvolvidos produtos para todo o ano no âmbito do turismo cultural, gastronómico

e vínico, de bem-estar e termal, bem como das experiências ligadas à natureza e ao mar, incluindo as “Rotas Açores”, a Rede Regional de Percursos Pedestres, nova oferta termal, a Agenda Azores What’s On e valorização e proteção de áreas marinhas.

Como tem sido promovido o equilíbrio entre o crescimento do turismo, a preservação do património natural e o envolvimento das comunidades locais?

Este equilíbrio está no centro da estratégia turística regional. Defendemos que o turismo só é verdadeiramente positivo enquanto for bom para quem nos visita, mas, acima de tudo, para quem vive nos Açores. Os residentes são o centro das políticas de desenvolvimento turístico e temos já implementado um Sistema Integrado de Monitorização Inteligente de Fluxos Turísticos, que nos permite ter uma forma mais robusta de olhar para o território e para o desenvolvimento da atividade turística. O objetivo é evitar concentrações excessivas, criar oportunidades para todas as ilhas e assegurar que os benefícios do turismo são partilhados de forma mais equilibrada pelas comunidades locais, mantendo a qualidade da experiência.

Quais são as principais prioridades para o futuro do turismo nos Açores e que contributo poderá a Região dar para reforçar a posição de Portugal como destino de excelência?

As nossas prioridades dos Açores são a consolidação como um dos destinos mais sustentáveis do mundo; a redução da sazonalidade; a distribuição dos fluxos turísticos; a elevação dos padrões de qualidade; e o reforço da notoriedade internacional. O crescimento sustentável e responsável exige qualificação contínua da oferta, valorização dos recursos humanos, digitalização dos processos de promoção e gestão do destino e criação de experiências de qualidade.

Na afirmação da excelência de Portugal, os Açores apresentam uma proposta de valor única de diversificação e diferenciação. Face à procura crescente por autenticidade, segurança e sustentabilidade, a Região destaca-se pelas boas práticas, bem-estar e harmonia inimitável entre as pessoas e a natureza.



GOVERNO
DOS AÇORES

www.portal.azores.gov.pt

Sabia que?

... Portugal é um dos destinos turísticos mais procurados da Europa?

O clima, a diversidade de paisagens, o património, a gastronomia e a hospitalidade fazem do país um destino com uma oferta muito diversificada. Do litoral às regiões do interior, passando pelas ilhas, Portugal reúne experiências para diferentes perfis de viajantes.

... cada região portuguesa tem uma identidade turística própria?

O Norte distingue-se pelo património histórico, pelas paisagens do Douro e pela gastronomia; o Centro combina cidades históricas, aldeias, natureza e litoral; Lisboa e Vale do Tejo juntam património, cultura e vida urbana; o Alentejo destaca-se pelas paisagens, gastronomia e tranquilidade; e o Algarve continua a afirmar-se pelas praias, clima e oferta turística. A Madeira e os Açores acrescentam ainda uma forte componente de natureza e aventura.

... o património é um dos grandes ativos do turismo português?

Castelos, mosteiros, igrejas, centros históricos, sítios arqueológicos e paisagens culturais contam séculos de história. Muitos destes espaços são hoje importantes pontos de atração turística e contribuem para preservar e valorizar a identidade das comunidades.

... a gastronomia também é uma forma de conhecer Portugal?

Experimentar os sabores locais é, muitas vezes, uma das melhores formas de conhecer um território. Peixe e marisco, carnes, queijos, enchidos, azeite, doces tradicionais e vinhos refletem os produtos, as tradições e os conhecimentos transmitidos entre gerações.

... o enoturismo está a ganhar cada vez mais expressão?

Visitar uma região vitivinícola pode significar muito mais do que provar vinho. As experiências incluem visitas a adegas e quintas, contacto com produtores, percursos pelas vinhas, provas comentadas e momentos de descoberta da história e da cultura de cada território.

... o turismo de natureza permite descobrir um Portugal diferente?

Parques naturais, serras, rios, cascatas, trilhos e áreas protegidas oferecem inúmeras possibilidades para quem procura atividades ao ar livre. Caminhadas, observação de aves, ciclismo, canoa-gem e outras experiências aproximam os visitantes da natureza.

... as aldeias e os territórios do interior têm um enorme potencial turístico?

Longe dos grandes centros urbanos, o visitante encontra património, paisagens, tradições, gastronomia e modos de vida próprios. O turismo pode contribuir para valorizar estes territórios, apoiar a economia local e criar novas oportunidades para as comunidades.

... viajar também pode ajudar a preservar tradições?

Artesanato, festas populares, música, danças, gastronomia e outros elementos da cultura local podem encontrar no turismo uma oportunidade de valorização. Quando desenvolvido de forma responsável, o turismo ajuda a manter vivas práticas que fazem parte da identidade dos territórios.

... conhecer Portugal pode ser também uma forma de descobrir o que nos torna únicos?

Cada viagem permite conhecer pessoas, paisagens, sabores e histórias diferentes. Num país onde tradição e inovação convivem, o turismo é mais do que receber visitantes: é valorizar territórios, preservar património e criar experiências que ficam na memória.

Um concelho onde a cultura acontece todo o ano



Entre a serra e o mar, Loulé é um território de contrastes, identidade e experiências. Na cidade de Loulé, o centro histórico convida a uma viagem pela história, entre ruas estreitas, casas caiadas de branco e monumentos que testemunham a passagem de diferentes civilizações. O Castelo, o Museu Municipal, a Igreja Matriz, a Ermida de Nossa Senhora da Conceição e os Banhos Islâmicos e Casa Senhorial dos Barreto, classificados como Monumento Nacional, são alguns dos espaços que merecem uma visita. O Mercado Municipal de Loulé, com a sua arquitetura revivalista de inspiração árabe, é um dos grandes símbolos locais e um lugar privilegiado para descobrir os sabores do Algarve, entre produtos tradicionais, fruta, legumes, peixe e marisco fresco.

Loulé tem também uma longa tradição ligada às artes e aos ofícios. O projeto **Loulé Criativo** valoriza e promove os saberes tradicionais através de uma rede de oficinas dedicadas à olaria, empreita, esparto, cobre, instrumentos musicais tradicionais, relojoaria e outras áreas, mantendo vivo um património que se reinventa através da criatividade contemporânea.

Do litoral à serra, o concelho revela diferentes paisagens e formas de viver. As praias de areia dourada contrastam com um interior marcado por aldeias, montes verdejantes, gastronomia, património e tradições ancestrais. Em pleno **Geoparque Algarvensis**, reconhecido como Geoparque Mundial da UNESCO, a Rota Nacional 2 conduz à descoberta de lugares como o Ameixial, onde se encontram a Fonte da Seiceira, a Pedra do Alagar e a Anta do Beringel.

Em Loulé, a cultura vive-se através de uma programação diversificada. Do mais antigo Carnaval de Portugal ao Festival MED, da Noite Branca à Festa da Mãe Soberana e aos Santos Populares, há sempre um motivo para regressar.

E até ao final do ano, há novas experiências para descobrir:

25 de setembro

Conferência de imprensa da candidatura a Capital Portuguesa da Cultura, no âmbito da parceria com a Região de Turismo do Algarve e do Dia Mundial do Turismo.

26 de setembro a 6 de outubro

Dias Abertos do Loulé Criativo, integrada nas comemorações do Dia Mundial do Turismo.

6 de dezembro

Maratona do Algarve, com partida e chegada em Vilamoura.

Época natalícia

A Aldeia dos Sonhos transforma diferentes espaços do concelho num universo mágico dedicado aos mais pequenos.

Passagem de Ano

Quarteira despede-se do ano com muita animação junto ao mar.

Visitar Loulé é descobrir um território onde passado e presente se encontram e onde a cultura é uma força viva, capaz de preservar a identidade e projetar o futuro. É também este compromisso que sustenta a **candidatura oficial de Loulé a Capital Portuguesa da Cultura 2028**.

Em Loulé, a cultura não é apenas património para visitar.

É uma experiência para viver, durante todo o ano.



O coração genuíno do Centro de Portugal

Com 2500 anos de história, Viseu reúne património, natureza, cultura, gastronomia e vinho num território que convida a ser descoberto. Entre o encanto do Centro Histórico, as paisagens do Dão, os espaços verdes e uma agenda cultural vibrante, a cidade afirma-se como um destino para viver e saborear ao longo de todo o ano.



Aqui a genuinidade vive-se em cada palmo do Adro da Sé, da Rua Direita e de outras calçadas do Centro Histórico, da Cava de Viriato, de uma vinha do Dão e saboreia-se em cada prato da cozinha tradicional, em cada harmonização gastronómica e em cada garrafa de vinho do Dão.

Na zona mais alta da cidade, a Sé de Viseu e o Museu Tesouro da Catedral podem marcar o início da visita, que se estende ao Museu Nacional Grão Vasco, Igreja da Misericórdia e a tantos encantos arquitetónicos e artísticos que nos fazem regressar ao passado.

Se pretender “desligar”, percorra o Parque do Fontelo e revise os 9 séculos onde a história, o património, a natureza

e o bem-estar se fundem. Muitas são as alternativas, não fosse a diversidade das matas (Fontelo, Serrado), dos parques (Aquilino Ribeiro, Santiago, Aguieira, Pavia) e dos espaços ajardinados, imagem de marca de Viseu, considerada Cidade Jardim desde 1930.

Também o convidamos a descobrir diversos espaços culturais municipais: Quinta da Cruz – Centro de Arte Contemporânea, Casa da Ribeira, Polo Arqueológico de Viseu, Museu do Linho de Várzea de Calde; Museu do Quartzo – Centro de Interpretação Prof. Galopim de Carvalho, Museu Almeida Moreira, Museu Keil Amaral e Museu de História da Cidade.

Aproveite para um passeio entre o Parque Urbano de Santiago e o Centro de Monitorização e Interpretação Ambiental (CMIA), sempre pelas margens do rio Pavia. Em breve, novos produtos turísticos vão permitir uma maior fruição dos espaços entre o CMIA, o Parque Urbano da Aguieira e a Quinta da Cruz.

Não perca os 28 percursos pedestres e cicláveis nas 25 freguesias, os espaços de lazer que ladeiam os rios do concelho, as memoráveis ecopistas do Dão e do Vouga, a mítica Nacional 2, os espirituais Caminhos de Santiago e de Fátima, ou as revigorantes Termas de Alfacache.

Os eventos anuais de gastronomia e vinhos, o festival literário, as cavalcadas de Teivas e de Vildemoinhos, os programas de Natal e da Páscoa e, em breve, o Rally de Portugal, entre outras realizações, conferem a Viseu uma agenda vibrante ao longo do ano. Em agosto e setembro é berço da guarda das feiras populares do país, a Feira de São Mateus, onde os reencontros ocorrem desde 1392. Palco de eventos gastronómicos, culturais e de lazer, o Mercado 2 de Maio afirma-se como um renovado polo de atração multifuncional. No Parque Urbano de Santiago, a margem esquerda do Pavia reinventa-se como anfiteatro natural para grandes eventos (Rock&Dão, em setembro).

A descoberta de Viseu completa-se com uma oferta de alojamento de eleição e uma mesa que honra o turismo de qualidade do Centro de Portugal.

Aceita a chave de um território genuíno? Venha descobrir connosco a Rota dos Sabores, o Caminho Verde, a Senda do Mistério, a Viagem ao Renascimento e os Caminhos de Luz.

Ponto de encontro de uma Região, Viseu é o centro do Centro! 🇵🇹

Autoria das imagens: Câmara Municipal de Viseu/
Rui da Cruz



Caminhos de Luz



Rota dos Sabores



Senda do Mistério



Viagem ao Renascimento



Caminho Verde

Autoria das imagens: Câmara Municipal de Viseu/Rui da Cruz



MUNICÍPIO DE
VISEU

Todos os caminhos levam a Viseu

www.visitviseu.pt
Loja de Turismo de Viseu
Rua Formosa, N.º 17, 3500-135 Viseu

Horário: 2ª a Sábado: 9H30-13H00|14H00-17H30
+351 963 766 214
turismo@cmviseu.pt

Os Cuidados Continuados e Paliativos



A humanização dos cuidados começa por escutar

Há momentos em que uma doença muda tudo na nossa vida. A autonomia diminui, as rotinas perdem-se e a família que sempre cuidou percebe que já não consegue fazê-lo sozinha. É nesses momentos de fragilidade que se revela verdadeiramente a humanidade de um sistema de saúde.

Os cuidados continuados ajudam a recuperar capacidades, a reconstruir o quotidiano e a preservar a autonomia possível. Os cuidados paliativos aliviam a dor e outros sintomas, cuidam do sofrimento e permitem viver com dignidade mesmo quando já não é possível curar. São respostas distintas, mas unidas pelo mesmo propósito de cuidar da pessoa por inteiro e não apenas da sua doença.

Humanizar começa por escutar. Escutar o que cada pessoa deseja, aquilo que receia e o que dá sentido à sua vida. É explicar as alternativas com clareza e dar tempo para compreender, perguntar e decidir. O consentimento informado não pode resumir-se a uma assinatura. Tem de nascer de uma conversa verdadeira, adaptada a cada pessoa.

Também não existe uma escolha livre quando a única vaga disponível afasta o doente da família ou quando os custos agravam uma situação já difícil. A proximidade, os vínculos afetivos e as condições sociais fazem parte do cuidado. Nenhuma transição pode transformar-se em abandono.

Permanecer em casa pode ser a melhor solução, desde que corresponda à vontade da pessoa e existam condições para o fazer com segurança. As famílias e os cuidadores são indispensáveis, mas não podem substituir as equipas de saúde nem assumir responsabilidades que pertencem ao Estado e à sociedade.

Defender os cuidados continuados e paliativos é uma responsabilidade ética e um desígnio coletivo. Exige equipas multiprofissionais, responsabilidade, articulação entre saúde e apoio social e igualdade no acesso.

Humanizar a saúde é garantir que cada pessoa se sente ouvida, respeitada e acompanhada, na recuperação, na dependência ou no fim da vida. Porque, mesmo quando já não podemos curar, podemos sempre aliviar, confortar e cuidar.

Carlos Cortes, Bastonário da Ordem dos Médicos



na Construção de uma Saúde Mais Humana

Cuidados paliativos: Os fisioterapeutas são parte da resposta



Os cuidados paliativos são uma resposta essencial para as pessoas com doença grave e limitadora da vida. O seu propósito não se esgota no controlo da dor ou no acompanhamento em fim de vida: passa por acompanhar as pessoas e famílias no percurso da doença, aliviando o sofrimento, preservando a dignidade e proporcionando a melhor qualidade de vida possível.

Os fisioterapeutas dão um contributo específico neste percurso, com uma intervenção ajustada à condição de cada pessoa. A sua intervenção contribui para manter a mobilidade e a funcionalidade, controlar sintomas, prevenir complicações, promover a autonomia e a independência e capacitar os cuidadores.

Este contributo tem reconhecimento internacional: a Organização Mundial da Saúde recomenda a presença de fisioterapeutas nos cuidados paliativos e inclui a fisioterapia entre as intervenções essenciais destas equipas. Mas esta orientação continua longe da realidade portuguesa.

Defendemos que os fisioterapeutas integrem, de forma efetiva, as equipas de cuidados continuados e paliativos, em número adequado às necessidades das pessoas. Uma equipa multidisciplinar só funciona quando existem condições reais para o fisioterapeuta cumprir plenamente o seu papel e contribuir para uma resposta integrada, centrada na pessoa, nas suas necessidades e prioridades.

*António Lopes, Bastonário da
Ordem dos Fisioterapeutas*



Cuidar é a forma mais profunda de estar



Há um momento na vida de quase todas as famílias portuguesas em que alguém que amamos adoece gravemente. Nesse momento, o que mais se deseja não é apenas tratamento — é conforto, é dignidade, é não sofrer sozinho.

Cuidados paliativos não são “desistir” de tratar, nem são o mesmo que cuidados continuados. São, antes, uma área de cuidados de saúde especializada, que pode e deve estar presente em qualquer lugar onde uma pessoa esteja a viver com uma doença grave, avançada ou ameaçadora da vida — seja no hospital, num centro de saúde, na comunidade ou numa unidade de cuidados continuados. O que os define não é o local, mas o tipo de cuidado: aliviar a dor e o sofrimento, cuidar do doente, da família e de quem cuida dele, e ajudar a viver com a maior qualidade possível até ao fim.

Em Portugal, todos os anos, mais de 160 mil pessoas precisam deste tipo de cuidados. Entre elas estão cerca de 8.000 crianças, muitas vezes esquecidas quando se fala nesta área. A grande maioria destas pessoas e das suas famílias não consegue aceder a estes cuidados a tempo. Por trás desta falta de resposta estão equipas dedicadas, com formação e vocação, mas em número claramente insuficiente para tudo o que é preciso fazer. Não faltam profissionais capazes — falta investimento para que cheguem a quem precisa.

Cuidar, em cuidados paliativos, é talvez a forma mais profunda de estar ao lado de alguém: do doente, de quem vive com ele toda a situação, de quem cuida, e também de quem presta cuidados a estes doentes. É por isso que a Associação Portuguesa de Cuidados Paliativos continua, todos os dias, a lutar para que nenhum português fique sem este cuidado quando mais precisa dele.

*Catarina Pazes, Presidente da Associação
Portuguesa de Cuidados Paliativos*



Sabia que?

... os cuidados paliativos não significam apenas cuidados no final da vida?

Podem ser iniciados em diferentes fases de uma doença grave ou incurável, em simultâneo com outros tratamentos, procurando melhorar o bem-estar e a qualidade de vida da pessoa.

... os cuidados paliativos procuram aliviar o sofrimento?

O seu objetivo é prevenir e aliviar sintomas como a dor, a falta de ar, as náuseas ou a ansiedade, através de uma abordagem individualizada e centrada nas necessidades de cada pessoa.

... cuidar vai muito além de tratar a doença?

Os cuidados paliativos olham para a pessoa como um todo, tendo em conta as suas necessidades físicas, emocionais, sociais e, quando desejado, espirituais.

... a família também faz parte dos cuidados paliativos?

O acompanhamento pode incluir familiares e cuidadores, ajudando-os a compreender a situação, a lidar com as mudanças provocadas pela doença e a enfrentar momentos particularmente exigentes.

... os cuidados paliativos são prestados por equipas multidisciplinares?

Médicos, enfermeiros, psicólogos, assistentes sociais, terapêutas e outros profissionais podem trabalhar em conjunto para responder às diferentes necessidades da pessoa e da família.

... nem todos os cuidados paliativos são prestados num hospital?

Dependendo da situação clínica e das necessidades identificadas, podem ser prestados em diferentes contextos, incluindo no domicílio, em unidades de cuidados paliativos, em hospitais ou noutras estruturas de saúde.

... controlar a dor é apenas uma parte dos cuidados paliativos?

Embora o controlo da dor seja fundamental, estas equipas acompanham também outros sintomas e preocupações que podem afetar significativamente o conforto e a qualidade de vida.

... cada pessoa pode ter necessidades paliativas diferentes?

Não existe uma abordagem igual para todos. Os cuidados são definidos tendo em conta a doença, os sintomas, as preferências, os valores e o contexto familiar e social de cada pessoa.

... conversar sobre cuidados paliativos pode ajudar a tomar decisões?

Falar antecipadamente sobre vontades, prioridades e preferências permite que a pessoa participe nas decisões relacionadas com os seus cuidados, sempre que tenha capacidade para o fazer.

... os cuidados paliativos também valorizam a autonomia?

Sempre que possível, a pessoa deve ser envolvida nas decisões sobre os cuidados que recebe. Respeitar a sua vontade, os seus valores e as suas escolhas é uma parte essencial desta abordagem.

... o apoio emocional pode ser tão importante como o controlo dos sintomas físicos?

Uma doença grave pode provocar medo, ansiedade, tristeza ou incerteza. O acompanhamento especializado procura também dar resposta a estas dimensões, tanto na pessoa doente como na família.

... falar de cuidados paliativos é falar de qualidade de vida?

Mais do que acrescentar dias à vida, os cuidados paliativos procuram contribuir para que esses dias sejam vividos com o maior conforto, dignidade e qualidade de vida possíveis.



Reforçar os cuidados paliativos é humanizar

O Decreto-Lei nº 52/2022 de 4 de agosto que aprovou o novo Estatuto do Serviço Nacional de Saúde contempla no capítulo da organização e funcionamento a necessidade de ligação em rede de todas as respostas assistenciais das unidades de saúde, incluindo as que integram a Rede Nacional de Cuidados Paliativos (RNCP).

Esta necessidade está definida desde a Lei de Bases dos Cuidados Paliativos (Lei n.º 52/2012 de 5 de setembro) como uma “rede funcional, integrada nos serviços do Ministério da Saúde, e baseia-se num modelo de intervenção integrada e articulada, que prevê diferentes tipos de unidades e de equipas para a prestação de cuidados paliativos, cooperando com outros recursos de saúde hospitalares, comunitários e domiciliários.”

Na sequência da publicação da Lei de Bases dos Cuidados Paliativos foram criadas as:

- Equipas Comunitárias de Suporte em Cuidados Paliativos (ECSCP);
- Equipas Intra-Hospitalares de Suporte em Cuidados Paliativos (EIHSCP);
- Unidades de Internamento de Cuidados Paliativos (UCP) para casos de maior complexidade.

Passados 14 anos e mais uma transformação na organização dos serviços do Serviço Nacional de Saúde, as Unidades Locais de Saúde, o que constatamos é que as equipas comunitárias de suporte aos cuidados paliativos continuam a não abranger todo o território nacional e as que existem

estão sistematicamente confrontadas com problemas que dificultam o seu funcionamento. A falta de profissionais para a constituição das equipas é, desde logo, o problema maior e, a rotatividade ou saídas de profissionais sem posterior substituição, é outro dos problemas.

Mais uma vez, estamos perante uma lei feita para resolver os problemas dos cidadãos, mas que, como tantas outras, esbarra na falta de autonomia das instituições de saúde, por decisão dos sucessivos governos, para as poder concretizar.





O papel dos enfermeiros

O papel do enfermeiro é determinante, não só na prestação de cuidados diretos de elevada competência, mas também na capacitação dos cuidadores informais, garantindo que o suporte familiar — muitas vezes a base do cuidado domiciliário — seja acompanhado e valorizado.

A formação específica em luto, fim de vida e cuidados paliativos constitui um fator protetor crucial tanto para a saúde mental dos profissionais quanto para a qualidade da assistência prestada, mitigando riscos de burnout e sobrecarga.

E, se defendemos que em todas as circunstâncias, todos os profissionais de saúde deverão intervir com o objetivo de assegurar um plano individual de cuidados, construído em conjunto, no caso dos cuidados paliativos e continuados é imprescindível.

Pela fragilidade das pessoas e das suas famílias é determinante garantir a continuidade do acompanhamento desde o diagnóstico até ao apoio no luto, respeitando sempre a vontade e a preferência do utente e da sua família.

E é preciso cuidar de quem cuida.

A formação contínua dos enfermeiros não é apenas um requisito técnico ou académico, mas um fator determinante para a qualidade dos cuidados, a sustentabilidade do SNS e o bem-estar mental dos próprios profissionais.

Destacamos os seguintes impactos principais:

Este governo não é exceção. A não aprovação dos planos de desenvolvimento organizacional das Unidades Locais de Saúde, a não autorização de abertura de concursos para a admissão de profissionais e de concursos para acesso a categorias superiores nas carreiras a par da falta de planificação do número de profissionais necessários para dar respostas a necessidades crescentes da população é a demonstração da falta de vontade de resolver os problemas “com cabeça, tronco e membros”.

É neste contexto que, mais uma vez, a organização destes cuidados está em processo de transformação, nomeadamente com a criação dos Serviços Integrados de Cuidados Paliativos (SICP) nas Unidades Locais de Saúde.

A justificação para a criação deste modelo é, segundo o governo, para garantir

uma resposta contínua, eliminando a fragmentação dos serviços e promovendo a sua articulação. Em abono da verdade, nada no anterior modelo o impedia. Esta é, aliás, exatamente a mesma justificação para a criação das Unidades Locais de Saúde cujo modelo nunca foi e continua a não ser, avaliado e monitorizado.

Infelizmente a história demonstra, que estas transformações só acontecem porque nunca são dadas as condições necessárias para a implementação, em toda a sua latitude dos modelos anteriores, optando-se por adaptações em função do que temos e não do que deveríamos ter.

A opção já verbalizada por responsáveis da Direção Executiva do SNS em acabar com as equipas comunitárias de suporte em Cuidados Paliativos é a tradução clara do que referimos acima.





Proteção contra o *Burnout* e Sobrecarga

Profissional: A formação específica em áreas críticas — particularmente em morte, fim de vida, luto e cuidados paliativos — é um fator protetor fundamental. Profissionais com formação nestas temáticas apresentam níveis significativamente mais baixos de sobrecarga de luto profissional e de *burnout*. Esta preparação permite aos enfermeiros gerir melhor o sofrimento inerente ao cuidado em situações de fim de vida, reduzindo o impacto emocional negativo.

Humanismo como pilar central:

O humanismo, que tem caracterizado a profissão nas últimas décadas, não é inato, mas uma dimensão enraizada na formação académica dos enfermeiros que lhes confere uma competência única para lidar com a fragilidade humana, permitindo atuar não apenas no alívio de sintomas físicos, mas também na gestão das necessidades psicossociais e familiares, o que é fundamental em contextos diversos, desde o hospital ao domicílio, entre outras.

Preparação para a Gestão e Liderança:

A integração de competências de gestão na formação de base dos enfermeiros provou ser uma inovação estratégica que capacitou a profissão para a organização de serviços e para a liderança de equipas multiprofissionais, contribuindo para a modernização e valorização de todo o Serviço Nacional de Saúde. A capacidade de organizar e gerir é uma competência-chave fundamental para o funcionamento eficaz das unidades de saúde.

Mais autonomia, mais valorização profissional: Para além da prática clínica,

o conhecimento profundo sobre o “que é ser enfermeiro” e a valorização do corpo de conhecimento da profissão são razões que estão na base das exigências de melhores condições de trabalho e valorização profissional.

Em síntese:

Os Cuidados Paliativos e os Cuidados Continuados representam dois pilares essenciais de qualquer sistema de saúde humanizado e focado na pessoa e, os Cuidados Paliativos, mais do que uma intervenção apenas no final da vida, a sua essência reside na promoção da qualidade de vida e no alívio do sofrimento perante doenças graves, avançadas e progressivas.

Esta abordagem, baseada em princípios de equidade e cobertura universal, transcende o foco exclusivo na “cura”, centrando-se na capacidade de cuidar numa amplitude total das necessidades — físicas, psicológicas, sociais e espirituais. Como ser biopsicossocial, o utente requer um suporte que reconheça a dignidade em cada momento da evolução da sua patologia.

A evolução das necessidades da população portuguesa há muito que está traçada. Mais envelhecida, com uma carga de doença relevante que retira qualidade de vida. A esta situação acresce o aumento do aparecimento de doenças raras e a incidência das demências.

É sabido que a maioria das pessoas quando confrontadas com doenças incapacitantes ou terminais preferem permanecer nas suas casas.

Os enfermeiros que integram as equipas comunitárias têm tido um papel preponderante nesta tomada de decisão. Apesar de poucos, o que impede

o funcionamento deste serviço as 24 horas por dia, 7 dias por semana, a sua disponibilidade para responder a qualquer dúvida colocada pelo utente ou cuidador e, em regra, perante o agravamento da situação clínica dos utentes responder com a sua presença física tem permitido diminuir o seu encaminhamento para as urgências dos hospitais.

A concretização e o aprofundamento desta estratégia exigem, um investimento contínuo em recursos humanos, ferramentas digitais e uma gestão que coloque, de facto, a pessoa no centro do sistema.

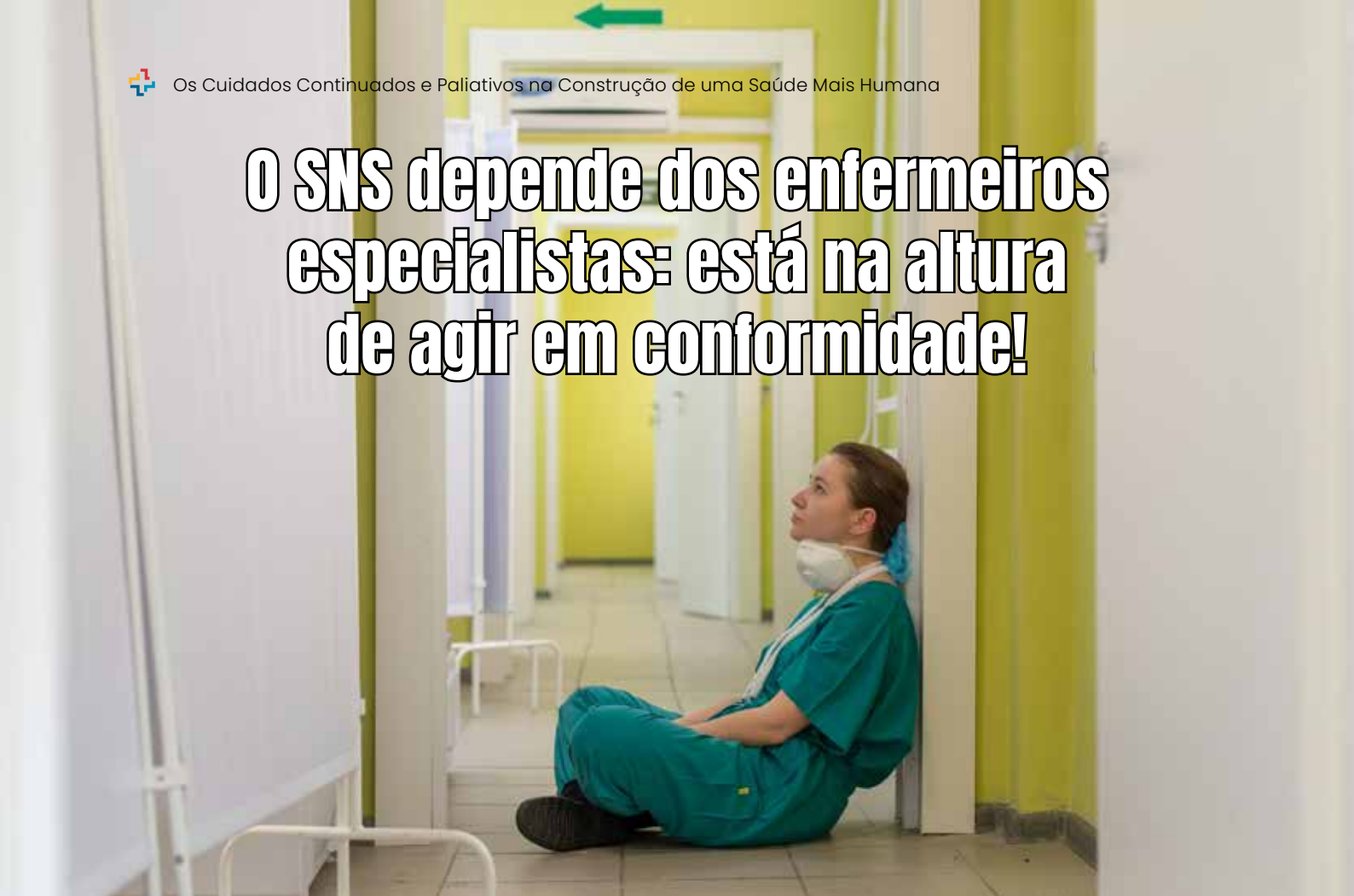
Os enfermeiros têm um papel determinante na prestação de cuidados a estes doentes e na sua humanização, garantindo a confiança para serem cuidados em casa, retirando-os dos espaços inseguros das urgências e serviços hospitalares ou da sua institucionalização.

Este país é para todos. É nossa responsabilidade garantir cuidados de saúde públicos, com qualidade e excelência a todos, incluindo na morte.



www.sep.org.pt

O SNS depende dos enfermeiros especialistas: está na altura de agir em conformidade!



Quando uma maternidade portuguesa abre portas, ninguém questiona se existe um Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica (EESMO) na equipa. O mesmo acontece numa unidade de cuidados intensivos, num serviço de urgência, numa equipa de reabilitação ou numa unidade de saúde mental. A presença destes profissionais não é um luxo organizacional nem um detalhe administrativo, mas sim uma condição para que muitos dos cuidados mais diferenciados prestados pelo Serviço Nacional de Saúde (SNS) possam existir com segurança e qualidade.

Esta realidade torna ainda mais difícil de compreender uma contradição que se arrasta há demasiado tempo. O SNS depende diariamente dos enfermeiros especialistas para responder às necessidades dos cidadãos, mas continua sem refletir plenamente essa diferenciação na organização da carreira e na sua valorização.

A questão não é corporativa e nem se resume ao salário, mas é, acima de tudo, uma questão de coerência entre aquilo que o sistema exige e aquilo que efetivamente reconhece.

Ao longo das últimas décadas, o próprio Estado foi afirmando a importância da especialização em Enfermagem, refletindo-a

em diferentes momentos. Regulamentou competências, criou e reorganizou especialidades, financiou formação avançada e incentivou milhares de profissionais a desenvolver competências clínicas diferenciadas. Fê-lo porque percebeu que a crescente complexidade dos cuidados exige profissionais preparados para responder a situações que ultrapassam a prática generalista. Em 2025, a revisão do modelo de especialidades (Regulamento n.º 395/2025, de 24 de março, que surgiu na sequência da revisão do Estatuto da Ordem dos Enfermeiros) reforçou precisamente essa aposta, reconhecendo novas áreas de diferenciação e consolidando outras já existentes.

Os números ajudam a perceber a dimensão desta realidade. Portugal conta atualmente com mais de 27 mil enfermeiros especialistas inscritos na Ordem dos Enfermeiros, e só na área da Saúde Materna e Obstétrica existem 3.483 especialistas, responsáveis por cerca de 70% dos partos eutócicos (partos vaginais que ocorrem sem recurso a instrumentos) realizados no país. Estes dados mostram que a especialização deixou, há muito, de ser uma aspiração da profissão, tornando-se uma necessidade estrutural do próprio SNS.

Perante esta evidência, importa fazer uma pergunta simples: se o sistema organiza muitos dos seus serviços em torno destas competências, porque continua a tratá-las como se tivessem apenas um impacto menor no que se refere à estrutura da carreira? A resposta não é fácil, mas a incoerência é evidente.

O SNS pede aos enfermeiros que invistam na sua diferenciação, que frequentem formação pós-graduada, que desenvolvam competências avançadas e que assumam responsabilidades acrescidas no seio das equipas. Depois entrega-lhes os doentes mais complexos, a supervisão de equipas, confia-lhes a liderança de projetos, a implementação de programas de qualidade e a orientação de novos profissionais. Em muitas áreas, são estes especialistas que asseguram a continuidade e a qualidade de respostas clínicas particularmente exigentes.

Mas, quando chega o momento de reconhecer institucionalmente essa diferenciação, a mensagem torna-se menos clara. É como se o sistema dissesse aos seus profissionais: precisamos das vossas competências, mas não o suficiente para vos remunerar de forma proporcional em função delas!

Nenhuma organização moderna funciona assim! Nenhuma empresa investe na qualificação dos seus trabalhadores para depois ignorar o valor dessa qualificação quando estrutura funções, responsabilidades ou modelos de progressão.

Mas o mais grave ainda, é que o SNS não investe um Euro para beneficiar dessas qualificações!

São os enfermeiros com muito sacrifício que suportam as propinas e outras despesas para obterem o grau de Mestre que lhes permite a atribuição do título de especialista pela Ordem dos Enfermeiros.

Na saúde, esta contradição tem um impacto ainda maior porque não afeta apenas os profissionais, afeta a capacidade do próprio sistema para reter talento, garantir continuidade dos cuidados e responder a uma população cada vez mais envelhecida e com necessidades mais complexas.

O Conselho Internacional de Enfermeiros (ICN na sigla inglesa) foi claro no relatório que lançou para assinalar o Dia Internacional do Enfermeiro de 2026: os sistemas de saúde obtêm melhores resultados quando os enfermeiros podem exercer plenamente as competências para as quais foram preparados. Pelo contrário, a subutilização dessas competências representa desperdício de investimento, reduz a eficiência organizacional e fragiliza a retenção dos profissionais (a mensagem não podia ser mais atual para Portugal).

Também os estudos da OCDE continuam a demonstrar que Portugal permanece abaixo da média no número de enfermeiros por habitante, enquanto enfrenta uma das populações mais envelhecidas da Europa. Num contexto em que cada profissional



diferenciado representa capacidade instalada, desperdiçar competências especializadas deixou de ser apenas uma questão de gestão de carreiras e tornou-se um problema de sustentabilidade do próprio SNS.

Este debate não deve, por isso, ser reduzido a uma reivindicação remuneratória: o reconhecimento dos enfermeiros especialistas não existe apenas para valorizar um percurso académico ou premiar um título profissional. Existe porque essas competências produzem ganhos concretos para os cidadãos, aumentam a segurança dos cuidados de saúde prestados diariamente, melhoram resultados clínicos e permitem responder às necessidades que um sistema de saúde moderno não pode ignorar.

Talvez esteja, precisamente, aqui a maior incoerência da política de recursos humanos em saúde: o Estado depende da

formação destes profissionais para manter os serviços a funcionar, construiu respostas assistenciais que dependem delas e continua a confiar-lhes alguns dos contextos clínicos mais exigentes do SNS. Continuar a ignorar o direito a uma remuneração compatível, a usar o esforço de formação dos enfermeiros sem qualquer apoio ou compromisso, a manter fora dos indicadores e do financiamento os resultados produzidos pelos enfermeiros especialistas é a demonstração que as políticas de saúde são oportunistas e exploram as boas intenções dos enfermeiros e sua vontade de cuidar melhor das pessoas.

Nenhum sistema de saúde pode aspirar à excelência enquanto exige diferenciação clínica, mas continua a tratar essa diferenciação como um elemento secundário da sua política de recursos humanos.

Porque a verdade é simples: o Serviço Nacional de Saúde não funciona sem os enfermeiros especialistas! E um Estado que depende diariamente dessas competências tem o dever de lhes dar um reconhecimento compatível com o valor que produzem para os cidadãos e para o próprio SNS!

Lúcia Leite, Presidente da ASPE



www.aspe.pt

Novo Ano, Novos Desafios

**"As crianças de hoje,
o futuro de amanhã"**



“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**





Livensa Living: Cinco residências, três cidades, uma experiência



Com cinco residências em Lisboa, no Porto e em Coimbra, a Livensa Living transformou a saída de casa num dos capítulos mais marcantes da vida universitária. No arranque do ano letivo 2026/2027, a Livensa Living reforça o que a distingue: conforto, serviços incluídos e uma comunidade que acolhe.



Setembro traz sempre a mesma pergunta a milhares de estudantes: onde viver este ano? Uns saem de casa pela primeira vez, outros mudam de cidade para um mestrado, chegam em Erasmus ou trocam um quarto arrendado por algo melhor.



É aqui que entra a Livensa Living, com cinco residências nas três grandes cidades universitárias do país. Em Lisboa, a residência Cidade Universitária fica a poucos minutos a pé da Universidade de Lisboa, do ISCTE, da Nova FCSH e da Universidade Católica, e conta com piscina, ginásio e sala de cinema. Já a Marquês de Pombal coloca os estudantes junto à Avenida da Liberdade, com o centro da capital ao alcance de uma curta caminhada.

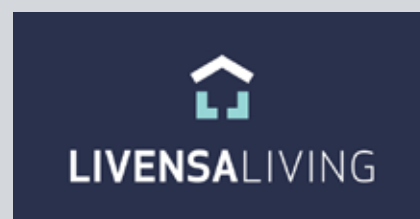
No Porto, a Porto Campus é a maior residência e situa-se em pleno campus da Asprela, a um minuto do metro do Pólo Universitário. Distingue-se pelas zonas comuns, que incluem piscina aquecida, campo de basquetebol/futsal, sala de cinema e ginásio com vista para a piscina. Já a Porto Boavista fica no centro da cidade, perto dos polos do Centro e do Campo Alegre. Em Coimbra, a Coimbra Rio ergue-se na margem do Mondego, a poucos minutos das faculdades dos Polos I e II, com piscina interior e biblioteca à disposição de quem lá vive.

Todos os alojamentos são estúdios individuais ou duplos, com casa de banho privativa, cozinha equipada ou kitchenette, zona de estudo, climatização, televisão e Wi-Fi. As áreas comuns completam a experiência: biblioteca, salas de estudo, ginásio, cinema, sala de jogos, terraços e estacionamento. A água, a eletricidade e a internet estão incluídas na mensalidade, sem nenhum custo adicional para aceder a todas

as instalações, e há equipa e segurança 24 horas por dia. Um detalhe que tranquiliza tanto os estudantes como os pais.

O que verdadeiramente diferencia estas residências de um quarto arrendado é, porém, o programa Community Life. Este programa organiza-se em torno de quatro eixos: bem-estar, conexão, sustentabilidade e comunidade. Traduz-se em aulas de culinária, sessões de fitness, noites de cinema, workshops, festas e ações de voluntariado. Para quem chega de outro país ou de outra região, é a forma mais rápida de deixar de ser um recém-chegado. A ele soma-se o Livensa Traveller, que permite a qualquer residente visitar outra residência da rede ibérica por um preço especial e exclusivo.

Viver fora de casa é aprender a gerir tempo, dinheiro e prioridades. Fazê-lo num sítio pensado ao detalhe, rodeado de gente na mesma fase da vida, transforma esse desafio em memória. É essa a promessa com que a Livensa Living recebe, mais um ano, uma nova geração de estudantes: um sítio onde estudar, crescer e, sobretudo, sentir-se em casa. 🏡



biblioteca ^{24h!}

piscina

ginásio

terraços

salas de jogos

sala multimédia

lavandaria

salas privadas

cozinha e casa de banho privadas

Residências de estudantes

livenessliving.com



ESPAÑA • Barcelona • Bilbao • Granada • Madrid • Málaga • Salamanca • San Sebastián • Sevilla • Pamplona • Valencia • PORTUGAL • Coimbra • Lisboa • Porto



ATREVA-SE A VER

LÍDER MUNDIAL DE TECNOLOGIA DE LENTES,
DESENVOLVIDA PARA OTIMIZAR A VISÃO NO DIA A DIA

AS LENTES OFTÁLMICAS SÃO UM DISPOSITIVO MÉDICO CLASSE I. MKT EDI 09/26 ESTE MODELO É UMA CRIAÇÃO VIRTUAL (GERADA POR IA)