Edição n.º 54 | novembro 2026

Especial Bacalhau: O Ouro dos Mares

mais magazine



D'Bacalhau de Lisboa para o mundo

Julio Fernandes

Encargo comercial da responsabilidade da Litográfis – Artes Gráficas, Lda. Não pode ser vendido separadamente | Distribuição gratuita e mensal

NO INTERIOR

Especial Centro de Portugal - "A magia mora aqui" pág. 20 a 32

Turismo de Outono / Inverno - "Um destino para descobrir todo o ano" pág. 33 a 38

Especial Saúde em Portugal pág. 42 a 51

Ferrovia 2030 - "O futuro move-se sobre carris" pág. 52 a 67

EM DESTAQUE



PASCOAL

O sabor que brilha na noite de Natal!

Faça a sua encomenda online ou visite a nossa loja de fábrica!
LOJA.PASCOAL.PT



Constantinos

BACALHAU COM ALMA PORTUGUESA

O Natal sabe melhor com bacalhau à mesa.

Agora estamos mais perto.



Nos meses de novembro e dezembro, teremos um quiosque Pop-up no Centro Comercial Alegro, em Alfragide, para que possa encontrar o bacalhau ideal para a sua mesa de Natal.

Prefere visitar-nos na origem? A nossa loja de fábrica na Ventosa em Torres Vedras está aberta de segunda a sexta-feira. E, se preferir receber o seu bacalhau em casa, pode também fazer a sua encomenda online.

Três formas de nos encontrar.
O mesmo sabor à mesa.

www.constantinos-sa.com

Estrada do Vale nº 14. Moçafaneira 2565-842 Ventosa TVD

EDITORIAL

O bacalhau conta uma história que atravessa oceanos, gerações de pescadores e séculos de relação com Portugal. A presença portuguesa nos bancos da Terra Nova está documentada desde o início do século XVI. Em 1506, D. Manuel I determinou a cobrança do dízimo sobre o pescado proveniente dessas águas, nos portos de Entre Douro e Minho. A pesca chegou a envolver dezenas de embarcações portuguesas, mas perdeu expressão no final do século XVI, levando o país a depender progressivamente do bacalhau importado. A retoma só ganharia consistência no século XIX. Em 1848, a Companhia de Pescarias Lisbonense enviou 19 navios para a Terra Nova.

Foi, porém, durante o Estado Novo que a pesca do bacalhau adquiriu uma dimensão económica e política sem precedentes. Em 1934, o regime lançou a Campanha do Bacalhau, um programa de financiamento, proteção e reorganização do setor que procurava aumentar a produção nacional e reduzir a dependência das importações. A frota ultrapassou os 70 navios nos anos 50. Em 1958, Portugal tornou-se o primeiro produtor mundial de bacalhau salgado e seco, com cerca de 60 mil toneladas capturadas. Por detrás destes números estava a chamada Faina Maior. Os lugres bacalhoeiros partiam na primavera para os bancos da Terra Nova, da Nova Escócia e da Gronelândia. Os pescadores afastavam-se dos navios-mãe em pequenos dóris, muitas vezes sozinhos, para pescar à linha. As campanhas podiam prolongar-se por seis meses, com jornadas de trabalho que ultrapassavam as 16 horas. A salga e a preparação do peixe começavam a bordo. Era uma atividade de grande exigência física, marcada pela dureza das condições de trabalho e pelos riscos de uma pesca em águas frias e distantes.

Depois da captura, e antes de chegar à mesa, começava outro trabalho. A salga, a maturação, a secagem e o transporte construíram uma cadeia comercial que permitiu conservar o peixe durante meses e fazê-lo chegar a mercados muito distantes. Hoje, encontramos bacalhau seco e salgado, demolhado ou congelado.

Portugal transformou essa relação comercial e alimentar numa cultura gastronómica própria. A cozinha popular fez do bacalhau um ingrediente transversal, adaptado aos recursos de cada região e às possibilidades de cada família. Cozido com batatas e couves, à Gomes de Sá, à Brás, à Zé do Pipo ou à Braga, dizem ser mais de mil as receitas no nosso país. A abstinência de carne na véspera de Natal ajudou a fixar o seu lugar na Consoada, sobretudo no Norte.

Todos os anos, por esta altura, o fiel amigo faz parte da memória familiar. Aproximam-se as grandes cimeiras gastronómicas do Natal, e o bacalhau regressa ao centro da mesa.

ÍNDICE

8 a 11 D`Bacalhau

Riberalves 12 e 13

14 e 15 Sr. Bacalhau

Entidade Regional de Turismo do Centro de Portugal 23 a 27

36 e 37 an island apart

ASPE 44 a 46

48 e 49 SEP

Steconfer 54 e 55

56 a 59 Siemens Mobility Portugal

Nomad Tech 62 e 63

6 a 19	Especial Bacalhau: O Ouro dos Mares - “A indústria de excelência que garante o futuro da tradição”
20 a 32	Especial Centro de Portugal - "A magia mora aqui"
33 a 38	Turismo de Outono / Inverno - "Um destino para descobrir todo o ano"
39 a 41	Raízes Portuguesas, Sabores de Excelência
42 a 51	Especial Saúde em Portugal
52 a 67	Ferrovia 2030 - “O futuro move-se sobre carris”

FICHA TÉCNICA

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

Depósito Legal 490783/21

Novembro de 2026 • **Fotografia Capa** Joel Reis

ESBAL

O verdadeiro bacalhau português



+351 234 325 744/5 • geral@esbal.pt • www.esbal.pt
(chamada para rede fixa nacional)

Especial Bacalhau: O Ouro dos Mares



Bacalhau: uma tradição que se reinventa

Poucos produtos estão tão ligados à identidade portuguesa como o bacalhau. Faz parte da nossa memória, das tradições familiares e de uma gastronomia que atravessa gerações. No Natal assume especial protagonismo, mas a sua importância vai muito além da mesa. Por detrás deste produto existe uma indústria com conhecimento, capacidade de transformação e uma permanente necessidade de evoluir.

O contexto atual coloca desafios importantes ao setor. O aumento dos preços das matérias-primas, da energia e de outros fatores de produção, associado à inflação e à redução do poder de compra das famílias, pressiona empresas e consumidores. O desafio é preservar a qualidade e, simultaneamente, manter uma oferta competitiva e acessível.

A disponibilidade de matéria-prima é igualmente determinante. Para 2027, a quota de bacalhau do Ártico Nordeste no Mar de Barents foi fixada em 325.000 toneladas, cerca de 14% acima de 2026, representando o primeiro aumento em seis anos. Na Islândia, pelo contrário, a alocação para 2026/2027 situa-se pouco acima das 158 mil toneladas equivalentes de bacalhau, ligeiramente abaixo do período anterior. Estes sinais distintos reforçam a importância da diversificação das origens e da segurança do abastecimento.

Também o enquadramento aduaneiro merece atenção. A indústria europeia depende das importações para assegurar parte das suas necessidades, recorrendo a contingentes pautais autónomos que facilitam o acesso a determinadas matérias-primas destinadas à transformação.

No âmbito das medidas adotadas pela União Europeia em resposta à guerra da Rússia contra a Ucrânia, os produtos da pesca de origem russa foram excluídos dos benefícios destes contingentes. Sem colocar em causa os princípios que sustentam estas medidas, a evolução do contexto geopolítico deverá permitir reavaliar esta situação, ponderando a necessária futura reintegração destes produtos nos mecanismos pautais favoráveis, contribuindo para diversificar o abastecimento, reduzir a pressão sobre os custos e preservar a competitividade da indústria europeia, com critérios exigentes de sustentabilidade e rastreabilidade.

Perante estes desafios, inovação e eficiência tornam-se decisivas. Automatização, eficiência energética, otimização dos processos e redução de desperdícios são essenciais para controlar custos e aumentar a competitividade. Inovar é também adaptar a oferta às novas expectativas dos consumidores sem perder aquilo que distingue o produto português: qualidade, conhecimento e confiança.

O futuro dependerá da capacidade de equilibrar tradição e inovação, sustentabilidade e competitividade, qualidade e acessibilidade. O bacalhau continuará a ocupar um lugar especial na cultura portuguesa, mas preservar esse lugar exige uma indústria preparada para se reinventar.

Honrar a tradição é também criar condições para que continue a ter valor no futuro.

Paulo Mónica, Secretário-Geral da AIB

aib
associação dos industriais do bacalhau

“A indústria de excelência que garante o futuro da tradição”

O futuro de Portugal também se pesca. E chama-se bacalhau.



Poucos produtos dizem tanto sobre quem somos como o bacalhau. Está na mesa de Natal, na memória dos nossos portos e na coragem de gerações de pescadores que atravessaram o Atlântico Norte. Mas seria um erro olharmos para ele apenas como herança. O bacalhau é, hoje, um setor económico pujante, que gera emprego, cria valor e leva o nome de Portugal aos mercados internacionais.

Em 2024, os Grandes Bancos da Terra Nova reabriram à pesca, depois de 32 anos fechados. O regresso dos navios portugueses a este pesqueiro histórico é mais do que um símbolo. Prova que a gestão responsável, assente na ciência, devolve oportunidades. Também no Mar de Barents, depois de anos de cortes, o aumento de 14% do TAC do bacalhau ártico abre caminho a uma recuperação gradual.

Tudo isto permitiu que, em 2026, Portugal disponha de cerca de 7 mil toneladas de possibilidades de pesca de bacalhau. Pesca-as uma frota especializada de cerca de dez navios, que opera nos pesqueiros da NAFO, nas águas da Noruega e em torno do Svalbard.

A sustentabilidade não é, por isso, um travão. É a condição para que haja pesca amanhã, para que a indústria transformadora tenha matéria-prima e para que o bacalhau continue a chegar à mesa dos portugueses a preços justos.

Sabemos que as quotas nacionais não chegam para as necessidades da indústria e, por isso, o Governo atua em várias frentes. Defende e reforça as possibilidades de pesca sempre que a ciência o permite, promove intercâmbios dessas possibilidades, salvaguarda os direitos associados ao Acordo do Porto e protege o acesso a fontes de abastecimento competitivas. Fá-lo no quadro da União Europeia, onde a voz de Portugal tem peso, graças à força das empresas de pesca e da indústria da transformação e comercialização de pescado.

Defender o bacalhau é defender uma fileira inteira, que começa no mar e termina na mesa. É valorizar um saber que poucos países têm como nós. Olhemos para o futuro com confiança.

Porque o bacalhau não é apenas aquilo que fomos. É também aquilo que queremos continuar a ser.

Salvador Malheiro, Secretário de Estado das Pescas e do Mar

REPÚBLICA PORTUGUESA

SECRETÁRIO DE ESTADO DAS PESCAS E DO MAR



D'Bacalhau: Um clássico português com ambição internacional

No Parque das Nações, o restaurante do Chef Júlio Fernandes transforma um dos grandes símbolos da cozinha portuguesa numa experiência que quer chegar a novas mesas e a novos públicos.



O bacalhau tem um lugar singular à mesa dos portugueses. Está nas refeições de família, nas celebrações e nas receitas que passam de geração em geração. A sua força reside também na diversidade: o mesmo produto permite preparações distintas, desperta memórias e continua a inspirar quem cozinha. No D'Bacalhau, esta capacidade de renovação é o ponto de partida de toda a proposta gastronómica.

Em Lisboa, no Parque das Nações, o restaurante assume a especialização como identidade. O bacalhau ocupa o centro de uma ementa com mais de vinte preparações, onde convivem receitas tradicionais e criações próprias. Para quem conhece bem este peixe, a visita é uma oportunidade de reencontrar sabores e descobrir outras interpretações. Para quem o prova pela primeira vez, é uma introdução à riqueza da cozinha portuguesa.



Pataniscas premiadas

A direção gastronómica pertence ao Chef Júlio Fernandes, chef executivo e proprietário, cujo percurso na restauração, na consultoria e na formação se reflete na forma de trabalhar o produto. O cuidado começa na matéria-prima e prolonga-se na confeção, na apresentação e no serviço. É essa continuidade que viabiliza a transformação de uma especialidade culinária num momento reconhecível.

A casa recebe clientes locais, visitantes, famílias e grupos. A atividade de eventos e catering, desenvolvida por uma equipa sob a direção de Henrique Fernandes, reforça a capacidade de organização de diferentes momentos à mesa. Os vinhos portugueses e as restantes opções da ementa completam uma proposta pensada para acolher gostos diversos.

É desta realidade que nasce a ambição de internacionalização. O D'Bacalhau pretende levar a outros lugares uma forma própria de apresentar Portugal: através do seu produto de eleição, dos pratos que distinguem o restaurante e de um acolhimento que faz parte da refeição. O objetivo é que o crescimento conserve aquilo que dá sentido à marca.



Os pratos que distinguem a casa: Pataniscas premiadas e um Misto de 4

Da entrada que convida à partilha à travessa que reúne quatro receitas, há especialidades que ajudam a contar a história do D'Bacalhau.

As pataniscas premiadas ocupam um lugar especial nessa história. O restaurante foi distinguido com o Prémio para a Melhor Pataniscas de Lisboa, um reconhecimento associado a uma preparação profundamente familiar aos portugueses. Na mesa do D'Bacalhau, esta entrada dá protagonismo ao peixe e mostra como uma receita popular pode afirmar a identidade de um restaurante.

A patanisca traz consigo a informalidade das mesas partilhadas. É uma maneira simples de começar a refeição, despertar a conversa e apresentar o bacalhau a quem ainda não o conhece. O prémio valoriza esse trabalho, mas a sua importância para a casa vai além da distinção: é uma das primeiras experiências de sabor que o cliente leva consigo.

O Misto de 4 Bacalhaus apresenta outra forma de descobrir a especialidade do restaurante. Reúne Bacalhau à Brás, à Lagareiro, à Chef Júlio e com Natas, permitindo conhecer diferentes expressões de um mesmo produto. A variedade torna a escolha especialmente apelativa para quem deseja provar várias receitas numa só.

Cada preparação ocupa o seu lugar: o Brás aproxima-nos de um clássico reconhecível; o Lagareiro remete para a relação entre o bacalhau, o azeite e o forno; as Natas oferecem uma textura cremosa; e a versão à Chef Júlio introduz a assinatura da casa. Juntas, estas propostas mostram por que razão a especialização em bacalhau pode dar origem a uma ementa tão diversa.

O Misto de 4 tem ainda uma qualidade importante para um restaurante que recebe visitantes de várias origens: torna possível explicar a cozinha através da prova. Em vez de escolher uma única receita, o cliente pode comparar sabores e descobrir a sua preferência. A travessa transforma-se, assim, num pequeno percurso gastronómico.

Pataniscas e Misto de 4 são dois exemplos do que a marca pretende preservar no seu crescimento. Representam uma cozinha acessível na forma de receber e exigente na execução, capaz de fazer da reinventar a tradição e de dar ao visitante uma razão concreta para regressar.

Bacalhau com memória e novos encontros

O Bacalhau à Chef Júlio e a moqueca de bacalhau mostram como o produto pode conservar a sua identidade e dialogar com outras tradições culinárias.

O Bacalhau à Chef Júlio é uma das expressões mais pessoais da cozinha do restaurante. O lombo de bacalhau, acompanhado por cebolada e camarões, reúne o produto que identifica a casa e uma composição com assinatura própria. A receita integra também o Misto de 4, mas tem personalidade para ocupar, por si só, o centro da refeição.

Associar o nome do chef a um prato significa assumir uma responsabilidade perante o cliente. A expectativa criada pela assinatura exige atenção à qualidade do peixe, ao equilíbrio do conjunto e à regularidade com que chega à mesa. É nessa repetição cuidada, serviço após serviço, que uma criação se pode tornar uma referência da casa.

A moqueca de bacalhau abre outra conversa. Ao aproximar o bacalhau de uma preparação associada à cozinha brasileira, possibilita pensar a gastronomia como lugar de encontro. O produto tão presente na mesa portuguesa encontra uma linguagem culinária que remete para o Brasil e oferece ao público uma interpretação diferente da especialidade do restaurante.

Esta ligação é particularmente interessante numa estratégia de internacionalização. Portugal e o Brasil partilham uma língua e múltiplas relações culturais, mas têm hábitos e repertórios gastronómicos próprios. Uma receita como a moqueca de bacalhau cria um ponto de aproximação que pode despertar a curiosidade de ambos os lados do Atlântico.



Moqueca de bacalhau



O diálogo entre cozinhas não dispensa o respeito pelo produto. Pelo contrário, pede conhecimento para que o bacalhau mantenha presença no prato e para que os restantes elementos contribuam para o resultado. O interesse está em descobrir outra possibilidade de o saborear, acrescentando uma nova abordagem às receitas já conhecidas.

Entre o Bacalhau à Chef Júlio e a moqueca, a casa apresenta duas dimensões complementares: a criação que identifica o seu cozinheiro e a abertura a outras influências. Ambas ajudam a explicar a amplitude do conceito D'Bacalhau. A tradição fornece uma base sólida; a criatividade permite continuar a trabalhar sobre ela e a conversar com públicos diferentes.

Levar a experiência D'Bacalhau mais longe

O projeto de *franchising* propõe um crescimento acompanhado, com formação, critérios de qualidade e transmissão do conhecimento desenvolvido no restaurante de Lisboa.

Levar um restaurante a novos mercados implica muito mais do que reproduzir o nome ou a decoração. É necessário transmitir o modo de escolher o produto, preparar as receitas e receber os clientes. No dossiê de *franchising*, o D'Bacalhau apresenta precisamente essa ambição: organizar a experiência acumulada em Lisboa para que possa ser aplicada em futuras unidades.

O projeto prevê um formato *Standard* como referência inicial, acompanhado por alternativas Compacto e *Premium* ou *Flagship*, ajustadas a diferentes localizações. Esta arquitetura é apresentada como uma proposta de desenvolvimento. A escolha de cada espaço e de cada parceiro deverá considerar a procura, a capacidade de gestão e as condições necessárias para manter a identidade gastronómica.

A formação será uma peça central. Receitas, fichas técnicas, gramagens, apresentação e processos de confeção deverão permitir que as equipas compreendam o resultado esperado e saibam reproduzi-lo. Para o cliente, essa preparação deve traduzir-se numa experiência consistente: reconhecer a patanisca, encontrar o Misto de 4 e sentir o cuidado associado aos pratos da casa.

O abastecimento é outra dimensão essencial. O modelo contempla fornecedores homologados e compras centralizadas ou coordenadas, com atenção à qualidade, à rastreabilidade e à continuidade do fornecimento. Num restaurante especializado, a identidade depende diretamente da matéria-prima. Preservá-la exige uma organização capaz de acompanhar o crescimento.

A internacionalização pode também dar visibilidade à cozinha e aos vinhos portugueses. Cada futura unidade poderá funcionar como um lugar de descoberta, onde o público conhece diferentes receitas de bacalhau e as relaciona com uma cultura de mesa. O serviço terá um papel importante nessa apresentação, explicando os pratos e ajudando cada cliente a escolher.

Esta é a ambição que liga o restaurante do Parque das Nações ao seu projeto de expansão: fazer chegar mais longe o conceito construído em torno do bacalhau. Das pataniscas premiadas ao Misto de 4, do Bacalhau à Chef Júlio à moqueca, a oferta tem um centro claro. Crescer será conseguir que essa identidade continue presente em cada prato e em cada nova mesa.



Bacalhau à Brás

D'BACALHAU
RESTAURANTE
www.restaurantebacalhau.com

Riberalves: A inovação como forma de levar o bacalhau a todas as mesas

No ano 2000, a Riberalves virou o século revolucionando o mercado do bacalhau em Portugal, com o lançamento pioneiro do Bacalhau Demolhado Pronto a Cozinhar. Uma inovação que eliminou a necessidade de demolha e tornou mais simples a preparação de um dos maiores símbolos da gastronomia nacional. Daí para cá, a empresa de origem familiar, sediada em Torres Vedras, manteve a estratégia: adaptar o bacalhau aos novos hábitos de consumo, honrando a qualidade e o sabor que fazem parte da sua tradição, mas dando-lhe futuro, levando-o a todas as mesas através de novos produtos, práticos e fáceis de confecionar.

Agora, o ano de 2026 assistiu ao cumprir de mais um passo nesta visão de empresa, com quatro lançamentos que abrangem diferentes categorias de produto. Desde o bacalhau de excelência, indicado para momentos de celebração; às opções mais práticas e fáceis de confecionar, na rotina do dia a dia, incluindo refeições prontas e soluções de finalização rápida, que garantem uma refeição caseira e de qualidade em poucos minutos. O objetivo é comum: o de facilitar a preparação do bacalhau, diversificar as ocasiões de consumo e conquistar novas gerações.

Com o foco na celebração do Natal, a Riberalves acaba de apresentar uma edição especial "Posta de Natal", em caixas de 1,5 kg, com três grandes postas do lombo, cada uma de 500 gramas. Trata-se de um corte nobre, tradicional, até agora reservado apenas à restauração, que vem trazer aos lares nacionais a combinação, na mesma peça, entre a altura e nobreza das lascas do lombo, com a textura suave e delicada da parte mais fina do Bacalhau. Esta "Posta de Natal" tem 12 meses de Cura Portuguesa e, claro, chega ao consumidor já demolhada e pronta a cozinhar.

Outra novidade é a "Gama Sublime", disponível em "Lombos", "Cubos" e "Filetes". Produzido a partir de peixe selecionado, também com a excelência dos 12 meses de maturação no sal, este bacalhau distingue-se por se apresentar completamente limpo de espinhas. Uma solução que procura conciliar a qualidade do produto tradicional com a conveniência exigida pelos consumidores mais exigentes, tornando a preparação tão distinta quanto fácil e versátil.

Mas é também na categoria dos pré-cozinhados que a inovação se evidencia, com a Riberalves a abrir novos caminhos e a preencher lacunas existentes no mercado. Os novos "Preparados de Bacalhau" da marca introduzem um conceito de refeição "quase pronta", com três opções de bacalhau desfiado e refogado – "Tradicional", "Com azeitona" ou "Com tomate". Com estas bases, basta juntar arroz, massa ou legumes para concluir uma refeição em apenas sete minutos.

A aposta da Riberalves nesta cada vez mais importante categoria dos pré-cozinhados estende-se às refeições familiares, com duas novas referências agora apresentadas, em embalagens de 1 kg: "Bacalhau com Broa e Espinafres" e "Bacalhau com Natas e Camarão"; estas são receitas de inspiração tradicional, para três a quatro pessoas, que podem ser finalizadas no forno, sem descongelação prévia.

"O bacalhau como parte da vida dos portugueses"

Por detrás destes lançamentos está a referida estratégia contínua de inovação. Fundada em 1985, a Riberalves tornou-se uma referência na transformação de bacalhau, apostando no desenvolvimento de novos produtos como resposta à evolução dos hábitos dos consumidores. E a partir daí, afirmou a sua liderança no mercado português e cresceu para mais de 20 mercados internacionais

"A nossa missão é garantir que o bacalhau continua a fazer parte da vida das famílias portuguesas, não apenas nas grandes celebrações, como o Natal, mas também nas refeições de todos os dias", afirma Ricardo Alves, CEO da Riberalves, salientando a importância de "manter nos hábitos alimentares de todas as gerações uma proteína de origem 100% selvagem, saudável e de elevado valor gastronómico". Para Ricardo Alves, preservar a tradição passa precisamente por "reinventar as formas de preparar e consumir bacalhau". "Honramos a história e damos presente e futuro ao 'Fiel Amigo', símbolo maior da Gastronomia portuguesa", termina.









www.riberalves.pt

BACALHAU

Riberalves®

HÁ 40 ANOS DA NOSSA FAMÍLIA PARA A SUA





Sr. Bacalhau: Tradição, qualidade e inovação à mesa

Da origem nas águas frias da Noruega à mesa dos consumidores, o bacalhau percorre um caminho marcado pelo rigor, pela seleção e pelo cuidado em cada etapa. É neste compromisso com a qualidade que assenta a identidade do Sr. Bacalhau, marca integrada no Grupo Rui Costa e Sousa & Irmão (RCSI), que celebra 45 anos de atividade, e que procura conjugar a tradição bacalhoeira portuguesa com a inovação e a criação de novas experiências gastronómicas.

A marca Sr. Bacalhau integra o Grupo RCSI, que celebra 45 anos de história, experiência e dedicação ao setor. Este percurso é marcado pelo compromisso com a qualidade, a seriedade, a credibilidade e a satisfação dos clientes. A nossa missão é levar aos consumidores bacalhau de excelência, aliando o saber tradicional à inovação e à modernização dos processos, sem perder a autenticidade que caracteriza a gastronomia portuguesa.

O nosso principal fator diferenciador é a Rota da Qualidade, um percurso que começa nas águas frias da Noruega e acompanha o bacalhau desde a origem até à mesa do consumidor. Através de um controlo rigoroso e da rastreabilidade em todas as etapas, procuramos assegurar a excelência da matéria-prima e do produto final.

Aliamos métodos tradicionais a tecnologia moderna, preservando as características únicas do bacalhau. A tradição está também presente em produtos como o Bacalhau Quim Barreiros Salgado Seco, que celebra os sabores autênticos e a riqueza da cozinha portuguesa.

Ao mesmo tempo, apostamos em propostas diferenciadoras, como a Salicórnia, ingrediente que acrescenta identidade e um toque especial à experiência gastronómica, aproximando tradição e novas tendências.

Numa ótica de futuro, queremos continuar a afirmar o Sr. Bacalhau como uma marca de referência, reconhecida pela qualidade, tradição e capacidade de inovar. Os 45 anos do Grupo RCSI representam um marco importante e reforçam a nossa motivação para evoluir, mantendo a confiança construída ao longo do tempo.

Apostamos na diversificação da oferta e na criação de novas experiências para os consumidores. Entre as próximas novidades está o lançamento dos Lombos de Bacalhau com Sal do Himalaia, uma aposta que traduz a nossa vontade de explorar novos sabores e acompanhar as tendências do mercado.

Continuaremos a investir na inovação, sustentabilidade e eficiência, sem perder a essência da tradição bacalhoeira. Queremos que cada produto Sr. Bacalhau seja sinónimo de confiança, sabor e qualidade — da origem à mesa.

www.srbacalhau.com



genuíno
SR. BACALHAU®
RUI COSTA E SOUSA & IRMÃO, S.A.

A ESCOLHA DO MESTRE DA CULINÁRIA
PARA O SEU NATAL

BACALHAU DA
NORUEGA

CURA TRADICIONAL
DE 12 MESES



CONHEÇA A NOSSA
ROTA DA QUALIDADE

Sabia que?



... o bacalhau pode viver mais de 20 anos?

O chamado bacalhau-do-Atlântico (Gadus morhua) habita sobretudo as águas frias do Atlântico Norte, encontrando-se em zonas como a Noruega, a Islândia, a Gronelândia e a costa do Canadá. É um peixe que se adapta a diferentes profundidades e pode percorrer grandes distâncias ao longo da sua vida. Uma das suas particularidades mais impressionantes está na capacidade de reprodução: uma fêmea adulta pode produzir entre três e nove milhões de ovos numa única época de desova. Contudo, apenas uma pequena parte chega à idade adulta. O bacalhau pode ultrapassar os 20 anos de vida e, em casos excecionais, atingir cerca de 90 quilos. É também um animal carnívoro, alimentando-se de outros peixes, crustáceos e diferentes organismos marinhos.

... existem diferentes espécies de bacalhau?

Quando se fala em bacalhau, é comum imaginar o peixe seco e salgado que encontramos nas peixarias. No entanto, a designação comercial abrange diferentes espécies. O Gadus morhua é o bacalhau-do-Atlântico, considerado uma das variedades mais apreciadas em Portugal. Existem também o Gadus macrocephalus, conhecido como bacalhau-do-Pacífico, e o Gadus ogac, associado às águas da Gronelândia. As diferentes espécies apresentam características próprias de sabor e textura. O bacalhau-do-Atlântico é particularmente conhecido pelas suas lascas grandes, claras e bem definidas, que se destacam depois de cozinhadas.

... o segredo da conservação do bacalhau está no sal e na secagem?

Muito antes da existência dos frigoríficos, era necessário encontrar formas de conservar os alimentos durante longos períodos. Foi neste contexto que a salga e a secagem se tornaram fundamentais. A utilização do sal permite retirar parte da água presente no peixe e dificultar o desenvolvimento de microrganismos responsáveis pela deterioração. Posteriormente, a secagem reduz ainda mais a humidade, prolongando a conservação. Em Portugal, o processo tradicional de cura envolve várias etapas, incluindo a salga, períodos de repouso e a secagem. O chamado Bacalhau de Cura Tradicional Portuguesa é reconhecido como Especialidade Tradicional Garantida (ETG) pela União Europeia, uma distinção que protege o método de produção tradicional. Outra curiosidade é que, durante a demolha, o bacalhau pode aumentar mais de 35% do seu peso, ao absorver água.

... praticamente todas as partes do bacalhau podem ser aproveitadas?

Durante gerações, este peixe foi também um exemplo de aproveitamento integral do pescado. Para além dos lombos e das postas, várias outras partes ganharam lugar na gastronomia portuguesa. As caras, as línguas, as bochechas e os samos são alguns dos exemplos mais conhecidos. Estes últimos correspondem à bexiga-natatória do bacalhau, um órgão que permite ao peixe controlar a sua flutuabilidade. Também o fígado ganhou notoriedade, sobretudo devido ao conhecido óleo de fígado de bacalhau. Durante muitos anos, este suplemento foi associado à infância e à preocupação das famílias com a saúde e o crescimento das crianças. Apesar do sabor intenso, é uma fonte de ácidos gordos ómega-3 e de vitaminas A e D.

O bacalhau da Islândia tem casa em Ílhavo



Com mais de 30 anos de experiência, a Grupeixe alia a tradição do bacalhau salgado seco à qualidade da matéria-prima islandesa e à inovação. Em entrevista à Mais Magazine, Nuno Araújo, administrador da empresa, aborda a estratégia de crescimento e o compromisso de valorizar este produto emblemático da gastronomia portuguesa.

A ligação à Islândia, reforçada com a integração no grupo VSV em 2019, é uma das características distintivas da Grupeixe. Que vantagens representa esta proximidade à origem do bacalhau, tanto ao nível da seleção da matéria-prima como da qualidade e da regularidade do abastecimento ao mercado português?

A integração no grupo VSV, em 2019, deu-nos aquilo que, neste negócio, é o mais difícil de garantir: acesso estável ao peixe, na origem, com um acionista que é dos maiores produtores de bacalhau salgado da Islândia. Trabalhamos com uma pesca certificada MSC, em águas frias e limpas, e com rastreabilidade completa da captura até à nossa fábrica na Gafanha da Nazaré. Isso permite-nos selecionar a matéria-prima a montante, por tamanho e qualidade de cura, em diálogo direto com quem pesca e salga o peixe, em vez de dependermos do que o mercado oferece em cada momento. Numa campanha fraca ou num ano de preços altos, essa proximidade faz toda a diferença. Para o cliente, significa regularidade: planeamos as compras atempadamente e asseguramos abastecimento ao longo de todo o ano, com a mesma qualidade, incluindo na época alta do Natal. E significa também segurança, porque a origem islandesa é sinónimo de pesca sustentável, gerida por quotas e cientificamente acompanhada.

O bacalhau salgado seco continua a ocupar um lugar especial na gastronomia nacional, mas a sua qualidade depende de um conjunto de fatores, desde a matéria-prima aos processos de salga, cura e secagem. O que distingue o bacalhau da Grupeixe e como se traduz esse cuidado na experiência do consumidor?

O bacalhau islandês chega-nos salgado, e é na Gafanha que ganha identidade: cura e maturação com tempo, secagem correta e classificação rigorosa por tamanhos e categorias. Há mais de trinta anos que fazemos uma coisa só, bacalhau salgado seco e os seus derivados, e essa especialização é o que nos distingue. Trabalhamos pelos referenciais HACCP e IFS, medimos quebras e rendimentos lote a lote e temos equipas experientes que conhecem o peixe pelo tato e pela cor. Para o consumidor, isto traduz-se num bacalhau de cura equilibrada, que lasca bem, bem seco e sem surpresas de um lote para o outro, seja em casa ou na restauração. Esse cuidado é também o que nos permite servir, com marca própria, alguns dos retalhistas mais exigentes do país. A nossa missão é precisamente essa: produzir o melhor bacalhau para que famílias, amigos e desconhecidos continuem a apaixonar-se pela vida à volta de uma mesa.

Olhando para o futuro, quais são as principais apostas e prioridades estratégicas da Grupeixe para os próximos anos e que papel pretende assumir na valorização do bacalhau em Portugal, mantendo a qualidade e a tradição que caracterizam este produto tão importante para a gastronomia nacional?

O passo mais importante dos últimos anos foi a aquisição este ano da ESBAL pelo grupo VSV, que detém a Grupeixe. Com esta operação, o grupo passa a estar presente em Portugal nos dois grandes segmentos do bacalhau: o salgado seco, na Grupeixe, e o demolhado ultracongelado, na ESBAL. Ficamos mais fortes e mais completos, com a mesma matéria-prima islandesa a alimentar as duas unidades e capacidade para responder a todos os canais, do retalho e da distribuição à restauração. A partir daqui, as prioridades são claras: consolidar o núcleo do salgado seco e concluir a certificação IFS; alargar a gama a porções e formatos de conveniência, acompanhando os novos hábitos de consumo; e estruturar um percurso ESG alinhado com a VSV. Queremos ser a indústria de referência do bacalhau da Islândia em Portugal, ser embaixadores da sua origem e aproximar as novas gerações deste produto. Inovar sem trair a tradição: é esse o equilíbrio que nos guia.

GRUPEIXE

www.grupeixe.pt

Sabia que?

… a ligação de Portugal ao bacalhau remonta à Idade Média?

A relação entre os portugueses e este peixe começou muito antes de se tornar protagonista das refeições de Natal. A sua presença na alimentação nacional está associada às viagens marítimas, às necessidades de conservação dos alimentos e às trocas comerciais com outros países europeus. Existem referências à comercialização de bacalhau entre Portugal e Inglaterra desde a Idade Média. Mais tarde, durante a época dos Descobrimentos, os portugueses intensificaram a ligação à pesca deste peixe nos bancos da Terra Nova, na atual costa canadiana. A possibilidade de conservar o pescado através da salga e da secagem tornava-o particularmente adequado às longas viagens marítimas. Durante muito tempo, foi também um alimento acessível às classes populares, uma vez que podia ser transportado para regiões do interior, onde o acesso ao peixe fresco era mais difícil.

… os pescadores portugueses enfrentavam o Atlântico em pequenos barcos?

Uma das páginas mais marcantes da história do bacalhau em Portugal está relacionada com os chamados bacalhoeiros. Durante décadas, milhares de homens partiram rumo aos bancos da Terra Nova e da Gronelândia para participar em campanhas de pesca que podiam durar cerca de seis meses. Os navios ficaram conhecidos como Frota Branca devido à cor dos seus cascos, uma característica que, durante a Segunda Guerra Mundial, também ajudava a identificá-los como embarcações de pesca. A atividade era realizada, em muitos casos, através de pequenos barcos individuais chamados dóris. Cada pescador afastava-se do navio principal, remando sozinho em direção às zonas onde esperava encontrar bacalhau. Nestas pequenas embarcações, enfrentava o frio intenso, o nevoeiro, o vento e o risco de se perder no oceano. Era um trabalho fisicamente exigente e perigoso, marcado por longas jornadas e pelo afastamento das famílias.

… uma das receitas mais famosas de bacalhau nasceu no Porto?

A expressão «mil e uma maneiras de cozinhar bacalhau» é uma das mais repetidas quando se fala da gastronomia portuguesa. Entre as receitas mais conhecidas encontram-se o bacalhau à Brás, o bacalhau com natas, o bacalhau à Gomes de Sá, o bacalhau à Zé do Pipo e o bacalhau espiritual. Cada uma representa diferentes formas de trabalhar um ingrediente que se adapta a preparações no forno, na frigideira, cozido ou assado. O bacalhau à Gomes de Sá é um dos exemplos mais conhecidos da ligação entre este peixe e a cidade do Porto. A receita é atribuída a José Luís Gomes de Sá Júnior, comerciante de bacalhau portuense que terá criado a preparação no final do século XIX. A combinação de bacalhau demolhado, batatas, leite, ovos, azeite, alho, cebola e azeitonas continua a ser apreciada em todo o país.

… Sabia que o bacalhau esteve na origem de conflitos internacionais?

Entre as décadas de 1950 e 1970, a Islândia e o Reino Unido envolveram-se numa série de disputas conhecidas como «Guerras do Bacalhau» (Cod Wars). Apesar do nome, não se tratou de uma guerra convencional, mas de confrontos relacionados com os direitos de pesca no Atlântico Norte. A Islândia pretendia alargar a sua zona exclusiva de pesca, limitando o acesso de embarcações estrangeiras aos seus recursos marítimos. O Reino Unido contestou estas medidas, uma vez que a sua frota dependia fortemente da pesca naquelas águas. Os confrontos envolveram navios de guerra, embarcações de pesca e episódios de tensão diplomática. A disputa terminou em 1976, com o reconhecimento internacional de uma zona económica exclusiva de 200 milhas marítimas para a Islândia.

it's all about FUN!

You live it. I capture it!

JOELREIS
PHOTOGRAPHY
By Humans. For Humans.

portraits • fashion • commercial • architecture

Book your session or project:
joel.r.reis@gmail.com | +351 964459359 | @joelreisph

ESPECIAL CENTRO DE PORTUGAL



Centro de Portugal: uma região, mil razões para descobrir

O Centro de Portugal tem uma característica singular e valiosa: a capacidade de surpreender quem o visita – e até quem aqui sempre teve o privilégio de viver. Mesmo quem conhece bem a região encontra sempre um lugar por descobrir ou uma boa razão para regressar, uma e outra vez. Entre o Atlântico e as serras do interior, temos paisagens, cidades, vilas e aldeias com histórias e tradições que nos apaixonam. E temos, sobretudo, pessoas que sabem receber e que partilham, com orgulho e genuíno prazer, aquilo que têm de melhor.

É esta riqueza que queremos continuar a valorizar, com uma convicção muito clara: o turismo deve ser muito mais do que uma atividade que atrai visitantes. Deve ser um motor de desenvolvimento, capaz de gerar riqueza, criar emprego, estimular o investimento e abrir novas oportunidades para as comunidades.

Os resultados recentes mostram que estamos a dar passos importantes nesse sentido. Em setembro, os proveitos do alojamento turístico do Centro de Portugal cresceram 5,8% face ao ano anterior. É um sinal encorajador, mas sabemos que há ainda muito caminho a percorrer. O nosso objetivo não é apenas receber mais visitantes. É conseguir que permaneçam mais tempo, descubram novos destinos e contribuam para dinamizar as economias locais – em suma, que se deixem seduzir pelo Centro de Portugal.

Temos a ambição de que este objetivo seja uma realidade ao longo de todo o ano. A gastronomia, o turismo de natureza, o desporto, o património cultural e o bem-estar oferecem inúmeras possibilidades para descobrir a região em qualquer estação. Ao mesmo tempo, queremos que esta procura chegue cada vez mais aos territórios menos conhecidos, onde o turismo pode fazer uma diferença particularmente importante.

Este é um trabalho que exige visão, cooperação e capacidade de concretização. Estamos a elaborar o novo Plano Regional de Desenvolvimento Turístico e o Plano de Marketing Turístico do Centro de Portugal, num processo que envolve municípios, empresas e outros agentes do setor. Queremos definir prioridades partilhadas e criar condições para que o potencial turístico da região se traduza em resultados concretos.

Acredito profundamente no futuro do Centro de Portugal. Temos recursos extraordinários, empresários com iniciativa e comunidades que querem participar neste desenvolvimento. A nossa responsabilidade é transformar essas condições em oportunidades, reforçar o reconhecimento da região nos mercados nacionais e internacionais e garantir que o crescimento do turismo beneficia quem aqui vive e trabalha.

É este o Centro de Portugal que queremos construir: uma região que conquista quem a visita, que cria oportunidades para quem nela investe e que melhora a vida de quem aqui vive.

Rui Ventura, Presidente da Entidade Regional de Turismo do Centro de Portugal

Turismo Centro Portugal

"A MAGIA MORA AQUI"

Um turismo que não vive de estações



O turismo não vive apenas de estações ou de geografia, mas da capacidade de gerar experiências que nos convocam ao regresso. No Centro de Portugal, essa vocação não tem calendário, quando os dias encurtam e as temperaturas descem, o território revela uma dimensão singular: paisagens que mudam de tom, o aconchego da gastronomia, tradições que se renovam e um património secular que respira a autenticidade das nossas raízes.

A região centro oferece um mosaico de vivências que ganha novo fôlego fora dos meses de verão. É precisamente nesta pluralidade que reside uma das suas maiores oportunidades, a aptidão para proporcionar diferentes viagens dentro de um mesmo território, em qualquer época do ano.

Na região centro, a aposta no turismo de outono e inverno traduz-se num imperativo estratégico. O turismo, em meses de menor procura, valoriza ainda mais os recursos endógenos, distribui os benefícios económicos de forma equitativa ao longo dos doze meses e descentraliza os fluxos turísticos. O enoturismo, a riqueza termal, o turismo de natureza e o património gastronómico e cultural são ativos permanentes de excelência, talhados para quem procura profundidade, bem-estar e ligação genuína às comunidades.

O Centro de Portugal é o exemplo de que esta visão funciona. A região consolidou o marco histórico de mais de 8 milhões de dormidas anuais e apresenta hoje um dos índices de sazonalidade mais baixos do país. O Centro mantém uma procura regular nos meses mais frios, impulsionada pelo turismo de natureza, pela serra, pelo património e pelo turismo de negócios.

Este equilíbrio ao longo dos doze meses prova que combater a sazonalidade é, no fundo, sinónimo de coesão territorial: significa estabilidade de emprego para as empresas locais, fixação de talento e famílias no interior e sustentabilidade para a economia regional. Consolidar este modelo exige a mobilização contínua de todos os agentes envolvidos. Só através deste compromisso partilhado afirmamos Portugal como um destino incontornável 365 dias por ano.

Pedro Machado, Secretário de Estado do Turismo, Comércio e Serviços

REPÚBLICA PORTUGUESA | GABINETE DO SECRETÁRIO DE ESTADO DO TURISMO, COMÉRCIO E SERVIÇOS

Centro de Portugal conquista dois prémios no Festival Internacional de Cinema de Turismo ART&TUR



A Turismo Centro de Portugal alcançou dois importantes reconhecimentos na 19.ª edição do Festival Internacional de Cinema de Turismo ART&TUR, ao conquistar o primeiro lugar nas competições nacional e internacional, na categoria de Destinos Turísticos - Regiões.

Os prémios foram atribuídos a duas produções audiovisuais que promovem o território. O filme «Em Verde Vivo» venceu a competição internacional, enquanto «Aqui Nunca é Demais» foi distinguido na vertente nacional. A edição deste ano terminou a 30 de outubro, em Ovar, e contou com a participação de 247 filmes provenientes de 45 países.

Realizado pela Lobby Films and Advertising, "Em Verde Vivo" surgiu na sequência dos incêndios que afetaram o Centro de Portugal em 2025. Com a mensagem "Porque o verde resiste", o filme destaca a capacidade de recuperação dos territórios e a força das comunidades perante a adversidade.

Por sua vez, "Aqui Nunca é Demais", desenvolvido pela agência Razão e produzido pela Lightbox Film & Advertising, dá a conhecer a diversidade paisagística, cultural e turística da região, procurando incentivar o público a descobrir os diferentes destinos do Centro de Portugal.

Para Rui Ventura, presidente da Turismo Centro de Portugal, estas distinções representam o reconhecimento do trabalho desenvolvido pelas equipas responsáveis pela comunicação e promoção turística. O responsável sublinhou ainda a importância de criar conteúdos capazes de despertar a curiosidade dos potenciais visitantes e transformar esse interesse em visitas à região.

O festival ficou também marcado pela atribuição de vários prémios a outros territórios e projetos do Centro de Portugal. Entre os distinguidos estiveram Caldas da Rainha, Anadia, Tábua e a Região de Aveiro, com trabalhos reconhecidos em áreas como a cultura, o património, o desporto, o lazer e a sustentabilidade turística.

Na competição internacional, destaque ainda para a distinção atribuída ao filme «ADSAICA – Wild orchid», da Associação de Desenvolvimento das Serras de Aire e Candeeiros, que alcançou o segundo lugar na categoria de Cultura e Património.

Turismo Centro de Portugal lança campanha que convida a abrandar o ritmo e a descobrir a região

A Turismo Centro de Portugal apresentou uma nova campanha de promoção turística com o mote "Centro de Portugal. Desapareça um bocadinho", que pretende incentivar os visitantes a fazer uma pausa na rotina e a descobrir a região através de experiências que valorizam o tempo, as relações humanas e as emoções.

A iniciativa aposta numa abordagem diferente à comunicação turística, deixando de se centrar exclusivamente na divulgação de paisagens e monumentos para dar maior destaque àquilo que os visitantes podem sentir e viver durante a sua passagem pelo território.

A campanha parte de uma ideia simples: afastar-se, por momentos, da pressa do dia a dia, das notificações e das preocupações para dedicar mais atenção ao que realmente importa. Seja numa caminhada pela natureza, numa experiência gastronómica, num passeio junto ao mar ou num momento partilhado em família, o objetivo é criar memórias que permaneçam para além da viagem.

Desenvolvida pela Lobby Films and Advertising, a campanha é constituída por 17 filmes, cada um dedicado a uma experiência diferente no Centro de Portugal. As produções seguem uma estrutura comum, assente numa localização, numa ação e numa emoção. O elemento visual mais marcante acontece quando as personagens desaparecem no momento central de cada história, permanecendo apenas o cenário e os sinais da sua presença.

Os filmes percorrem várias áreas da oferta turística regional, incluindo natureza, património, cultura, gastronomia, vinhos, turismo ativo, atividades náuticas e espiritualidade. São também destacadas experiências associadas a diferentes épocas do ano, numa aposta que procura demonstrar que o Centro de Portugal tem motivos de interesse durante os 365 dias.

Mais do que convidar a conhecer novos lugares, a campanha deixa uma mensagem: por vezes, basta parar, desligar da rotina e desaparecer um bocadinho para regressar com novas experiências e memórias.

mais magazine





A diversidade que transforma o Centro de Portugal num destino de excelência

Aldeia da Pena, São Pedro do Sul

Em conversa com a Mais Magazine, Rui Ventura, Presidente da Entidade Regional de Turismo do Centro de Portugal, aborda as principais estratégias para reforçar a competitividade turística da região, desde a valorização dos produtos endógenos e a dinamização das economias locais até à transformação digital e à cooperação entre os diferentes agentes do setor. Olhando para o futuro, destaca ainda os projetos e as prioridades que irão orientar o desenvolvimento turístico do território.



Rui Ventura, Presidente da Entidade Regional de Turismo do Centro de Portugal

O Centro de Portugal apresenta uma oferta turística bastante diversificada. Quais considera serem os principais fatores diferenciadores da região enquanto destino turístico?

O grande fator diferenciador do Centro de Portugal é a sua extraordinária diversidade. Somos uma região onde é possível encontrar experiências muito diferentes a distâncias relativamente curtas. Desde as praias com areais magníficos que todos conhecemos, até às paisagens de montanha que só aqui se encontram, passando pelas cidades com um património histórico muito importante e pelas aldeias que fazem questão de preservar as tradições para as gerações futuras. Sem esquecer a gastronomia de excelência e a oferta termal de referência nacional.

Mas aquilo que verdadeiramente nos distingue vai além dos recursos naturais e patrimoniais. É a autenticidade das experiências e, sobretudo, das pessoas. Quem nos visita encontra comunidades com uma ligação



Costa Nova, Ílhavo



Campanha 100 Destino

muito forte às suas raízes, que sabem receber e partilham com orgulho aquilo que torna cada lugar especial.

Outra característica fundamental é a possibilidade de visitar a região ao longo de todo o ano. No outono e no inverno, as serras e as florestas transformam-se, a gastronomia ganha protagonismo, as termas convidam ao bem-estar e as cidades e vilas acolhem uma programação cultural e festiva muito diversificada. É esta combinação de diversidade, autenticidade e experiências em todas as estações que nos torna um destino tão especial e tão facilmente reconhecível.

Como procura o Turismo do Centro de Portugal valorizar as características e a identidade dos diferentes territórios, promovendo simultaneamente uma imagem comum da região?

O Centro de Portugal é uma região de muitas identidades, e essa é uma das suas maiores riquezas. Cada território tem uma história própria, paisagens, tradições e produtos que o distinguem. O nosso trabalho não é uniformizar essa diversidade, mas valorizá-la e dar-lhe visibilidade, integrando-a numa marca regional forte e reconhecível.

Acreditamos que a força do Centro de Portugal resulta precisamente da complementaridade entre os seus diferentes destinos. Se o visitante que procura natureza e aventura descobrir, na mesma região, experiências culturais, gastronómicas ou de bem-estar, saem todos a ganhar. É esta capacidade de proporcionar experiências diversificadas e complementares que procuramos transmitir na nossa comunicação.

A nossa ambição é que o Centro de Portugal seja cada vez mais reconhecido como um destino com identidade própria, mas onde há sempre algo novo para descobrir. Uma região que se apresenta ao mundo de forma coesa, sem perder a autenticidade e a personalidade dos lugares que a constituem.

De que forma o turismo pode contribuir para o desenvolvimento económico das comunidades locais, criando oportunidades para as empresas e para a população?

O turismo é um importante motor de desenvolvimento económico e social porque gera riqueza em muitos setores e tem a capacidade de criar oportunidades em territórios onde não existem alternativas económicas abundantes.

Quando um visitante passa alguns dias numa aldeia ou numa pequena cidade, o impacto vai muito além do alojamento: chega aos restaurantes, ao comércio tradicional, aos produtores, aos artesãos e às empresas de animação turística. É toda uma cadeia de valor que beneficia da atividade, criando emprego, estimulando o empreendedorismo e ajudando a fixar população.

Por isso, defendemos que o sucesso do turismo não se mede apenas pelo número de visitantes ou de dormidas, mas também pelo valor que deixa nos territórios. E é isso que está a acontecer: em setembro, os proveitos do alojamento turístico do Centro de Portugal cresceram 5,8% face a 2025, atingindo 61,1 milhões de euros. É um sinal positivo para os empresários que investem e criam emprego no setor.

A sustentabilidade assume uma importância crescente no setor turístico. Que medidas estão a ser implementadas para promover um turismo mais responsável e equilibrado?



Monsanto, Idanha-a-Nova

A sustentabilidade tem três dimensões inseparáveis: ambiental, económica e social. O que significa que um destino só é verdadeiramente sustentável se preservar os recursos naturais e culturais, gerar valor e contribuir para a qualidade de vida das populações.

No Centro de Portugal, isso significa proteger paisagens e património, respeitar as comunidades e promover uma distribuição mais equilibrada dos visitantes, tanto pelo território como ao longo do ano. Incentivar a descoberta de destinos menos procurados ajuda a aliviar concentrações de procura e cria oportunidades económicas onde elas são especialmente necessárias.

Este é, sem qualquer dúvida, um caminho que exige responsabilidade partilhada entre entidades públicas, empresas, visitantes e comunidades.

Que estratégias estão a ser desenvolvidas para combater a sazonalidade e incentivar a descoberta de territórios menos procurados pelos turistas?

O combate à sazonalidade é uma das nossas prioridades estratégicas. O Centro de Portugal tem condições excecionais para receber visitantes durante os doze meses do ano e queremos que essa realidade seja cada vez mais reconhecida. A nossa estratégia passa por mostrar que cada estação oferece novas razões para descobrir a região e que há experiências extraordinárias muito para além dos destinos mais conhecidos.

É esse o espírito da campanha «Desapareça um Bocadinho no Centro de Portugal», que convida os portugueses a interromperem as rotinas e a descobrirem a região em qualquer altura do ano. Queremos mostrar que não é preciso viajar para longe, nem esperar pelas férias de verão, para viver experiências memoráveis. A campanha tem apostado numa comunicação próxima e descontraída, com conteúdos que despertam a curiosidade e mostram a diversidade da região. Um exemplo recente é o «Desapareça 48H», em que a Ana Guiomar, o João Manzarra e o João Kopke aceitaram o desafio de explorar o território durante dois dias, através de experiências inesperadas e muito divertidas.



Berlengas, Peniche

Outra aposta importante é o «100 Destino no Centro de Portugal», um projeto inovador. Através de uma série digital de 100 episódios, protagonizada por um jovem casal, damos a conhecer lugares e experiências que muitas vezes ficam fora dos roteiros habituais. O projeto inclui também um Passaporte Digital, que permite registar as visitas aos diferentes municípios, colecionar selos e participar em desafios.

O turismo ativo e desportivo é outro instrumento fundamental desta estratégia. Através do MOVE Centro Portugal – The Sports Region, estamos a afirmar a região como um destino de referência para a prática desportiva e para a realização de grandes eventos. Além da projeção que proporcionam aos territórios, estas atividades dinamizam a hotelaria, a restauração e o comércio, muitas vezes fora dos períodos tradicionais de maior procura.

Estas apostas complementam a valorização de produtos como o turismo de natureza, o termalismo, a gastronomia e o património cultural, que têm uma atratividade muito especial no outono e no inverno. O nosso objetivo é que os visitantes descubram cada vez mais destinos, permaneçam mais tempo na região e encontrem sempre novas razões para regressar.

Convento de Cristo, Tomar



A transformação digital tem vindo a mudar os hábitos dos viajantes. Como tem a entidade acompanhado esta evolução ao nível da comunicação e da promoção turística?

A transformação digital alterou a forma como as pessoas escolhem destinos, planeiam viagens e partilham experiências. Muitas vezes, a inspiração nasce de um vídeo ou de uma publicação nas redes sociais. A comunicação turística tem, por isso, de ser mais dinâmica, criativa e próxima dos públicos.

Na Turismo Centro de Portugal, apostamos em conteúdos audiovisuais e numa comunicação mais visual e emocional. Queremos mostrar não apenas os lugares, mas aquilo que os visitantes podem efetivamente viver neles.

Dois bons exemplos são o «100 Destino» e o «Desapareça 48H», que referi na resposta anterior e que estão a despertar grande interesse e envolvimento nas redes sociais da Turismo Centro de Portugal.

A digitalização também permite conhecer melhor os interesses dos visitantes, adaptar propostas e facilitar o acesso à informação. A inteligência artificial abre novas possibilidades de personalização, que devemos explorar com critério. Até porque a tecnologia deve ser um meio para aproximar as pessoas dos destinos, nunca um substituto da autenticidade dos lugares.

Que papel desempenham a gastronomia, os produtos endógenos e as tradições locais na valorização e diferenciação da oferta turística do Centro de Portugal?

A gastronomia é uma das expressões mais genuínas da identidade dos nossos territórios. Cada prato, vinho ou produto local conta uma história.

É esse património que queremos valorizar através do «Sabores ao Centro», uma iniciativa que afirma a gastronomia como produto turístico estratégico, dando visibilidade à



restauração, aos produtores e aos produtos endógenos. Os Prémios Sabores ao Centro, que realizámos em Castelo Branco, no dia 9 de novembro, foram um dos momentos altos desta iniciativa, tendo distinguido os restaurantes, chefs e projetos que mais contribuem para essa valorização.

Outro exemplo é «A Caminho das Estrelas – O Centro à Mesa», um ciclo de experiências que percorre os oito territórios do Centro de Portugal, promovendo encontros entre chefs, produtos locais e tradições culinárias. Uma iniciativa que ganha especial projeção com a realização, em Coimbra, da Gala do Guia MICHELIN Portugal 2027, a 9 de março.

A cooperação entre municípios, empresas e agentes turísticos é essencial para o crescimento do setor. Como tem sido desenvolvido este trabalho em rede?

A cooperação é essencial numa região com a dimensão e a diversidade do Centro de Portugal. Estamos a falar de um território com 100 municípios, realidades económicas e sociais muito distintas e uma enorme variedade de recursos turísticos. Nenhuma entidade, por si só, conseguiria valorizar todo este potencial. É através do trabalho conjunto que conseguimos construir uma oferta mais forte, coerente e competitiva.

Um bom exemplo desta forma de trabalhar é o processo de construção do novo Plano Regional de Desenvolvimento Turístico e o Plano de Marketing Turístico do Centro de Portugal, que está em curso. Queremos que estes documentos sejam verdadeiramente participados e, por isso, estamos a envolver os municípios, as comunidades intermunicipais, as empresas e os restantes agentes do setor. O objetivo é ouvir quem está no terreno, conhecer as suas necessidades e construir uma estratégia que corresponda às ambições da região.

Há uma ideia que considero fundamental: os municípios e os diferentes destinos do Centro de Portugal têm muito mais a ganhar quando trabalham em conjunto do que quando competem entre si. O sucesso de cada um dos oito territórios contribui para o reconhecimento e a competitividade de toda a região.

Quais são os principais desafios que se colocam atualmente ao turismo no Centro de Portugal e que prioridades estão definidas para reforçar a competitividade da região?

Um dos grandes desafios é transformar a diversidade e a dimensão do território numa vantagem competitiva. Temos recursos turísticos extraordinários, mas precisamos de continuar a melhorar as condições que permitem aos visitantes descobri-los e às empresas valorizá-los.

A mobilidade é uma questão particularmente importante. Existem destinos de enorme interesse, sobretudo no interior, onde as ligações de transporte ainda dificultam a circulação dos turistas. Melhorar essas acessibilidades é fundamental para aproximar os destinos e facilitar a descoberta de toda a região.

Outro desafio é a qualificação dos recursos humanos. O turismo precisa de profissionais preparados, capazes de proporcionar experiências de qualidade e responder às expectativas de visitantes cada vez mais exigentes. Temos também de continuar a incentivar a inovação e a modernização das empresas.

Por fim, considero essencial reforçar a notoriedade internacional do Centro de Portugal. Temos todas as condições para conquistar maior reconhecimento nos mercados externos, mas precisamos de comunicar de forma consistente, qualificar a oferta e transformar o interesse dos visitantes em estadias mais prolongadas e em maior valor para a economia regional.

Olhando para os próximos anos, que projetos e objetivos gostaria de destacar e que futuro ambiciona para o turismo no Centro de Portugal?

Estamos num momento importante para o futuro do turismo no Centro de Portugal. A elaboração do novo Plano Regional de Desenvolvimento Turístico e do Plano de Marketing Turístico vai permitir-nos definir prioridades, mobilizar os agentes do setor e estabelecer um rumo comum para os próximos anos.

Mas os planos só fazem sentido se forem capazes de produzir resultados concretos. Queremos uma região com empresas mais competitivas, uma oferta turística mais qualificada e uma presença cada vez mais forte nos mercados internacionais. E queremos que esse crescimento chegue também aos territórios do interior, criando oportunidades de investimento e emprego.

Acredito que o Centro de Portugal tem todas as condições para se afirmar como uma das regiões turísticas mais interessantes da Europa. Essa é a nossa ambição: transformar o enorme potencial que temos em desenvolvimento efetivo, fazendo do turismo uma fonte de prosperidade para toda a região. Estamos a trabalhar para isso.



Gastronomia TCP

Turismo Centro Portugal

www.turismodocentro.pt

Caldas da Rainha volta a ser Rainha do Natal com programação gratuita até 9 de janeiro

Com mais de três milhões de luzes LED, mercadinhos, concertos, animação de rua e atividades para toda a família, Caldas da Rainha volta a vestir-se de Natal. Sob a marca "Caldas, Rainha do Natal", o concelho apresenta uma programação gratuita, de 14 de novembro a 9 de janeiro, que celebra as tradições da época, dinamiza o comércio local e convida a descobrir a cidade num ambiente de festa e convívio.



Caldas da Rainha prepara-se para receber mais uma época natalícia, com uma programação que alia tradição, cultura e gastronomia, convidando residentes e visitantes a viver o espírito de Natal na cidade e no concelho. Sob a marca "Caldas, Rainha do Natal", este ano as iniciativas decorrem de 14 de novembro a 9 de janeiro, com entrada e participação gratuitas.

"Queremos que o Natal nas Caldas da Rainha tenha uma identidade cada vez mais reconhecida, que valorize aquilo que nos distingue, mobilize a comunidade e contribua para dinamizar o concelho e o comércio local", afirma Vítor Marques, Presidente da Câmara Municipal.

Com a cidade iluminada com mais de três milhões de luzes LED, um dos momentos mais esperados da época é a Chegada do Pai Natal, no dia 1 de dezembro. É na Casa do Pai Natal, na Praça 25 de Abril, que os mais pequenos vão poder viver o espírito natalício através de momentos de fantasia, incluindo as horas do conto com o Duende Plim.

Neste Natal, a decoração estende-se também ao espaço urbano, com centenas de metros de alcatifa vermelha, que vão conferir um ambiente ainda mais festivo às ruas pedonais e às vias com trânsito, convidando a percorrer a cidade e a descobrir o comércio tradicional. Uma aposta que ganha particular significado já que Caldas da Rainha foi eleita Capital Europeia do Pequeno Retalho 2026.

Pelas ruas e praças, a animação promete prolongar-se ao longo da quadra, com o comboio de Natal, mercadinhos, animação itinerante e vários concertos que vão levar música e boa disposição a diferentes pontos da cidade. A programação integra ainda espetáculos de teatro, a celebração das Janeiras, dia 6 de janeiro, e o afamado Passeio Equestre, dia 9 de janeiro, mantendo assim vivas as tradições que marcam esta época do ano.

Mas as atividades não ficam por aqui. Entre os dias 4 e 6 de dezembro, a Avenida 1.º de Maio recebe o Caldas Food Festival, que junta gastronomia, música e animação de rua. Já a fechar o mês, o concelho vai receber as festas de Passagem de Ano, que voltam a levar muita energia à Expoeste e à Foz do Arelho. Dois cenários distintos para assinalar a entrada em 2027, numa programação que procura envolver a comunidade e atrair visitantes.

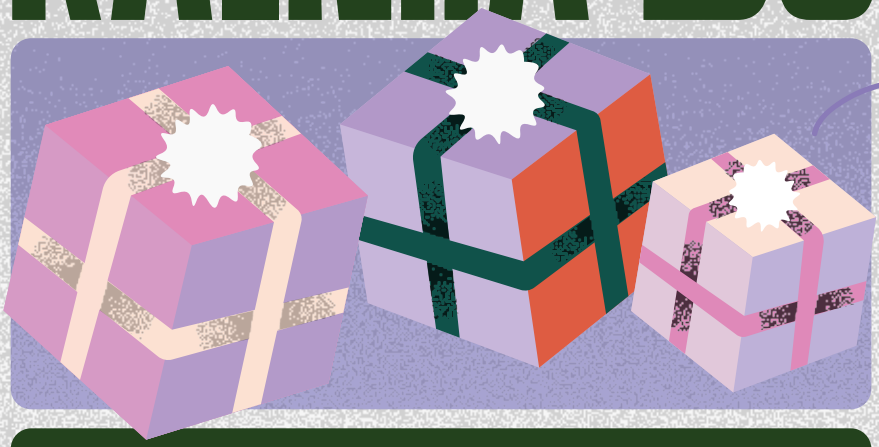
Venha viver o Natal nas Caldas da Rainha! Deixe-se envolver por uma época que celebra o convívio, valoriza a identidade local e dá vida ao comércio da cidade.

Conheça a programação completa do "Caldas, Rainha do Natal 2026-2027" em: www.mcr.pt

Caldas da Rainha



CALDAS RAINHA DO NATAL





14 NOV → 9 JAN

PROGRAMAÇÃO GRATUITA

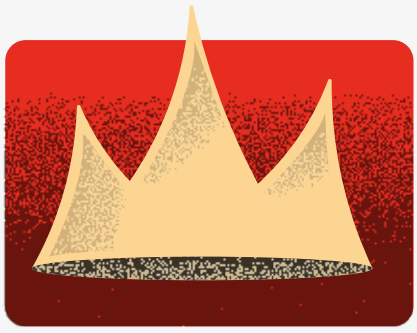
1 DEZ
CHEGADA DO PAI NATAL

4 A 6 DEZ
CALDAS FOOD FESTIVAL

9 A 24 DEZ
COMBOIO DE NATAL

30 E 31 DEZ
PASSAGEM DE ANO

1 DEZ A 9 JAN ✶ CONCERTOS, ESPETÁCULOS E ANIMAÇÃO DE RUA



Organização:

Caldas da Rainha

ACCCRO
ASSOCIAÇÃO EMPRESARIAL
DAS CALDAS DA RAINHA E OESTE

Patrocinadores Principais:

E.Leclerc
Caldas da Rainha

TRANSWHITE
TRANSPORTES

Patrocinadores:

AKI-DEL-MAR
MARISCOS

auto LEANDRO SANTOS

sportino

Caldas da Rainha

Apoios:

turma. Agência Criativa

91 FM

JORNAL DAS CALDAS

Gazeta das Caldas

Parceiros:

COIMBRA NATAL 2026: UMA NOVA ESTAÇÃO PARA CELEBRAR



Entre novembro e janeiro, Coimbra volta a celebrar o Natal nas suas ruas, praças e espaços culturais. A programação reúne experiências para famílias, música, mercados e iniciativas que convidam a percorrer a cidade, da Baixa à margem esquerda do Mondego. Este ano, há uma novidade que promete dar um novo significado à expressão "chegar ao Natal".

Estação Natal: a grande novidade na Baixa

A antiga Estação Nova de Coimbra, um lugar ligado à história e à memória da cidade, ganha uma nova vida nesta quadra. A partir de 4 de dezembro, acolhe a Estação Natal, a principal novidade do Coimbra Natal 2026 e uma aposta na dinamização da Baixa.

O antigo espaço ferroviário transforma-se num ponto de encontro para residentes e visitantes, com propostas de animação natalícia e experiências para diferentes idades. O projeto vai ter videomapping, uma pista de gelo ecológica, iluminação festiva, espaços de restauração com food trucks e várias atividades de animação. Entre o património da estação e o ambiente de Natal, o convite é também para olhar de outra forma para um dos edifícios mais reconhecíveis do centro de Coimbra, bem junto ao Mondego.

Aldeia Natal: tradições no Portugal dos Pequenitos

Na margem esquerda do Mondego, o Portugal dos Pequenitos recebe a Aldeia Natal, de 27 de novembro a 3 de janeiro. A proposta convida miúdos e graúdos a viajar pelas tradições natalícias portuguesas, através de teatro, concertos, histórias, atividades e descobertas. Um programa pensado para partilhar momentos em família e criar novas memórias à volta das tradições desta época.

Mercado de Natal: encontro na Praça do Comércio

Na Baixa, a Praça do Comércio acolhe o Mercado de Natal, organizado pela União de Freguesias de Coimbra com o apoio do Município, de 27 de novembro a 23 de dezembro. É mais uma razão para percorrer o centro histórico, descobrir o comércio local, o artesanato e os produtos regionais, num ambiente de convívio que aproxima moradores e visitantes.

Concertos no Património: música em lugares únicos

O Natal também se ouve nos espaços históricos de Coimbra. Entre 27 de novembro e 6 de janeiro, os Concertos no Património levam coros, grupos musicais e repertórios variados a igrejas, capelas, mosteiros e outros locais emblemáticos. Da Igreja de Santa Cruz à Igreja do Carmo, passando pelo Átrio dos Paços do Concelho, a música ganha uma envolvência especial e convida a redescobrir o património da cidade.

Uma cidade iluminada e em movimento

A iluminação natalícia chega às ruas e praças a 27 de novembro, com inauguração na Praça 8 de Maio e música ao vivo. A programação inclui ainda espetáculos no Convento São Francisco, como o concerto de Aurea a 22 de dezembro, atividades no UC Exploratório e a São Silvestre de Coimbra, a 12 de dezembro. Entre propostas culturais, momentos em família e novas experiências, Coimbra oferece muitos motivos para uma visita nesta época natalícia.

CÂMARA MUNICIPAL DE COIMBRA

www.cm-coimbra.pt

PENAMACOR

Vila Madeiro

A CHAMA DA TRADIÇÃO

05 a 23 DEZEMBRO 2026



CONCERTOS

PISTA DE GELO

MERCADO DE NATAL

RODA, COMBOIO E CARROSSEL INFANTIL

GASTRONOMIA

TASQUINHAS

ANIMAÇÃO DE RUA

A TRADIÇÃO DO MADEIRO, A MAGIA DO NATAL!

Uma chama que atravessa gerações, mantém viva a tradição e ilumina Penamacor com o verdadeiro espírito de Natal.

www.
vilamadeiro.pt

municipiodepenamacor

ARI

Turismo de Outono/ Inverno

"Um destino para descobrir todo o ano"

"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

TURISMO DE PORTUGAL



"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."

Berta Cabral, Secretária Regional do Turismo, Mobilidade e Infraestruturas do XIV Governo dos Açores

GOVERNO DOS AÇORES



Mercados de Natal: destinos para descobrir neste inverno

Com a chegada dos meses mais frios, Portugal prepara-se para receber uma das épocas mais especiais do ano. De norte a sul, cidades e vilas transformam-se em cenários natalícios, com mercados de artesanato, gastronomia, iluminações e atividades para todas as idades. Estes eventos são também um convite a fazer pequenas escapadinhas e descobrir diferentes destinos durante o outono e o inverno.

Lisboa: um Natal cheio de animação

A capital recebe a Wonderland Lisboa, entre 28 de novembro de 2026 e 3 de janeiro de 2027, no Parque Eduardo VII. O evento conta com roda-gigante, pista de gelo, bancas de artesanato e gastronomia e uma Casa do Pai Natal. A entrada é gratuita, embora algumas atrações sejam pagas. O Campo Pequeno recebe também o Mercado de Natal das Avenidas Novas, em três períodos: de 28 de novembro a 1 de dezembro, de 5 a 8 e de 11 a 13 de dezembro.

Porto: tradição no coração da Invicta

A cidade do Porto deverá voltar a receber o seu Mercado de Natal no Jardim da Cordoaria, com bancas de artesanato, produtos gastronómicos e animação. As iluminações natalícias e a decoração das principais ruas completam o ambiente festivo, tornando a cidade um destino convidativo para um passeio de inverno.

Óbidos: uma vila transformada em fantasia

Entre 27 de novembro de 2026 e 3 de janeiro de 2027, a Óbidos Vila Natal apresenta o tema «Pinocchio e o Mundo das Marionetas». A programação inclui espetáculos, ateliers, diversões no gelo, um mercado e a Casa do Pai Natal. Os bilhetes começam nos oito euros para crianças e nos 12 euros para adultos.

Norte: mercados para descobrir

Em Santa Maria da Feira, o Perlim regressa à Quinta do Castelo entre 28 de novembro e 30 de dezembro, com experiências dedicadas às famílias. Em Guimarães, o Mercado de Natal decorre de 1 de dezembro a 3 de janeiro de 2027, com artesanato, brinquedos e produtos gastronómicos. Já em Valença, o mercado realiza-se entre 27 de novembro e 20 de dezembro, dando destaque aos produtores e artesãos locais.

Centro e interior: o encanto das tradições

Em Águeda, o evento «Águeda é Natal» decorre de 14 de novembro a 10 de janeiro de 2027. O destaque vai para o Maior Pai Natal do Mundo, com cerca de 21 metros de altura e 250 mil luzes LED. Em Leiria, a programação decorre de 27 de novembro a 3 de janeiro, com uma Aldeia do Pai Natal, carrossel, comboio e espetáculos.

Para uma experiência mais intimista, a Aldeia Natal de Cabeça, em Seia, decorre de 5 de dezembro a 6 de janeiro, com decorações feitas pelos habitantes a partir de materiais naturais. Em Penamacor, a iniciativa «Vila Madeiro», de 5 a 23 de dezembro, recupera a tradição da grande fogueira comunitária junto à Igreja Matriz.





TURISMO DE OUTONO / INVERNO

MADEIRA. TÃO TUA

"UM DESTINO PARA DESCOBRIR TODO O ANO"

“O Arquipélago da Madeira afirma-se como um destino onde natureza, cultura e hospitalidade se encontram de forma harmoniosa”



Os territórios insulares ocupam um lugar muito especial na identidade e na projeção turística de Portugal. Pela sua natureza singular, pela relação profunda com o oceano e pela riqueza das suas tradições, as ilhas portuguesas oferecem experiências autênticas e diferenciadoras que continuam a conquistar visitantes de todo o mundo. Neste contexto, o Arquipélago da Madeira afirma-se como um destino onde natureza, cultura e hospitalidade se encontram de forma harmoniosa.

Situada no Atlântico, a Madeira distingue-se pela extraordinária diversidade das suas paisagens e pelo cuidado na preservação do seu património natural. A floresta Laurissilva, classificada como Património Natural Mundial pela UNESCO, as montanhas imponentes, as levadas que percorrem vales e encostas e a relação permanente com o mar constituem alguns dos elementos que tornam este território verdadeiramente único. A valorização destes recursos, aliada a uma estratégia assente na sustentabilidade, tem permitido consolidar a Madeira como um destino turístico de elevada qualidade e cada vez mais reconhecido internacionalmente.

Mas a identidade da Região constrói-se também a partir da sua cultura e das suas tradições. Ao longo de todo o ano, a Madeira vive um calendário de eventos que reflete a vitalidade das suas comunidades e a autenticidade das suas expressões culturais. O Carnaval, a Festa da Flor, o Festival do Atlântico, a Festa do Vinho Madeira ou as celebrações de Natal e Fim de Ano são momentos que projetam a Região além-fronteiras e que convidam residentes e visitantes a participar em celebrações marcadas pela cor, pela criatividade e pelo espírito de partilha.

Importa igualmente sublinhar o contributo da ilha de Porto Santo para a diversidade da oferta turística do arquipélago. A serenidade que caracteriza a ilha e a sua extensa praia de areia dourada oferecem uma experiência distinta e complementar, reforçando o posicionamento da Região como um destino plural e completo.

Ao mesmo tempo, continuamos a preparar o futuro do destino com visão estratégica. O Programa UPGRADE – Turismo da Madeira representa um passo importante nesse caminho, apostando na qualificação da experiência turística, na melhoria das infraestruturas e na valorização do território, promovendo um turismo cada vez mais sustentável, equilibrado e capaz de gerar valor para as comunidades locais.

Num tempo em que os viajantes procuram autenticidade, natureza e cultura, a Madeira e o Porto Santo continuarão a afirmar-se como um destino que preserva a sua identidade e projeta o futuro com ambição e responsabilidade.

Eduardo Jesus, Secretário Regional de Turismo, Ambiente e Cultura do Governo Regional da Madeira



“Na Madeira, a arte de bem receber caminha desde sempre de mão dada a uma indústria de turismo secular – primeiro, terapêutico, no século XIX – e hoje moderna, de elevada qualidade e diversidade, quer da oferta do produto turístico, quer do seu parque hoteleiro. Fatores, que associados ao riquíssimo património natural e paisagístico, material e imaterial, sem esquecer os costumes e as tradições bem vincadas do seu Povo, contribuem de forma indelével para o reconhecimento do destino. Pelo que, nesta oportunidade, estendo a todos quantos me leem o convite para elegerem a Madeira e o Porto Santo como destino de férias – aos rendidos às ilhas e aos que as têm por descobrir”.

Miguel Filipe Machado de Albuquerque, Presidente do Governo Regional da Madeira



©Nuno Andrade

O melhor presente de Natal não se embrulha: vive-se na Madeira

Entre luzes, sabores e o fogo de artifício mais famoso do Atlântico, a an island apart convida a viver a quadra festiva na Madeira como quem é da ilha.

Há destinos que se visitam e há destinos que se vivem. No Natal, a Madeira pertence ao segundo grupo. Enquanto grande parte da Europa se recolhe ao frio, a ilha mantém temperaturas amenas, jardins em flor e um Funchal transformado num cenário de luz. É a altura do ano em que a tradição madeirense se mostra por inteiro e em que saber onde ficar no Funchal faz toda a diferença entre assistir à festa e fazer parte dela.

A Festa, como lhe chamam os madeirenses

Na Madeira, o Natal tem nome próprio: é "a Festa". Começa no início de dezembro, quando as iluminações acendem a Avenida Arriaga, a Sé e as ruas do centro histórico. Nas madrugadas que antecedem o dia de Natal, as Missas do Parto juntam a comunidade em celebrações que terminam com cantares, café e bolo de mel à porta das igrejas. Na noite de 23 de dezembro, a Noite do Mercado enche o Mercado dos Lavradores e as ruas à volta de música, flores e encontros que se prolongam pela madrugada. Pelo meio, há as lapinhas (os presépios tradicionais), a carne de vinha d'alhos, os licores caseiros e a poncha que aquece as conversas.

Depois chega a passagem de ano. O fogo de artifício do Funchal, que já entrou para o Guinness World Records como o maior do mundo, ilumina a baía e o anfiteatro natural da cidade num espetáculo que se vê de quase todas as varandas do Funchal.



©Nuno Andrade





Uma quadra ao ritmo da ilha

Os dias de dezembro pedem pouco planeamento e muita disponibilidade. De manhã, um passeio pelas levadas ou uma subida ao Pico do Areeiro para ver o nascer do sol acima das nuvens. Ao almoço, uma espetada em pau de louro numa tasca da serra ou peixe-espada preto com banana junto ao mar. Ao fim da tarde, o regresso à baixa para ver as luzes acenderem-se e provar uma poncha na Rua de Santa Maria, onde as portas pintadas da Zona Velha dão cor às noites de inverno.

Ficar perto de tudo isto muda a forma de viver a viagem. As propriedades geridas pela **an island apart** no Funchal permitem sair a pé para os principais momentos da quadra, regressar a casa entre um programa e outro e receber a família à mesa, com o espaço e a privacidade que um quarto de hotel raramente oferece. A consoada pode ser preparada com produtos comprados nessa manhã no mercado, e a noite de fim de ano pode ser vista da própria varanda.

Um segredo bem guardado: o inverno na Madeira

Os números confirmam o que os madeirenses sempre souberam. Segundo dados internos da **an island apart**, 36% das estadias nas suas propriedades no Funchal, num universo de quase 30 mil estadias analisadas, acontecem entre novembro e março. O clima ameno, as levadas sem o calor do verão e uma cidade animada, longe das multidões da época alta, fazem do inverno uma das melhores alturas para descobrir a ilha. Para quem trabalha à distância, a combinação de bom tempo, boa ligação à internet e estadias de média duração tornou a Madeira uma alternativa cada vez mais procurada nos meses frios.

Viver o Funchal por dentro

Com mais de 17 anos de experiência e mais de 400 propriedades na Madeira e no Porto Santo, a **an island apart** é a referência na gestão de alojamento local na região. O portefólio de alugueres de férias no Funchal vai dos apartamentos no centro histórico, a poucos passos do Mercado dos Lavradores e da baixa iluminada, às moradias com piscina nas encostas, com vista para a baía e para o fogo de artifício. Há opções para casais, famílias ou grupos de amigos que querem passar a quadra juntos, e para quem prefere ficar uma temporada mais longa. Cada propriedade é pensada ao pormenor, do design de interiores ao equipamento da cozinha, para que a estadia seja tão confortável como estar em casa, com a vantagem de acordar com vista para o Atlântico.

«O inverno é uma das épocas mais bonitas da Madeira: o clima mantém-se ameno, o Funchal enche-se de luz e as tradições de Natal mostram-se por inteiro. O nosso compromisso é que cada hóspede viva a ilha como quem é de cá, e que cada proprietário veja a sua casa render durante todo o ano.» — André Loja, administrador da **an island apart**

Por trás de cada estadia está uma equipa local de mais de 50 profissionais que conhece cada recanto da ilha: limpeza irrepreensível, atenção personalizada desde o check-in e apoio disponível durante toda a estadia. É este cuidado que fez da empresa uma referência no setor, distinguida como PME Líder e entre as 500 maiores empresas da região.

Tem uma casa na Madeira?

O inverno é a altura ideal para preparar a próxima época. A **an island apart** faz a gestão integral de propriedades, da gestão de reservas e da manutenção aos preços dinâmicos, com resultados consistentemente acima da média do mercado em ocupação e preço médio por noite. O proprietário acompanha o desempenho da sua propriedade, e a equipa trata de tudo o resto, para que cada estadia corra bem e cada hóspede queira voltar. Saiba como transformar a sua propriedade num ativo turístico rentável em anislandapart.com/hosts.

Oferta exclusiva para leitores

Para os leitores da Mais Magazine, a **an island apart** oferece **10% de desconto** em reservas feitas diretamente em anislandapart.com, com o código **MAISMADEIRA10**, para estadias entre 20 de novembro de 2026 e 21 de março de 2027, sem estadia mínima (exceto propriedades de longa duração). É uma forma simples de oferecer, a si ou a quem mais gosta, o melhor presente desta época: tempo na Madeira. A reserva direta garante ainda contacto com a equipa local, que ajuda a planear a estadia, das sugestões de restaurantes para a consoada aos melhores pontos para ver o fogo de artifício.

an island apart holiday rentals

Caminho de Santo António 234A
9020-353 Funchal
+351 925 444 444
info@anislandapart.com
anislandapart.com
instagram.com/anislandapart

Bruval Investments reforça aposta no turismo sustentável com o projeto Bruval Eco Retreat

A Bruval Investments é uma empresa familiar com mais de 30 anos de experiência em diferentes áreas de negócio, nomeadamente investimento imobiliário, construção, contabilidade e alojamento rural. Com uma visão orientada para a inovação e para a criação de valor, a empresa tem vindo a diversificar a sua atividade, apostando em projetos que conciliam qualidade, diferenciação e sustentabilidade.

Um dos exemplos desta estratégia é o Bruval Eco Retreat, um conceito de eco-glamping localizado em Sandim, Vila Nova de Gaia, que procura proporcionar uma experiência de alojamento diferenciadora, onde o conforto e o contacto com a natureza assumem um papel central.

O empreendimento distingue-se pelas suas unidades de alojamento, concebidas para oferecer privacidade e tranquilidade, com equipamentos como jacuzzis privados e baloiços panorâmicos, que permitem aos hóspedes desfrutar da envolvente natural. Uma das unidades dispõe ainda de uma piscina exclusiva, reforçando a componente de conforto e exclusividade da experiência.

Desenvolvido pela segunda geração da família, o projeto representa também uma nova etapa na evolução da Bruval Investments, refletindo a capacidade de adaptação da empresa às tendências do turismo e à crescente procura por experiências de alojamento em ambientes naturais.

A sustentabilidade é um dos pilares do Bruval Eco Retreat, estando presente na escolha de materiais e na reutilização de madeira e de outros elementos. Esta abordagem demonstra a preocupação da empresa em desenvolver soluções mais responsáveis, sem descurar a qualidade e a identidade do espaço.

Com este projeto, a Bruval Investments reforça a sua presença no setor do turismo, afirmando-se através de uma oferta diferenciadora e de uma visão que combina experiência empresarial, inovação e respeito pela natureza.



AP Adriana Beach Resort distinguido como «Family Hotel» nos Prémios Líderes do Turismo

O AP Adriana Beach Resort, unidade hoteleira integrada no grupo AP Hotels & Resorts e localizada em Albufeira, foi distinguido com o prémio "Family Hotel", nos Prémios Líderes do Turismo, promovidos pela publicação especializada T-News. Este reconhecimento destaca a qualidade da oferta do resort e o seu posicionamento no segmento do turismo familiar.

Situado junto à Praia da Falésia, numa zona privilegiada do Algarve, o AP Adriana Beach Resort beneficia de uma envolvente natural marcada por amplos espaços verdes, proporcionando um ambiente propício ao descanso e ao lazer. A unidade apresenta uma oferta abrangente, pensada para responder às necessidades de diferentes perfis de hóspedes, com especial atenção às famílias que procuram umas férias com conforto, diversão e atividades para todas as idades.

Entre as principais infraestruturas e serviços disponíveis encontram-se várias piscinas interiores e exteriores, restaurantes, bares, campos desportivos, ginásio e espaços dedicados aos mais novos. O resort disponibiliza ainda um clube infantil e um programa de animação diurna e noturna, promovendo experiências diversificadas para crianças e adultos. O regime tudo incluído é outro dos elementos diferenciadores da unidade, permitindo aos hóspedes usufruir de uma experiência de férias mais completa e conveniente.

A distinção como "Family Hotel" vem reconhecer a aposta contínua do AP Adriana Beach Resort na qualidade dos serviços e na criação de experiências direcionadas para o turismo familiar. Mais do que uma unidade de alojamento, o resort procura afirmar-se como um destino de férias onde o lazer, o entretenimento e o bem-estar se conjugam numa oferta integrada.



Raízes portuguesas, SABORES DE EXCELÊNCIA

Portugal é um país de tradições, de saberes transmitidos entre gerações e de uma riqueza gastronómica que encontra nas suas raízes uma das maiores expressões de identidade. De norte a sul, cada região guarda sabores próprios, receitas ancestrais e produtos que refletem a autenticidade da sua terra, das suas gentes e da sua história.

A gastronomia portuguesa distingue-se pela simplicidade dos ingredientes, pela qualidade da matéria-prima e pelo cuidado colocado em cada etapa da sua preparação. Do azeite aos queijos, dos vinhos aos enchidos, passando pelo peixe, pela carne e pela doçaria tradicional, são inúmeros os produtos que dão forma a uma herança culinária reconhecida dentro e além-fronteiras.

Mais do que alimentar, a cozinha portuguesa representa uma forma de preservar a memória coletiva. É à mesa que se partilham histórias, se celebram momentos e se mantêm vivas tradições que atravessam gerações. Cada receita transporta consigo um pouco da identidade nacional, revelando a ligação profunda entre o território, a cultura e os seus habitantes.

Contudo, honrar as raízes não significa permanecer apenas no passado. A excelência da gastronomia nacional constrói-se também através da inovação, da criatividade e da capacidade de acompanhar novas tendências, sem perder de vista aquilo que a torna única. Produtores, agricultores, empresários e profissionais do setor desempenham um papel fundamental nesta valorização, apostando na qualidade, na sustentabilidade e na autenticidade dos produtos portugueses.

Num mercado cada vez mais global, afirmar os sabores nacionais é também afirmar Portugal. É reconhecer o valor de quem preserva métodos tradicionais, investe na produção local e transforma recursos endógenos em experiências gastronómicas de excelência.

Porque há sabores que contam histórias, produtos que representam territórios e tradições que merecem ser preservadas. Portugal tem nas suas raízes um património de valor inestimável e nos seus sabores uma das mais genuínas formas de dar a conhecer a sua identidade ao mundo.

40 anos a preservar os sabores portugueses

Fundado em 1986, em Albufeira, O Costa – Casa das Bifanas prepara-se para celebrar quatro décadas de atividade. Entre a especialidade que lhe dá nome, uma vasta oferta de petiscos tradicionais e a atenção dedicada a cada cliente, Carlos Costa mantém uma aposta na gastronomia portuguesa, conciliando a experiência acumulada com novos projetos para responder a um público cada vez mais diversificado.

A história deste espaço começou em novembro de 1986, inicialmente com um salão de jogos, onde as bifanas acompanhavam os momentos de convívio. Com o passar dos anos, com o encerramento dessa atividade, Carlos Costa reforçou a aposta na restauração, adaptando a oferta às necessidades de quem trabalhava nas obras da zona e procurava refeições rápidas. Quase 40 anos depois, as bifanas continuam a ser a imagem de marca do estabelecimento, embora a carta tenha evoluído para incluir uma diversidade de pratos e petiscos.

As mudanças nos hábitos de consumo, a crise da Troika e a pandemia influenciaram o movimento da casa, mas não alteraram a importância atribuída ao atendimento. Para o fundador, a relação com o cliente é tão relevante como a qualidade da comida. "A diferença não está apenas no produto. Está também na forma como recebemos as pessoas: tentamos tratar cada cliente como gostaríamos de ser tratados noutro lugar", explica.

A filosofia passa por ouvir quem visita o espaço e procurar soluções quando alguma coisa não corresponde às expectativas. Uma forma de estar que acompanha o percurso do negócio e que Carlos Costa considera essencial para continuar a merecer a confiança dos clientes. "Estamos quase a completar 40 anos de atividade, e é uma satisfação continuar este caminho", assume.

O segredo está na preparação

A bifana distingue-se pelo corte fino da carne, disposta em várias lâminas sobrepostas, e por uma preparação que começa dois dias antes de chegar à frigideira. A carne é colocada numa vinha de alho para ganhar sabor, num processo em que o alho, o louro e o tempero assumem um papel fundamental.

Também a confeção exige cuidados específicos. A utilização de óleo de girassol e a manutenção da frigideira quente durante o serviço contribuem para a consistência do resultado. A experiência diária permite aperfeiçoar os procedimentos e responder às preferências individuais, sem perder a identidade da especialidade, como explica Carlos Costa.

"Há clientes que gostam de muita carne e molho; eu, por exemplo, acho que a bifana sabe muito bem com menos carne. Procuramos respeitar os gostos de cada um, sem cobrar mais por isso."

Uma carta que celebra a cozinha portuguesa

Para além das bifanas, a oferta gastronómica assenta numa variedade de pratos tradicionais e petiscos. Nos dias úteis, o prato do dia apresenta diferentes propostas, como a feijoada de porco alentejano, o cozido de grão com carnes salgadas, a feijoada de chocos, a feijoada de polvo, o borrego de pasto com ervilhas e o rabo de boi estufado. À sexta-feira, o choco frito é uma das especialidades que atrai clientes de vários pontos.

A carta de petiscos inclui bochechas grelhadas, entrecosto, moelas, carapaus alimados, torresmos, orelha cozida ou grelhada, barriga de atum e várias preparações de bacalhau. No marisco, destacam-se opções como as amêijoas da Ria Formosa, a gamba da costa, o lingueirão e o berbigão.













Mais recentemente, as frigideiras de miúdos e as carnes de alguidar, temperadas com sabores tradicionais, conquistaram uma boa aceitação.

A evolução da oferta tem sido feita também com base nas sugestões dos próprios clientes. A introdução de novas versões de petiscos permitiu alargar a variedade sem afastar a casa das suas raízes. "Procuramos ouvir os clientes e perceber aquilo de que gostam, sem descaracterizar a casa", sublinha o fundador, que acredita na capacidade da cozinha portuguesa para continuar a conquistar público.

A localização em Albufeira permite ao estabelecimento receber clientes nacionais e estrangeiros, sobretudo durante o verão. Para muitos turistas, a visita representa uma oportunidade de descobrir os petiscos portugueses e experimentar pratos que fazem parte da tradição gastronómica do país. A recomendação de outros visitantes, dos guias turísticos e dos motoristas de transferes tem contribuído para dar a conhecer a casa.

Nos últimos dois anos, Carlos Costa tem observado um aumento de clientes de diferentes nacionalidades, incluindo asiáticos. Perante esta realidade, uma das prioridades passa por criar menus de mesa em várias línguas, facilitando a compreensão da oferta e ajudando os visitantes a escolher os pratos de acordo com as suas preferências.

O objetivo é tornar a experiência mais acessível sem alterar a identidade do estabelecimento. "Acredito que a cozinha portuguesa tem, sem dúvida, capacidade para conquistar novos públicos, desde que se consiga comunicar bem o que se serve e se mantenha a qualidade", afirma.

A qualidade começa nos fornecedores

A escolha das matérias-primas é outro elemento central da identidade deste espaço. O estabelecimento trabalha com fornecedores de confiança, alguns dos quais acompanham o negócio há muitos anos, conjugando parceiros de maior dimensão com produtores e comerciantes tradicionais da região.

Nas carnes, o recurso a um talho tradicional de Albufeira permite selecionar produtos específicos. No marisco, a preferência recai sobre fornecedores regionais e produtos como a amêijoa da Ria Formosa. A relação próxima com quem fornece os ingredientes permite acompanhar a qualidade e procurar alternativas sempre que necessário.

A exigência estende-se à experimentação de novos produtos. Quando a carne utilizada no pica-pau deixou de apresentar a textura pretendida, por exemplo, a casa optou por mudar, procurando garantir uma melhor experiência ao cliente. Para Carlos Costa, a escolha dos ingredientes não pode ser dissociada do resultado final: "No fim, é essencial sabermos o que estamos a pôr na mesa. A qualidade da matéria-prima influencia diretamente o prato e a confiança que o cliente deposita na casa."

Num setor competitivo, a consistência dos pratos, o preço justo e a qualidade do serviço são fatores determinantes para fidelizar clientes. Carlos Costa defende uma abordagem centrada na satisfação de quem se senta à mesa, privilegiando o aconselhamento e as quantidades adequadas em vez de servir em excesso.

"O objetivo é que saia satisfeito, com vontade de voltar. Como costumo dizer, que vá embora com pena de se ir embora e cheio de saudades de regressar. Ver os clientes felizes e ser cumprimentado e recomendado na rua é uma das maiores satisfações.", resume.

Novos projetos, a mesma tradição

Entre as apostas recentes está o gin próprio, lançado há cerca de dois anos, com notas de lima, limão, laranja e hortelã. A bebida tem despertado o interesse dos clientes e começou também a ser comercializada junto de outros estabelecimentos de restauração. "É uma bebida cítrica e suave, com notas de lima, limão, laranja e hortelã. Muitas vezes oferecemos um mini gin no final da refeição, e há clientes que já vêm de propósito para o provar", afirma.

À medida que se aproxima dos 40 anos de atividade, O Costa – Casa das Bifanas continua a afirmar a sua identidade através das bifanas, dos petiscos e de uma cozinha ligada aos sabores portugueses. Para Carlos Costa, a continuidade do negócio passa por preservar aquilo que distingue a casa, sem deixar de escutar quem a visita e de encontrar novas formas de receber cada cliente.

O COSTA
CASA DAS BIFANAS


ESPECIAL
SAÚDE EM
PORTUGAL



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

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

Carlos Cortes, Bastonário da Ordem dos Médicos



"A defesa dos direitos dos enfermeiros continuará a orientar a atuação da ASPE, que reafirma o seu compromisso com a valorização da profissão, a justiça remuneratória e o respeito pelos direitos legalmente consagrados."

Lúcia Leite, Presidente da ASPE



"O nosso papel, enquanto enfermeiros, é o de desconstruir o tabu. Não estamos apenas para intervir na emergência. Estamos aqui para o diagnóstico precoce, para a educação para a saúde e para a promoção de hábitos que transformam a qualidade de vida. Prevenir hoje é garantir que, amanhã, o homem possa continuar a exercer o seu papel na família e na sociedade com dignidade e autonomia."

Guadalupe Simões, Dirigente Nacional do SEP



Vacinar é proteger. Mas quem protege as condições de quem vacina?

Vacinação sazonal 2026-2027: o papel dos Enfermeiros e os desafios tecnológicos e logísticos que ameaçam a eficiência da campanha.



Nuno Sevivas, Delegado Sindical da Associação Sindical Portuguesa dos Enfermeiros (ASPE) na ULS São João

A vacinação como pilar fundamental da saúde pública

A vacinação é um dos instrumentos mais eficazes de prevenção da doença e redução da mortalidade. Previne complicações e hospitalizações, protege os mais vulneráveis e contribui para a sustentabilidade dos sistemas de saúde.

Em Portugal, as taxas elevadas de vacinação assentam, sobretudo, na prevenção, na confiança da população e no trabalho dos Enfermeiros.

A campanha de vacinação sazonal 2026-2027, promovida pela Direção-Geral da Saúde (DGS), contra a gripe e a COVID-19, decorre entre 30 de setembro de 2026 e 31 de março de 2027, para proteger os grupos com maior risco de doença grave, complicações, hospitalização e morte. Perante a maior circulação de vírus respiratórios, esta é a estratégia que mais eficazmente reduz a pressão sobre o Serviço Nacional de Saúde (SNS).

Contudo, o sucesso de qualquer campanha de vacinação não depende exclusivamente da existência de vacinas eficazes, de orientações técnicas ou da definição de metas de cobertura vacinal.

Depende, sobretudo, da capacidade do sistema de saúde para transformar essas orientações em respostas concretas, acessíveis, organizadas e seguras para a população.

E é precisamente neste processo que os Enfermeiros assumem um papel absolutamente determinante.

Os Enfermeiros: muito mais do que profissionais que administram vacinas

Reduzir o papel dos Enfermeiros à administração de vacinas ignora uma intervenção que exige conhecimento científico, competências técnicas, avaliação, comunicação terapêutica, gestão de riscos e acompanhamento do utente.

Os Enfermeiros identificam as pessoas elegíveis, avaliam o estado de saúde, verificam a existência de contraindicações, esclarecem dúvidas, promovem a literacia em saúde, preparam e administram as vacinas, vigiam eventuais reações adversas e documentam os cuidados.

Promovem ainda a adesão junto das populações mais vulneráveis, das pessoas com doenças crónicas, dos idosos e de

quem enfrenta dificuldades de mobilidade, isolamento social ou barreiras de acesso.

Nos cuidados de saúde primários, conhecem os utentes, os seus contextos familiares e as dificuldades de adesão. Desenvolvem ainda estratégias de procura ativa, contactam os cidadãos, organizam sessões e asseguram intervenções comunitárias e institucionais.

Os Enfermeiros são agentes fundamentais da organização, implementação, segurança e sucesso das campanhas, por isso valorizar a vacinação implica, necessariamente, reconhecer e valorizar os profissionais que diariamente a tornam possível.

Campanha sazonal 2026-2027: novas exigências, responsabilidades acrescidas

De acordo com as orientações da DGS, a vacinação contra a gripe mantém a prioridade dos grupos com risco acrescido de doença grave, alargando a vacinação gratuita às crianças dos 2 aos 4 anos, inclusive.

Na COVID-19, o critério etário geral de recomendação passa dos 60 para os 70 anos, sem prejuízo de outros grupos elegíveis por critérios clínicos, ocupacionais ou de vulnerabilidade.

Estas alterações exigem atualização de conhecimentos, interpretação das normas, esclarecimento dos cidadãos e adaptação dos serviços, identificação dos utentes e gestão dos recursos.

É indispensável garantir planeamento, recursos humanos suficientes, sistemas informáticos funcionais e logística adequada; quando estes elementos falham, os Enfermeiros enfrentam as consequências.

Plataforma VACINAS: quando a tecnologia deixa de facilitar e passa a dificultar

A transformação digital só melhora os cuidados e reduz tarefas administrativas com sistemas fiáveis e adequados à prática clínica.

A Plataforma VACINAS, utilizada para o registo das vacinas administradas, é essencial para a documentação da atividade vacinal, a rastreabilidade das inoculações, a continuidade dos cuidados e a monitorização das campanhas. Contudo, os constrangimentos reportados pelos Enfermeiros e denunciados pela ASPE logo no início da Campanha de Vacinação Sazonal 2026 são motivo de profunda preocupação.

Dificuldades de acesso à plataforma, a lentidão, as interrupções e a impossibilidade de concluir registos em tempo útil comprometem a atividade assistencial, sobretudo em períodos de elevada procura.

Após administrar uma vacina, o Enfermeiro deve poder registá-la de forma célere, segura e integrada nos cuidados. Quando isso não acontece, tem de repetir procedimentos, aguardar pela recuperação do sistema ou adiar o registo, acumulando tarefas administrativas.

É inaceitável que os Enfermeiros tenham de compensar, através de esforço adicional e desgaste profissional, as insuficiências de ferramentas cuja operacionalidade não depende deles.

O adiamento sistemático dos registos pode aumentar o risco de omissões, duplicações ou incorreções. Registos completos, rigorosos e atempados são essenciais para a segurança dos utentes, a rastreabilidade dos produtos e a qualidade dos indicadores.

As falhas afetam a organização dos cuidados, a segurança da informação, a gestão do trabalho e a confiança dos profissionais. A tecnologia deve estar ao serviço dos Enfermeiros e dos cidadãos.

A tecnologia deve estar ao serviço dos Enfermeiros e dos cidadãos, e não constituir mais um obstáculo à prestação de cuidados.

A logística das vacinas: um problema que começa antes da administração

A eficácia de uma campanha depende de uma cadeia logística organizada e previsível. Definir prioridades e mobilizar a população é insuficiente se faltarem doses nas unidades.

Os constrangimentos na distribuição, sinalizados na atividade assistencial, preocupam a ASPE, nomeadamente os atrasos, quantidades insuficientes ou ausência de informação atempada sobre a disponibilidade que podem comprometer as sessões e obrigar à reorganização sucessiva da atividade.

Um utente pode deslocar-se à unidade e não ser vacinado. Reagendar sessões obriga os Enfermeiros a repetir contactos, reformular agendas e reorganizar recursos humanos.

Para cidadãos com dificuldades de mobilidade, dependência funcional ou residentes em instituições, a vacinação exige articulação entre equipas e planeamento de deslocações. A falta de vacinas pode comprometer todo esse trabalho.

Reagendamentos sucessivos podem gerar frustração, afetar a confiança e criar barreiras à vacinação. Não basta apelar aos cidadãos para que se vacinem: é necessário garantir uma resposta organizada. A logística é essencial à estratégia nacional de vacinação.



O desgaste invisível dos Enfermeiros

O desgaste dos Enfermeiros raramente é reconhecido. A campanha aumenta as exigências assistenciais sem suspender



consultas de Enfermagem, cuidados domiciliários, acompanhamento de doenças crónicas e programas de vigilância de saúde.

Somar falhas informáticas, atrasos logísticos, reagendamentos e registos pendentes cria uma sobrecarga que não pode ser considerada normal ou inevitável. O tempo gasto a resolver estes problemas é retirado à atividade assistencial e à disponibilidade dos profissionais.

Mais do que produtividade, estão em causa as condições de trabalho, a segurança e a sustentabilidade dos serviços. Para a ASPE, a capacidade de adaptação dos Enfermeiros não pode continuar a ser a resposta permanente às insuficiências organizacionais.

O compromisso com os utentes não justifica normalizar dificuldades que competem às estruturas responsáveis prevenir e resolver. Não é razoável exigir objetivos cada vez mais ambiciosos sem assegurar as condições humanas, técnicas e materiais necessárias.

Entre as metas de vacinação e a realidade dos serviços

Os indicadores de cobertura vacinal, doses administradas e população protegida são indispensáveis, mas importa avaliar como se alcançam.

Quantas horas são consumidas a ultrapassar falhas informáticas? Quantos registos ficam pendentes? Quantas sessões são reorganizadas por dificuldades no fornecimento? Quantos contactos adicionais realizam os Enfermeiros para compensar constrangimentos alheios?

Uma avaliação rigorosa deve considerar os recursos mobilizados, os constrangimentos e o impacto nas equipas. A eficiência não pode medir-se apenas pelo número de vacinas administradas: deve refletir a qualidade dos processos, a segurança dos cuidados, a acessibilidade da população e a sustentabilidade das condições de trabalho.

É necessário agir: responsabilidade institucional e compromisso com os profissionais

A ASPE considera urgente uma intervenção articulada entre o Ministério da Saúde, os Serviços Partilhados do Ministério da Saúde (SPMS), as estruturas responsáveis pela distribuição das vacinas e as entidades gestoras das unidades de saúde.

As prioridades são claras: garantir a estabilidade e capacidade de resposta da Plataforma VACINAS; assegurar mecanismos de contingência seguros; melhorar a previsibilidade e regularidade da distribuição; adequar os recursos humanos; e reconhecer o trabalho adicional resultante dos constrangimentos técnicos e organizacionais.

Os Enfermeiros conhecem as dificuldades e devem participar na identificação dos problemas e na construção das soluções, integrando o planeamento, a implementação e a avaliação das estratégias.

Investir na vacinação exige, além de vacinas e recomendações clínicas, organização dos serviços, fiabilidade tecnológica, logística, formação e investimento nos profissionais.

Vacinar é proteger vidas. Mas proteger vidas exige também proteger as condições de trabalho de quem vacina.

E essa é uma responsabilidade que não pode continuar a ser adiada.

Nuno Sevivas, Delegado Sindical da Associação Sindical Portuguesa dos Enfermeiros (ASPE) na ULS São João

ASPE®
ASSOCIAÇÃO SINDICAL PORTUGUESA DOS ENFERMEIROS

www.aspe.pt

A campanha de vacinação contra a gripe e a COVID-19 já está a decorrer e traz novidades para 2026-2027

A campanha de vacinação sazonal para o outono-inverno de 2026-2027 contra a gripe e a COVID-19 arrancou a 30 de setembro, abrangendo as unidades de saúde do Serviço Nacional de Saúde (SNS), as farmácias comunitárias aderentes e outros locais de vacinação autorizados. A iniciativa pretende reforçar a proteção da população, em particular dos grupos mais vulneráveis, durante os meses de maior circulação dos vírus respiratórios.

Uma das principais novidades desta edição é o alargamento da vacinação gratuita contra a gripe às crianças dos 2 aos 4 anos, inclusive. Passa também a ser recomendada a administração de duas doses da vacina às crianças entre os 6 e os 23 meses que nunca tenham sido vacinadas contra a gripe, no âmbito do esquema de primovacinação. Estas medidas procuram reforçar a proteção dos mais novos e contribuir para diminuir a transmissão da doença na comunidade.

A campanha contempla ainda o alargamento dos locais de acesso à vacinação. Nas farmácias comunitárias aderentes, a vacina contra a gripe passa a estar disponível para pessoas entre os 18 e os 59 anos com patologias de risco elegíveis. Estão igualmente abrangidos determinados profissionais que prestam cuidados diretos em unidades de saúde dos setores privado e social, nomeadamente em estabelecimentos com internamento, cirurgia de ambulatório, obstetrícia, neonatologia e diálise, bem como em unidades com atendimento permanente.

No que diz respeito à gripe, o SNS adquiriu 2,33 milhões de doses de vacinas de dose normal e 369 mil doses de dose elevada. Estes números representam um reforço da disponibilidade de vacinas relativamente à campanha anterior, com mais 187 mil doses de dose normal e 12 mil doses de dose elevada.

Também a estratégia de vacinação contra a COVID-19 apresenta alterações nesta época. A recomendação passa a estar mais direcionada para os grupos com maior risco de desenvolver doença grave, necessitar de hospitalização ou morrer na sequência da infeção. Uma das principais mudanças é o aumento da idade a partir da qual a vacinação sazonal é recomendada, passando dos 60 para os 70 anos. Mantém-se, contudo, a vacinação das pessoas com doenças ou condições clínicas que aumentam o risco de complicações, assim como dos residentes em estruturas e contextos particularmente vulneráveis.

A vacinação contra a COVID-19 continua igualmente disponível nas farmácias comunitárias para pessoas entre os 18 e os 69 anos com patologias de risco, mantendo-se o acesso para a população entre os 70 e os 84 anos, independentemente da existência dessas condições clínicas. A estratégia contempla ainda os profissionais de saúde com fatores de risco individuais ou que prestam cuidados diretos e regulares a pessoas particularmente vulneráveis.

Mais de 31 mil crianças protegidas contra o vírus sincicial respiratório em Portugal

Mais de 31 mil crianças já tinham sido protegidas contra o Vírus Sincicial Respiratório (VSR) em Portugal Continental, apenas durante o primeiro mês da campanha de imunização de 2026/2027. Os dados, divulgados pela Direção-Geral da Saúde (DGS) a 19 de outubro, revelam uma adesão significativa a esta medida de prevenção, que pretende reduzir o risco de infeções respiratórias graves nos bebés e nas crianças mais vulneráveis.

Esta iniciativa disponibiliza gratuitamente um anticorpo monoclonal que ajuda a proteger os mais novos contra o VSR, um dos principais responsáveis pelas infeções respiratórias durante os meses de outono e inverno. O vírus pode provocar bronquiolite e pneumonia, podendo originar situações que necessitam de acompanhamento hospitalar, sobretudo nos primeiros meses de vida.

Pelo terceiro ano consecutivo, a imunização é disponibilizada gratuitamente no âmbito de uma campanha nacional, abrangendo os bebés nascidos entre 1 de abril de 2026 e 31 de março de 2027, bem como crianças prematuras ou com determinadas condições clínicas que aumentam o risco de doença grave.

A administração decorre nas maternidades, nos cuidados de saúde primários e nos hospitais, permitindo alargar o acesso à proteção e facilitar a sua integração nos cuidados pediátricos.



Saúde masculina: A prevenção é sempre o caminho

O Dia Internacional do Homem, celebrado a 19 de novembro, é mais do que uma data no calendário, é um momento incontornável para refletir sobre, mais uma, das questões desafiantes da saúde pública contemporânea: o cuidado com a saúde masculina.



O tema, "Saúde Masculina 360º – Prevenir Hoje, Viver Melhor Amanhã", não é apenas um slogan, é um imperativo ético e um desafio social que exige uma mudança de paradigma.

Historicamente, construímos uma cultura que rotula o homem como o símbolo da resistência e da invulnerabilidade. A ideia de que "o homem não chora" ou que "o homem é forte" instalou, de forma insidiosa, uma barreira cultural que afasta o sexo masculino dos cuidados de saúde e, mais grave, dos cuidados de promoção da saúde e preventivos.

Muitos homens, infelizmente, encaram a ida ao médico ou ao enfermeiro como um sinal de fraqueza, adiando diagnósticos e tratamentos até que o corpo – que tantas vezes ignoraram – impõe um limite severo.

O olhar da enfermagem: cuidar de forma global

Enquanto profissionais de enfermagem, vemos o utente não como uma coleção de órgãos ou compartimentos estanques, mas como um ser biopsicossocial. A saúde não se resume à ausência de doença, é o bem-estar físico, mental e social. Na nossa prática diária nos cuidados de saúde primários, percebemos que o homem, quando devidamente acompanhado e incentivado, demonstra uma enorme capacidade de mudança.

O nosso papel, enquanto enfermeiros, é o de desconstruir o tabu. Não estamos apenas para intervir na emergência. Estamos aqui para o diagnóstico precoce, para a educação para a saúde e para a promoção de hábitos que transformam a qualidade de vida.

Prevenir hoje é garantir que, amanhã, o homem possa continuar a exercer o seu papel na família e na sociedade com dignidade e autonomia.

Na verdade, a nossa exigência em torno da promoção da saúde e da prevenção da doença não é apenas porque sim. Um dos indicadores que importa ter em consideração no âmbito das políticas públicas é o número de anos com qualidade de vida que devemos exigir ter, após os 65 anos.

Infelizmente, Portugal, continua a estar no fundo da tabela no que a este indicador diz respeito e, sejamos claros, aumentar o número de rastreios relativamente a algumas doenças, por si só, não resolve.

Os determinantes sociais da saúde – conjunto de circunstâncias em que as pessoas nascem, crescem, vivem, trabalham e morrem - têm cada vez mais peso no binómio saúde/doença. E, apesar de terem sido integrados na gestão do SNS através do Índice de Complexidade do Utente para que a ACSS, através de um algoritmo, possa prever a carga de trabalho assistencial e ajustar a afetação de recursos, o que assistimos é que para além desse objetivo não ser cumprido existem outras variáveis que afetam a saúde e o bem-estar dos cidadãos que, como se constata pelas políticas adotadas pelo Governo, aprofundam gravemente o problema:

- **Variáveis socioeconómicas**: apesar de o índice considerar fatores como a "insuficiência económica", os salários continuam a ser baixos e, atualmente, completamente insuficientes face ao aumento do custo de vida. Os quase 2 milhões de cidadãos pobres que trabalham, seguramente, vivem em carência nutricional daí o aumento, também, da obesidade infantil e juvenil, a incidência da diabetes tipo I, acidentes vasculares cerebrais em idades mais jovens, etc. alidade (que reflete contextos de migração e integração). A



pobreza energética e a falta de acesso à habitação, os constrangimentos na mobilidade, a iliteracia em saúde (não em doença) são questões que recorrentemente "estão em cima da mesa", mas que nada ou pouco de faz para melhorar. Caso a aposta fosse na resolução destes problemas, a montante, alguns dos problemas a jusante, no tratamento, estariam minimizados.

- **Contexto geográfico**: A densidade populacional da freguesia de residência apesar de também ser um fator de ponderação porque reconhece que o contexto territorial tem influência no acesso e no consumo de cuidados esquece a dispersão geográfica e as dificuldades de acesso no interior do país.

- **Aplicação**: Este modelo deveria permitir uma "discriminação positiva", garantindo que equipas que lidam com populações de maior risco social e clínico pudessem receber uma adequação de recursos mais justa. A realidade, como bem sabemos, é completamente diferente. A falta de recursos, por razões diversas, é gritante quer nos grandes centros urbanos e no litoral como no interior do país



E regressamos à necessidade de um SNS forte

O Serviço Nacional de Saúde é o veículo que viabiliza a saúde do homem, da mulher, da criança, dos mais velhos, enfim, de todos sem exceção. A saúde masculina, tendo em conta o tema "Saúde 360º" não pode ser vista como um produto de consumo ou um negócio de conveniência. A verdadeira saúde pública exige a universalidade e a solidariedade que só o SNS garante.

A resposta aos desafios da saúde masculina – que vão desde o envelhecimento da população, ao aumento de doenças crónicas, à saúde mental, até à necessidade de rastreios oncológicos – não passa pela privatização, nem pela fragmentação de cuidados através de subcontratações ou seguros de saúde.

O que o homem português precisa é de um SNS robusto, com equipas multidisciplinares estáveis, com enfermeiros valorizados e com recursos de proximidade. O homem necessita de saber que, no centro de saúde da sua área de residência, existe uma equipa pronta a ouvi-lo, a orientá-lo e a integrá-lo num plano de vida saudável.

Os enfermeiros sempre presentes no caminho para a mudança

Para viver melhor amanhã, temos de começar hoje. Isso significa quebrar o estigma. Procurar ajuda não é um ato de fraqueza, mas um ato de coragem e responsabilidade. Os enfermeiros, através dos diagnósticos de enfermagem, saberão encaminhá-lo, incluindo a realização de rastreios porque sabem bem que a deteção precoce de doenças cardiovasculares, oncológicas e metabólicas muda o curso da história clínica de qualquer homem e, ainda, saberão como lhe dizer que é preciso valorizar o tempo. A sua saúde exige tempo – tempo para descansar, tempo para a família, tempo para a consulta de rotina.

A saúde é um bem coletivo. Como sindicato, defendemos que a valorização dos profissionais de saúde é o primeiro passo para melhorar a saúde dos utentes. Enfermeiros desmotivados ou em falta nas unidades de saúde não conseguem prestar o acompanhamento de proximidade que, no caso concreto, os homens necessitam.

Por isso, neste Dia Internacional do Homem, deixamos um desafio: olhe para si. Não deixe para amanhã o cuidado que o seu corpo precisa hoje. E exija um Serviço Nacional de Saúde que, em vez de recuar, avance, exija mais profissionais de saúde porque a sua saúde é, também, a saúde do nosso país.



SINDICATO DOS ENFERMEIROS PORTUGUESES

www.sep.org.pt

Sabia que?

… a vacinação não é apenas importante durante a infância?

Embora seja frequentemente associada aos primeiros anos de vida, a vacinação continua a desempenhar um papel fundamental na proteção da saúde ao longo de todas as idades. Na idade adulta, existem vacinas e doses de reforço que não devem ser esquecidas, nomeadamente as que protegem contra o tétano e a difteria. A vacinação contra a gripe e a COVID-19 assume também particular importância para pessoas mais velhas ou com maior risco de desenvolver complicações. Manter o boletim de vacinas atualizado e confirmar com o médico de família quais as vacinas recomendadas para cada fase da vida são cuidados essenciais. Vacinar não significa apenas proteger-se individualmente, mas também contribuir para a proteção de toda a comunidade.

… existem vacinas que ajudam a prevenir alguns tipos de cancro?

A vacinação contra o vírus do papiloma humano (HPV) é um exemplo importante da relação entre vacinação e prevenção do cancro. Este vírus é bastante comum e pode estar associado ao desenvolvimento de diferentes doenças oncológicas, incluindo o cancro do colo do útero, do ânus e da orofaringe. A vacina contra o HPV permite prevenir infeções por vários dos tipos de vírus responsáveis por estas doenças e está integrada no Programa Nacional de Vacinação. A sua administração é recomendada sobretudo antes do início da atividade sexual, quando a proteção é mais eficaz. A prevenção deve, contudo, ser complementada com os rastreios recomendados e com o acompanhamento médico adequado.

… a saúde masculina merece mais atenção e não deve ser um assunto tabu?

Muitos homens tendem a adiar consultas médicas, ignorar sintomas ou desvalorizar alterações no organismo. No entanto, a prevenção é fundamental para identificar precocemente problemas de saúde e aumentar as possibilidades de tratamento. A saúde masculina envolve várias áreas, desde a saúde cardiovascular e hormonal até à saúde sexual e reprodutiva. O cancro da próstata é um dos problemas que merece especial atenção, sobretudo com o avançar da idade. A avaliação deve ser individualizada e pode incluir uma consulta médica e a análise do PSA, um indicador que ajuda a avaliar a saúde da próstata. A história familiar e outros fatores de risco devem também ser considerados. Quebrar o silêncio em torno destes assuntos e procurar aconselhamento médico sem constrangimentos são passos importantes para uma vida mais saudável.

… a hipertensão pode evoluir durante anos sem apresentar sintomas?

A tensão arterial elevada é frequentemente conhecida como uma doença silenciosa, uma vez que muitas pessoas não apresentam sinais evidentes, mesmo quando os valores estão acima do recomendado. Quando não é controlada, pode aumentar significativamente o risco de enfarte do miocárdio, acidente vascular cerebral (AVC), insuficiência cardíaca e problemas renais. A medição regular da tensão arterial é, por isso, uma forma simples e importante de acompanhar a saúde cardiovascular. Reduzir o consumo de sal, manter um peso adequado, praticar atividade física, evitar o tabaco e moderar o consumo de álcool são algumas das medidas que ajudam a controlar a pressão arterial. Quando existe diagnóstico de hipertensão, o acompanhamento médico e o cumprimento da medicação prescrita são fundamentais.

… os rastreios podem identificar doenças antes de surgirem sintomas?

Os rastreios de saúde permitem detetar determinadas doenças ou alterações numa fase inicial, mesmo quando ainda não existem queixas. Em Portugal, existem programas de rastreio oncológico dirigidos ao cancro da mama, do colo do útero e do cólon e reto. A realização dos exames depende de critérios como a idade, o sexo e os fatores de risco de cada pessoa. A mamografia, os testes de rastreio do colo do útero e os exames destinados à deteção precoce do cancro colorretal são exemplos de ferramentas importantes. Para além destes programas, é essencial manter consultas regulares e acompanhar indicadores como o colesterol e a glicemia. Importa recordar que os rastreios não substituem a avaliação médica: perante sintomas persistentes ou alterações fora do habitual, deve procurar-se aconselhamento clínico.



… uma alimentação equilibrada pode ajudar a prevenir várias doenças?

Aquilo que colocamos diariamente no prato tem uma influência direta na nossa saúde. Uma alimentação variada e equilibrada contribui para o bom funcionamento do organismo e ajuda a reduzir o risco de doenças como a diabetes tipo 2, a obesidade e algumas doenças cardiovasculares. Privilegiar frutas, legumes, leguminosas, cereais integrais, peixe e frutos secos é uma das recomendações fundamentais. Por outro lado, é importante moderar o consumo de sal, açúcar, gorduras saturadas e alimentos ultraprocessados. A água deve ser a principal bebida ao longo do dia, sendo igualmente importante adaptar a alimentação às necessidades individuais. Mais do que seguir dietas restritivas ou soluções rápidas, o objetivo deve ser construir hábitos alimentares sustentáveis, que possam ser mantidos ao longo do tempo.

… caminhar diariamente já pode trazer benefícios significativos para a saúde?

A atividade física não exige necessariamente a prática de desporto de alta intensidade ou a frequência de um ginásio. Caminhar, andar de bicicleta, nadar, dançar ou simplesmente subir escadas são formas de combater o sedentarismo e melhorar a condição física. A Organização Mundial da Saúde recomenda que os adultos realizem entre 150 e 300 minutos de atividade física aeróbica moderada por semana. A prática regular ajuda a controlar o peso, melhorar a circulação sanguínea, fortalecer os músculos e os ossos e reduzir o risco de várias doenças crónicas. Também contribui para melhorar o humor e diminuir os níveis de stress. O mais importante é encontrar uma atividade adequada à condição física de cada pessoa e aumentar gradualmente o movimento no quotidiano.

… a saúde mental também influencia a saúde física?

A saúde mental é uma parte essencial do bem-estar e não deve ser desvalorizada. A ansiedade, o stress prolongado e a depressão podem afetar não só o equilíbrio emocional, mas também o sono, a concentração, a alimentação e o funcionamento do organismo. Alterações persistentes do humor, isolamento social, falta de energia ou perda de interesse em atividades anteriormente apreciadas são alguns dos sinais a que devemos estar atentos. Falar sobre o que sentimos, manter relações sociais positivas e procurar ajuda profissional quando necessário são atitudes importantes. Acompanhamento psicológico ou médico pode fazer a diferença na gestão de dificuldades emocionais. Pedir ajuda não é sinal de fraqueza, mas uma forma de cuidar de si.

… dormir bem é tão importante como ter uma alimentação saudável?

O sono é indispensável para a recuperação física e mental. Durante o descanso, o organismo realiza processos fundamentais para a memória, a concentração, a regulação hormonal e o funcionamento do sistema imunitário. A falta de sono ou uma má qualidade do descanso, quando persistentes, podem aumentar o risco de problemas metabólicos e cardiovasculares, além de afetarem o humor e o desempenho diário. Para melhorar a qualidade do sono, é aconselhável manter horários regulares, evitar refeições muito pesadas antes de deitar, reduzir a utilização de ecrãs nas horas que antecedem o descanso e criar um ambiente tranquilo no quarto. Nos adultos, recomenda-se geralmente dormir entre sete e nove horas por noite. Se as dificuldades persistirem ou existir ressonar intenso acompanhado de pausas respiratórias, deve procurar-se avaliação médica.

FERROVIA 2030



Chegou a vez da ferrovia? Sim, mas...

A decisão de se elaborar um Plano Ferroviário Nacional, aprovado em 2025 (quase três décadas depois do rodoviário) constitui um importante marco para todos os que se interessam e trabalham no sistema ferroviário. Por outro lado, havia a esperança que se fosse atribuir à ferrovia o papel que deveria desempenhar em diferentes níveis, desde as ligações dos nossos portos à Europa além-Pirenéus, à inserção na rede transeuropeia de transportes, passando pelos serviços regionais e suburbanos.

Se é de saudar o grande objetivo de transferir para a ferrovia uma maior quota modal – nos passageiros de 4,6% para 20% e nas mercadorias de 13% para 40% – convém recordar que nas mercadorias esse objetivo só é alcançável no segmento internacional, o que levanta a questão da interoperabilidade integral com a rede europeia principal, "e por via de medidas robustas de incentivos à transferência modal alinhadas com a política ferroviária comum, já que a nível nacional o percurso médio rodoviário é de cerca de 60 km (150 km em veículo articulado)".

Num momento em que se anunciam importantes e significativos investimentos no sistema nacional de transportes que irão alterar profundamente a geografia das acessibilidades no país e das suas ligações ferroviárias com os países da União Europeia, não se compreende que projetos estratégicos, como o das Linhas de Alta Velocidade (AVF) Porto/Lisboa e Lisboa/Madrid, o Novo Aeroporto de Lisboa (no Campo de Tiro de Alcochete) e a Terceira Travessia do Tejo, continuem a ser encarados como obras singulares em vez de se constituírem como elementos-chave de um mesmo sistema de transportes.

Com efeito, não se entende que se mantenha a ligação de alta velocidade Porto/Lisboa pela margem direita do Tejo a partir de Soure, quando a localização do NAL na Base Aérea da Ota (BAO) foi abandonada em 2008. Se o NAL foi deslocado mais de 50 km para sul, as ligações de AVF que o devem servir deveriam acompanhar a nova localização, dado que esta é "determinante para a definição otimizada das políticas de ordenamento do território e da rede de infraestruturas de transporte da zona envolvente da Grande Lisboa". Também a TTT deveria seguir um corredor que permitisse uma ligação ferroviária mais direta de Lisboa ao NAL e com muito menores impactes ambientais dos que existem no Barreiro.

Pela primeira vez em décadas estamos perante investimentos de milhares de milhões de euros só nestes três projetos estratégicos (AVF, NAL e TTT). "Exige-se por isso que o retorno económico e social destes importantes investimentos, não só esteja assegurado, como também que a sua concretização seja o mais eficiente possível. ... Estamos a definir um sistema nacional de transportes capaz de sobreviver para além deste século, o que é incompatível com decisões precipitadas, nem sempre suficientemente fundamentadas técnica e economicamente, sem uma adequada avaliação de alternativas e, ao que parece, mais dependentes de prazos políticos, rapidamente ultrapassados pelas circunstâncias de contexto, do que de uma ponderação objetiva e sistémica do que está em causa".

Sem dúvida que a ferrovia conhece um novo impulso, mas muito da eficácia dos investimentos em curso ou projetados, vai depender da complementaridade intermodal que se conseguir promover ao nível do sistema de transportes.

ADFERSIT

Fernando Nunes da Silva, Presidente da Direção da ADFERSIT



"As Linhas de Alta Velocidade são, a par do Novo Aeroporto de Lisboa, as maiores obras que o país levará a cabo neste século. São por isso projetos que implicam um grande consenso. É por isso decisivo que sobre a alta velocidade, e, no geral, sobre a importância do investimento na ferrovia, haja, como sei que há, um forte consenso nacional. Este é para mim um grande sinal de maturidade democrática."

REPÚBLICA PORTUGUESA
INFRAESTRUTURAS E HABITAÇÃO

Miguel Pinto Luz, Ministro das Infraestruturas e Habitação

Fonte: República Portuguesa

"O FUTURO MOVE-SE SOBRE CARRIS"

Sobre carris, um País mais próximo



Há infraestruturas que transformam a forma como um País se move e se projeta no futuro. A ferrovia aproxima pessoas, liga territórios e abre caminhos ao desenvolvimento. Investir na ferrovia é investir num Portugal mais competitivo, sustentável e coeso.

Os recentes investimentos na alta velocidade concretizam essa ambição. Aproximar os principais centros urbanos e reforçar as ligações a Espanha e à Europa significa dar escala à economia e alargar horizontes às próximas gerações. É um compromisso nacional que exige continuidade nas decisões e determinação na execução.

Esta transformação deve promover uma maior coesão territorial, repartindo oportunidades para além das grandes áreas metropolitanas. Uma rede articulada pode abrir novas perspetivas a centros urbanos emergentes, aproximando empresas, universidades e talento, atraindo investimento e permitindo que mais pessoas construam o seu futuro nos territórios que escolhem para viver.

A alta velocidade, a rede convencional ferroviária, o transporte de mercadorias e as redes de metro devem complementar-se e ser planeadas de forma integrada, permitindo assumirem-se como verdadeiras opções de transporte público partilhado ao serviço das populações.

Portugal tem capacidade empresarial e uma engenharia de reconhecida qualidade. Para concretizar os grandes investimentos, precisa de reforçar as equipas de engenharia e a disponibilidade de trabalhadores especializados. Formar, valorizar e vincular talento, atraindo profissionais qualificados, é parte deste desígnio.

O horizonte de 2030 convoca-nos para uma transformação duradoura. A Ordem dos Engenheiros assume esse compromisso: contribuir para que cada ligação seja uma oportunidade de progresso e para que, sobre carris, Portugal chegue mais longe.

Fernando de Almeida Santos, Bastonário da Ordem dos Engenheiros

Mais do que transportar, é preciso produzir



A ferrovia está novamente no centro das grandes decisões estratégicas de Portugal: os investimentos na alta velocidade, na modernização da rede convencional, os metros de Lisboa e do Porto, na renovação das frotas de material circulante e nas ligações ferroviárias aos portos marítimos de suporte à logística de internacionalização, representam uma oportunidade histórica para reforçar a competitividade económica, a sustentabilidade do país e alavancar de forma significativa a indústria nacional.

Mas esta transformação não pode, nem deve, limitar-se à construção de infraestruturas ou à aquisição de material circulante. Estamos perante um dos mais ambiciosos investimentos estratégicos de Portugal no século XXI e é fundamental garantir uma participação efetiva da indústria nacional nos grandes investimentos ferroviários em curso, criando valor acrescentado, emprego qualificado, conhecimento tecnológico e capacidade exportadora.

A conjuntura internacional reforça esta necessidade na Europa. A guerra e a ameaça a Leste, a poderosa concorrência industrial do Oriente e a dependência europeia de fornecedores externos colocam a ferrovia no centro das políticas de autonomia estratégica, da defesa, da resiliência económica e inovação. Em paralelo, as oportunidades comerciais com o Mercosul e o Canadá valorizam o papel de Portugal como plataforma atlântica, reforçando a importância de portos como Sines e Leixões e das suas ligações ferroviárias ao mercado europeu.

A ferrovia não transporta apenas passageiros e mercadorias. Pode também transportar a indústria portuguesa para uma nova etapa de desenvolvimento, conhecimento e competitividade. Mais do que modernizar transportes, Portugal tem a oportunidade de construir com a ferrovia, uma nova posição estratégica na economia nacional, europeia e atlântica:

Termino com o nosso lema: Este comboio não pode parar!

Paulo Duarte, Diretor Executivo da PFP – Plataforma Ferroviária Portuguesa, Cluster da Ferrovia



Steconfer
Experiência internacional ao serviço do futuro da ferrovia

Estação de Elvas, Portugal

Com quase 30 anos de experiência e presença em alguns dos mercados ferroviários mais exigentes do mundo, a Steconfer quer colocar o conhecimento e a capacidade técnica adquiridos internacionalmente ao serviço da modernização ferroviária portuguesa, reforçando simultaneamente a sua ambição de crescimento além-fronteiras.

Nascida em Portugal, em 1997, a Steconfer construiu ao longo de quase três décadas, um percurso marcado por uma forte presença em mercados internacionais particularmente exigentes, como a Noruega, a Suécia, a Irlanda, o Canadá e Israel. A atividade desenvolvida nestes países levou a empresa a evoluir continuamente, a incorporar novas metodologias e a adaptar os seus processos a diferentes exigências técnicas, regulamentares e culturais.

Mais do que executar obras em diferentes geografias, este percurso permitiu adquirir conhecimento, desenvolver competências e interiorizar práticas de gestão, segurança e organização fundamentais para responder a projetos de elevada complexidade.

Esta experiência constitui hoje um dos principais ativos da empresa e uma importante vantagem competitiva, enquanto empresa portuguesa que compete internacionalmente com operadores altamente especializados e que reúne condições para colocar esse conhecimento ao serviço da modernização ferroviária nacional.

Portugal atravessa um momento particularmente importante para o desenvolvimento da sua infraestrutura ferroviária. Os investimentos previstos representam uma oportunidade para modernizar a rede, reforçar a competitividade do transporte ferroviário e aproximar o país das melhores práticas europeias. O principal desafio será assegurar a concretização destes investimentos através de um planeamento consistente, de uma adequada articulação entre os diferentes intervenientes e de procedimentos de contratação que valorizem a experiência, a competência técnica e a capacidade de execução.

A experiência adquirida pela Steconfer em diferentes mercados internacionais demonstra que a previsibilidade dos investimentos e a preparação rigorosa dos projetos são fatores determinantes para o seu sucesso.

A empresa acredita que Portugal reúne condições para dar um salto qualitativo na sua infraestrutura ferroviária e que as empresas com experiência comprovada poderão desempenhar um papel relevante neste processo.

Neste contexto, a modernização da ferrovia convencional, os investimentos na alta velocidade e a expansão das redes de metro representam oportunidades relevantes para a Steconfer, em diferentes áreas de especialização, desde a construção e renovação de via-férrea à eletrificação, sinalização, telecomunicações e instalação de sistemas especializados de segurança.

Esta capacidade multidisciplinar reflete-se num portfólio diversificado. Em Portugal, com destaque para as intervenções na Estação de Elvas e na Linha Rosa do Metro do Porto, que evidenciam a participação da empresa na modernização da rede ferroviária nacional e no desenvolvimento da mobilidade urbana.

Internacionalmente, salienta-se a recuperação da linha Limerick–Foynes, na Irlanda, o projeto de tramway em Milão, Itália, e os trabalhos ferroviários industriais associados à nova área do Forno de Arco Elétrico (EAF) da SSAB, em Oxelösund, na Suécia.

A experiência estende-se à instalação de Platform Screen Doors na Linha 3 do Metro do Panamá e de sistemas de sinalização na Linha 2 do Metro de Lima e Callao, no Peru, e na Costa do Marfim. Destacam-se ainda os trabalhos de manutenção de via e catenária em Bergen, na Noruega, e a participação no projeto MRT-7, em Manila, nas Filipinas.

Este percurso evidencia a amplitude das competências técnicas da Steconfer, a capacidade de adaptação a diferentes exigências

regulamentares e operacionais e a experiência das suas equipas na execução de projetos ferroviários de elevada complexidade.

A Steconfer está preparada para colocar estas competências e a sua capacidade de execução ao serviço da modernização ferroviária nacional, contribuindo ativamente para a concretização dos investimentos previstos.

Inovação, sustentabilidade e ambição para o futuro

Num setor cada vez mais exigente em matéria de segurança, eficiência e sustentabilidade, a inovação não deve ser encarada como um objetivo em si mesmo, mas como um instrumento para executar melhor, com maior segurança, eficiência e qualidade.

Na Steconfer, procura-se incorporar as melhores práticas dos mercados onde a empresa opera, recorrendo a ferramentas digitais de planeamento e controlo, equipamentos especializados e metodologias construtivas que contribuam para otimizar os processos, reforçar a segurança e melhorar a execução dos projetos.

O contacto com diferentes soluções técnicas e formas de organização permite uma evolução contínua, adaptando métodos e tecnologias às exigências específicas de cada intervenção.

A sustentabilidade é indissociável desta abordagem e está presente na forma como a Steconfer gere os recursos, procurando reduzir desperdícios e privilegiando a qualidade e durabilidade das infraestruturas. Este compromisso enquadra-se numa visão mais abrangente de responsabilidade empresarial, assente nos princípios ESG (Environmental, Social and Governance), que valorizam não apenas a dimensão ambiental, mas também a segurança e saúde no trabalho, o desenvolvimento das suas equipas e uma gestão ética, transparente e responsável.

Importa igualmente reconhecer que um dos principais contributos ambientais da atividade da Steconfer resulta da própria natureza dos projetos que desenvolve: infraestruturas ferroviárias que promovem sistemas de transporte mais eficientes e sustentáveis, contribuindo para reduzir a dependência do transporte rodoviário.

Olhando para os próximos anos, a estratégia continuará a assentar num crescimento sustentado, privilegiando mercados onde se possa aplicar e desenvolver as competências técnicas e o conhecimento acumulado ao longo de quase três décadas. Depois de demonstrar que uma empresa portuguesa pode competir e desenvolver projetos de elevada complexidade em alguns dos mercados ferroviários mais exigentes do mundo, pretende dar continuidade a esse percurso, consolidando a sua presença internacional e explorando novas oportunidades de desenvolvimento.



Milan Tramway - lote 3, lote 4, Itália

Portugal assume naturalmente um lugar importante nesta estratégia. A Steconfer acredita no potencial de crescimento do setor ferroviário nacional e pretende reforçar a sua participação na modernização das suas infraestruturas, colocando ao serviço do país o conhecimento e as competências desenvolvidos internacionalmente.

O seu principal fator diferenciador continuará a ser a qualidade das suas equipas. A sua competência técnica, capacidade de adaptação e experiência são fundamentais para responder aos desafios de um setor cada vez mais exigente.

Em 2027, a Steconfer completará 30 anos de atividade. A empresa olha para esse marco com orgulho no percurso realizado, mas sobretudo com a ambição de continuar a crescer, evoluir e afirmar a engenharia ferroviária portuguesa nos mercados internacionais.

MRT-7, Manila, Filipinas



STECONFER
GLOBAL RAIL INFRASTRUCTURE
WE RAIL YOUR WAY
www.steconfer.com



Da primeira 'Andorinha' à transformação digital

Nos primeiros anos da ferrovia portuguesa, uma locomotiva a vapor chamada Andorinha viria a tornar-se num dos seus símbolos mais marcantes. Assegurou os primeiros serviços rápidos entre Santa Apolónia e Vila Nova de Gaia, encurtando o país e fazendo parte de uma transformação que redefiniria para sempre a forma como pessoas e mercadorias se movem.

O nome não foi escolhido ao acaso. Refletia velocidade, leveza e uma certa promessa de futuro. 170 anos depois, uma outra Andorinha voltou a voar. Desta vez, falamos de uma locomotiva elétrica em escala reduzida, construída por estudantes do Instituto Superior Técnico, que, com o apoio da Siemens Mobility, conquistaram o primeiro lugar na categoria Entry Level do IMechE Railway Challenge 2026.

Embora muito diferentes e separados por décadas, estes dois projetos têm na base a mesma ambição: a de transformar a ferrovia portuguesa, preparando-a para responder aos desafios da sociedade. É também este o objetivo da Siemens Mobility, que desde o final do século XIX tem sido uma parceira importante no desenvolvimento e modernização do sistema de transportes do país.

Quando se faz o balanço de 170 anos de ferrovia há a tentação fácil de organizar a história como uma sequência de marcos – datas, inaugurações ou contratos assinados. É uma forma legítima de medir o passado, mas que arrisca deixar de lado aquilo que torna esta parceria verdadeiramente relevante.

Por detrás de cada projeto, está sempre uma resposta a um desafio concreto da sociedade e uma visão sobre o papel que o transporte ferroviário deve desempenhar na vida das pessoas. Mais do que assegurar a continuidade de equipamentos ou contratos, é este propósito de proporcionar uma melhor qualidade de vida e uma mobilidade mais eficiente e sustentável para as populações que define a relação



entre a Siemens e a ferrovia portuguesa ao longo de mais de um século.

Em 1895, foram os motores Siemens que eletrificaram os elétricos da Companhia Carris, no Porto, substituindo a tração animal por uma alternativa mais eficiente e mais limpa. Seis anos depois, em 1901, o mesmo aconteceu em Lisboa, tendo a empresa desempenhado um papel fundamental na eletrificação dos famosos elétricos que ainda hoje circulam na capital.

As preocupações que justificaram esta transição na altura não eram muito diferentes das que nos movem hoje.

Os debates de então giravam em torno dos resíduos animais, da higiene urbana e da eficiência dos transportes públicos nas cidades em crescimento. Os de hoje centram-se nas emissões de carbono, na qualidade do ar e na necessidade de tornar as cidades mais habitáveis. A resposta, em ambos os casos, passou pela eletrificação e pelo transporte ferroviário. Hoje, mudou a escala do desafio, evoluiu a tecnologia, mas permanece o objetivo comum de proporcionar um tráfego ferroviário sustentável, confortável e económico.

A partir da década de 90, esta relação ganhou uma nova dimensão. Com o fornecimento de dezenas de unidades elétricas para a CP, a Siemens tornou-se parte integrante da experiência quotidiana de milhões de passageiros nos subúrbios de Lisboa. Mais do que fornecer material circulante, a Siemens assumiu, em 2009, uma parceria com a CP, o SIMEF, para a manutenção de locomotivas que se mantém ativa até hoje. São mais de 15 anos de operação contínua e de conhecimento acumulado sobre cada componente. A manutenção pode parecer o aspeto menos glamoroso da ferrovia, mas é onde a confiança se constrói, dia após dia, e onde a qualidade de um parceiro tecnológico se mede verdadeiramente.

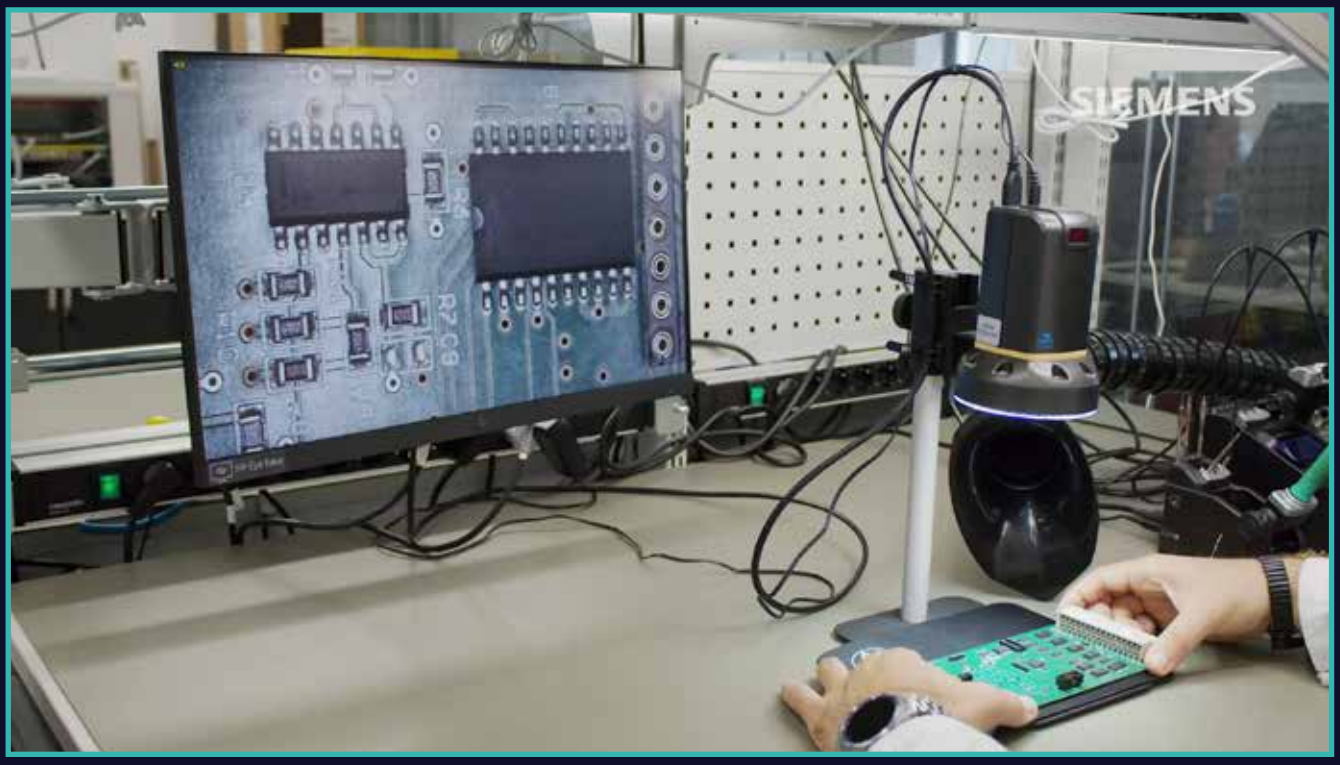
E o que começou como resposta a um desafio específico da Carris tornou-se numa especialização da Siemens Mobility reconhecida internacionalmente. Em 2025, a empresa criou em Lisboa o Centro de Competência SIBAS 16 2.0, um hub dedicado ao desenvolvimento de produtos que prolongam a vida útil do material circulante, evitando substituições prematuras de equipamentos e gerando poupanças significativas para os operadores. Esta solução é exportada para operadores na Alemanha, Áustria, Dinamarca, Austrália e Espanha.

O mesmo padrão repete-se no HUB de Engenharia de Sinalização Ferroviária, igualmente sediado em Lisboa, onde equipas portuguesas desenvolvem e testam sistemas de sinalização e controlo de tráfego para projetos em vários países.

A sinalização ferroviária é, por natureza, uma das áreas mais exigentes da engenharia de sistemas: combina requisitos de segurança críticos com a necessidade de interoperabilidade entre redes diferentes e exige uma capacidade de integração que vai muito além do fornecimento de hardware.

Em 2008, a Siemens Mobility foi responsável pelo desenvolvimento e implementação do Centro de Comando Operacional para a Infraestruturas de Portugal, integrando numa única solução para a gestão e controlo remoto da circulação ferroviária nas linhas do Minho, Guimarães, Leixões, Douro e Norte. Esta solução permitiu aumentar a segurança, a eficiência e a fiabilidade da operação ferroviária, reforçando a capacidade de monitorização, coordenação e respostas a incidentes.

Atualmente, as equipas portuguesas da Siemens Mobility têm estado envolvidas em projetos de grande complexidade técnica – da implementação de sistemas CBTC na Índia e na Indonésia ao projeto de alta velocidade no Egito, uma das linhas de alta velocidade mais ambiciosas atualmente em construção no mundo.



Portugal, através da Siemens Mobility, está assim a contribuir para a modernização ferroviária de outros continentes, exportando não apenas tecnologia, mas engenharia, capacidade de gestão e conhecimento acumulado em décadas de trabalho no terreno.

No plano nacional, o presente coloca desafios à altura desta experiência acumulada. Os projetos em curso em 2026 refletem a ambição de modernização e transformação que hoje marca o setor ferroviário português.

A quadruplicação do troço Contumil-Ermesinde, na Linha do Minho, não é apenas uma expansão de infraestrutura, é uma reconfiguração completa da forma como o tráfego ferroviário é gerido, com impacto direto na regularidade dos serviços suburbanos do Porto e na capacidade de absorver mais de 200 comboios diários.

Já a intervenção na Linha de Vendas Novas, ao longo de 69 quilómetros entre Setil e Vendas Novas, prepara uma circular ferroviária essencial para desviar tráfego de mercadorias da Área Metropolitana de Lisboa e reforçar a competitividade logística do país.





Na Área Metropolitana de Lisboa, o projeto de modernização e digitalização da infraestrutura ferroviária das Estações de Concentração de Campolide, Oriente, Alverca e Azambuja, permite aumentar a eficiência, a fiabilidade e a capacidade da rede, sem necessidade de recorrer a obras de construção nova. A implementação de sistemas de sinalização compatíveis com ETCS Nível 2, a par da renovação de componentes críticos, como os sistemas de alimentação de energia e as soluções de proteção, possibilita uma operação mais eficiente e segura, otimizando o consumo de energia e promovendo uma utilização mais intensiva e eficaz da rede. Em simultâneo, ao melhorar a interoperabilidade, a capacidade e a qualidade do serviço, o projeto promove a transferência para o transporte ferroviário, contribuindo para a redução das emissões e para o desenvolvimento de um sistema de mobilidade mais integrado, de baixo carbono e sustentável, a nível nacional e europeu. O que une estes projetos não é apenas a tecnologia que partilham, mas a visão que os justifica.

A descarbonização dos transportes e a concentração crescente da população nos centros urbanos são dois dos maiores desafios da mobilidade nas próximas décadas. Até 2050, quase 70% da população mundial viverá em cidades, o que significa uma procura crescente por transporte público eficiente, fiável e sustentável. A ferrovia é uma resposta estrutural a esse desafio. Mas para o ser plenamente tem de ser capaz de gerir capacidade, antecipar falhas e integrar-se com outros modos de transporte.

Isto é possível através de uma resposta integrada, que engloba sistemas de sinalização, de software de gestão de tráfego, plataformas de dados e soluções de manutenção que garantem que os equipamentos estão disponíveis quando são precisos.

É exatamente aqui que a Siemens Mobility se posiciona hoje: como parceiro tecnológico integrado, capaz de atuar ao longo de todo o ciclo de vida de um sistema ferroviário, do projeto à operação, da manutenção à renovação.

A transformação da própria Siemens, de empresa industrial para empresa tecnológica, reflete também a evolução do setor ferroviário do qual fazemos parte há gerações. Um setor com um legado valioso, onde a confiança se constrói ao longo de décadas e onde a segurança, a fiabilidade e a capacidade de inovar têm consequências reais.

A evolução tecnológica da Siemens e da ferrovia faz, por isso, parte do mesmo percurso: integrar tecnologia, dados e talento humano para responder às necessidades reais dos operadores, dos passageiros e da sociedade.

É esta história e esta ambição partilhadas que fazem com que a relação da Siemens com a ferrovia portuguesa vá muito além de uma parceria comercial: somos parte da sua história e queremos continuar a ser parte ativa do seu futuro.

É neste contexto que o projeto Andorinha, desenvolvido pelo IST, assume particular relevância, refletindo o compromisso da empresa com a sociedade, a educação e a sustentabilidade. Ao aproximar o setor ferroviário do meio académico, o projeto contribui para despertar o interesse das novas gerações pela ferrovia, promover o conhecimento e incentivar a formação de competências numa área estratégica para o futuro da mobilidade. Simultaneamente, promove o desenvolvimento de talento em Portugal, potenciando a inovação, a qualificação de futuros profissionais e a criação de oportunidades de emprego. É também através deste tipo de iniciativas que a Siemens Mobility contribui para construir um setor mais inovador, qualificado e sustentável, reforçando a ligação entre a indústria, Academia e sociedade.

A Andorinha de 1856 era uma locomotiva a vapor que fazia o impossível parecer possível. A Andorinha de 2026 é uma locomotiva elétrica construída por jovens engenheiros, premiada internacionalmente, que carrega o mesmo nome e a mesma missão. E a Siemens, que esteve presente nos momentos mais decisivos deste percurso ao longo de 120 anos, pretende continuar a ser parte desta história.



SIEMENS

www.siemens.com

Sabia que?

… o primeiro comboio internacional português chegou a Espanha em 1863?

A ligação ferroviária entre Portugal e Espanha começou a 20 de setembro de 1863, com a abertura da ligação entre Elvas e Badajoz. Este marco permitiu estabelecer uma ligação internacional por caminho de ferro e representou um passo importante na aproximação entre os dois países. Anos mais tarde, em 1886, foi inaugurada a Ponte Internacional de Valença, que permitiu ligar a rede ferroviária portuguesa à região espanhola da Galiza.

… já existiu um comboio chamado «Foguete»?

Em 1953, a CP apresentou um dos comboios mais modernos da época: o «Foguete». A automotora, de fabrico italiano, fazia a ligação entre Lisboa e Porto em cerca de quatro horas e vinte minutos, um tempo bastante competitivo para a época. Foi também pioneira em Portugal na disponibilização de ar condicionado e serviço de refeições aos passageiros, características que representavam um avanço significativo no conforto das viagens.

… o Sud-Express já ligou Lisboa a Paris?

Durante décadas, o Sud-Express foi um dos comboios internacionais mais emblemáticos da ferrovia portuguesa. Inaugurado em 1887, assegurava a ligação entre Lisboa e Paris, através de Espanha, permitindo viajar entre as duas capitais sem recorrer a outros meios de transporte. Foi particularmente importante para o turismo, a circulação de passageiros e as ligações internacionais. Ao longo dos anos, sofreu várias alterações de percurso e de funcionamento, mas permanece uma referência na história ferroviária nacional.

… a estação do Barreiro é anterior à de Santa Apolónia?

Embora Santa Apolónia seja frequentemente apontada como uma das estações históricas mais antigas de Lisboa, o Barreiro já tinha um edifício ferroviário em 1861. Este foi construído no âmbito da expansão da rede ferroviária para sul e antecedeu a inauguração da estação lisboeta, em 1865. A ligação fluvial entre o Barreiro e Lisboa teve, durante muitos anos, um papel essencial na continuidade das viagens ferroviárias.

… Portugal tem um museu dedicado à história dos comboios?

No Entroncamento encontra-se o Museu Nacional Ferroviário, um espaço que preserva a memória do caminho de ferro português. O museu reúne mais de 36 mil objetos, entre locomotivas, carruagens, documentos, ferramentas e equipamentos utilizados ao longo de várias épocas. Entre as peças em exposição encontram-se veículos históricos que permitem acompanhar a evolução tecnológica da ferrovia e conhecer as condições em que se viajava antigamente.

… o primeiro comboio a chegar ao Porto não utilizou a atual estação de São Bento?

A ligação ferroviária ao centro do Porto foi inaugurada a 7 de novembro de 1877. No entanto, o edifício definitivo da Estação de São Bento só abriu ao público em 1916. Antes disso, os passageiros utilizavam instalações provisórias. A estação foi construída no local onde existia o antigo Convento de São Bento de Avé-Maria, demolido para dar lugar à infraestrutura ferroviária.

Engenharia ao serviço da transformação ferroviária em Portugal

A completar 35 anos de atividade, a consultora portuguesa tem participado em projetos que ajudam a modernizar a rede ferroviária e a reforçar as ligações nacionais e internacionais.



Fundada em 1991, a PROFICO – Consultores de Engenharia, S.A. é uma empresa portuguesa independente dedicada ao projeto, fiscalização e consultoria de engenharia. Com longa experiência em pontes, viadutos, infraestruturas de transporte e coordenação de projetos multidisciplinares, tem desenvolvido soluções para empreendimentos de elevada complexidade técnica, em Portugal e noutros mercados.

Num país que procura inverter décadas de desinvestimento na ferrovia, a PROFICO tem contribuído para esta transformação, participando em inúmeros projetos no setor.

Projetos de referência

- Nova ligação ferroviária entre Évora e a fronteira do Caia estando envolvido no projeto de 36 viadutos e 32 obras de arte.
- Modernização do troço Poceirão-Bombel na linha do Alentejo (24km) e Concordância do Poceirão (10km)
- Modernização da linha de Vendas Novas (70km).
- Quadruplicação da linha de Cintura de Lisboa (Chelas-Braço de Prata) e Linha do Norte até Sacavém (em consórcio).
- Elaboração do projeto do Terminal Técnico do Oriente (em consórcio).
- Quadruplicação do Troço Castanheira-Azambuja (em consórcio).
- Reformulação e modernização da Estação do Pocinho
- Linha do Norte – Reabilitação de edifícios no Entroncamento e Barca d'Amieira.
- Linha do Norte – Projeto de 4 passagens desniveladas na supressão de passagens de nível.
- Linha da Beira Alta – Supressão de passagem de nível em Nelas e na Guarda.
- Linha da Beira Baixa – Projeto de Ponte de Corge.
- Projetos de Edifícios Técnicos tipificados para a Rede Ferroviária Nacional.
- Projeto da concordância das Beiras entre a Linha de Beira Alta e a Linha da Beira Baixa.
- Linha do Minho – Restabelecimentos e passagens desniveladas na supressão de passagens de nível.
- Linha do Sul – Projeto de edifícios, sites e PI ao PK 160 (Sines)
- Metro do Mondego – Projetos dos troços, Portagem Coimbra B/Portagem e Linha do Hospital.
- Metro de Lisboa – Linha Amarela e Linha Verde, Estações da Estrela, Santos e remodelação do Cais do Sodré.
- Carris – Estudo Prévio da linha 16: Campo das Cebolas – Parque das Nações (norte).

O futuro da ferrovia portuguesa passa por redes mais eficientes, resilientes e articuladas com os corredores europeus de transporte. Neste contexto, o contributo de empresas como a PROFICO reside na capacidade de transformar objetivos de mobilidade em projetos concretos, conciliando exigência técnica, planeamento e durabilidade das infraestruturas.

PROFICO
CONSULTORES DE ENGENHARIA

www.profico.pt





Nomad Tech: Inovação portuguesa ao serviço da modernização ferroviária

Nascida em 2013, a Nomad Tech é uma empresa portuguesa especializada em soluções tecnológicas para o setor ferroviário. Com foco na inovação, modernização e monitorização de frotas, aposta em prolongar a vida útil dos equipamentos, reduzir custos e contribuir para uma ferrovia mais eficiente, fiável e sustentável.

Como nasceu a Nomad Tech e qual é a sua missão no setor ferroviário? Que percurso tem feito a empresa e quais são os principais pilares da sua atividade?

A Nomad Tech nasceu em 2013 a partir da spin-off do departamento de inovação da EMEF, empresa portuguesa da CP para manutenção de material circulante. Desta separação resultou uma empresa que hoje atua de forma completamente independente no mercado, que reúne ferroviários com mais de 30 anos de experiência nesta indústria, com um quadro de pessoal essencialmente composto por mestres, doutorados e técnicos altamente especializados e com capacidade de desenvolver tecnologia própria. A nossa missão é desenvolver e comercializar produtos e serviços inovadores que otimizem o custo do ciclo de vida dos ativos e respondam à obsolescência dos sistemas, com base em princípios de sustentabilidade e responsabilidade social.

Ao longo de mais de uma década, a empresa evoluiu de projetos em Portugal para uma presença internacional, com uma importante carteira de clientes como a CP, a RENFE, a DSB, a DB ou a Metro Trains Melbourne, na Austrália. A atividade assenta em quatro pilares: eletrónica de potência e de controlo, monitorização remota da condição, engenharia de manutenção e investigação e desenvolvimento. Para além disso, temos um sistema de gestão certificado segundo as normas ISO 9001, ISO 14001 e ISO/IEC 27001, e estamos a preparar a certificação ECM, que abre novas portas para o futuro.

A Nomad Tech desenvolve soluções tecnológicas para o setor ferroviário. Quais são as principais competências e soluções que disponibilizam e de que forma respondem às necessidades dos vossos clientes?

A nossa oferta está organizada em duas grandes áreas. A primeira dedica-se à gestão da obsolescência de sistemas complexos, nomeadamente reparação, ensaio e modernização de eletrónica de potência e eletrónica de controlo e desenho



de novos componentes compatíveis com os originais, que permitam o prolongamento da vida útil das frotas a preços comportáveis.

A segunda centra-se na monitorização remota e na recolha de dados dos veículos. A Nomad Tech projeta hardware e software que permite recolher informação do material circulante em tempo real e enviar os dados para uma plataforma online, também desenvolvida pela Nomad Tech. Esta plataforma disponibiliza um número importante de ferramentas e aplicações, inclusivamente já com recurso de metodologias de Inteligência Artificial, que permitem aos utilizadores gerirem as operações e manutenção das suas frotas de forma mais eficiente.

Temos muitos produtos desenvolvidos e homologados para aplicação ferroviária, mas continuamos a centrar grande parte da nossa atividade em dar resposta às necessidades concretas dos clientes. Com base no nosso conhecimento profundo









do setor e das tecnologias envolvidas, mantemos uma aposta muito forte no desenvolvimento de soluções à medida dos problemas que os operadores ferroviários vão enfrentando a cada momento.

A manutenção e a gestão da obsolescência são desafios importantes para a continuidade e a fiabilidade dos sistemas ferroviários. Como é que a Nomad Tech contribui para responder a estes desafios e prolongar a vida útil dos equipamentos?

A obsolescência de sistemas e componentes é um dos maiores problemas para frotas que têm de circular durante décadas. Os componentes deixam de ser fabricados, o suporte do fabricante termina e a substituição integral dos equipamentos implica custos elevados e longos períodos de imobilização.

A resposta da Nomad Tech, dadas as suas competências tecnológicas, baseia-se sempre numa análise holística do problema e em cada caso procura encontrar a melhor solução em termos de fiabilidade, disponibilidade e custos de modernização e operação. Por exemplo, nos conversores de tração, temos substituído tecnologia GTO por IGBT, através de uma intervenção apenas nos módulos de potência, fabricando-os de forma totalmente compatível com os módulos originais. Desta forma conseguimos prolongar a vida dos conversores de tração por muitos anos de forma muito atrativa para os clientes. Temos vários exemplos de sucesso instalados em frotas nacionais e internacionais.

A modernização dos sistemas ferroviários exige soluções capazes de acompanhar a evolução tecnológica. Que papel desempenha a Nomad Tech neste processo e de que forma as suas soluções contribuem para melhorar o desempenho, a fiabilidade e a eficiência das operações ferroviárias?

Modernizar não significa necessariamente adquirir novo. Grande parte das frotas em operação pode continuar a prestar um serviço fiável durante muitos anos, desde que os seus sistemas críticos sejam atualizados. Na Nomad Tech o nosso trabalho passa exatamente por analisar e ver o que se pode fazer em frotas mais antigas para lhes proporcionar uma extensão de vida útil com maior fiabilidade e eficiência operativa.

Por exemplo, através da substituição inteligente e criteriosa de tecnologia de potência antiga por soluções mais atuais, consegue-se aumentar a vida útil dos ativos, melhorando ao mesmo tempo a fiabilidade, aumentando a eficiência energética e reduzindo significativamente os custos de operação e manutenção. São soluções muito atrativas para os operadores que vêm por muitas vezes os seus custos de operação substancialmente reduzidos com retorno imediato do investimento, porque muitas vezes é mais barato montar um módulo novo do que reparar um velho.

No caso da monitorização remota os operadores recebem informação em tempo quase real sobre o estado de cada veículo e podem evoluir a gestão, por exemplo, passando de uma tecnologia de manutenção corretiva ou periódica para uma de manutenção baseada na condição. O resultado é maior disponibilidade da frota, menos imobilizações não planeadas e custos de manutenção mais baixos.

A inovação tecnológica é fundamental para a evolução do setor ferroviário. Quais são os principais desafios e tendências que identificam nesta área e como se prepara a Nomad Tech para responder às necessidades futuras do setor?

Identificamos três grandes tendências. A primeira é a digitalização: os comboios geram cada vez mais dados, e o valor está na capacidade de os transformar em decisões. A segunda é a pressão sobre o ciclo de vida dos ativos: os operadores precisam de manter as frotas em serviço durante mais tempo, com custos controlados e num contexto de escassez de componentes. A terceira é a sustentabilidade: prolongar a vida útil dos equipamentos reduz o consumo de recursos e as emissões associadas ao fabrico de material novo.

O principal desafio é integrar novas tecnologias em sistemas concebidos há décadas, garantindo segurança, conformidade normativa e cibersegurança. Investimos de forma contínua em equipas multidisciplinares, participamos ativamente em projetos em consórcio, desde novos comboios (PRR TrainSolutions) a vagões inteligentes (PRR SmartWagons), e mantemos proximidade com parceiros tecnológicos e académicos que também investem no setor.

Olhando para o futuro, quais são as principais prioridades e objetivos estratégicos da Nomad Tech? Que contributo pretende a empresa continuar a dar para a modernização e o desenvolvimento do setor ferroviário, em Portugal e além-fronteiras?

Definitivamente queremos reforçar a aposta na Inteligência Artificial na área de monitorização remota e continuar a trabalhar em prol do prolongamento da vida útil das frotas com base nas nossas competências técnicas para gestão de obsolescência de componente e sistemas.

Em termos de mercado, pretendemos continuar a ganhar terreno na Europa e consolidar a Nomad Tech como entidade de referência na resolução de problemas de obsolescência, aliando qualidade técnica a preços muito competitivos.

Acima de tudo, manteremos o foco e a proximidade ao cliente e às necessidades que enfrenta no dia a dia. Em Portugal e além-fronteiras, queremos continuar a contribuir para uma ferrovia mais fiável, eficiente e sustentável.

nomadtech

www.nomadtech.pt

Arrancam as obras do primeiro troço da futura linha de alta velocidade entre Porto e Lisboa

Arrancaram, no dia 12 de outubro, as obras de construção do primeiro troço da futura linha de alta velocidade ferroviária entre Porto e Lisboa. Esta primeira fase do projeto estabelece a ligação entre Oiã, no concelho de Oliveira do Bairro, e a estação de Campanhã, no Porto, ao longo de aproximadamente 71 quilómetros. A nova infraestrutura foi projetada para permitir velocidades até 300 km/h, representando um passo importante na modernização e expansão da rede ferroviária nacional.

O projeto contempla a construção de várias infraestruturas de grande dimensão, incluindo uma nova ponte rodoferroviária sobre o rio Douro, que permitirá reforçar a ligação entre as duas margens, e uma estação subterrânea em Santo Ovídio, no concelho de Vila Nova de Gaia. Estas intervenções fazem parte de um investimento de cerca de dois mil milhões de euros, destinado a criar condições para uma ligação ferroviária mais rápida, eficiente e moderna.

A conclusão deste primeiro troço está prevista para 2030 e constitui uma das etapas fundamentais do projeto de alta velocidade, que pretende aproximar as duas maiores cidades portuguesas. Com a entrada em funcionamento da nova linha, será possível reduzir significativamente os tempos de viagem entre Porto e Lisboa, tornando o comboio uma alternativa ainda mais competitiva para as deslocações de média e longa distância.

Além da redução dos tempos de percurso, a futura ligação deverá contribuir para aumentar a capacidade da rede ferroviária, uma vez que permitirá transferir parte dos serviços de longo curso atualmente realizados na Linha do Norte. Esta alteração poderá melhorar as condições de circulação dos restantes comboios, nomeadamente dos serviços regionais, inter-regionais e suburbanos.

A construção da linha de alta velocidade representa, assim, um investimento estratégico para o futuro dos transportes em Portugal, procurando reforçar a utilização do transporte ferroviário, melhorar a mobilidade entre diferentes regiões e promover uma rede mais eficiente e sustentável.



Linha do Oeste retoma circulação entre Torres Vedras e Caldas da Rainha após recuperação dos estragos da tempestade Kristin

A circulação ferroviária na Linha do Oeste, entre Torres Vedras e Caldas da Rainha, foi retomada no dia 15 de novembro, depois de vários meses de interrupção devido aos danos provocados pela tempestade Kristin, que atingiu o país no início do ano. A reabertura deste troço, com cerca de 41 quilómetros, permite recuperar mais uma parte da ligação ferroviária e melhorar as condições de mobilidade dos passageiros que utilizam este serviço.

O troço encontrava-se encerrado desde 28 de janeiro, na sequência dos estragos provocados pelas condições meteorológicas adversas, que afetaram significativamente a infraestrutura ferroviária. Para permitir o regresso dos comboios, a Infraestruturas de Portugal desenvolveu um conjunto de trabalhos de recuperação, que incluíram a estabilização de taludes, a reparação da plataforma ferroviária nas zonas mais afetadas e a reposição da via. Foram também realizadas as necessárias verificações técnicas e de segurança, de forma a garantir que estavam reunidas as condições para a circulação ferroviária em segurança.

Esta reabertura integra o processo de recuperação faseada da Linha do Oeste, que tem vindo a decorrer desde o início do ano. Anteriormente, já tinham sido concluídas as intervenções no troço entre o Louriçal e a Figueira da Foz, com aproximadamente 24 quilómetros, cuja circulação foi restabelecida a 23 de fevereiro. A 16 de março, foi também reaberta a ligação entre as Caldas da Rainha e o Louriçal, numa extensão de cerca de 86 quilómetros.

Trainlys: Os produtos portugueses que equipam os comboios da Europa



Os comboios mais avançados da Europa estão equipados com produtos portugueses há vários anos, garantindo conforto e segurança aos seus utilizadores.

O que é o Trainlys

A gama Trainlys é produto da Couro Azul especialmente destinados aos comboios, fruto da experiência de décadas a trabalhar para o exigente mercado automóvel e aeronáutico. Tem sido a escolha dos mais exigentes operadores ferroviários pelas suas certificações (ISO/TS 16949 e EN 45545-2) e pelo seu baixo impacto ambiental, garantido pela escolha de matéria-prima de origem europeia, curtimenta sem crómio nem metais pesados e acabamentos de base biológica. E as possibilidades de personalização e de design não têm limites, com extensas gamas de cor, texturas variadas e perfurações originais.

O couro tem vantagens objetivas frente a outro tipo de acabamentos, como a facilidade de manutenção ou a durabilidade. A título de exemplo, o Alfa Pendular da CP foi equipado com Trainlys em 2017 e o Talgo da Alta Velocidad Española (AVE) está a operar com Trainlys desde 1992.

Sustentabilidade e inovação: evolução constante

A história da Couro Azul, é feita de investimentos em I&D e de produtos inovadores. Hoje, a Couro Azul é uma das empresas europeias de curtumes que marca a evolução tecnológica deste sector, aplicando processos inovadores como os acabamentos de base biológica, o que permite que os resíduos gerados sejam biodegradáveis e reutilizados em diversas aplicações (fertilizantes, cosmética, alimentação animal, etc).

Paralelamente, há um investimento constante em melhorias operacionais com impacto ambiental, como a energia verde ou o tratamento de resíduos, e em novas tecnologias, como a traçabilidade da matéria prima, o que torna possível saber a origem da pele que equipa cada veículo.

Também ao nível do acabamento e corte têm sido testadas e implementadas novas tecnologias e novas soluções, como scanner's, softwares de otimização ou tipos diversos de máquinas de corte.

Um compromisso constante com a inovação, para fornecer um artigo único, duradouro e confortável.

Onde estaremos em 2030, já daqui a 3 anos...

Para a Couro Azul, as oportunidades são no mercado europeu como um todo, onde a estratégia de mobilidade da União Europeia tem incentivado o investimento no sector ferroviário.

Este mercado internacional é onde a Couro Azul opera há várias décadas, competindo com a concorrência de outros fabricantes europeus pelos projetos mais emblemáticos. Esta estratégia levou à criação do Trainlys, que hoje circula nos comboios de alta velocidade de Espanha, França e Alemanha e nos comboios da Bélgica, dos Países Baixos, da Polónia e da República Checa.

E que tem todas as razões para equipar os novos comboios que vierem a circular em Portugal.

COURO AZUL

www.couroazul.pt



Sabia que?

… o primeiro comboio chegou a Portugal em 1856?

A primeira viagem ferroviária realizou-se a 28 de outubro de 1856, entre Lisboa e o Carregado, num percurso de cerca de 37 quilómetros. Partiu da estação provisória do Cais dos Soldados, atual Santa Apolónia, e demorou aproximadamente 40 minutos. O comboio era composto por duas locomotivas e 16 carruagens. A chegada do caminho de ferro reduziu distâncias que antes exigiam dias de viagem.

… o rei D. Pedro V chegou atrasado à viagem inaugural?

O monarca estava previsto entre os passageiros da primeira viagem, mas chegou tarde e o comboio partiu sem ele. O episódio tornou-se uma das histórias mais conhecidas dos primeiros tempos da ferrovia portuguesa.

… os primeiros comboios eram movidos a vapor?

As locomotivas a vapor queimavam carvão para aquecer água numa caldeira. O vapor produzido acionava os mecanismos que faziam mover as rodas. Este sistema dominou os caminhos de ferro durante décadas, até ser substituído progressivamente por locomotivas a diesel e elétricas. Em Portugal, as primeiras automotoras a diesel chegaram em 1948.

… a estação de São Bento é também uma galeria de arte?

No Porto, a Estação de São Bento é conhecida pelos painéis de azulejos que revestem o átrio principal. Pintados por Jorge Colaço e inaugurados em 1916, representam episódios da história nacional e cenas da vida tradicional. O conjunto reúne cerca de 20 mil azulejos, tornando a estação num dos espaços mais emblemáticos da cidade.

… a Ponte Maria Pia foi projetada por Gustave Eiffel?

Inaugurada em 1877, no Porto, a ponte permitiu estabelecer a ligação ferroviária entre o norte e o sul do país. Projetada por Gustave Eiffel e Théophile Seyrig, destacou-se pela dimensão e pela estrutura em ferro. Esteve ao serviço ferroviário até ser substituída pela Ponte de São João, em 1991.

… houve um comboio em Portugal que precisava de areia para não derrapar?

No século XIX, o sistema Larmanjat circulava sobre um único carril central, com rodas laterais de apoio. Em dias de chuva, as rodas podiam patinar nas subidas e alguns passageiros chegavam a levar pequenos sacos de areia para evitar derrapagens. A experiência acabou por ser abandonada em 1877.

… a Linha do Douro é uma das viagens ferroviárias mais emblemáticas do país?

O percurso acompanha o rio e atravessa zonas de socalcos e vinhas, oferecendo uma perspetiva singular sobre a paisagem duriense. A ferrovia contribuiu também para aproximar localidades e desenvolver o turismo na região.

Mais do que um meio de transporte, o comboio é testemunha de transformações sociais e tecnológicas. Em Portugal, cada estação, ponte e linha guarda um pedaço dessa história — e cada viagem pode ser uma oportunidade para a descobrir.

tecnovia

Cada ligação abre novas possibilidades

Construímos para além do negócio

www.tecnovia.pt

tecnovia-sgps

tecnovia

Tecnovia

TecnoviaPt

DESDE 1962





SIEMENS MOBILITY

Transform mobility **for everyone**

Num mundo global ligado em rede, o futuro da mobilidade tem de passar por soluções integradas, sustentáveis, fiáveis e seguras. Estamos a impulsionar os benefícios da digitalização, da excelência da engenharia e do nosso espírito empreendedor para vencer este desafio. Com a confiança dos nossos parceiros, somos pioneiros no setor dos transportes, movendo pessoas de forma sustentável e harmoniosa do primeiro até ao último quilómetro. E fazemos o máximo possível para transformar a mobilidade para todas as pessoas.

siemens.pt/mobility

SIEMENS