

NÃO HÁ PLANETA B

**DIA INTERNACIONAL
DO FARMACÊUTICO**

**CIDADES
SUSTENTÁVEIS**

OUTUBRO ROSA

FUJIFILM
Value from Innovation

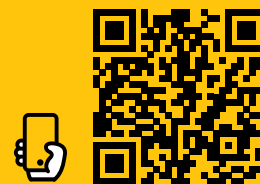


+100

Cidades

já escolheram o TOMI®

Descarregue o nosso White Paper grátis e
saiba porquê nos escolhem as cidades.



tomiworld.com/pages/white-paper-smart-cities

PRODUTO PATENTEADO

Reconhecimento
Nacional &
Internacional

O TOMI em Portugal já é
uma ferramenta no dia a dia,
em mais de 100 localidades.

Promovendo um apoio oportuno
e de proximidade a todos os que
vivem e visitam as cidades.

O TOMI também está presente
no Reino Unido, China, Brasil, Uruguai e Chile.

#turismo #mobilidade
#cidadania #ambiente
#economia #local
#global #smart



SMART CITIES & MOBILIDADE

Global Smart Cities
Contest - E-Gov category
Smart 50 Awards -
Citizen Life Category

Future Digital Awards - Best
Citizen Engagement solution

Innovacity award

Smart Cities UK Awards

ACESSIBILIDADE E INCLUSÃO

European Product Design
Awards - Design For Society

Disability Matters

INOVAÇÃO

Interface and Interaction
Design by A' Design Award

FEPE Technical
Innovation Award

TURISMO

AHRESP
Best Service

Melhor Inovação Tecnológica
na área do turismo nos
Travolution Awards



TOMI

Albufeira / Alenquer / Alljô / Almancil / Alvor / Águeda / Amarante / Amares / Angra do Heroísmo / Arcos de Valdevez / Armamar / Arouca / Baião / Botlicas / Bragança / Caminha / Carvoeiro / Castelo Branco / Castelo de Paiva / Celorico de Bastos / Chaves / Cinfães / Évora / Espinho / Fafe / Faro Felgueiras / Ferragudo / Figueira da Foz / Foz Côa / Freixianda / Gondomar / Idanha-a-Nova / Lagoa / Lagos / Lamego / Leça da Palmeira / Lisboa / Lixa / Loulé / Lousada / Manta Rota / Manteigas / Marco de Canaveses / Matosinhos / Melgaço Mexilhoeira Grande / Mogadouro / Mondim de Bastos / Monte Gordo / Montalegre / Melgaço / Mértola / Oeiras / Olhão / Oliveira de Azeméis / Paredes / Paredes de Coura / Penafiel / Penedono / Peso da Régua / Pinhão / Portimão / Porto / Póvoa de Varzim / Quarteira / Quinta do Lago / Resende / Ribeira de Pena / Rio Tinto / Sabrosa / Santa Maria da Feira / Santa Marta de Penaguião / Sabugal / Sernancelhe / Soajo / Silves / São Brás de Alportel / São João da Pesqueira / São João de Tarouca / Tabuaço / Tarouca / Tavira / Torre de Moncorvo / Trofa / Tábua Valbom / Vale de Cambra / Vale do Lobo / Valença / Valongo / Valpaços / Vieira do Minho / Vila Nova de Gaia / Vila Pouca de Aguiar / Vila Real de Santo António / Vila Verde / Vila do Conde / Vilamoura / Vila Real de Rodão / Viseu

CIDADES INTELIGENTES: UMA ESTRATÉGIA NACIONAL



André Aragão de Azevedo
Secretário de Estado para Transição Digital

Na atual era da quarta revolução industrial, a transição digital é um dos instrumentos essenciais da estratégia de desenvolvimento do país, em alinhamento com os objetivos políticos e que norteiam os investimentos comunitários. Esta é uma oportunidade para reinventar o funcionamento e organização do Estado, orientando-o mais para o cidadão e para o reforço da competitividade económica.

Neste contexto, foi criado o Plano de Ação para a Transição Digital, que inclui, entre as suas medidas, a definição e implementação da Estratégia Nacional de Smart Cities. Esta Estratégia tem como propósito fomentar o desenvolvimento de cidades inteligentes que proporcionem serviços centrados nas pessoas, simultaneamente inclusivos, sustentáveis e interoperáveis em todo o território nacional. Para tal, pretende estabelecer um enquadramento e um modelo de governação comum, que permitam agilizar a inovação, otimizar a despesa pública associada e melhorar a tomada de decisão.

São inúmeros os projetos em curso para tornar as nossas cidades mais inteligentes, seja em Portugal, na Europa ou no mundo. É normal que, numa primeira fase, estes projetos surjam numa base local e sem qualquer esforço ou preocupação de articulação ou interoperabilidade.

Estes projetos visam prestar serviços mais eficientes aos cidadãos, monitorar e otimizar as infraestruturas existentes, aumentar a colaboração entre os diferentes atores económicos e incentivar modelos de negócios inovadores nos setores público e privado. Em última análise, pretendem aumentar a competitividade das comunidades locais por meio da inovação e da tecnologia, ao mesmo tempo que aumentam a qualidade de vida dos cidadãos por meio de melhores serviços públicos e de um modo de vida mais sustentável.

Portugal enfrenta diversos desafios neste domínio, nomeadamente, a absoluta necessidade de olhar para esta realidade tão diversa e procurar dar-lhe alguma coerência, num esforço concertado de criação de valor para a comunidade. São várias as preocupações: desde a ausência de uma estratégia nacional que apoie a implementação local de cidades inteligentes; à falta de planeamento integrado que permita captar sinergias entre iniciativas e otimizar

a despesa pública; passando pela muito limitada partilha de experiências e aprendizagens. Temos que assegurar a efetiva expansão de projetos-piloto de escala local; bem como a adoção de princípios comuns e de um quadro de interoperabilidade aplicáveis a qualquer iniciativa desenvolvida no nosso território.

ESTA ESTRATÉGIA TEM COMO PROPÓSITO FOMENTAR O DESENVOLVIMENTO DE CIDADES INTELIGENTES QUE PROPORCIONEM SERVIÇOS CENTRADOS NAS PESSOAS.

Este projeto, que agora se inicia com a coordenação da Estrutura de Missão Portugal Digital, inclui no seu resultado esperado a aprovação de uma estratégia nacional de Smart Cities, a par da implementação de um plano de ação tangível e concreto, que venha estimular, de forma efetiva, o aumento de cidades inteligentes em todas as regiões do país.

Assente numa base colaborativa, a metodologia do projeto visa assegurar a inclusão e coesão territorial nacional contando com o envolvimento de múltiplos grupos de entidades do ecossistema das cidades inteligentes a nível nacional e europeu. Uma estratégia e um plano de todos e para todos.

Entendo que os municípios têm um papel central neste processo. Pelas suas competências, bem como pela sua experiência e conhecimento das necessidades concretas dos cidadãos, empresas e demais instituições. Por este motivo, a abordagem do projeto inclui um conjunto de etapas e metodologias que visam o seu envolvimento efetivo ao longo de todo o processo de definição estratégica e de implementação do plano de ação.

Contamos com todos para desenhar, construir e implementar a Estratégia Nacional de Smart Cities.

SÃO INÚMEROS OS PROJETOS EM CURSO PARA TORNAR AS NOSSAS CIDADES MAIS INTELIGENTES.

ALCANÇAR UMA TRANSIÇÃO PARA AMBIENTES URBANOS SUSTENTÁVEIS E INTELIGENTES



Alain Zarli
Secretário Geral da ECTP



Isabel Pinto-Seppä
Gestora de Assuntos Europeus no VTT Technical Research Centre of Finland

Espera-se que a cidade inteligente seja sustentável, resiliente e inclusiva com um elevado nível de inovação social e com uma participação ativa dos cidadãos nos modelos de governação e no planeamento de espaços urbanos. Isto exigirá que as cidades ofereçam serviços inovadores, num contexto cada vez mais digital para os seus cidadãos, visitantes e outros atores urbanos.

Neste contexto, edifícios e infraestruturas inteligentes e interconectados irão alimentar o ecossistema destes novos serviços urbanos com dados, novos algoritmos, em regime de “open data”, transformando o espaço público incluindo o seu património arquitetónico, cultural e natural.

Generalizar este ambiente construído interconectado e aberto, alimentado de dados de edifícios, infraestruturas, redes públicas e crowd-sourcing, permitirá o acesso aos dados, aos utilizadores, e às partes interessadas e devidamente autorizadas. Todos estes dados ficam assim disponíveis para construir soluções inovadoras que irão prestar serviços para os municípios, edifícios e seus habitantes, bem como para os processos de planeamento urbano, utilizadores, operadores e comunidades. Isto facilitará a difusão e a utilização dos serviços públicos. Estes podem incluir, por exemplo, serviços relacionados com o planeamento urbano, as redes de energia e água, a adaptação climática e riscos de segurança, serviços de apoio como diagnósticos inteligentes (por exemplo, detetar o risco das ilhas de calor urbanas) e a gestão de catástrofes através do envio de alertas direcionados aos cidadãos.

A integração de novas tecnologias de “big data” e Inteligência Artificial (IA) irá permitir interfaces de comunicação entre edifícios e seus próprios equipamentos, os edifícios e infraestruturas circundantes e a sua interconectividade com os sistemas de gestão de distrito, permitindo também uma experiência personalizada ao cidadão.

No que diz respeito à história e identidade cultural da Europa, o desenvolvimento de tecnologias digitais específicas para o património cultural apoiará os projetos de restauro, manutenção e gestão, trazendo melhorias das condições de conservação e aumentando a

A INTEGRAÇÃO DE NOVAS TECNOLOGIAS DE “BIG DATA” E INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL (IA) IRÁ PERMITIR INTERFACES DE COMUNICAÇÃO ENTRE EDIFÍCIOS E SEUS PRÓPRIOS EQUIPAMENTOS.

interação dos cidadãos com os parâmetros da cidade e os bens culturais. Além disso, o conceito “cidade inteligente e cultural” permitirá aos gestores municipais lidarem adequadamente com os fluxos turísticos de forma aumentar o valor dos elementos culturais sem comprometer a futura conservação do valioso património europeu.

Na transição de edifícios e infraestruturas inteligentes, para distritos e cidades inteligentes, a interoperabilidade e a normalização são pré-requisitos para a integração destes nos seus ambientes circundantes. Embora as soluções técnicas estejam prontas a apoiar esta integração, subsistem ainda desafios críticos para ultrapassar, nomeadamente na privacidade e na segurança dos dados, bem como, no que se refere ao contexto regulatório, à legislação europeia e local, às políticas das cidades e aos modelos de governação. Isto requer soluções holísticas, para além das tecnológicas, e um diálogo multifacetado entre todas as partes.

Incorporado nas nossas vidas e com fortes impactos socioeconómicos, o setor do ambiente construído é extremamente intensivo em termos de recursos e energia, a transição digital e sustentável neste setor, que inclui os edifícios, infraestruturas e património cultural dos habitantes das cidades, será fundamental para apoiar as metas de descarbonização Europeias e para criar governação urbana inclusiva centrada nos cidadãos.

A ECTP, Plataforma Europeia de Tecnologias da Construção, é uma voz de liderança no setor, impulsionando a inovação para a indústria na Europa e prestando aconselhamento aos governos nacionais e à União Europeia, influenciando o futuro do Ambiente Construído.

AMBISOUA: RUMO À SUSTENTABILIDADE

A OBRIGATORIEDADE DE PROCEDER À RECOLHA SELETIVA DOS BIORRESÍDUOS INICIA EM 2024. AMBISOUA ANTECIPA-SE NAQUELA QUE É A SUA ESTRATÉGIA DE GESTÃO DE RESÍDUOS URBANOS, A RECICLAGEM. DANIEL LAMAS, RESPONSÁVEL PELO DEPARTAMENTO DE MONITORIZAÇÃO AMBIENTAL, ESTUDOS E PROJETOS, FALAMOS DO PRÓXIMO PROJETO, A UNIDADE INDUSTRIAL DE BIORRESÍDUOS.



Daniel Lamas
Responsável pelo Departamento de Monitorização Ambiental, Estudos e Projetos



ladadas/ano de resíduos urbanos, dos quais cerca de 91% são resíduos indiferenciados, sendo que neste valor está incluindo os 40% dos orgânicos, sendo que estes, atualmente, são encaminhados para os dois aterros sanitários que temos na Ambisoua. Apenas 9% dos resíduos urbanos é que são provenientes da recolha seletiva dos ecopontos e que, posteriormente, são reciclados. O que se pretende é que a fração de biorresíduos seja progressivamente separada e recolhida, aumentando assim as taxas de reciclagem dos resíduos urbanos.

VAMOS CONSTRUIR UMA UNIDADE INDUSTRIAL COM CAPACIDADE PARA RECEBER ANUALMENTE CERCA DE 25.000 TONELADAS DE BIORRESÍDUOS.

Em que consiste e como vai funcionar este projeto denominado de Unidade de Valorização Orgânica de Biorresíduos?

Vamos construir uma unidade industrial com capacidade para receber anualmente cerca de 25.000 toneladas de biorresíduos, dos quais, 20.000 são resíduos alimentares e os restantes 5.000 são resíduos verdes. O tratamento será realizado através de Digestão Anaeróbia com produção de um digerido, que subsequentemente será sujeito a um processo de compostagem, com produção de um composto para utilização na agricultura. Esta Digestão Anaeróbia é um processo biológico para aproveitamento da fração biodegradável dos resíduos e tem como principal produto resultante o Biogás. A Digestão Anaeróbia é um processo que decorre num ambiente completamente fechado, garantindo assim um controlo mais fácil dos compostos voláteis, em particular aqueles que são responsáveis pelos maus odores.

Esta Unidade será um passo importante na sustentabilidade, eficiência energética e preservação ambiental para a região. O custo do investimento rondará os 17,5 milhões de euros, estando esta unidade abrangida por uma candidatura ao POSEUR,

pelo que conseguimos obter a atribuição do valor máximo disponível, que são 8 milhões de euros, cerca de 45% do custo total do investimento.

E qual é a finalidade do Biogás?

O Biogás gerado neste processo será captado, valorizado energeticamente através da produção de biometano, que será depois injetado na rede de gás natural para distribuição pública.

Também iremos usar como combustível, no abastecimento de uma frota de viaturas. Está prevista uma produção anual de cerca de 1.200.000 m³ de biometano e de 8.200 toneladas de composto.

Em relação à segurança para a saúde pública e aos maus odores?

Esta unidade será construída em edifício e sistemas fechados, de modo a controlar os efluentes líquidos, sólidos e gasosos, evitando desta forma a propagação dos maus odores e salvaguardadas as questões de saúde pública.

A Digestão Anaeróbia é um processo realizado sem a presença de oxigénio, pelo que estes resíduos são enviados para digestores completamente fechados, para que não haja hipótese de odores incomodativos na área circundante.

Como sabe, o que acontecia é que os biorresíduos iam juntamente com os resíduos indiferenciados para aterro sanitário, onde ficam provisoriamente expostos a céu aberto. Aí sim, existe um maior risco de contaminação e de propagação de maus odores, o que não acontece com esta unidade por ter um sistema estanque e os resíduos não ficam expostos. Esta será a primeira unidade de tratamento de biorresíduos a nível nacional que irá produzir biometano e injeta-lo na rede de gás natural.

Como se vai desenvolver todo este processo desde a recolha até à reciclagem?

Em primeira mão terão de ser efetuados in-

vestimentos para sensibilização da população. Há que explicar às pessoas o que são, porquê e como serão recolhidos os biorresíduos.

Posteriormente vão ser colocados novos contentores em pontos estratégicos das cidades, que são os locais de recolha dos biorresíduos, à semelhança do que acontece nos ecopontos. Haverá, portanto, um novo contentor adequado a receber apenas os biorresíduos separados pelas pessoas nas suas habitações, permitindo depois a respetiva recolha e encaminhamento até à unidade de valorização orgânica.

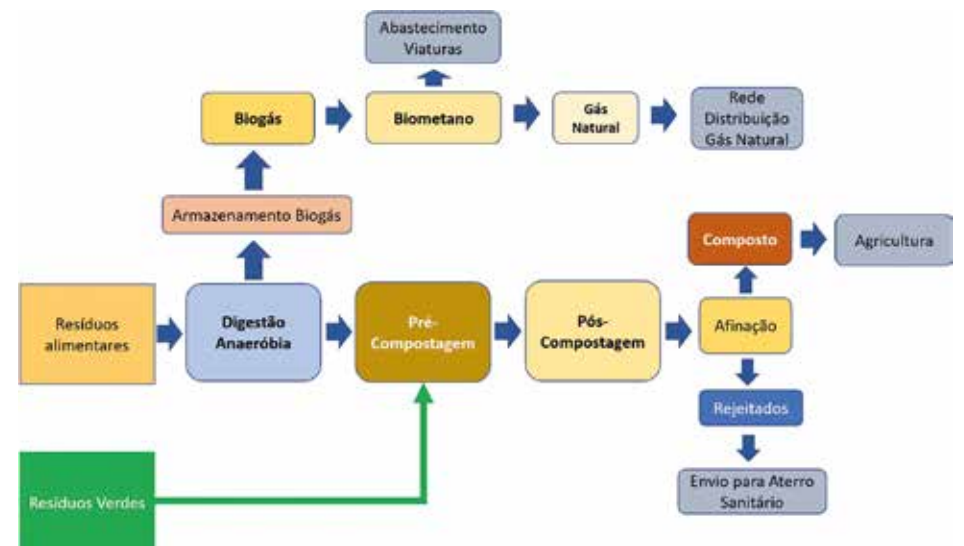
Este é, pois, um desígnio nacional, a obrigatoriedade de recolha seletiva faz parte de uma política ao nível nacional. Acresce que este enorme desafio que temos pela frente tem um prazo de implementação extremamente curto, de apenas 3 anos.

Em que fase é que este processo se encontra?

Houve previamente um envolvimento institucional da Ambisoua com os seus municípios tendo sido promovido a realização de um Estudo para o desenvolvimento de sistemas de recolha de biorresíduos na região. Este Estudo foi financiado pelo Fundo Ambiental e foi publicamente apresentado. Em termos gerais, o Estudo identifica quais as soluções técnicas mais adequadas e que garantam um desvio efetivo de biorresíduos do fluxo indiferenciado, assegurando ao mesmo tempo a eficiência económica do sistema integrado.

Quisemos saber quais as necessidades (meios humanos e materiais); quais os custos envolvidos e quais os benefícios que um sistema destes pode acarretar para a região e já temos essa quantificação elaborada.

Os próximos passos serão o lançamento do concurso público de concepção e construção da Unidade e a candidatura a financiamento comunitário para ações de sensibilização, aquisição de contentores e viaturas. Esta Unidade deverá estar em funcionamento em janeiro de 2024.



ISCTE EXECUTIVE EDUCATION NA VANGUARDA DO ENSINO COM QUALIDADE



Ana Simaens
Diretora do MBA in Sustainable Management

O que o MBA em Gestão Sustentável vem trazer de novo ao ensino superior, mas também, ao mercado de trabalho e aos futuros profissionais?

O MBA em Gestão Sustentável é um compromisso com uma forma ser, de estar, de pensar e de viver a gestão das organizações em geral, e das empresas em particular. Mais do que um programa, esta nova oferta pretende trazer à formação executiva em gestão uma visão holística da sustentabilidade e de como podemos criar impacto nas suas organizações e na sociedade. Estamos na Decade of Action, em que todos somos chamados para contribuir de forma decisiva para a Agenda 2030 das Nações Unidas, e a abraçar o European Green Deal. E se é inequívoco que muitas das transformações necessárias requerem respostas sistémicas, há muito a ser feito também ao nível das empresas. Mas as decisões são tomadas por pessoas. E é aqui que esta formação pode trazer um contributo crítico para os seus participantes, criando awareness, promovendo uma reflexão crítica, para que encarem a gestão necessariamente de forma mais responsável e sustentável.

QUAIS AS SAÍDAS PROFISSIONAIS QUE PODERÁ TER OU QUE COMPETÊNCIAS GANHA NO MBA?

A visão holística da gestão sustentável proporciona aos participantes trabalharem em diversas áreas da gestão ou em áreas específicas da sustentabilidade. Os participantes beneficiarão de um acompanhamento profissional em termos de desenvolvimento de carreiras.

O propósito do MBA em Gestão Sustentável é o de preparar líderes que se centrem na sustentabilidade para enfrentar os desafios de gestão com soluções inovadoras, procurando contribuir para um mercado de trabalho mais qualificado e preparado para os desafios e oportunidades que enfrentamos. Para isso, temos a sorte de contar com uma grande equipa interna de docentes, convidados de universidades, organismos, empresas e parceiros nacionais e internacionais que acreditam verdadeiramente neste propósito.

Quem desejar um MBA no âmbito da sustentabilidade, o que pode encontrar nesta formação?

Quem aceite o desafio de se juntar ao grupo desta primeira edição, encontrará um MBA concebido de raiz com a lente da sustentabilidade. Para uma experiência imersiva dos participantes, a aposta está na combinação de conhecimentos, competências e atividades de desenvolvimento de atitudes.

Temos um conjunto de unidades curriculares que exploram as áreas centrais da gestão e alinhado com as exigências da acreditação internacional da AMBA – Association of MBAs, mas desde logo filtradas pela sustentabilidade (Sustainable business strategy, Economics and sustainability, Data science for sustainability, Marketing and sustainability, Human resource management and sustainability, Sustainability accounting, Sustainability operations and logistics, e Sustainable finance). Os participantes têm a oportunidade de escolher optativas que se adequem aos seus interesses e skills que procuram (Governing for sustainability, Systemic thinking for sustainability, Entrepreneurship for sustainability, Sustainable business transformation in the digital era, Leadership for sustainability, ou Circular economy). Nos últimos meses, os participantes desenvolvem o seu Projeto aplicado em sustentabilidade, em Portugal ou internacionalmente, com acompanhamento em formato online.

Além da componente letiva, destacaria um conjunto de atividades para desenvolver e impulsionar a atitude dos participantes em relação à sustentabilidade, através da possibilidade de participação em workshops, aulas de ioga, seminários com convidados nacionais e internacionais. Esta dimensão mais informal é um exemplo de como encaramos este MBA em Gestão Sustentável como uma forma de ser, de estar, de pensar e de viver. Confesso que estou muito entusiasmada com a oportunidade de melhorar diariamente, desde logo ao nível pessoal, pelo privilégio de poder acompanhar esta jornada!

iscte Executive Education iscte BUSINESS SCHOOL

O MBA EM GESTÃO SUSTENTÁVEL É O PRIMEIRO EM PORTUGAL NA ÁREA DA SUSTENTABILIDADE, CERTIFICADO PELA AMBA. TRAZ UMA NOVA PERSPETIVA E VISÃO HOLÍSTICA DO QUE É SUSTENTABILIDADE E COMO ESTA É TRANSVERSAL A VÁRIOS SETORES DE ATIVIDADE. ANA SIMAENS, DIRETORA DO MBA IN SUSTAINABLE MANAGEMENT, EXPLICA COMO ESTA FORMAÇÃO FAZ A DIFERENÇA NAS EMPRESAS E NO MERCADO DE TRABALHO.

Sendo que toda a estrutura curricular está organizada com uma componente científica e de gestão. De que forma este MBA pode ajudar transversalmente os vários setores de atividade a alcançar metas de sustentabilidade?

Por natureza, um MBA é uma formação aberta a participantes de várias áreas, permitindo desde logo um grupo diversificado de participantes em termos de background académico, experiência profissional e papéis desempenhados e indústrias.

PORQUE ESCOLHER UM MBA EM GESTÃO SUSTENTÁVEL?

Porque merecemos todos uma gestão mais responsável e sustentável por parte das empresas, e podemos fazer parte dessa mudança.

Tratando-se de um MBA internacional, acrescentamos interculturalidade, determinante no contexto global e multicultural que vivemos. Ainda que tenha uma estrutura curricular científica estabelecida, a componente prática das unidades curriculares, bem como as atividades desenvolvidas serão ajustadas ao perfil e interesses dos participantes. Setores diferentes enfrentam desafios específicos, mas os princípios de uma gestão responsável são transversais. Por isso, o MBA em Gestão Sustentável oferece assim uma experiência única ao desenvolver entre os participantes 3 Cs: Competência – através do learning by doing; Compromisso – para ser um change maker; e Conexão – pelo forte networking com parceiros nacionais e internacionais.



De que forma a certificação pode fazer toda a diferença neste MBA tornado-o único em Portugal?

A acreditação internacional é um fator crítico nas escolas de gestão e de formação de executivos. O novo MBA em Gestão Sustentável vem juntar-se ao Executive MBA do Iscte Executive Education, formando a família de MBAs acreditados pela AMBA. Neste caso, a acreditação é certamente um fator distintivo ao nível nacional e internacional por se tratar de um MBA que integra de forma inequívoca e explícita a sustentabilidade no seu âmago, e não como uma área de especialização de um MBA generalista. E claro, o facto da AMBA acreditar internacionalmente um número selecionado de MBAs que representam o mais alto padrão de realização no ensino executivo pós-graduado, é certamente um motivo de grande orgulho, mas também de grande responsabilidade.

Sendo que este MBA tem uma visão holística indo de acordo com a Agenda 2030. Como se vai desenvolver a abordagem interdisciplinar entre as várias áreas?

A interdisciplinaridade entre as várias áreas da gestão é feita desde logo através de uma forte coordenação e alinhamento entre docentes da Iscte Executive Education e da Iscte Business School, bem como convidados da academia e empresas que vêm de backgrounds e experiências diversificados. O próprio Iscte é um espaço multidisciplinar que permite explorar múltiplas oportunidades. Além disso, traremos para o campus e iremos junto de parceiros para proporcionar uma experiência mais completa aos nossos participantes. Destacaria, por exemplo, uma study trip à Rennes School of Business com atividades letivas e de visitas a empresas locais de renome internacional.

Quais os projetos previstos neste MBA?

Além de outros projetos de curto e médio prazo que estão ainda em desenvolvimento, posso avançar que a curto prazo está previsto o início do MBA in Sustainable Management Webinar Series. Em colaboração com os nossos parceiros, teremos oportunidade de proporcionar a reflexão sobre temas atuais e críticos na temática da Gestão Sustentável, entre os quais os ESG, finanças sustentáveis, o papel das tecnologias para o desenvolvimento sustentável, entre outros.

QUAIS OS PROJETOS OU ATIVIDADES QUE INTEGRAM ESTE MBA?

Aulas, seminários, webinars, workshops, visitas a empresa, study trip à Rennes School of Business, Projeto final aplicado, entre outras atividades.

INTRO

AS CIDADES NO CENTRO DO PACTO ECOLÓGICO



Paula Pinho

Diretora para a Transição Justa, Consumidores, Eficiência Energética e Inovação



As alterações climáticas são um dos maiores desafios jamais enfrentados pela humanidade. A União Europeia não só está plenamente empenhada em combater as alterações climáticas através do Acordo de Paris, como lidera os esforços mundiais com a sua contribuição em termos de redução de emissões. Em especial, a UE comprometeu-se a alcançar a neutralidade climática até 2050. Para tal, aumentou a sua ambição relativamente aos objetivos de redução de emissões para 2030. A transição para um sistema mais sustentável implica repensar todo o panorama energético urbano. Significa melhorar e integrar a oferta e a procura de energia a todos os níveis, através das tecnologias digitais, e da tomada de decisões que tenham em consideração todos os aspetos da sociedade. Exigirá criatividade e visão em relação à forma como vivemos, trabalhamos, consumimos e produzimos serviços e como organizamos o transporte nas cidades.

Nas cidades vivem atualmente três quartos da população da UE. Ao mesmo tempo que representam os maiores motores da economia e da criação de emprego, são também responsáveis pela maior parte das emissões de gases com efeito de estufa. Por outro lado, as cidades enfrentam grandes desafios no que diz respeito às metas de sustentabilidade: consumo de energia, congestionamentos, emissões de CO₂, qualidade do ar, resíduos e —associado ao número crescente de soluções digitais— o vasto domínio da recolha, utilização e privacidade de dados, para citar apenas alguns exemplos.

As cidades têm um papel fundamental na resposta a estes desafios, ao mesmo tempo que estão na linha de frente no combate às per-

turbações, sem precedentes, causadas pela pandemia do COVID-19.

Serão inestimáveis para manter a dinâmica, ajudar os autarcas empenhados a reunirem-se e manter o apoio político dos seus eleitores e níveis de governação mais elevados para começar e concluir os programas de transição. As oportunidades nas cidades são múltiplas. Estão em posição de melhorar a qualidade de vida dos seus habitantes, de aumentar a competitividade e a sustentabilidade dos seus processos e da sua economia e de participar num mercado de forte crescimento para soluções urbanas inteligentes e sustentáveis, estimado a nível mundial em receitas de 27 mil milhões de EUR/ano em 2023¹.

NAS CIDADES VIVEM ATUALMENTE TRÊS QUARTOS DA POPULAÇÃO DA UE.

São também o laboratório onde a teoria encontra a prática, onde as ambições em termos ambientais e climáticos se concretizam através de programas de renovação, da integração do sistema energético, de iniciativas no domínio dos transportes sustentáveis e da mobilidade, possibilitadas por soluções digitais.

CIDADES INTELIGENTES COMO MOTORES ESSENCIAIS DA DUPLA TRANSIÇÃO ECOLÓGICA E DIGITAL

As cidades inteligentes são locais onde as redes e os serviços tradicionais são mais eficientes com a utilização de soluções digitais em benefício dos seus habitantes e empresas. Em particular, esta rápida transformação digital será importante para tornar as nossas cidades resilientes e preparadas para fazer face nomeadamente a pandemias.

As cidades inteligentes têm potencial para liderar a combinação entre a transição para as energias limpas e a revolução digital - indissociáveis na otimização do consumo de energia - criar novos serviços e modelos empresariais e permitir que os consumidores se tornem parte ativa da dupla transição ecológica e digital. Mas uma cidade inteligente vai além da utilização das tecnologias digitais para uma melhor utilização dos recursos e menos emissões. Uma cidade inteligente recorre a formas mais eficientes e sustentáveis de produção e utilização de energia, por exemplo, para a iluminação e o aquecimento de edifícios, meios e redes de transporte urbano mais inteligentes, instalações melhoradas de abastecimento de água e de eliminação de resíduos. A participação dos cidadãos, a existência de espaços públicos mais seguros e a satisfação das necessidades de uma população envelhecida são também ingredientes essenciais.

A Missão Cidades Inteligentes e com Impacto neutro no Clima, cujo lançamento está previsto para o final deste mês, vai levar a participação das cidades a um novo patamar, em complementaridade com os objetivos do Pac-

to e a experiência das cidades inteligentes. Estes pioneiros devem assinar um contrato de cidade climática e funcionar como polos de experimentação e inovação com vista a permitir que todas as cidades europeias tenham um impacto neutro no clima até 2050. A UE tenciona consagrar aproximadamente 360 milhões de euros nos próximos 3 anos à Missão das Cidades. Está em curso um convite à manifestação de interesse para as cidades, onde esperamos receber candidaturas também de Portugal, para aderirem à Missão. Os selecionados receberão assistência em matéria de estratégias globais, participação das partes interessadas e acesso ao financiamento.

O programa Smart Cities Marketplace vem na sequência do êxito do Programa Lighthouse, financiado pela UE, com 18 projetos de investigação inovadores em larga escala², que transformaram 120 cidades em «laboratórios da vida real» nos setores da energia, dos transportes e da mobilidade, utilizando soluções digitais como catalisadores e aceleradores e conduzindo à aplicação efetiva das políticas ecológica e digital da UE.

Além disso, demonstram que este processo é inclusivo, tanto em termos de seleção de tecnologias como de participação dos cidadãos, contribuindo assim para uma transição justa: da eficiência energética às energias renováveis, da descarbonização e da sustentabilidade « sem deixar ninguém para trás».

Os exemplos concretos que se seguem ilustram o impacto positivo da ação local em Portugal, e podem servir de modelo a nível da UE e mundial:

POCITYF Através do Projeto “Lighthouse cities”, a UE financiou um projeto de grande escala com duas cidades, uma das quais é a cidade medieval de Évora³, classificada Património Mundial em 1986 pela UNESCO. O projeto em Évora, da POCITYF, combina a renovação de edifícios (com especial atenção ao património precioso) com poupança energética, produção de eletricidade renovável e o seu armazenamento, pontos de carregamento elétrico e redes inteligentes (as redes inteligentes em Évora foram as primeiras em Portugal).

O projeto centra-se especificamente em blocos energéticos, grupos de, pelo menos, três edifícios vizinhos conectados que produzem anualmente mais energia primária do que utilizam e a sua expansão para distritos energéticos positivos⁴.

BundleUp - Combinação de projeto financiado pela UE e investimento privado em eficiência energética e em energias renováveis (iluminação pública LED, energia solar para consumo próprio, painéis solares, eficiência energética em edifícios e ar condicionado eficiente) em mais de 20 cidades portuguesas. Tendo em conta este êxito, a Comissão Europeia investirá novamente milhões de EUR na iniciativa através do projeto BundleUP NEXT, destinado a alcançar um investimento potencial de mais 65 milhões de EUR em energias renováveis e eficiência energética.

COMPILAR - Projeto que permitiu aos residentes de um condomínio com 150 apartamentos, localizados na zona residencial «Alta de Lisboa», investir em painéis solares para cobrir a totalidade das necessidades energéticas das zonas comuns dos edifícios, incluindo a iluminação, os elevadores e os sistemas de corrente alternada de alta tensão, bem como pontos de carregamento para veículos elétricos.

Vila Nova de Gaia - O projeto Vila Nova de Gaia⁵, financiado através de uma subvenção do mecanismo ELENA, visa melhorar o desempenho energético das escolas e das instalações desportivas públicas e melhorar a eficiência energética da iluminação pública e dos sistemas de iluminação rodoviária. Foram igualmente incluídas algumas instalações fotovoltaicas de pequena escala e medidas de renovação da eficiência energética em habitações sociais.

Casa + O portal Casa +⁶ visa incentivar e facilitar a renovação dos edifícios. Ajuda os proprietários a identificar as melhores oportunidades de poupança de energia e de água, melhorando simultaneamente o conforto. Facilita igualmente o processo de renovação, reunindo inspetores e profissionais do setor que podem avaliar as medidas e realizar as obras necessárias (por exemplo, instalar isolamento, ventilação, fontes de energia renováveis) e fornecer uma série de ferramentas para tornar o processo fácil e acessível. O portal também facilita a informação e o acesso ao financiamento disponível da UE.

AS CIDADES INTELIGENTES SÃO ELEMENTOS FUNDAMENTAIS DE UMA EUROPA MODERNA E DESCARBONIZADA E, POR CONSEQUENTE, ESTÃO NO CERNE DO PACTO ECOLÓGICO EUROPEU.

Com a ajuda dos programas de financiamento e apoio da UE, as políticas da UE com impacto local, bem como as muitas iniciativas urbanas e locais a nível da UE, as cidades poderão desenvolver e melhorar as suas capacidades, atrair investimento privado e participar ativamente na condução da transição energética para e com os seus cidadãos.

Em suma, as cidades inteligentes são elementos fundamentais de uma Europa moderna e descarbonizada e, por conseguinte, estão no cerne do Pacto Ecológico Europeu.

¹ Figura retirada do relatório «Analysing the potential for wide-scale out of integrated Smart Cities and Communities solutions» (2016) — <https://europa.eu/!kwhVKu> (URL abreviado)

² <https://www.covenantofmayors.eu>

³ <https://civitas.eu>

⁴ <https://living-in.eu>

⁵ <https://smart-cities-marketplace.ec.europa.eu>

⁶ <https://europa.eu/!kJPmWP> (URL abreviado)

⁷ <https://pocityf.eu/city/evora>

⁸ <https://portalcasamais.pt>

⁹ <https://www.eib.org/attachments/documents/elena-completed-vila-nova-de-gaia-en.pdf>



A Simpson Strong-Tie Company

A INOVAÇÃO AO SERVIÇO DA REABILITAÇÃO DO PATRIMÓNIO CONSTRUÍDO

NASCEU EM 2004 COM UMA APOSTA FORTE NA INOVAÇÃO, ATUALMENTE A S&P "EXPORTA PARA MAIS DE 15 PAÍSES, INCLUINDO OS EUA E BRASIL". E O SEU SETOR DE ATIVIDADE CENTRA-SE NO DESENVOLVIMENTO DE MATERIAIS AVANÇADOS TECNOLOGICAMENTE DE REFORÇO PARA FIBRAS POLIMÉRICAS, "COMO AS FIBRAS DE CARBONO, PARA A REABILITAÇÃO DE ESTRUTURAS EXISTENTES". SEMPRE COM UM FOCO NA SUSTENTABILIDADE E NA INOVAÇÃO DOS MATERIAIS, O LEMA É "DON'T REPLACE REINFORCE IN PLACE"! ENTREVISTA, FILIPE DOURADO BRANCH MANAGER DA S&P CLEVER REINFORCEMENT, ESCLARECE-NOS OS NOVOS DESAFIOS E OS PROJETOS DE INVESTIGAÇÃO EM CURSO.

Como podemos apresentar a S&P Clever Reinforcement e as áreas de valência?

A S&P é uma empresa formada em 2004 por minha iniciativa e de uma empresa Suíça, a S&P Clever Reinforcement Company, que apesar de estar presente no nosso mercado de forma indirecta, desejava uma maior proximidade com o nosso mercado e com intenções de se lançar também no mercado Espanhol.

Estamos hoje, em consequência do nosso forte crescimento, integrados na multinacional Norte Americana Simpson Strong-Tie. A nossa atividade centra-se no desenvolvimento de materiais avançados de reforço em fibras poliméricas, como as fibras de carbono, para a reabilitação de estruturas existentes.



Equipa S&P Portugal

Atualmente, somos uma empresa que para além da sua actividade no mercado Ibérico, exporta para mais de 15 países, incluindo os EUA e Brasil.

Qual a importância da I&D para a empresa na apresentação de soluções pioneiras no mercado?

A S&P tem desde o início apostado fortemente em iniciativas de investigação e desenvolvimento em Portugal, quer seja através das participações frequentes em teses ou em projetos colaborativos e co-financiados por programas Europeus de investigação.

Esta aposta está na nossa génese, sem investigação não há crescimento e desde logo, estando integrados num mercado tecnológico, percebemos que esse caminho é o fator chave do sucesso. Hoje temos 4 projetos de investigação em andamento em Portugal, alguns com produtos já patenteados, e mais de 80 projetos na Europa.

SOMOS A ÚNICA EMPRESA QUE GARANTE O PROLONGAMENTO DA VIDA ÚTIL DOS PAVIMENTOS, A PROVAR ISSO SÃO OS TRABALHOS EFETUADOS PARA AS MAIORES CONCESSIONÁRIAS PORTUGUESAS.

De que forma a S&P Clever Reinforcement aposta na sustentabilidade?

Os produtos que desenvolvemos vão no sentido da sustentabilidade através da reabilitação do património construído. Assim conseguimos diminuir a constru-

ção nova e reduzir a pegada ecológica, num sector que é um dos que mais contribui para o aquecimento global. O nosso lema é claro "Don't Replace reinforce in place"!

Como a empresa se posiciona no mercado nacional e internacional?

A S&P Portugal tem hoje em dia relações comerciais com os quatro cantos do mundo.



Obra do estádio do Maracanã

Em Portugal, foi implementado uma unidade inovadora de produção de chapas de fibra de carbono, este projeto está integrado no fundo QREN e com a colaboração do INEGI, que permitiu alavancar o negócio internacional representando hoje mais de 50% da faturação da nossa empresa.

Quais as obras emblemáticas que se podem destacar e em que soluções foram inovadoras?

Desde logo a emblemática intervenção de reforço no estádio do Maracanã, considerada a maior obra do mundo com compósitos de fibra de carbono. Este projeto teve a colaboração de engenheiros Portugueses, quer na concepção, assim como na aplicação dos materiais, esta intervenção foi um fator de sucesso para abertura atempada do estádio para a Copa do Mundo de Futebol.

Temos outras obras de grande importância como na Ponte Vasco da Gama e em diversos viadutos nas autoestradas. Outra vertente é utilização deste tipo de produtos no reforço de pavimentos rodoviários. De fato, somos a única empresa que garante o prolongamento da vida útil dos pavimentos, a provar isso são os trabalhos efetuados para as maiores concessionárias Portuguesas, mas também, a investigação elaborada pelo nosso conceituado laboratório de engenharia civil.

Em relação aos novos projetos da S&P Clever Reinforcement, quais os que podemos destacar?

A S&P tem neste momento três projetos de investigação em curso: o desenvolvimento de compósitos de fibra unidirecional com mudança de direção, permitindo assim o seu uso em situações de reforço nunca utilizado anteriormente; o desenvolvimento de monitoração dos compósitos através de fotografia de alta resolução, permitindo o acompanhamento do estado da estrutura com processos não intrusivos; e o desenvolvimento de uma bio-resina para produção de laminados de fibras carbono, integrando mais de 60% de resinas naturais substituído as de origem em combustíveis fósseis.

A S&P PORTUGAL TEM HOJE EM DIA RELAÇÕES COMERCIAIS COM OS QUATROS CANTOS DO MUNDO.

A S&P, Clever Reinforcement Ibérica foi constituída em 2004 com vista ao arranque de um projecto inovador e de elevado índice tecnológico no segmento de mercado dos materiais para o sector da construção civil, designadamente para o reforço de estruturas na recuperação e reabilitação de edifícios e reforço de pavimentos rodoviários. Sempre em busca da inovação e de modo a dar resposta a novos desafios, temos vindo a alargar a gama de soluções S&P, desenvolvemos projectos de investigação com diversos parceiros e dispomos de uma equipa que tem o maior gosto em acompanhar cada solução desde a fase de projecto bem como a respectiva implementação em obra.

Saiba mais em: www.sp-reinforcement.pt +351 212 253 371



Nelson Lage
Presidente da ADENE



ÁGUA EFICIÊNCIA GOTA A GOTA

A água é um recurso natural essencial à vida. Esta é uma ideia que todos partilhámos, mas que muitos de nós desvalorizamos. Todos pensávamos a água como um bem inesgotável, mas as alterações climáticas vieram mostrar como a sociedade foi fazendo um uso da água sem a consciência de que um dia ela pode faltar.

Desde a década de 1980 que, em todo o globo, o consumo de água cresce 1% ao ano e assim irá continuar. As alterações climáticas combinadas com o crescimento populacional, os padrões de consumo e o desenvolvimento económico mundial fez aumentar a pressão sobre a água. Segundo as Nações Unidas cerca de 2,1 mil milhões de pessoas não têm hoje acesso a serviços de água potável e a escassez deste bem deverá continuar a aumentar até 2050.

Para além da escassez, o desperdício no recurso água é um problema a combater. Em Portugal perderam-se perto de 188 mil milhões de litros de água em 2019, segundo o último Relatório Anual elaborado pela ERSAR (Entidade Reguladora dos Serviços de Águas e Resíduos).

A poluição, as secas, e a degradação ambiental provocadas pela ação do homem, estão a agravar a escassez de água. É urgente ganhar consciência na gestão do recurso água, planear melhor, monitorizar o consumo e conhecer as disponibilidades da água. É igualmente importante encontrar soluções para a reutilização da água em áreas como a agricultura, a indústria e o setor urbano, em especial nos edifícios.

A racionalização dos consumos, a criação de estratégias de reuso, nas práticas agrícolas, atividades residenciais, comerciais e industriais são essenciais, de modo a garantir a sustentabilidade da água, não pondo em causa a satisfação das nossas necessidades e garantir as necessidades das gerações futuras.

A ADENE desde a sua origem que lida com o tema da energia através da eficiência energética e da promoção das energias renováveis, contribuindo para a mitigação das alterações climáticas. Em 2016, a eficiência hídrica passou a ser uma prioridade da Agência para a Energia.

Apostando no Nexus água-energia temos desenvolvido campanhas de informação e sensibilização, promovendo a literacia e fornecendo orientação técnica e qualificação para os profissionais, empresas e público em geral, visando uma sociedade com capacidade de fazer escolhas mais informadas e comportamentos mais eficientes.

Os setores da construção e energia estão cientes da necessidade de cumprir as metas de descarbonização, eficiência energética e também eficiência hídrica. Os edifícios são responsáveis por um consumo muito significativo de energia, água e outros recursos, estando entre os quatro setores prioritários e com maior potencial de atuação na área da economia circular e da gestão eficiente de recursos.

**A POLUIÇÃO, AS SECAS,
E A DEGRADAÇÃO AMBIENTAL
PROVOCADAS PELA AÇÃO DO
HOMEM, ESTÃO A AGRAVAR
A ESCASSEZ DE ÁGUA.**

Além da tecnologia, há instrumentos de política pública que fomentam o aumento da eficiência hídrica nos edifícios e em que a ADENE participa ativamente. Destes instrumentos destacamos a Estratégia de Longo Prazo para a Renovação do Edificado 2050, que contempla a eficiência hídrica e o Nexus água-energia e prevê a capacitação técnica dos profissionais da construção, e o Programa ECO.AP 2030, que visa a eficiência de recursos na Administração Pública.

No âmbito da sua missão de promoção da eficiência energética, a ADENE, desenvolveu o Portal casA+, dirigido aos proprietários (ou arrendatários), que centraliza toda a informação sobre soluções de eficiência energética e de sensibilização do consumidor com vista à redução dos consumos das habitações e à maior qualidade de vida dos seus ocupantes.

O casA+ permite conhecer as características do imóvel em detalhe bem como o respetivo desempenho energético e

hídrico. Uma das suas mais valias é a possibilidade de contactar empresas e profissionais qualificados, previamente validados pela ADENE, com vista à implementação de medidas de melhoria na habitação.

Porque acreditamos na inovação, lançámos também o AQUA+, um sistema simples, ágil e voluntário que classifica o uso eficiente da água nos edifícios, orientando o mercado para escolhas e soluções mais eficientes. Este sistema destina-se a edifícios em projeto, reabilitação ou em uso, permitindo uma avaliação da eficiência hídrica numa escala universal, de F (menos eficiente) a A+ (mais eficiente).

O AQUA+, que usa uma metodologia pioneira na Europa e inovadora a nível internacional, foi distinguido na edição nacional dos European Enterprise Promotion Awards 2021, ao vencer na categoria "Apoio à Transição Sustentável". O AQUA+ foi selecionado para representar Portugal, em novembro na Eslovénia, na grande final internacional!

Na ADENE, a aposta na eficiência energética e hídrica passa igualmente pela certificação energética dos edifícios (SCE) como instrumento fundamental para a sustentabilidade. A ADENE, enquanto responsável pelo Sistema de Certificação Energética dos Edifícios, já emitiu perto de dois milhões de certificados nos 15 anos de história do SCE, contribuindo decisivamente para uma mudança de paradigma.

Algo aparentemente tão simples como atribuir uma classe de desempenho energético a um imóvel significou um avanço importante na melhoria do edificado português. Hoje, os consumidores podem exigir mais eficiência energética nas suas escolhas e os promotores e proprietários podem mostrar que têm uma oferta mais eficiente e sustentável. É verdade que nem todos vivemos ainda em edifícios sustentáveis, mas a evolução tem sido extraordinária e as perspetivas são entusiasmantes. O percurso que temos feito na energia (e nos edifícios em particular) prova que estamos no caminho certo e a par do objetivo de vivermos em edifícios mais eficientes, descarbonizados e sustentáveis.

O objetivo europeu é a criação de um parque edificado composto maioritariamente por edifícios com necessidades quase nulas de energia (NZEBs). O caminho está traçado na Estratégia de Longo Prazo para a Renovação de Edifícios (ELPRE), no Plano Nacional de Energia e Clima (PNEC 2030) e no Roteiro para a Neutralidade Carbónica 2050. Os incentivos estão no terreno através do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR), que prevê 620 milhões de euros para investimento na Eficiência Energética dos Edifícios.

O PRR vai permitir um estímulo à economia nacional ao operacionalizar as reformas em curso, nomeadamente a ELPRE, o Programa de Eficiência de Recursos na Administração Pública (ECO.AP 2030) e a Estratégia Nacional para o Combate à Pobreza Energética.

Mudar hábitos e práticas de eficiência contribui para uma maior sustentabilidade e tem um impacto direto na fatura da água e da energia, mantendo e até aumentando o conforto, a segurança e a qualidade dos recursos. Com a utilização de equipamentos mais eficientes e tecnologias inovadoras é possível reduzir até 45% o consumo de água em casa e nos edifícios. Ao poupar água está também a poupar energia, dado que a captação, o transporte e o tratamento da água de abastecimento e das águas residuais são operações que implicam um elevado consumo e custo energético.

Em Portugal estima-se que os custos das famílias com habitação, água, eletricidade e gás ultrapassem 30% dos custos mensais das famílias. Nos edifícios residenciais, 23% da fatura energética está associada ao aquecimento de água. O aquecimento de água quente sanitária e a manutenção da pressão da água, são duas operações com um elevado consumo energético e que demonstram a importância do Nexus Água-Energia.

Tendo como meta atingir a neutralidade carbónica até 2050, Portugal vive um momento de grandes desafios. A neutralidade carbónica obriga ao cumprimento de metas mais exigentes de forma a acelerar a descarbonização. O trabalho da ADENE na promoção da eficiência energética e hídrica é uma gota importante no oceano de medidas necessárias para este grande objetivo.

O desafio que todos temos pela frente é transformar a escassez de água numa oportunidade de duplicação de cada gota, na eficiência e na elevação da resiliência e adaptação climática a um novo expoente. Esta é a oportunidade de levar a todos os cidadãos o uso eficiente da água, contribuindo para um melhor planeta. Esta é a missão da ADENE.

**TENDO COMO META
ATINGIR A NEUTRALIDADE
CARBÓNICA ATÉ 2050,
PORTUGAL VIVE UM
MOMENTO DE GRANDES
DESAFIOS.**



Agência para a Energia



Siga a ADENE News

ADENE,

a agência nacional para a energia, com uma missão centrada nas pessoas e a ambição de reforçar o posicionamento de Portugal na descarbonização, é um parceiro ativo da transição energética, fortalecendo parcerias, dinamizando a política pública e estando mais próximo dos cidadãos. Com toda a Energia!



A utilização eficiente da água, recurso escasso e indispensável, é um dos desafios da atualidade. Reconhecendo a relevância do Nexus Água-Energia, relação entre o uso e consumo de água e de energia, surge a eficiência hídrica como área de atuação da ADENE. Atuando em várias frentes, desde a técnica com o desenvolvimento de instrumentos de classificação, à cívica com o despertar de consciência dos cidadãos para a gestão sustentável da água, alcançaremos a transição energética no futuro. Juntos!

YOKOHAMA ALL SEASON BLUEARTH-4S AW21

É O NOSSO PNEU CAMPEÃO EM TODAS AS ESTAÇÕES DO ANO.
OFERECE UMA MAIOR SEGURANÇA EM SUPERFÍCIES MOLHADAS,
UM EXCELENTE RENDIMENTO E UMA MAIOR QUILOMETRAGEM.

- PROPRIEDADES DE POUPANÇA DE COMBUSTÍVEL
- EXCELENTE QUILOMETRAGEM
- MÁXIMO CONFORTO

The One for All Seasons

BluEarth-4S

YOKOHAMA

www.yokohamaiberia.com

BluEarth-4S AW21

SMART CITIES: UMA NOVA ERA NA TRANSIÇÃO DAS CIDADES



Eckart Würzner
Mayor de Heidelberg

SETEMBRO É NORMALMENTE AQUELA ALTURA DO ANO EM QUE SE VOLTA À ROTINA DEPOIS DE TER GOZADO UMA PAUSA DE FÉRIAS RELAXANTE.

No meu país, no entanto, no passado mês de Julho, tivemos uma das piores chuvas da nossa história. Mais uma vez, inundações mortíferas quebraram todos os recordes que nos mostram como os episódios climáticos extremos podem se tornar o novo normal em todo o mundo, e o último relatório do IPCC emitiu um aviso severo de que o tempo de ação está esgotar-se irrevogavelmente.

Como Presidente de Energy Cities, uma rede de mais de 1000 cidades europeias que concebem a sua própria transição, vislumbro um "renascimento" da sociedade a acontecer por toda a Europa.

Digo "renascença" e não "resiliência", porque penso que é tempo de abandonarmos o nosso dicionário do velho mundo e de ousarmos pôr tudo em causa. Já não penso que devamos ser "resilientes" se isto significar uma adaptação temporária às crises a fim de voltarmos ao que era antes.

Os cientistas dizem-nos que o nosso atual modelo de desenvolvimento socioeconómico não é sustentável e que devemos correr contra relógio para inverter os efeitos mais prejudiciais das alterações climáticas, mas paradoxalmente, para correr precisamos de aprender a abrandar.

Isto é o que as nossas cidades membros estão a fazer: a levar o tempo necessário para reunir todos em torno do maior brainstorming do nosso tempo. Porque o futuro não se baseará na competição, mas sim, na cooperação. Precisamos não só de restaurar o equilíbrio do nosso ecossistema natural, mas também do ecossistema social, que nunca poderá ser sustentado se for baseado no desequilíbrio social.

A transição justa é um objetivo em que os nossos membros têm vindo a trabalhar antes de ter sido conceptualizada pelas instituições europeias.

No campo da energia, estamos a organizar "laboratórios de cooperação" entre as autoridades locais e as comunidades para aprender como projetos conjuntos podem proporcionar poupanças de energia, bem como calor e energia renováveis com maiores retornos financeiros e sociais.

No Porto, a primeira comunidade energética foi criada num bairro de habitação social e

irá envolver cerca de 180 habitações e uma escola primária. Faz também parte do maior programa de economia circular, uma vez que o projeto incluirá centros de reparação de equipamento electrónicos.

É assim estamos a revolucionar o nosso sistema energético da mesma forma que o nosso abastecimento alimentar: produzindo e consumindo localmente. Acabámos de criar em Heidelberg um consórcio e uma campanha de promoção aos produtos regionais. Mas para ir além da mudança gradual e fragmentada, precisamos de reformar o nosso modelo económico, por um lado, mas igualmente toda a arquitetura administrativa e organizacional que lhe está associada.

Estamos habituados a administrações que trabalham em silos, com os seus próprios orçamentos, vocabulário e prioridades, por isso precisamos de mais permeabilidade.

Na área metropolitana de Brest, em França, que faz parte do projecto UE Tomorrow, foi iniciada uma ampla estratégia de parceria no roteiro local para 2050 que integra todos os atores socioeconómicos do território e foi criada uma equipa de transição local, para além de 8 coligações.

Os exemplos destes processos locais de co-construção são tão numerosos que acabamos de publicar a nossa primeira coleção dos mesmos.

E TEMPO DE ABANDONARMOS O NOSSO DICIONÁRIO DO VELHO MUNDO E DE OUSARMOS PÔR TUDO EM CAUSA.

A nível da UE, tenho esperança que o movimento Novo Bauhaus Europeu, do qual Energy Cities é um parceiro oficial, nos ajude a construir pontes para que todos falemos a nova língua.

Como organização estamos a reinventar-nos, baseando a nossa visão numa nova carta que reconhece todas as interdependências entre sistemas energéticos, alimentares, terrestres e materiais.

Durante séculos, o modelo tecno-industrial centralizado tornou-nos cegos para o potencial dos nossos territórios. Mas isto foi antes do movimento das sextas-feiras para o futuro. Os consumidores passivos estão a transformar-se novamente em cidadãos activos, as PME dinâmicas e estão prontos a juntar-se às comunidades locais para colher os frutos da nossa riqueza comum. Nós, líderes locais eleitos, não os vamos desiludir.



UMA INVESTIGAÇÃO POR TERRITÓRIOS SUSTENTÁVEIS

JOSÉ BARROSO DE AGUIAR, DIRETOR DO CENTRO DO TERRITÓRIO, AMBIENTE E CONSTRUÇÃO (CTAC), SUBLINHA A MISSÃO DO CENTRO NA INVESTIGAÇÃO NA ÁREA DO TERRITÓRIO, AMBIENTE E CONSTRUÇÃO COM O FOCO NA SUSTENTABILIDADE, NA RESILIÊNCIA DOS TERRITÓRIOS E DISSEMINAÇÃO DE CONHECIMENTO.

Como Centro de Investigação de Referência pertencente à Escola de Engenharia da Universidade do Minho como poderemos descrever o CTAC e quais as valências na área de investigação?

O Centro de Território, Ambiente e Construção (CTAC) é um centro de investigação reconhecido pela Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT). Possui, atualmente, 24 investigadores integrados em três Áreas de Competência designadas por Materiais e Tecnologias de Construção, Hidráulica e Ambiente, e Território.

Qual o plano estratégico do CTAC na área da sustentabilidade?

O principal objetivo do CTAC é produzir conhecimento para suportar a sua visão de Territórios Sustentáveis e Resilientes. Pretende-se desenvolver materiais, tecnologias e sistemas inovadores aplicados ao ambiente construído, políticas de mobilidade urbana sustentáveis. Estudar os sistemas urbanos num ambiente em mudança e a gestão do risco para aumentar a resiliência a desastres naturais.

Qual a aposta do CTAC na tecnologia e inovação, assim como, a importância dos laboratórios como unidades de investigação científica?

A tecnologia e a inovação são apostas do CTAC em todas as áreas de competência. O desenvolvimento de materiais, tecnologias e sistemas inovadores é muito importante sobretudo quando contribuem para a sustentabilidade e a resiliência dos territórios. As inovações desenvolvidas no CTAC vão no sentido dos três pilares da sustentabilidade relacionados com o ambiente, a economia e o social.



José Barroso de Aguiar
Diretor do CTAC

O CTAC integra dois Laboratórios Colaborativos relacionados com a sustentabilidade do território, estes laboratórios são uma forma de adicionar competências existentes em diversas unidades de investigação científica.

Relativamente aos projetos de investigação, como o CTAC cria parcerias com entidades locais, internacionais ou mercado empresarial e a sua importância para o desenvolvimento e implementação dos projetos?

Os projetos de investigação desenvolvidos no CTAC têm a preocupação de criar parcerias com entidades locais, internacionais e o mercado empresarial. Desta forma consegue-se resolver problemas que existem no mercado empresarial. A participação de entidades internacionais permite o alargamento do âmbito dos projetos de investigação. As parcerias com entidades locais permitem uma ligação forte ao meio em que se insere o CTAC, sem esquecer a sua preocupação com a internacionalização e o desenvolvimento de investigação que se aplique em todo o mundo.

A atividade do CTAC tem permitido o desenvolvimento de várias empresas de Portugal sobretudo do norte e centro. Nomeadamente, o desenvolvimento de produtos inovadores tem alargado o mercado das empresas, permitindo ampliar as suas exportações. Estas atividades têm igualmente implicações na criação de emprego.

O PRINCIPAL OBJETIVO DO CTAC É PRODUZIR CONHECIMENTO PARA SUPORTAR A SUA VISÃO DE TERRITÓRIOS SUSTENTÁVEIS E RESILIENTES.

Quais os projetos mais relevantes?

Gostaria de salientar dois projetos de investigação recentes: MarRisk e SmartPedestrian. O primeiro está relacionado com a adaptação costeira às alterações climáticas, conhecer os riscos e aumentar a resiliência. O segundo está a desenvolver um modelo inovador para projetar uma rede pedonal inteligente. Estes dois exemplos mostram o envolvimento do CTAC em inovação aplicada a territórios sustentáveis e resilientes.

A MOBILIDADE SUSTENTÁVEL E RESILIENTE



Paulo J.G. Ribeiro
Professor Auxiliar

Os sistemas de transportes estão a tornar-se cada vez mais complexos, especialmente nas grandes cidades, com um grande aumento na procura por transporte, que se traduz num aumento do tráfego automóvel e consequentemente em problemas de mobilidade como congestionamentos, diminuição da produtividade, poluição ambiental, ruído e acidentes de trânsito, que afetam diretamente a qualidade de vida das pessoas.

Assim, para enfrentar os desafios futuros da mobilidade, é necessário desenvolver sistemas de informação capazes de captar dados relevantes que apoiem a produção de informações essenciais para uma gestão integrada do sistema de mobilidade, do desenvolvimento de indicadores-chave de desempenho que fundamentem a tomada de decisão em diversos campos, centradas na operação atual e na otimização do futuro sistema de mobilidade e transportes, bem como desenvolver alertas em cenários de ameaças graves e imprevisíveis.

Nunca, como nos nossos dias, se tornou tão urgente e necessário avaliar e mitigar o impacto das alterações climáticas e de outras ameaças ao nível da mobilidade.

Assim, no CTAC tem-se estudado, nos últimos anos, formas de avaliar a resiliência do sistema de

transportes e da mobilidade urbana, com o objetivo de desenvolver sistemas que permitam testar a capacidade de absorver e/ou reduzir os impactos de diferentes perturbações, bem como a capacidade de manter e/ou restaurar a operação normal de um sistema de transportes que assegure um nível de desempenho aceitável dentro de um período de tempo, associado a custos igualmente considerados aceitáveis.

Num futuro próximo, a digitalização dos transportes promete conduzir a serviços e ofertas comerciais de mobilidade totalmente personalizados. A participação do CTAC em projetos de desenvolvimento de Laboratórios Vivos para a descarbonização ao nível da mobilidade, representa uma oportunidade para desenvolver processos ro-

A PARTICIPAÇÃO DO CTAC EM PROJETOS DE DESENVOLVIMENTO DE LABORATÓRIOS VIVOS PARA A DESCARBONIZAÇÃO AO NÍVEL DA MOBILIDADE, REPRESENTA UMA OPORTUNIDADE PARA DESENVOLVER PROCESSOS ROBUSTOS E EFICIENTES.

bustos e eficientes, constituindo uma área de experimentação e inovação de novas tecnologias, dispositivos e sistemas para uma mobilidade mais limpa e sustentável. Atualmente, a necessidade de integração do transporte e do uso do solo para promover uma mobilidade equilibrada, eficiente, inclusiva e segura é premente e é o cerne da investigação desenvolvida pela equipa do projeto de mobilidade sustentável do CTAC-EEUM. Esta mobilidade deve ser apoiada no transporte público e noutros modos de transporte mais sustentáveis, reduzindo as externalidades da mobilidade e das pessoas e mercadorias, ao mesmo tempo promovendo a qualidade de vida e o bem-estar de todos. Neste domínio, o CTAC está a analisar e avaliar os impactos da micromobilidade nas cidades, mais especificamente ao nível dos sistemas de trotinetes partilhados e da bicicleta, com o intuito de desenvolver sistemas mais equitativos, acessíveis e adaptáveis para vários contextos urbanos.

Uma nova abordagem para a política de mobilidade urbana é necessária, onde a acessibilidade é o objetivo e a mobilidade o instrumento. Assim, é indispensável reor-

PARA ENFRENTAR OS DESAFIOS FUTUROS DA MOBILIDADE, É NECESSÁRIO DESENVOLVER SISTEMAS DE INFORMAÇÃO CAPAZES DE CAPTAR DADOS RELEVANTES QUE APOIEM A PRODUÇÃO DE INFORMAÇÕES ESSENCIAIS PARA UMA GESTÃO INTEGRADA DO SISTEMA DE MOBILIDADE.

ganizar a mobilidade para acomodar as mudanças radicais trazidas pelo mercado e pela indústria. Por outro lado, é importante integrar uma mudança cultural, com novas lógicas disruptivas, como a confrontação do mundo real em relação ao virtual (aspirações, ambições), a resposta às necessidades das novas gerações (passando da propriedade ao uso), que tendencialmente se traduzirá numa urgente mudança de paradigma na mobilidade através da introdução de sistemas de mobilidade partilhada, informações personalizadas em tempo real, uma mobilidade como sistema instrumental de acessibilidade, e a integração da mobilidade e do uso do solo com orientação funcional e fundamentalmente, com um forte foco nas pessoas.



NÃO CHEGA USAR MATERIAIS SUSTENTÁVEIS

A-LAB
ARQUITECTURA

www.a-lab.pt



Luis Fonseca
Partner / CEO A-lab Portugal

ARTIGO DE LUIS FONSECA,
PARTNER / CEO A-LAB PORTUGAL
E INÊS ALMEIDA, STRATEGY &
DEVELOPMENT A-LAB PORTUGAL



Inês Almeida
Strategy & Development A-lab Portugal

À ESCALA URBANA,
AS RÉPLICAS DIGITAIS
PODEM SERVIR DE
BASE PARA SIMULAÇÕES
DE GESTÃO MICRO-CLIMÁTICA
(TEMPERATURA,
IMPERMEABILIZAÇÃO
DO SOLO, VENTO, TRÁFEGO,
ETC) E O IMPACTO PARA O
ESPAÇO PÚBLICO.

Se os edifícios construídos hoje em dia utilizassem apenas os materiais mais sustentáveis existentes atualmente no mercado, apenas conseguiríamos uma redução de 20% na sua pegada de carbono - muito aquém do objectivo europeu de redução de 50% de emissões para 2030. O actual momento de transição energética é um momento de transição de metodologias de trabalho, suportadas por modelos de conhecimento integrado. Para atingir este objectivo, os edifícios têm de ser concebidos com essa ambição desde uma fase inicial e dentro de uma nova dinâmica profissional.

A ambição de tornar a indústria na construção mais sustentável só será viável quando integrada numa perspectiva de economia circular, ao longo de todo o ciclo de vida dos edifícios: Concepção - Construção - Utilização - Demolição. Este círculo tem de ser fechado, com a fase de Concepção a reutilizar recursos disponibilizados pela fase de Demolição.

Somos uma empresa de Arquitectura e embora a nossa contribuição vá desde a fase de concepção do projecto até à entrega do edifício, é na fase de concepção que este sistema pode ser gerado e desenvolvido em BIM (Building Information Model).

Como pode a tecnologia BIM potenciar uma maior sustentabilidade dos edifícios?

As novas tecnologias permitem criar digital twins - réplicas digitais e dinâmicas dos edifícios que são necessárias e úteis em todas as fases do ciclo de vida do edifício. São um modelo atualizado de um ou vários edifícios reais (um edifício de escritórios, um campus, uma ferrovia, etc.) onde se reúnem e identificam todos os componentes, a sua performance e os seus dados operacionais em tempo real. É uma representação tridimensional colaborativa, partilhada em rede com todos os agentes intervenientes ao longo deste

ciclo - com as vantagens de uma coordenação mais rápida e eficaz.

É a possibilidade de extrair qualquer informação deste modelo (características dos materiais, quantidades, funcionamento dos sistemas, etc) que constitui a base para uma economia circular. Possibilita a avaliação de todos os recursos, a optimização da sua manutenção e do seu eventual desmantelamento e reutilização.

**A AMBICÃO DE TORNAR A INDÚSTRIA
NA CONSTRUÇÃO MAIS SUSTENTÁVEL
SÓ SERÁ VIÁVEL QUANDO INTEGRADA
NUMA PERSPECTIVA DE ECONOMIA
CIRCULAR, AO LONGO DE TODO O
CICLO DE VIDA DOS EDIFÍCIOS.**

criar valor público

A utilização institucionalizada desta metodologia na construção, facilitaria decisões políticas de ordenamento do território, possibilitando a sobreposição de bases de dados normalmente isoladas nos seus laboratórios de investigação específicos (cartas militares, corredores de migração de aves, recursos hídricos, etc.). Imagine por exemplo a possibilidade de consultar a réplica digital de um grande complexo comercial onde deflagra um incêndio. Seria possível identificar rapidamente riscos estruturais, materiais

mais inflamáveis, etc. ainda antes da chegada dos bombeiros.

À escala urbana, as réplicas digitais podem servir de base para simulações de gestão micro-climática (temperatura, impermeabilização do solo, vento, tráfego, etc) e o impacto para o espaço público. Todas estas possibilidades não param de crescer e embora sejamos constantemente lembrados da incerteza que o futuro nos reserva, a adopção destas tecnologias na construção vai criar a base que nos permite analisar os desafios do sector e otimizar as medidas de resposta.

criar valor para si, aqui e agora

Somos por vezes questionados se é mais caro para o cliente utilizarmos um modelo digital e o BIM - não o é. Trabalhar com esta metodologia hoje em dia significa uma optimização de tempo e recursos para todos os envolvidos.

Fazemo-lo há mais de dez anos e em mercados tão díspares como o da Noruega e o de Portugal. Beneficiamos da visão integrada que permite evitar conflitos e erros na coordenação de especialidades, optimizando tanto o espaço necessário como o tempo de produção. Agiliza-se a gestão das várias fases de construção e a aquisição de materiais. Apoiamos com dados, todo o tipo de decisões: por exemplo na escolha de um novo pavimento, devo dar prioridade a um novo produto de uma multinacional, com "selo verde", ou ao pavimento cerâmico tradicional fabrica-

**SOMOS POR VEZES QUESTIONADOS
SE É MAIS CARO PARA O CLIENTE
UTILIZARMOS UM MODELO DIGITAL E
O BIM - NÃO O É.**

do a 30km de distância? O fundamental é trabalhar com as premissas todas em conjunto, porque cada projecto é unico e depende muito mais das relações que o conformam.

A génese da arquitectura mantém-se, mas o contexto de um projecto tornou-se mais complexo. Não é apenas a envolvente próxima nem as diretrizes de um PDM, são territórios de complexidade para além do visível, com requisitos ambientais para além das nossas fronteiras, com ambições de uso em constante mutação e com impacto para além da expressão imediata do edifício. O trabalho do arquitecto é um trabalho de aproximação à realidade e este momento de transição energética requer novas metodologias, apoiadas em novos instrumentos. O BIM não encarece, antes capacita a interligação das decisões a tomar.

Para qualquer promotor (privado ou público) a mudança no padrão de investimento na hora certa é crucial. Por um lado, a implementação destas ambições pode parecer precoce face à demora na legislação destes requerimentos. Por outro, a necessidade de em poucos anos ter de "renovar" esse edifício para cumprir os requerimentos que já são conhecidos hoje, pode ser bastante mais oneroso.

A-LAB (ARCHITECTURE LABORATORY) SÃO UM ESTÚDIO NORUEGUÊS DE ARQUITECTURA, FUNDADO POR ODD KLEV E GEIR HAAVERSEN, EM 2000, OSLO. PROPUSERAM-SE A DESAFIAR O DESENVOLVIMENTO URBANO LOCAL, PROCURANDO SURPREENDER OS DISCURSOS EM VIGOR. VENCERAM CONCURSOS INTERNACIONAIS NO SEU PAÍS, COMO O CENTRO CULTURAL DE HAMMERFEST (2004) E O PLANO DE PORMENOR DA FRENTE MARÍTIMA DE OSLO, MAIS CONHECIDO POR "BARCODE" (2003). EM 2009 GANHARAM O CONCURSO PARA A NOVA SEDE DA STATOIL EM OSLO, HOJE EQUINOR (MAIOR INDÚSTRIA DE ENERGIA DO PAÍS). SÃO RECONHECIDOS PELA SUA EXCELÊNCIA NA IMPLEMENTAÇÃO DOS PROJECTOS. DESDE 2017, QUANDO ABRIRAM UM ESCRITÓRIO EM PORTUGAL (ALGARVE), QUE TÊM VINDO A INTRODUIR A MESMA METODOLOGIA E PROFISSIONALISMO NO MERCADO PORTUGUÊS.

A PANDEMIA TORNOU-NOS MAIS CONSCIENTES DA IMPORTÂNCIA DA QUALIDADE DO AR

PHILIPS

A poluição atmosférica é o maior risco ambiental para a saúde humana e uma das principais causas evitáveis de morte e doença a nível mundial. Cerca de 6,5 milhões de mortes prematuras a nível mundial em 2016 foram atribuídas à poluição do ar interior e exterior, de acordo com os dados da Organização Mundial de Saúde (OMS).

Especificamente em Espanha, morrem mais pessoas devido à poluição do que aos acidentes de viação, com cerca de 9.700 mortes por ano, de acordo com o último relatório da Agência Europeia do Ambiente⁽¹⁾. Além disso, viver nas grandes cidades aumenta o risco de complicações em doentes com doenças pulmonares crónicas, tais como DPOC ou a asma.

"A POLUIÇÃO NÃO É APENAS UMA QUESTÃO DE TRÁFEGO OU DE FÁBRICAS, É IGUALMENTE UMA QUESTÃO DENTRO DE CASA."

Com o surto da pandemia da COVID-19, tornámo-nos mais conscientes da importância da qualidade do ar, não só ao ar livre, mas também nas nossas casas. Nos últimos meses, temos passado mais tempo dentro de casa ou em pequenos espaços, por isso disparou o interesse pela qualidade do ar que respiramos. Muitas pessoas acreditam que estão protegidas da poluição dentro das suas casas, no entanto, a atmosfera nas casas pode ser duas a cinco vezes mais poluída do que o ar no exterior, de acordo com a OMS.



Purificador do ar AC4236: Alto desempenho adequado para divisões de até 158 m²

O chefe da Unidade de Sono e Cuidados Respiratórios da Philips Ibérica, Javier González Cappa, lembra-nos que a poluição não é apenas uma questão de tráfego ou de fábricas, mas também está dentro de casas. "É uma realidade pouco conhecida pelos cidadãos e pouco discutida pelos pneumologistas, refere.

Entre os principais fatores que contribuem para a má qualidade do ar no interior das casas estão o fumo, a poluição com radónio e a queima de biomassa ou combustíveis de carvão. Os peritos salientam a importância de uma ventilação adequada que, por sua vez, é uma forma preventiva de travar a entrada de vírus como o COVID-19. "Talvez um aspeto positivo da pandemia seja o facto de termos começado a tomar consciência da importância de ventilar adequadamente", admite Javier González.

De facto, os purificadores de ar têm sido cada vez mais procurados por pessoas que pretendem ter con-

fiança no ar limpo em ambientes interiores, tais como casas, escritórios, escolas, clínicas dentárias, entre outros. O cenário perfeito é a combinação de ventilação natural cruzada ou ventilação acionada por sistemas mecânicos, complementada por um purificador de ar capaz de filtrar as partículas em suspensão de uma forma rápida e recorrente. Este objetivo é alcançado através da soma de dois fatores: um filtro HEPA eficaz, assim como a eficiência e velocidade do purificador, medida por CADR (Clean Air Delivery Rate) ou seja, quanto mais elevado for o CADR, mais rápido será o equipamento a purificar o ar. Neste sentido, a Philips destaca a utilidade dos filtros e purificadores HEPA para melhorar a qualidade do ar em

pequenos espaços, tais como casas, consultórios médicos ou escolas. "Contudo, em grandes espaços, como escritórios ou centros comerciais, é necessário trabalhar com sistemas de ventilação para garantir uma boa qualidade do ar", salienta González Cappa.

INICIATIVA "AR LIMPO NAS ESCOLAS"

Como parte do seu compromisso de melhorar a qualidade do ar interior, a Fundação Philips, uma instituição de solidariedade registada, e a ONG Global Action Plan, lançaram o programa 'Clean Air for Schools', que está a ser implementado nas escolas em Espanha e no Reino Unido.



Purifica o ar em menos de 5 minutos e remove até 99,9% dos vírus e aerossóis do ar

Na sequência da implementação bem sucedida do projeto "Clean Air for Schools" no Reino Unido pela GAP e a Fundação Philips, esta iniciativa está a fornecer apoio gratuito para ajudar as escolas a conceber um plano de ação de ar limpo

à medida. Entre Maio e Junho de 2021, as escolas participantes receberam 10 purificadores de ar para ajudar a limpar o ar dentro das salas de aula.

Além disso, as escolas desenvolverão uma série de atividades tais como workshops para os alunos aprenderem sobre o problema da poluição atmosférica e criar um plano de ar limpo para as escolas que será dirigido por professores. Receberão também aconselhamento e recursos de aprendizagem por parte da GAP e da Fundação Philips com o intuito de ajudar a implementar as medidas de ação do plano.

⁽¹⁾<https://www.eea.europa.eu/themes/air/country-fact-sheets/2020-country-fact-sheets/portugal>

"A aposta na informação e prevenção de danos para a saúde das crianças devido à exposição da poluição atmosférica é da maior importância", salienta Margot Cooljmans, Diretora da Fundação Philips.

"Precisamos de proteger as crianças em idade escolar da poluição atmosférica, o que constitui um grande risco para a saúde com efeitos claros na sua capacidade de aprendizagem e concentração", acrescenta a diretora.

"PRECISAMOS DE PROTEGER AS CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR DA POLUIÇÃO ATMOSFÉRICA, DO RISCO PARA A SAÚDE QUE ELA REPRESENTA"

De acordo com estudos recentes, as crianças de tenra idade estão em risco perante a poluição atmosférica, uma vez que os seus corpos ainda se estão a desenvolver e o ar poluído pode causar problemas de saúde, incluindo danos irreversíveis na função pulmonar, agravamento de problemas respiratórios, e em alguns casos, causar asma. Tal é a incidência do problema que, segundo o GAP, reduzindo os níveis de poluição atmosférica em 20% poderia melhorar a capacidade de aprendizagem das crianças em idade escolar em 30 dias por ano.

PURIFICADORES DE AR PHILIPS: AR SAUDÁVEL, SEMPRE

A PHILIPS, EMPRESA COMPROMETIDA EM MELHORAR A VIDA DAS PESSOAS ATRAVÉS DA INOVAÇÃO, POSSUI UMA AMPLA GAMA DE PRODUTOS PARA TRATAMENTO DO AR, OFERECENDO SOLUÇÕES QUE FARÃO COM QUE O AR QUE RESPIRA EM CASA E EM OUTROS AMBIENTES FECHADOS SEJA LIMPO E SAUDÁVEL. ESTAS SOLUÇÕES SÃO CAPAZES DE DETECTAR E ELIMINAR 99,9% DE TODOS OS ALÉRGENOS QUE PASSAM PELO FILTRO, OU SEJA, SUBSTÂNCIAS COMO PÓLEN, ÁCAROS, MOFO, PELOS DO SEU ANIMAL DE ESTIMAÇÃO E BACTÉRIAS OU VÍRUS.

Para mais informações:
<https://www.philips.pt/c-m-ho/purificador-do-ar-e-humidificador-do-ar/lancamentos#>

EMOTIONAL CITIES

MAPEANDO AS CIDADES ATRAVÉS DOS SENTIDOS DE QUEM AS CONSTROI, AS PESSOAS.



Paulo Morgado
Coordenador do projeto eMOTIONAL Cities

AS EMOÇÕES SÃO FATORES-CHAVE NAS NOSSAS DECISÕES; DA MESMA FORMA, AS NOSSAS DECISÕES INFLUENCIAM O NOSSO BEM-ESTAR E SAÚDE.



A crescente urbanização do Mundo é apontada pelas Nações Unidas, no relatório New Urban Agenda (2017), como um dos principais processos de transformação do século XXI, com um impacto ao nível da população, da economia, das interações socio-culturais, ambientais, humanitárias, que caso não devidamente acauteladas irão provocar efeitos negativos graves na saúde, bem-estar e qualidade de vida das pessoas. Aspectos como: as migrações e refugiados, o clima urbano e as alterações climáticas, o envelhecimento da população, a inovação, o desenvolvimento urbano e regional, a segurança alimentar, sustentabilidade dos recursos ambientais e a justiça espacial a escalas diversas, assim bem como a procura de provas científicas, sócio-ecológicas inovadoras em apoio às melhores práticas de gestão e à tomada de decisões políticas para o uso sustentável do solo, a bio-circularidade e os seus produtos derivados, constituem a missão do Centro de Estudos Geográficos e do Laboratório Associado TERRA.

É neste quadro de missão, que o projeto eMOTIONAL Cities foi pensado e está a ser desenvolvido. Financiado no âmbito do programa Horizonte 2020 da Comissão Europeia, o eMOTIONAL Cities é um projeto com duração de 48 meses, e um orçamento total de quase 5 milhões de Euros (sendo mais de 2 milhões de Euros para

entidades portuguesas), desenvolvido com o objetivo de criar evidência, mediante medidas e avaliação, da influência que o ambiente urbano exerce na saúde mental das pessoas.

EMOTIONAL CITIES, DESENVOLVIDO COM O OBJETIVO DE CRIAR EVIDÊNCIA, MEDIANTE MEDIDAS E AVALIAÇÃO, DA INFLUÊNCIA QUE O AMBIENTE URBANO EXERCE NA SAÚDE MENTAL DAS PESSOAS.

Face ao desafio maior que o mundo enfrenta, das alterações e de emergência climática, as cidades do futuro têm de ser pensadas e planeadas com o foco nas pessoas e de modo a garantir uma maior resiliência, assegurar a sustentabilidade dos seus ecossistemas e promover a qualidade de vida dos cidadãos. A procura pela evidência científica, alicerçada no conhecimento sobre os processos psicológicos e biológicos associados à influência que a forma e o desenho urbano têm no comportamento humano e nos circuitos cerebrais são essenciais para desenvolver políticas de saúde pública urbana. As emoções são fatores-chave nas nossas decisões; da mesma forma, as nossas decisões influenciam o nosso bem-estar e saúde.

O trabalho desenvolvido no âmbito do eMOTIONAL Cities foca-se nos sinais desencadeados pela nossa arquitetura neurobiológica, responsáveis pelas emoções e decisões, enquanto os seres humanos interagem com o ambiente urbano, permitindo perceber como a saúde da população física e / ou mental, pode ser melhorada.

Com base no conhecimento gerado pela nossa investigação, as cidades poderão passar a fazer parte da prescrição médica para a saúde e o bem-estar da pessoa.

Através de uma abordagem sistemática, baseada em experiências naturais e em problemas reais das cidades (através de um conjunto de casos de estudo), o eMOTIONAL Cities irá fornecer evidência científica sobre como o ambiente urbanizado molda o processamento emocional e cognitivo do ser-humano, incorporando elementos como a idade, género e grupos vulneráveis – tais como os idosos com defeito cognitivo ligeiro. Neste contexto, os objetivos específicos do eMOTIONAL Cities são:

- Identificar questões de investigação relevantes para o desenvolvimento de políticas e criar uma “estrutura conceptual do eMOTIONAL Cities” para ligar o ambiente urbano, a neurociência, a saúde, o bem-estar físico e mental.

- Aplicar análises geográficas, através de metodologias quantitativas e qualitativas, em quatro casos de estudo distintos em dois continentes (três cidades europeias e uma americana), a fim de determinar as principais características das áreas urbanas; bem como mapear ambientes físicos, aspetos socioeconómicos, padrões de mobilidade e fatores determinantes para a saúde relacionados com uso de redes sociais.

- Combinar experiências de laboratório controladas com investigação ecológica de campo, através da captura de respostas fisiológicas e neurobiológicas dos indivíduos enquanto interagem com determinados artefactos urbanos em espaço público.

- Recolher e analisar dados geográficos e neurocientíficos com particular atenção para os grupos vulneráveis e para aspetos relacionados com a idade e género, de modo a identificar barreiras e fatores facilitadores para espaços urbanos que sejam verdadeiramente inclusivos.

- Criar uma infraestrutura de dados espaciais (SDI), capaz de integrar um conjunto de dados geográficos e neurocientíficos heterogêneos e de diversas fontes.
- Integrar dados estatísticos e descrições

O TRABALHO DESENVOLVIDO NO ÂMBITO DO EMOTIONAL CITIES FOCA-SE NOS SINAIS DESENCADEADOS PELA NOSSA ARQUITETURA NEUROBIOLÓGICA, RESPONSÁVEIS PELAS EMOÇÕES E DECISÕES, ENQUANTO OS SERES HUMANOS INTERAGEM COM O AMBIENTE URBANO, PERMITINDO PERCEBER COMO A SAÚDE DA POPULAÇÃO FÍSICA E / OU MENTAL, PODE SER MELHORADA.

geográficas com informação neurocientífica contextual, de modo a gerar conhecimento sobre como o ambiente urbano e natural, assim como o tecido social, afetam o bem-estar cognitivo e afetivo.

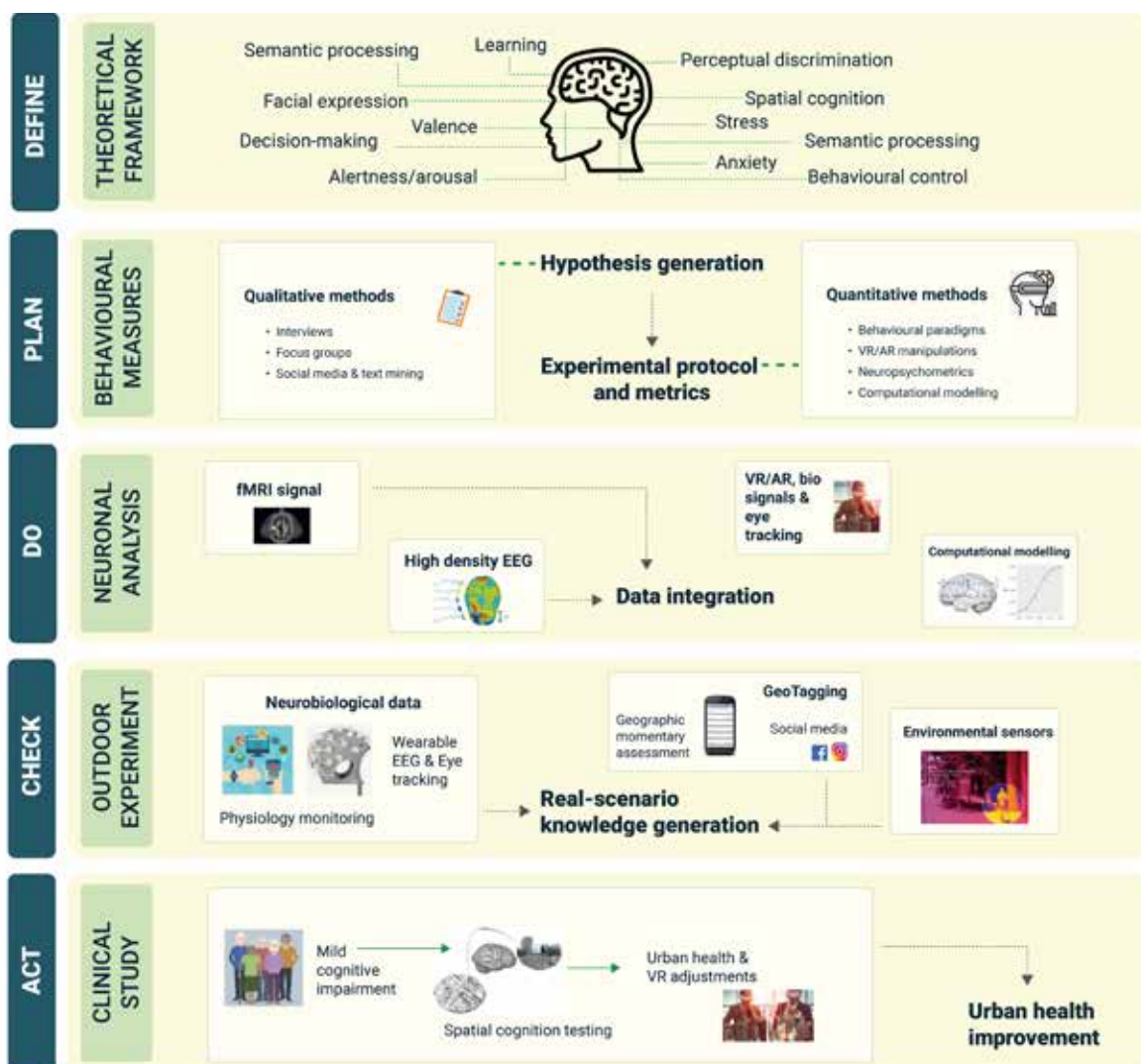
- Fornecer informação e recomendações relacionadas com políticas para melhorar o bem-estar e a saúde física ou mental nas cidades; alavancando o conhecimento desenvolvido no âmbito do projeto com a aplicação de técnicas de machine-learning para a descoberta de cenários que possam com elevado grau de confiança providenciar visões de possíveis futuros alternativos, a partir de introdução de medidas de acção em prol do bem-estar e saúde mental dos cidadãos.

- Promover o conhecimento sobre cidades saudáveis e práticas de desenho urbano, tendo como base um conhecimento interdisciplinar que combine dados das ciências sociais com ciências naturais e médicas (neuropsiquiatria e neurociências).

- Aumentar a sensibilização sobre como os ambientes urbanos se relacionam com os sentidos humanos, moldam as emoções e a saúde, estimulando os cidadãos a agir e solicitar melhores políticas que tenham em consideração o bem-estar e a saúde.

- Garantir a sustentabilidade do projeto após a sua conclusão.

O EMOTIONAL CITIES IRÁ FORNECER EVIDÊNCIA CIENTÍFICA SOBRE COMO O AMBIENTE URBANIZADO MOLDA O PROCESSAMENTO EMOCIONAL E COGNITIVO DO SER-HUMANO, INCORPORANDO ELEMENTOS COMO A IDADE, GÉNERO E GRUPOS VULNERÁVEIS – TAIS COMO OS IDOSOS COM DEFEITO COGNITIVO LIGEIRO.



Modelo conceptual de metodologia



Preparação das experiências de rua: voluntários do projeto a levarem o equipamento para recolher os seguintes dados - poluição atmosférica, temperatura, humidade relativa, vento, radiação, frequência cardíaca e som ambiental.

Em particular, através de experiências ao ar-livre, o eMOTIONAL Cities irá convidar voluntários adultos a realizar trajetórias em ambiente urbano como se estivessem num dia normal de trabalho. Durante as suas interações com o ambiente, será recolhida informação geográfica, ambiental, comportamental, fisiológica e neurológica. Estas experiências serão realizadas em quatro locais: Copenhaga, Lisboa, Londres e Lansing / East Lansing nos EUA.

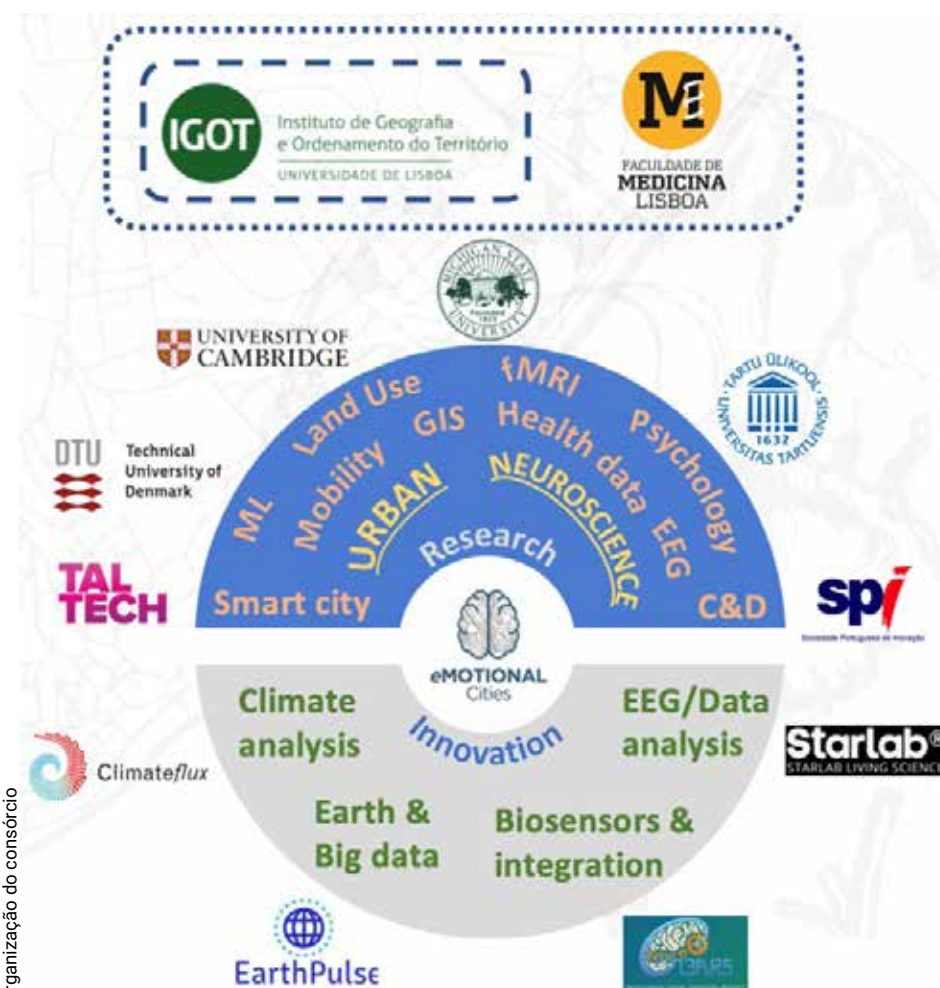
Será solicitado que os participantes transportem smartphones com aplicações desenvolvidas especificamente para analisar a perceção do individuo relativamente ao contexto específico do ambiente urbano e do percurso efetuado, bem como para recolha de dados detalhados sobre as viagens diárias e padrões de mobilidade ao longo de diferentes dias.

Starlab Barcelona SI (www.starlab.es), NeuroGears Ltd (<https://neurogears.org/>), Danmarks Tekniske Universitet (www.dtu.dk), Tallinna Tehnikaukool (www.ttu.ee), EarthPulse (<https://earthpulse.pt>), Sociedade Portuguesa de Inovação (www.spieurope.eu), and University of Tartu (<https://www.ut.ee/en>).

EM PARTICULAR, ATRAVÉS DE EXPERIÊNCIAS AO AR-LIVRE, O eMOTIONAL CITIES IRÁ CONVIDAR VOLUNTÁRIOS ADULTOS A REALIZAR TRAJETÓRIAS EM AMBIENTE URBANO COMO SE ESTIVESSEM NUM DIA NORMAL DE TRABALHO.

O consórcio do projeto (figura 2) é coordenado pelo Instituto de Geografia e Ordenamento do Território (<http://www.igot.ulisboa.pt>) da Universidade de Lisboa em co-coordenação com a Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (www.fm.ul.pt), e é composto por mais 10 parceiros: Michigan State University (<https://msu.edu/>), The Chancellor Masters and Scholars of the University of Cambridge (www.cam.ac.uk), CLIMATEFLUX (www.climateflux.com),

Um projeto que envolve as seguintes entidades:
 Universidade de Lisboa
 Instituto de Geografia e Ordenamento do Território (IGOT)
 Centro de Estudos Geográficos (CEG)
 Laboratório Associado TERRA



TOMI

COMO SOLUÇÃO DE SMART CITIES



O TOMI É UMA SOLUÇÃO URBANA INTERATIVA DE INFORMAÇÃO, COMUNICAÇÃO E SERVIÇOS, DISPONIBILIZANDO INFORMAÇÕES E SERVIÇOS RELEVANTES, DE FORMA OPORTUNA, NO LOCAL CERTO, À HORA CERTA. O TOMI TEM AS MAIS AVANÇADAS TECNOLOGIAS, CONCEBIDAS PARA SE ADAPTAREM A QUALQUER CIDADE E CONTEXTO. O OBJETIVO DO TOMI É APROXIMAR AS CIDADES DAS PESSOAS QUE NELAS RESIDEM, TRABALHAM OU VISITAM. É UM EQUIPAMENTO ÚNICO COM RECURSOS INCOMPARÁVEIS QUE PROMOVE CIDADES DE FORMA INCLUSIVA, TORNANDO AS INFORMAÇÕES E OS SERVIÇOS ACESSÍVEIS A TODOS NO ESPAÇO PÚBLICO URBANO, 24H POR DIA, MULTILÍNGUE, APELATIVO E SIMPLES DE USAR, COM INOVAÇÕES E ATUALIZAÇÕES CONSTANTES.



Seguindo um critério de proximidade, o TOMI disponibiliza os conteúdos mais relevantes, e próximos do local onde o utilizador se encontra. O TOMI disponibiliza quatro módulos principais: Notícias, Eventos, Diretório e Transportes, e ainda uma funcionalidade adicional de City Marketing: fotos e GIFs. Todos os conteúdos do TOMI são objeto de curadoria, tornando a experiência única para o utilizador, nas diversas localizações das cidades. O TOMI registra e processa as métricas de interação, otimizando permanentemente o algoritmo de publicação e disponibilização preditiva de conteúdos e serviços e gerando relatórios de utilização, que permitem uma análise cuidada para compreender quais se ajustam melhor às necessidades dos utilizadores em cada localização.

O OBJETIVO DO TOMI É APROXIMAR AS CIDADES DAS PESSOAS QUE NELAS RESIDEM, TRABALHAM OU VISITAM.

O TOMI, como solução de smart cities, é uma inovação que auxilia de forma muito significativa a transformação das cidades, permitindo uma melhoria na vida dos residentes e visitantes, ao disponibilizar informação acessível e diversificada, e devidamente contextualizada. Deste modo, o TOMI promove uma comunidade mais informada, educada e participativa.

O TOMI incorpora uma grande variedade de serviços, como se destaca a tecnologia altamente segura de cashless payment para carregamento de bilhetes de transportes e aquisição de bilhetes de espetáculos, e outros bens e serviços de outras entidades públicas e/ ou privadas. O TOMI, através de uma parceria com a AMA (Agência para a Modernização Administrativa), integrou todos os serviços públicos e governamentais, sendo possível a consulta dos vários serviços e inclusivamente, marcar atendimento presencial, de forma antecipada, evitando filas.

Uma temática muito importante para que uma cidade seja considerada inteligente é o tema da acessibilidade para pessoas com limitações físicas e cognitivas. Para

solucionar este problema, a funcionalidade TOMI for ALL, permite a interação de todas as pessoas com limitações físicas, visuais, auditivas e cognitivas com o TOMI, sendo assim uma inovação de enorme importância.

O TOMI incorpora muitas tecnologias entre as quais, e a título de exemplo, a utilização e comunicação dos índices de Raios UV, indicando o nível do protetor solar a utilizar na pele mediante o nível de radiação, bem como um indicador de qualidade da água do mar que permite informar se a água está própria para os banhistas ou não. Os serviços e tecnologias do TOMI estão em constante desenvolvimento, indo ao encontro das necessidades da cidade e dos seus habitantes.

As smart cities devem estar preparadas para mudanças e adaptações rápidas durante emergências, como foi o caso da pandemia de Covid-19. Neste contexto de pandemia, a disseminação de dados e informação não fidedigna é elevada tornando-se fulcral a sua filtragem, disponibilizando apenas informações oficiais e de confiança, de forma ágil e eficaz. O TOMI desempenhou um papel fulcral durante a pandemia, através das tecnologias inovadoras que desenvolveu, proativamente, e que permitiu auxiliar na consciencialização, combate e prevenção da Covid-19.

As tecnologias foram implementadas no TOMI logo no início da pandemia, em 2020, sendo fruto de desenvolvimento de tecno-



logias inovadoras, com divulgação de informação oficial e fidedigna, disponibilizada pelas Autoridades de Saúde dos países onde o TOMI se encontra presente: Portugal, Brasil, Chile e Uruguai. Esta disponibilização de informação é crítica em tempos de crise pandémica, garantindo que todos os cidadãos tenham acesso a conteúdo oficial e às últimas medidas preventivas decretadas em cada país. Durante emergências, o TOMI desempenha um papel importante para ajudar na comunicação entre cidades e cidadãos, fornecendo informações baseadas em evidências e criando uma experiência positiva, e muitas vezes determinante para todos.

Das inúmeras tecnologias Anti-Covid, como resultado de um dos projetos de investigação e desenvolvimento, destacamos algumas. Através do módulo de visão computacional, o TOMI consegue realizar a deteção de pedestres e despoletar um alerta específico para que seja assegurado o distanciamento social. Estes alertas são personalizáveis dependendo do número de indivíduos que se encontram junto ao TOMI. Quando um indivíduo se encontrava sozinho era pedido que se deslocasse para casa. Quando eram detetados mais do que dois indivíduos, o TOMI exibia uma mensagem para que fosse praticado o distanciamento social e as pessoas se dirigissem para casa. Através deste módulo, o TOMI desenvolveu ainda uma tecnologia que permite a deteção de pessoas com, e sem

EM PARCERIA COM O TURISMO DE PORTUGAL, O TOMI INTEGRA E PROMOVE OS PONTOS DE INTERESSE QUE JÁ SE ENCONTRAM CERTIFICADOS COM O SELO CLEAN&SAFE.

máscara. Sempre que era detetada uma pessoa sem máscara na rua, em locais públicos, foi aconselhado o seu uso através de uma mensagem exibida no TOMI. Estas tecnologias são sempre utilizadas salvaguardando a identidade dos indivíduos em questão, funcionando de forma anonimizada. O TOMI disponibilizou ainda o TOMI Mobile Remote Control, que permite a interação com os equipamentos de uma forma inovadora, não sendo necessário o toque. Esta tecnologia permite aos utilizadores do TOMI interagirem com os conteúdos através do seu smartphone, sem que seja necessária a instalação de qualquer aplicação.

Para tal é preciso que seja apenas realizada a leitura de um QR Code, exibido no ecrã do TOMI, e conseguem assim explorar todos os conteúdos, desde notícias, eventos, pontos de interesse, transportes, serviços públicos, e ainda tirar uma foto.



AS NOVAS TECNOLOGIAS VIERAM DESTACAR A IMPORTÂNCIA, E VALOR, QUE O TOMI TEM PARA AS CIDADES, AJUDANDO TODOS OS CIDADÃOS E TURISTAS, NO ACESSO A INFORMAÇÃO IMPORTANTE E FIDEDIGNA, NO LOCAL CERTO À HORA CERTA.

Em parceria com o Turismo de Portugal, o TOMI integra e promove os pontos de interesse que já se encontram certificados com o selo Clean&Safe. Através do módulo Procurar, todos os pontos de interesse que já tenham sido acreditados com o Clean&Safe, têm a identificação. Esta parceria tem o objetivo principal de promover os estabelecimentos, junto das pessoas, que cumpram as novas normas de higiene.

O TOMI INCORPORA UMA GRANDE VARIEDADE DE SERVIÇOS, COMO SE DESTACA A TECNOLOGIA ALTAMENTE SEGURA DE CASHLESS PAYMENT PARA CARREGAMENTO DE BILHETES DE TRANSPORTES E AQUISIÇÃO DE BILHETES DE ESPETÁCULOS, E OUTROS BENS E SERVIÇOS DE OUTRAS ENTIDADES PÚBLICAS E/ OU PRIVADAS.

No contexto atual de retoma económica, o TOMI disponibiliza uma plataforma de acesso universal, o TOMI My Business. Esta plataforma permite aos comerciantes e negócios locais gerirem a sua presença

nas redes TOMI, de forma completamente gratuita. O TOMI My Business, permite a cada entidade disponibilizar e promover o seu negócio no TOMI, no módulo Procurar, nas cidades e localidades onde o TOMI se encontra presente. Esta inovação é uma excelente ferramenta na reabertura do comércio e na recuperação da economia, dado que o TOMI auxilia na promoção dos espaços abertos ao público, e que respeitam as normas e guias de segurança.

Todas as novas tecnologias vieram destacar a importância, e valor, que o TOMI tem para as cidades, ajudando todos os cidadãos e turistas, no acesso a informação importante e fidedigna, no local certo à hora certa. O TOMI tem uma visão de futuro, e continua a desenvolver serviços para pós-pandemia e retoma económica.

Ao longo dos anos, o TOMI foi sendo reconhecido, a nível nacional e, principalmente, internacional, nas mais variadas áreas com prémios de elevado prestígio, desde a área das Smart Cities, Design de Produto, DOOH, Media, eGOV, Turismo, Mobilidade, User Interface e User Experience, Digital Marketing, Acessibilidade e Inclusividade, Engagement, Inovação e Tecnologia, entre outras áreas igualmente relevantes.



O TOMI TEM UMA VISÃO DE FUTURO, E CONTINUA A DESENVOLVER SERVIÇOS PARA PÓS-PANDEMIA E RETOMA ECONÓMICA.

Atualmente o TOMI encontra-se presente em mais de 100 localidades em Portugal e em vários países e continentes, continuando no seu processo de expansão.

O TOMI, COMO SOLUÇÃO DE SMART CITIES, É UMA INOVAÇÃO QUE AUXILIA DE FORMA MUITO SIGNIFICATIVA A TRANSFORMAÇÃO DAS CIDADES,



AS SMART CITIES DEVEM ESTAR PREPARADAS PARA MUDANÇAS E ADAPTAÇÕES RÁPIDAS DURANTE EMERGÊNCIAS, COMO FOI O CASO DA PANDEMIA DE COVID-19.



OUTUBRO ROSA: PELA PREVENÇÃO DO CANCRO DA MAMA



O cancro da mama continua a ser um relevante problema de saúde pública. Segundo os dados estatísticos mais recentes da Agência Internacional de Investigação em Cancro (IARC), estima-se que o cancro da mama tenha representado 11,7% dos cancros diagnosticados em 2020 (Globocan, 2021), o que faz dele uma das localizações tumorais com maior incidência (com maior número de casos) em todo mundo.

A INVESTIGAÇÃO TEM PERMITIDO VERIFICAR QUE, SE DIAGNOSTICADO E TRATADO PRECOCEMENTE, O CANCRO DA MAMA TEM UMA TAXA DE CURA SUPERIOR A 90%.

Portugal não é exceção e, com uma população feminina de 5 milhões, cerca de 7.000 mulheres foram diagnosticadas com cancro da mama e 1.800 morreram com esta doença (apenas 1 em cada 100 cancros da mama se desenvolvem no homem).

O cancro da mama agride um órgão símbolo da feminilidade, sexualidade e maternidade. Além disso, associa-se à realização de intervenções cirúrgicas e tratamentos com repercussões na imagem corporal e qualidade de vida da mulher, o que causa, inevitavelmente, morbidade física e psicológica.

Não são conhecidas as causas exatas do cancro da mama. No entanto, foram identificados alguns fatores de risco que importa conhecer:

O maior fator de risco para o cancro da mama é a idade (80% de todos os tipos de cancro da mama ocorre em mulheres com 50 e mais anos);

- Uma mulher que já tenha tido cancro numa das mamas tem maior risco de ter esta doença na outra;

- As alterações em determinados genes, transmitidos hereditariamente, estão na origem de cerca de 5% a 10% dos casos de cancro da mama;

- A primeira menstruação em idade precoce (antes dos 12 anos) e uma menopausa tardia (após os 55 anos) são fatores de risco para o cancro da mama.



Vítor Rodrigues

Presidente da Liga Portuguesa Contra o Cancro

- O excesso de peso, o consumo de tabaco e de álcool, estão associados ao desenvolvimento de vários cancros, incluindo o da mama.

A investigação tem permitido verificar que, se diagnosticado e tratado precocemente, o cancro da mama tem uma taxa de cura superior a 90%.

A Liga Portuguesa Contra o Cancro, organização da sociedade civil - que este ano celebra 80 anos da sua fundação - e cuja missão é o apoio ao doente oncológico e família, a promoção da saúde e a prevenção do cancro, além do estímulo à formação e investigação em oncologia, desenvolve um conjunto de ações tendo em vista a prevenção do cancro da mama.

Neste âmbito, o Programa de Rastreio de Cancro da Mama assume particular importância. Teve início em 1986, na Região Centro, e tem permitido o diagnóstico precoce de centenas de cancros em fase inicial, possibilitando tratamentos menos agressivos, com benefícios consideráveis na preservação da autoimagem e qualidade de vida da mulher.

Além disso, desenvolve um conjunto de ações de sensibilização, com particular visibilidade durante o mês de outubro, Mês Internacional da Prevenção de Cancro da Mama. O "Outubro Rosa" é uma iniciativa que tem por finalidade consciencializar para a prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama, nomeadamente através do Rastreio, e divulgar informação e formas de apoio à mulher e família.

Ao longo do mês, toda a comunidade - escolas, câmaras municipais, comércio e serviços, entre muitos outros, além de particulares - é desafiada a juntar-se à LPCC neste movimento e a propor o desenvolvimento de iniciativas solidárias.

O OUTUBRO ROSA É UMA INICIATIVA QUE TEM POR FINALIDADE CONSCIENCIALIZAR PARA A PREVENÇÃO E DIAGNÓSTICO PRECOCE DO CANCRO DA MAMA, NOMEADAMENTE ATRAVÉS DO RASTREIO.

Toda a informação está disponível em <https://www.ligacontracancro.pt/outubrorosa/>



Gabriela Sousa

Vice Presidente da Sociedade Portuguesa de Senologia e Diretora do Serviço de Oncologia Médica do IPO Coimbra

De que forma a Sociedade Portuguesa de Senologia intervém na sociedade civil, comunidade científica e médica e tutela?

A Sociedade Portuguesa de Senologia, é uma sociedade científica dedicada ao estudo do Cancro da Mama, criada há mais de 30 anos, e que ao longo da sua existência, tem procurado promover os melhores cuidados aos doentes, do diagnóstico ao tratamento, a nível da formação de profissionais, médicos e não médicos, mas também com diversas ações dirigidas a aumentar a literacia da população sobre a doença e as várias formas de tratamento. Exemplo da atividade da Sociedade Portuguesa de Oncologia é a campanha que está a ser desenvolvida ao longo do mês de Outubro: "Viver Depois do Cancro". Esta campanha dirigida aos doentes que em algum momento viram a sua vida ser atropelada por esta doença, pretende ajudar a reaprender a viver depois do diagnóstico e do tratamento do cancro da mama, mas também pretende ajudar os cuidadores, família e amigos no seu contributo à reabilitação de todas as mulheres e homens que atualmente estão a viver ou já viveram esta experiência.

Anualmente a Sociedade desenvolve diversas ações relativas à formação dos profissionais! É fundamental que vários profissionais de diversas áreas e especialidades médicas, se encontrem e partilhem as mais recentes novidades científicas.

A pandemia atrasou o rastreio do cancro da mama. Como avalia a atual situação, mas também, quais as medidas que a SPS defende que deveriam ser prioritárias?

O Impacto da Pandemia da COVID 19 só será verdadeiramente conhecido dentro de alguns anos! De facto, o que verificamos atualmente, é um atraso significativo nos diagnósticos! O cancro da mama é uma das doenças oncológicas onde o rastreio de base populacional é fundamental para que possam ser identificados casos em fase precoce, que possam ser tratados com intenção curativa e cuja vida possa ser salva! Essa é a nossa missão enquanto profissionais e deve ser a nossa exigência enquanto cidadãos.

"SPS: "SOCIEDADE DESENVOLVE DIVERSAS AÇÕES RELATIVAS À FORMAÇÃO DOS PROFISSIONAIS!"



Pensamos que nesta fase, o reforço deva ser ao nível do diagnóstico: sem diagnóstico não há doença, e esta continua a evoluir silenciosamente; é necessário reforçar os Cuidados de Saúde Primários, já que é esta a porta de entrada no sistema; e ao nível hospitalar já deviam estar a ser reforçadas as equipas multidisciplinares de forma a preparar o SNS para um possível aumento dos diagnósticos a curto prazo!

A ESTRATÉGIA NACIONAL NESTA ÁREA DEVERÁ TER COMO OBJETIVO A REDUÇÃO DA MORTALIDADE E A MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DOS SOBREVIVENTES DE CANCRO.

O que considera que seria importante em termos de estratégia nacional em relação às doenças da mama?

A estratégia nacional nesta área deverá ter como objetivo a redução da mortalidade e a melhoria da qualidade de vida dos sobreviventes de cancro. Prevenção, diagnóstico precoce e introdução na prática clínica do melhor conhecimento científico deve ser a prioridade!

Para a redução da mortalidade é fundamental o investimento na prevenção! A medicina tem estado concentrada no tratamento da doença, mas pouco se tem investido na prevenção. Penso que este será um eixo fundamental na luta contra o cancro: controlar os fatores de risco, e investir em programas de prevenção.

A evolução do diagnóstico molecular, o uso de tratamentos cada vez mais dirigidos a alterações específicas destas células, a chamada medicina personalizada, tem contribuído para uma diminuição da taxa de mortalidade em vários tipos de cancro. Deveria ser mais fácil e mais rápido a introdução na prática clínica de novas estratégias de tratamento, que acrescentem valor à sociedade. A inovação terapêutica tem contribuído de forma significativa para o aumento da esperança média de vida e não nos podemos esquecer de acordo com os últimos dados estatísticos, que o cancro ainda é a principal causa de morte prematura (abaixo dos 65 anos).

A APFISIO TEM DEFENDIDO E PROMOVIDO A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA EM DIVERSAS ÁREAS



A atuação da Associação Portuguesa de Fisioterapeutas (APFISIO) centra-se na defesa da Ética, da Deontologia e da qualificação profissional dos seus membros, na defesa e promoção da Fisioterapia e na defesa da prestação de cuidados de Fisioterapia de qualidade pelos únicos profissionais legalmente habilitados para o fazer, os fisioterapeutas. O contexto pandémico que vivemos desafiou os fisioterapeutas como nunca e obrigou a alterações profundas na nossa forma de exercer a profissão. Muitas difi-

Adérito Seixas
Presidente da Associação Portuguesa de Fisioterapeutas.



SERIA POSSÍVEL REDUZIR OS GASTOS DE SAÚDE CERCA DE 40 A 60% SE A TENDÊNCIA DO AUMENTO DE ESPERANÇA DE VIDA FOSSE ACOMPANHADA PELO MESMO VALOR DE MELHORIA DA CAPACIDADE FUNCIONAL DAS PESSOAS.

culdades surgiram e outras tantas oportunidades foram criadas, tendo o trabalho especializado do fisioterapeuta sido amplamente reconhecido, nas diferentes áreas de intervenção.

Neste período, a APFISIO tem defendido e promovido a importância da Fisioterapia em diversas áreas, destacando as áreas da Fisioterapia Cardiorrespiratória, da Fisioterapia em Saúde Mental e da Fisioterapia no Envelhecimento. Apesar de todos os esforços desenvolvidos na sinalização de diferentes barreiras, conti-

nuamos a assistir à limitação no acesso aos cuidados de Fisioterapia no contexto atual, com todas as consequências negativas para a saúde das pessoas que daí advêm.

Uma das grandes barreiras é o número de recursos humanos de Fisioterapia no Serviço Nacional de Saúde (SNS), que apenas conta com cerca de 1100 fisioterapeutas, e destes apenas 169 trabalham nos Cuidados de Saúde Primários. A Fisioterapia é encarada erradamente, como uma estratégia de recurso quando as intervenções preventivas, ou curativas não resultam, e como um serviço específico para pessoas com incapacidade, prestado ao nível de cuidados terciários de saúde, e que é necessário apenas para uma pequena parte da população. O contributo essencial e único que estes profissionais podem dar à eficiência e sustentabilidade do nosso sistema de saúde se integrados nos CSP, atuando na prevenção e na melhoria da funcionalidade das pessoas com condições de saúde crónicas tem sido amplamente ignorado.

Apesar da esperança média de vida no nosso país rondar os 81 anos, o número de anos vividos sem problemas de saúde moderados ou severos é de apenas de apenas 59,2 anos. Importa referir que as condições músculo-esqueléticas, de saúde mental, neurológicas, a diabetes, doenças respiratórias crónicas e doenças

cardiovasculares, responsáveis por mais de 63% dos anos vividos com incapacidade na população portuguesa, são condições em que a Fisioterapia desempenha um papel fulcral ao nível da prevenção e melhoria da funcionalidade. É fundamental que os portugueses exijam que este indicador, os anos de vida vividos com incapacidade, seja melhorado, uma vez que essa melhoria depende, acima de tudo, das políticas de saúde assumidas pelos governantes.

A APFISIO defende que uma aposta efetiva nos recursos humanos de Fisioterapia, principalmente nos CSP, permitiria obter ganhos em saúde nas pessoas com aquelas condições e ganhos de eficiência no SNS com redução no número de consultas médicas, redução de exames de diagnóstico, redução de procedimentos cirúrgicos, redução do absentismo laboral, retorno mais rápido à atividade e melhoria da participação social. Seria possível reduzir os gastos de saúde cerca de 40 a 60% se a tendência do aumento de esperança de vida fosse acompanhada pelo mesmo valor de melhoria da capacidade funcional das pessoas.

No entanto, apesar dos alertas e sugestões que temos apresentado junto do Ministério da Saúde, de forma recorrente, não temos assistido a uma alteração nas políticas de saúde no que à Fisioterapia diz respeito.

AMULET *Innovality*
Harmony

*Mais conforto,
melhor diagnóstico.*



Queremos melhorar o conforto das mulheres e a confiança no diagnóstico.

A versão "Harmony" do Sistema de mamografia AMULET Innovality proporciona melhor acuidade no diagnóstico, oferecendo em simultâneo uma nova decoração, que se caracteriza por ser mais apelativa, iluminando e criando um ambiente mais humanizado para os pacientes no espaço dedicado a este exame. Graças a este novo design, a Unidade da Mama pode ser transformada num local mais agradável, onde o nível de ansiedade das mulheres será certamente reduzido.



FUJIFILM
Value from Innovation

T. 226 194 277
medical_feg-por@fujifilm.com
www.fujifilm.com/pt





FUJIFILM - TECNOLOGIA INOVADORA AO SERVIÇO DA QUALIDADE DOS

A FUJIFILM, lançou em julho a FUJIFILM Healthcare Europa, fruto da aquisição e incorporação com a empresa japonesa, Hitachi Diagnostic Imaging, que ocorreu em março de 2021, pelo valor de 1,3 mil milhões de euros.

Foi apresentada a gama completa de produtos e serviços de diagnóstico, incluindo sistemas de TAC (Tomografia Axial Computorizada), RM (Ressonância Magnética), Raio X, IA (Inteligência Artificial), PACS (Sistema de Comunicação e Arquivo de Imagens), saúde da mulher, IVD (Diagnóstico in Vitro), endoscopia e ecografia.

Este investimento é uma aposta da Fujifilm nos sistemas médicos ao nível europeu, esta é uma estratégia da empresa que visa o crescimento da multinacional no setor da saúde, no âmbito da prevenção e diagnóstico. Esta fusão vem reforçar a capacidade da Fujifilm na sua resposta ao mercado, mas também, numa oferta mais abrangente de soluções adequadas às múltiplas necessidades clínicas.

Dia 1 de setembro, a Fujifilm Portugal assumiu o controlo das operações e da oferta das soluções da Fujifilm Healthcare em Portugal, com a mesma liderança e equipa de coordenação.

A nova marca da Fujifilm tem como valência também, uma componente de investigação científica, assim como clínica, nas áreas da prevenção e diagnóstico que se complementam através de protocolos com entidades de ensino, saúde e investigação.

Esta aquisição e expansão da Fujifilm, vai dinamizar o mercado, fortalecer a competitividade, criando uma maior oferta para o utente. Esta é a política da empresa.

Toshi Lida, Presidente e Diretor Executivo da FUJIFILM Europe refere essa forte característica que faz parte do ADN da marca:

"Trabalhámos arduamente para alcançar este importante marco para a FUJIFILM e para o nosso desenvolvimento futuro. Hoje, somos mais fortes juntos, e o nosso objetivo é maximizar estas novas sinergias com um portfólio abrangente e completo. O nosso objetivo é tornarmo-nos líderes de mercado e parceiros estratégicos para a comunidade de cuidados de saúde na Europa, na área da prevenção e diagnóstico".



Pedro Mesquita - Diretor Geral da FUJIFILM em Portugal e Espanha

A NOVA MARCA DA FUJIFILM TEM COMO VALÊNCIA TAMBÉM, UMA COMPONENTE DE INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA, ASSIM COMO CLÍNICA, NAS ÁREAS DA PREVENÇÃO E DIAGNÓSTICO.

Este é um caminho que a Fujifilm quer trilhar ao nível Europeu, tornando-se mais forte e reforçando a sua capacidade de resposta no setor da saúde, nomeadamente nas áreas de diagnóstico e prevenção, existe uma aposta em equipamentos de alta tecnologia e num portfólio abrangente.

"Graças a esta importante aquisição, combinamos os pontos fortes e as competências de duas empresas *know-how* no setor e, atualmente, oferecemos um conjunto de soluções de vanguarda abrangentes.

A FUJIFILM é hoje uma empresa capaz de oferecer um portfólio diversificado aos prestadores de cuidados de saúde ao nível europeu. Novos marcos esperam-nos em IA, IT, TAC, RM, ecografia e em muitas outras áreas, com o objetivo de criar novos valores de excelência através desta nova e dinâmica equipa",

acrescenta Masaharu Fukumoto, Vice-Presidente Sénior da FUJIFILM Europe.

O desafio é grande, mas a Fujifilm tem no seu currículo uma longa experiência e a capacidade de se saber adaptar às novas exigências do mercado, contamos com o nosso *know-how*, a nossa equipa de colaboradores e um portfólio de excelência.

"Trazemos para a FUJIFILM várias décadas de experiência no mercado, juntamente com um portfólio de produtos forte e abrangente. As duas organizações complementam-se perfeitamente e estou entusiasmado pelo serviço e apoio que podemos oferecer em conjunto, com uma nova equipa conjunta, pronta a abraçar novos desafios e grandes aventuras no futuro. Juntos, somos mais fortes", afirmou Jean-Luc Budillon, Presidente e COO da FUJIFILM Healthcare Europe.

Esta é a estratégia de crescimento definida pela Fujifilm: contribuir para uma resposta eficaz na área da saúde e estar disponível à comunidade a nível europeu.

Sabemos que numa sociedade predominantemente envelhecida a necessidade de encontrar resultados é premente e a Fujifilm quer fazer parte da solução.



Conferência de imprensa da Fujifilm realizada no dia 07/09

A FUJIFILM ADQUIRE A HITACHI DIAGNOSTIC, ESTA OPERAÇÃO RESULTA DE UM INVESTIMENTO DE 1,3 MIL MILHÕES DE EUROS E INTEGRA ESTA ÁREA DE NEGÓCIOS NA ATIVIDADE DE SISTEMAS DE SAÚDE DA FUJIFILM.

A EMPRESA AMPLIA AS SUAS VALÊNCIAS NO SETOR DA PREVENÇÃO E DIAGNÓSTICO EM SAÚDE NA EUROPA.

PLATAFORMAS (ECOGRAFIA)



ARIETTA 850



LISENDO 880LE



biopsee

CUIDADOS DE SAÚDE

Nesse sentido, a empresa pretende expandir significativamente as áreas de diagnóstico e prevenção a nível global como um dos principais motores de crescimento do grupo, visando atingir um volume de negócios de 6,6 mil milhões de euros nos próximos três anos; um crescimento de mais de 50% comparativamente ao ano fiscal encerrado a março de 2020.

A EMPRESA PRETENDE EXPANDIR SIGNIFICATIVAMENTE AS ÁREAS DE DIAGNÓSTICO E PREVENÇÃO A NÍVEL GLOBAL COMO UM DOS PRINCIPAIS MOTORES DE CRESCIMENTO DO GRUPO, VISANDO Atingir um volume de negócios de 6,6 mil milhões de euros nos próximos três anos.

Estes são os novos equipamentos que fazem parte do nosso portfólio e sustentam este potencial:

1) A Tomografia Axial Computorizada (TAC) e a Ressonância Magnética (RM) de alta qualidade de imagem da FUJIFILM Healthcare Europe, combinada com a plataforma tecnológica de IA REiLi da Fujifilm e o SYNAPSE 3D, que suporta o pós-processamento, oferecendo aos serviços de Radiologia uma solução de dose baixa e suporte total, desde a aquisição da imagem ao diagnóstico avançado.

2) Na ecografia, uma oferta Fujifilm superior e diversificada para várias especialidades clínicas, incluindo Ginecologia, Cirurgia e Urologia, além de uma extensa gama de produtos para a radiologia.

3) Ampliação da aplicação e apoio técnico e assistência a todo o portfólio de produtos médicos da Fujifilm.

Jean-Luc Budillon, Presidente e COO da FUJIFILM Healthcare Europe
Masaharu Fukumoto, Vice-Presidente Sénior da FUJIFILM Europe
Pedro Mesquita, Director Geral da Fujifilm Portugal e Espanha

A FUJIFILM NA EUROPA

A FUJIFILM opera em 50 empresas do grupo e sucursais na Europa, empregando aproximadamente 4.500 pessoas nas áreas de I&D, produção, vendas e assistência técnica, com a FUJIFILM Europe GmbH, em Düsseldorf, Alemanha, funcionando como sede estratégica para a Europa, em diversas áreas industriais incluindo, tecnologia médica, biofarmacêutica, materiais eletrónicos, produtos industriais, químicos, sistemas gráficos, dispositivos óticos, suportes de armazenamento de dados e em todas as áreas relacionadas com a fotografia. Durante os últimos 20 anos, a empresa centrou-se nos cuidados de saúde – da prevenção ao diagnóstico e tratamento. Hoje, a Fujifilm na Europa oferece todo o espectro de cuidados com o paciente, além da investigação, desenvolvimento e produção em terapias avançadas, terapias genéticas e vacinas, bem como, oferecendo meios de cultura celular e soluções de medicina regenerativa.

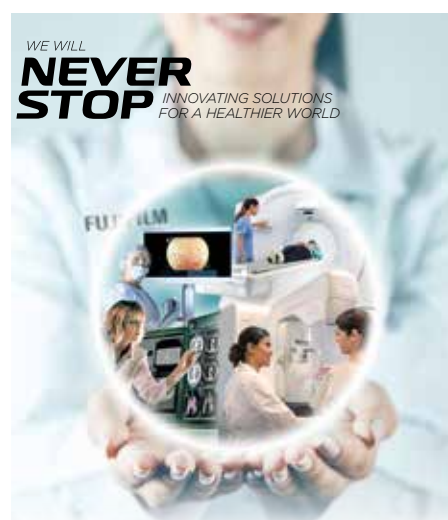
Para mais informações, consulte <https://bit.ly/FujifilmPortugal>

Quanto ao mercado Ibérico, aposta também numa solução global que vai dotar o mercado de um serviço de qualidade. “É uma honra e, simultaneamente, uma grande responsabilidade para a Fujifilm Portugal, como primeira subsidiária do grupo na Europa a realizar a integração total das soluções da Fujifilm Healthcare na área de Sistemas Médicos da empresa, oferecendo, a partir de hoje, uma solução global e abrangente no diagnóstico por imagem associada a um serviço de excelência”, conclui Pedro Mesquita, Diretor Geral da FUJIFILM em Portugal e Espanha.

FUJIFILM HOLDINGS CORPORATION

A FUJIFILM Holdings Corporation, em Tóquio, Japão, oferece soluções revolucionárias para uma ampla gama de indústrias globais através do *know-how* e tecnologias proprietárias desenvolvidas na procura constante de inovação. As suas tecnologias proprietárias contribuem para diversas áreas incluindo, os cuidados de saúde, sistemas gráficos, materiais altamente funcionais, dispositivos óticos, imagem digital e soluções documentais. Estes produtos e serviços encontram-se suportados pelo seu extenso portfólio de tecnologias de imagem, químicas, mecânicas, óticas e eletrónicas. No encerramento do ano fiscal a 31 de março de 2021, a empresa registou um resultado global de 16,7 mil milhões de euros, com uma taxa de câmbio de 131,6 yenes/euro. A Fujifilm está empenhada para com uma gestão ambiental responsável e uma boa cidadania empresarial.

Para mais informações consulte: fujifilm.com/pt



Together, working for your health.

RESSONÂNCIA MAGNÉTICA



ECHELON Smart



OASIS

TOMOGRAFIA COMPUTARIZADA



Scenaria View



SUPRIA





Sara Barros
Country Manager da Lundbeck

A Lundbeck é uma companhia farmacêutica global empenhada em melhorar a qualidade de vida das pessoas que vivem com doenças psiquiátricas e neurológicas. Este é o nosso compromisso e há mais de 100 anos que nos dedicamos à investigação, desenvolvimento, produção, promoção e comercialização de medicamentos direcionados para doenças como a depressão, a ansiedade, a esquizofrenia, Doença de Alzheimer e Parkinson, entre outras.

A permanente investigação e procura de soluções para melhorar a vida dos doentes que vivem com doença mental e do cérebro tem estado presente ao longo do nosso tempo de atividade. Somos por isso a única companhia farmacêutica no mundo que se dedica exclusivamente a estas doenças. Atualmente existem mais de 3 mil milhões de pessoas que vivem com doenças do foro mental e isto reforça a importância de continuarmos a apostar no desenvolvimento de terapêuticas com o objetivo de melhorar a qualidade de vida e criar uma maior aceitação social destes doentes.

A PERMANENTE INVESTIGAÇÃO E PROCURA DE SOLUÇÕES PARA MELHORAR A VIDA DOS DOENTES QUE VIVEM COM DOENÇA MENTAL E DO CÉREBRO TEM ESTADO PRESENTE AO LONGO DO NOSSO TEMPO DE ATIVIDADE.

Desde o ano passado que entrámos numa pandemia mundial que para além de nos colocar a todos à prova com uma nova forma de viver, veio evidenciar e trazer para discussão pública a problemática da saúde mental. Com este cenário a saúde mental ganhou assim o seu palco, um palco muito importante e que devolveu a relevância a este assunto que até então era alvo de vergonha por parte de muitos. Neste sentido, reforçamos a nossa missão de continuar a apostar e investir em terapêuticas médicas transformadoras, que capacitem os doentes e promovam o seu desenvolvimento de forma a que possam ter projetos de vida como qualquer outra pessoa.

A área da saúde mental tem ainda muito por onde crescer em Portugal. Consideramos

SAÚDE MENTAL – UMA VIRAGEM URGENTE E CRUCIAL NO PANORAMA NACIONAL

que tem havido muita falta de investimento nesta área e que há muita coisa que pode ser feita e que pode contribuir para criar condições para melhorar os cuidados destes doentes e apoiá-los na sua jornada.

ATUALMENTE EXISTEM MAIS DE 3 MIL MILHÕES DE PESSOAS QUE VIVEM COM DOENÇAS DO FORO MENTAL E ISTO REFORÇA A IMPORTÂNCIA DE CONTINUARMOS A APOSTAR NO DESENVOLVIMENTO DE TERAPÊUTICAS.

Hoje em dia é importante referir que o acompanhamento médico é essencial e que o tratamento para estas patologias tem tido progressos muito significativos, quer em termos de eficácia, quer em termos de segurança e que os doentes já podem ambicionar o controlo eficaz da sua doença e recuperar o seu funcionamento. Outra das nossas missões, é contribuir para o aumento da literacia em saúde e desmistificação de alguns mitos. As terapêuticas atuais para as doenças do foro psiquiátrico devem ser olhadas como uma terapêutica para qualquer outra patologia. É urgente que exista uma consciencialização para estas questões por parte também do Estado. Reforçamos, no entanto, que tem sido feito um esforço através de mecanismos como o Programa Nacional para a Saúde Mental e também com outras ações que têm contribuído para que se construa um caminho contínuo e de melhoria.

A Lundbeck é, também, uma empresa signatária do Pacto das Nações Unidas e como tal, acentuamos o nosso foco na sustentabilidade, procurando reduzir os impactos negativos da nossa atividade, mitigando os riscos do negócio e respondendo aos desafios sociais com que nos deparamos. É exatamente com este propósito em mente, o de assegurar a sustentabilidade, que traçamos a nossa estratégia e estamos empenhados diariamente, em cumprir os Princípios deste Pacto Global, contribuindo para seis dos seus dezassete objetivos. Como principal foco encontra-se a saúde e bem-estar que, está inteiramente ligado ao nosso compromisso e à recuperação da saúde mental e do cérebro, que tanto contribui para este objetivo. Estamos ainda plenamente conscientes de que o impacto ambiental é algo que queremos ter como prioridade e temos como missão a preparação de um futuro isento de emissões poluentes.

Hoje, somos mais de 5.600 pessoas em mais de 50 países. Construímos a nossa herança fomentando uma cultura de colaboração, responsabilidade e respeito e estamos todos, incansavelmente, dedicados em restaurar a saúde mental e do cérebro.



Henrique Prata
Médico Psiquiatra

HENRIQUE PRATA, MÉDICO PSIQUIATRA DISMISTIFICA A DEPRESSÃO

O que é depressão e quais os seus principais sintomas?

A Depressão é uma doença associada a alterações da neurotransmissão e a inflamação cerebral. Os seus principais sintomas são um humor deprimido - uma tristeza continuada, que invade e afecta todas as áreas da vivência - e o que na psiquiatria se designa por anedonia, ou seja, falta de prazer em atividades que anteriormente o davam. Existem outros sintomas frequentes, como a falta de energia, de vontade e iniciativa, presentes geralmente com uma percepção pessimista da própria pessoa, do mundo e do futuro. Os sintomas evoluem e têm maior ou menor impacto consoante a gravidade da doença. A depressão está associada a vários fatores precipitantes e predisponentes. Os fatores predisponentes são os intrínsecos a nós, como a genética - os familiares de primeiro grau de doentes com depressão têm um risco 3 vezes maior de desenvolver a mesma patologia no futuro - experiências traumáticas na infância, abuso físico ou sexual, negligência e exposição a violência doméstica.

Normalmente, acontecimentos traumáticos são também factores predisponentes para doença psiquiátrica, porque provocam uma agressão que está associada à inflamação cerebral.

Os fatores precipitantes, são aqueles que as pessoas normalmente associam à depressão, como por exemplo os acontecimentos negativos, que são circunstâncias que provocam agressão ao indivíduo e contribuem para o aparecimento da tal inflamação cerebral de que falava anteriormente. Existem cerca de 6 vezes mais eventos negativos nos meses anteriores ao desenvolvimento da Depressão, permitindo assemelhar-se a um efeito de causalidade, mas na verdade, é muito dependente do grau de resiliência de cada pessoa. A mesma experiência em duas pessoas pode ter resultados completamente diferentes: uma pode vir a desenvolver uma perturbação psiquiátrica e a outra não.

Quais as formas de tratamento da Depressão e se é possível tratar sem a intervenção farmacológica?

Em relação ao tratamento com intervenção farmacológica, o que referem algumas guidelines é que na Depressão ligeira pode existir uma reversão com recurso a exercício físico, a uma dieta equilibrada e a psicoterapia. Mas aquilo que acontece na prática clínica é que uma Depressão ligeira frequentemente não é diagnosticável e na maior parte dos casos, quando uma Depressão chega à psiquiatria, já se encontra num estadio moderado a grave. Com frequência, quando uma Depressão é diagnosticável, está numa fase moderada, o que implica uma intervenção farmacológica. Essa intervenção não invalida que as medidas não farmacológicas não tenham um papel bastante importante, que têm.

A Depressão é como qualquer outra patologia - a medicação é para combater a doença. Os antidepressivos que são prescritos com mais frequência numa primeira linha, são inibidores da recaptção de serotonina, ou seja, a sua função é prolongar o tempo que esse neurotransmissor fica nas sinapses das células nervosas.

Porque é essencial procurar ajuda médica especializada?

A Depressão, como qualquer outra doença, tem uma evolução. Atualmente, o que sabemos é que os antidepressivos permitem uma recuperação muito mais rápida. Isto é especialmente importante porque a Depressão é a segunda doença que causa maior incapacidade funcional a nível mundial. O recurso a antidepressivos reduz este impacto, sendo que o seu efeito de recuperação permitirá ainda prevenir suicídios, que são uma trágica consequência desta doença.

ATUALMENTE, O QUE SABEMOS É QUE OS ANTIDEPRESSIVOS PERMITEM UMA RECUPERAÇÃO MUITO MAIS RÁPIDA.

Considera que ainda há um estigma relativamente a consultar um psiquiatra ou fazer tratamento com antidepressivo?

Ainda há, embora considere que este tenha vindo a decrescer, especialmente nas gerações mais jovens. Os motivos para esse estigma são múltiplos, sendo que parte deles estão relacionados com desconhecimento. Tudo o que é desconhecido gera desconfiança e durante muitos anos não se conhecia os mecanismos das doenças psiquiátricas, nem forma de as tratar. Isto isolou os doentes e criou parte das dificuldades que ainda hoje sentimos ao tentar integrá-los.

Felizmente, mais recentemente, a ciência médica e farmacológica evoluíram e geraram tratamentos eficazes para a doença. Contrariamente a ideias erradas que correm, os antidepressivos actuais não causam habitação nem têm como propósito "adormecer" as pessoas.

CARLOS BRAZ SARAIVA,
MÉDICO PSIQUIATRA CHAMA
A ATENÇÃO PARA OS SINAIS
DE ALARME EM RELAÇÃO AO
SUICÍDIO.



Carlos Braz Saraiva
Médico Psiquiatra

O que leva ao suicídio e quais os sinais de alarme?

Em primeiro lugar, deve-se valorizar todos os sinais. Muitas vezes e de forma errada, existe a ideia de que pode existir uma teatralização ou uma exuberância excessiva em algumas narrativas, isso de fato é um erro. Na verdade, tudo deve ser legitimado e todo o sofrimento deve ser valorizado. Por isso, temos de valorizar e validar todos os aspectos.

Quanto às causas, temos que enveredar por um conceito importante em suicidologia, que é a ideia de processo suicida. O que isto quer dizer?

Que estamos a falar de um caminho percorrido de ideação de morte revestida de uma ideia de suicídio, isto caracteriza-se por um período mais ou menos longo, em que surgem indícios que determina a pessoa permanece num trilho potencialmente perigoso.

Ao contrário do que poderemos pensar, algumas pessoas que afirmaram que iam cometer suicídio, mais cedo ou mais tarde, acabaram por colocar termo à sua vida.

A principal doença causadora de suicídio é a Depressão. Mas isso não quer dizer que não existam outras patologias com o mesmo risco, como, por exemplo: a esquizofrenia, o consumo abusivo de substâncias ou álcool, as perturbações de personalidade e algumas doenças com comportamentos borderline. Estas poderão potenciar um comportamento característico do suicida.

Os casos de reincidência são comuns nas tentativas de suicídio?

Como refere toda a literatura internacional, o fato de alguém ter atentado contra a própria vida é um fator de risco relevante para a reincidência. O que acontece é que com a persistência do

estado de desesperança, os sintomas da depressão desaparecem, mas a continuação do fenómeno da desesperança agrava o risco de suicídio. Para os cognitivistas americanos a continuação deste estado é mais importante do que a depressão em si.

É usual aparecerem outros sintomas, como, por exemplo, um pessimismo de longa duração, que muitas vezes está relacionado com a falta de coesão e solidariedade que a própria sociedade deveria implementar. Isto porque a inclusão é fundamental.

Muitos destes indivíduos sentem-se rejeitados, não amados e com falta de sentimento de pertença. A ausência deste sentimento é um fator de risco.

O que fazer quando uma pessoa fala em suicídio?

É frequente essas pessoas não terem estrutura mental para escutar um conselho, o que é exequível e profícuo é criar proximidade, tentando estimular alternativas. A verdade, é que certas pessoas encontram-se no “fundo do poço”, por isso, não estão suscetíveis a nenhuma argumentação. O essencial é a intervenção médica, designadamente psiquiátrica.

Criar proximidade com o clínico é fundamental, a chamada aliança terapêutica, e isso não é fácil, obedece a algumas subtilidades comunicacionais, assim como a uma sub especialidade na área dos comportamentos suicidários.

Como se sabe, não basta prescrever psicofármacos, tem de existir um tratamento ao processo suicida.

O FATO DE ALGUÉM TER ATENTADO CONTRA A PRÓPRIA VIDA É UM FATOR DE RISCO RELEVANTE.

Como se pode prevenir?

A Organização Mundial de Saúde (OMS), afirma que o suicídio é suscetível de prevenção em muitos dos quadros clínicos, principalmente conhecendo os sinais de alarme, como a insónia e a autoexclusão. Mas, todo o indivíduo que tem uma intenção suicida, por norma tem um plano que pode ser ou não realizável, pelo que devem ser tomadas medidas para prevenir o acesso a meios letais.

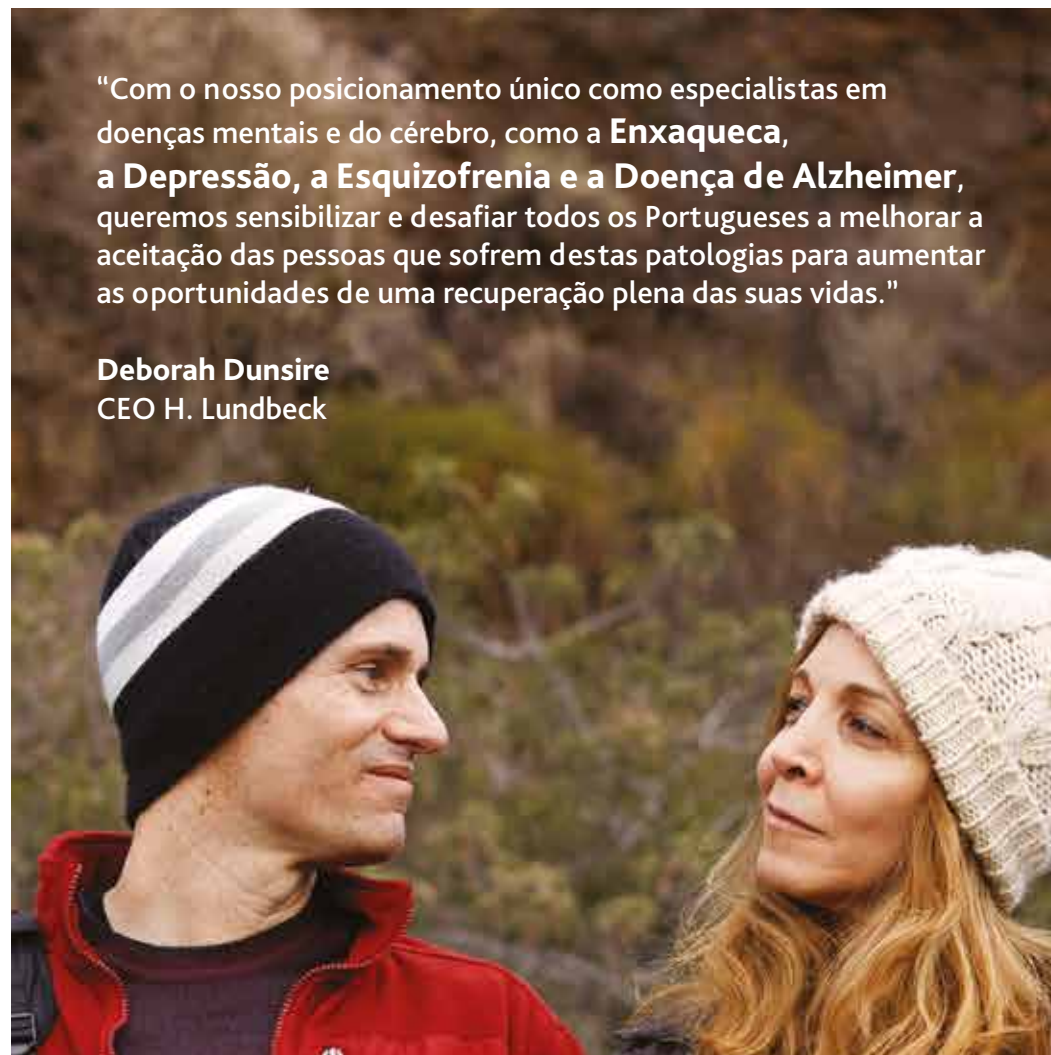
A prevenção é fundamental a vários níveis, incluindo os media. Um dos grandes erros é não estarem em sintonia com as normas da OMS, no modo como divulgam as notícias de suicídios, com destaque de primeira página.

A PREVENÇÃO É FUNDAMENTAL A VÁRIOS NÍVEIS, INCLUINDO OS MEDIA.



“Com o nosso posicionamento único como especialistas em doenças mentais e do cérebro, como a **Enxaqueca, a Depressão, a Esquizofrenia e a Doença de Alzheimer**, queremos sensibilizar e desafiar todos os Portugueses a melhorar a aceitação das pessoas que sofrem destas patologias para aumentar as oportunidades de uma recuperação plena das suas vidas.”

Deborah Dunsire
CEO H. Lundbeck



Lundbeck Portugal

Desde 2002 que a Lundbeck em Portugal se compromete a fornecer diariamente os **melhores tratamentos desenvolvidos** pela nossa investigação, com enorme **paixão, criatividade** e elevado sentido de **responsabilidade**.

Em conjunto com os profissionais de saúde Portugueses, trabalhamos para que os doentes recuperem a saúde mental e do cérebro e que possam voltar a dar o melhor aos seus projetos pessoais, à sua família e à sua comunidade.

Comprometidos
com a Saúde Mental

O PAPEL SOCIAL IMPRESCINDÍVEL DO FARMACÊUTICO

Os farmacêuticos têm tido um papel fundamental durante a fase pandémica, incluindo na aproximação e informação do público. Na sua opinião, o que considera que pode mudar definitivamente no papel do farmacêutico?

O farmacêutico é um profissional de saúde e terá sempre um papel relevante no sistema de saúde. Durante a crise pandémica os farmacêuticos tiveram uma intervenção plurifacetada nas diversas áreas que intervêm.

Na área regulamentar, ao nível da avaliação e da farmacovigilância dos novos medicamentos, como as vacinas COVID-19, estiveram envolvidos dezenas de farmacêuticos não só a nível nacional no INFARMED E DGS, como na Agência Europeia do Medicamento (AEM). Recordo que o vice presidente da principal comissão científica da EMA é o Prof Bruno Sepodes da FFUL.

Outros farmacêuticos estiveram envolvidos nos ensaios "Recovery" e "Solidarity" da OMS que tentaram obter dados credíveis sobre medicamentos a usar no combate aos SARS-CoV-2.

A nível hospitalar, nas farmácias e laboratórios de análises e ARS, centenas de farmacêuticos tiveram um papel indispensável na criação de condições para que a distribuição de vacinas fosse feita de acordo com as características de cada uma, mantendo a qualidade e eficácia ao longo do circuito de distribuição e administração. Também os farmacêuticos efetuaram milhões de testes para despiste da doença.

Nas farmácias comunitárias o papel do farmacêutico foi determinante na informação e esclarecimento da população, foram estruturas que se mantiveram sempre abertas em todo o país, reunindo as condições adequadas para um contato direto com a população.

A questão de fundo é continuar a lu-

tar para que o papel do farmacêutico como profissional de saúde possa ser desempenhado em benefício da população. Pensar que a saída das dificuldades que a farmácia comunitária atravessa é imitar outros setores da distribuição sem vocação para a saúde, é uma ilusão como tem provado a realidade.

O que distingue as farmácias desses setores é a qualificação dos seus profissionais e a qualidade dos serviços que prestam. Como já afirmava no meu programa de candidatura a Bastonário há vinte anos: a "desmaterialização do ato farmacêutico", este não depende do valor do medicamento que dispensam, mas do valor do serviço que prestam, este é o toque estratégico que tem faltado na profissão. Vejamos o que acontece no Reino Unido e mais recentemente na Suíça a título de exemplo.

Em relação à carreira que abraça as mais variadas vertentes e valências, desde a investigação até às farmácias comunitárias. Quais as medidas que seriam prementes apresentar neste âmbito?

A instituição da Carreira farmacêutica foi uma conquista fundamental que resultou de uma luta de cerca de 20 anos. As primeiras portarias que não tiveram seguimento foram publicadas em 2004.

Já depois de receber as perguntas para esta entrevista foi publicado no Diário da República a regulamentação da carreira Farmacêutica (DR nº162/2021 serie 1 de 2021-08-20), trata-se de um marco importante e espero que ao nível dos hospitais sejam criadas condições para que a formação dos novos especialistas seja efetuada com qualidade alocando-se os recursos materiais e humanos adequados. Este é já um desafio para o próximo Orçamento de Estado.

JOSÉ ARANDA DA SILVA,
PRIMEIRO PRESIDENTE
DO INFARMED (1993/00),
DIRETOR DO LABORATÓRIO
MILITAR (2000/01) E
BASTONÁRIO DA ORDEM DOS
FARMACÊUTICOS (2001/07),
REFORÇA O PAPEL DOS
FARMACÊUTICOS E A SUA
PROXIMIDADE JUNTO DA
COMUNIDADE DURANTE A
PANDEMIA.

O que considera serem os grandes desafios para os farmacêuticos num futuro pós Covid?

A pandemia veio demonstrar a importância dos sistemas de Saúde nas sociedades modernas. No caso particular de Portugal, a importância do Serviço Nacional de Saúde (SNS) que mesmo sujeito a ataques nos últimos vinte anos resistiu e deu uma resposta exemplar às ameaças que surgiram. Os sistemas de saúde não podem continuar a ser encarados de forma unilateral, só pelo lado da despesa que geram. Sistemas de saúde eficazes são indispensáveis para o crescimento sustentável das sociedades modernas e tem de se valorizar o investimento nessa área.

Aos profissionais de saúde, em particular os que trabalham no SNS e em estruturas complementares de proximidade como as farmácias comunitárias, tem de ser dado o real valor ao seu trabalho, melhorando os seus sistemas remuneratórios e consolidando as carreiras profissionais de forma a serem motivadoras em termos de formação e condições de trabalho. É neste quadro que se devem integrar os farmacêuticos quer trabalhem no setor público ou privado, como profissionais cuja atividade aporta benefícios para a sociedade, para o bem estar dos cidadãos e no desenvolvimento sustentável da comunidade.



José Aranda da Silva
Bastonário da Ordem dos Farmacêuticos (2001/07)

NOTA BIOGRÁFICA:

TÍTULOS PROFISSIONAIS:

- Especialista em Indústria Farmacêutica, 1989
- Especialista em Farmácia Hospitalar, 1989
- Especialista em Registo e Regulamentação Farmacêutica, 1998
(Títulos concedidos pela Ordem dos Farmacêuticos)

SOCIEDADES E ASSOCIAÇÕES CIENTÍFICAS E PROFISSIONAIS

- Membro da Ordem dos Farmacêuticos
- Membro da Federação Internacional Farmacêutica
- Membro da Academia Nacional de Farmácia de França
- Sócio Fundador da Associação Portuguesa de Farmacêuticos Hospitalares de Portugal
- Sócio Fundador e Presidente Assembleia Geral da Sociedade Portuguesa de Farmácia Clínica e Farmacoterapia
- Membro do conselho científico da Revista Portuguesa de Saúde Pública (até 2016)

TRABALHOS PUBLICADOS:

Cerca de cem trabalhos publicados nas áreas de: medicamentos em hemodiálise, alumínio e hemodiálise, nutrição parentérica, informação sobre medicamentos, regulamentação sobre medicamentos, política e economia do medicamento, ensino e formação contínua.

LIVROS PUBLICADOS:

- "Falando de Medicamentos", 1994
- "Medicamentos Riscos e Benefícios", 1996
- "Medicamentos - Farmacoterapia", 1997
- "A Europa do Medicamento", 2000
- "Saúde pública, farmacêuticos e medicamentos", 2007
- "Os meus medicamentos" (co-autoria), Editor Leya, 2010

NAS FARMÁCIAS HOSPITALARES E LABORATÓRIOS DE ANÁLISES E ARS, CENTENAS DE FARMACÊUTICOS TIVERAM UM PAPEL INDISPENSÁVEL NA CRIAÇÃO DE CONDIÇÕES PARA QUE A DISTRIBUIÇÃO DE VACINAS FOSSE FEITA DE ACORDO COM AS CARACTERÍSTICAS DE CADA UMA.

RRD: COM O FOCO NO DOENTE!



POR JOÃO ROXO, RESPONSÁVEL PELA RRD EM PORTUGAL, FARMACÊTICO DE FORMAÇÃO, ESPECIALISTA EM MEDICAMENTOS ÓRFÃOS E DOENÇAS RARAS. NESTE ARTIGO DESTACA-SE A IMPORTÂNCIA DA RECORDATI JUNTO DOS DOENTES E SEUS FAMILIARES, PARA QUE JUNTOS SEJAM MAIS FORTES NO TRATAMENTO DAS DR.

A Recordati Rare Diseases ("RRD") é uma companhia farmacêutica centrada, em exclusivo, nos doentes afetados por doenças raras ("DR"). Tendo como premissa a ideia de que cada doente tem direito ao melhor tratamento possível, os doentes com doenças raras estão no topo das nossas prioridades.

A importância do doente para RRD, justifica-se, ainda pelo peso social e emocional que estas doenças representam na sociedade. Sensivelmente 6% da população em Portugal é afetada por estas patologias, não podendo de igual forma, deixar de se considerar todo o agregado familiar e terceiros envolvidos. A nossa companhia pretende ser um player da saúde ativo e dinâmico na consciencialização e investigação de DR, assim como também nas suas abordagens terapêuticas, acreditando que o sucesso do doente raro na sociedade passa pelo esforço e resultado das dinâmicas de diferentes equipas multidisciplinares, cujos objetivos são a investigação, a promoção e o bem-estar dos doentes.

A introdução de novos fármacos no mercado, através de programas de investigação e de parcerias estratégicas com centros de estudo e referência, são uma aposta, bem como o compromisso social, princípio fundamental para o desenvolvimento e sucesso do tratamento da DR, no qual o nosso foco reside no doente como elemento central desta dinâmica.

Na complexidade deste contexto, o farmacêutico desempenha, a meu ver, um papel crucial no circuito do medicamento, contribuindo para uma maior equidade, sucesso e bem-estar do doente. Ao cooperar com a restante equipa clínica, permite otimizar a adesão terapêutica, aumentar a sua efetividade e minimizar a ocorrência de efeitos adversos e interações medicamentosas. Não menos importante, será a relação de confiança/parceria, muitas vezes estabelecida e desejada quer com estas equipas clínicas, quer com os próprios doentes e/ou respetivas associações.

A complexidade e raridade destas patolo-



João Roxo

gias, exige não só ponderação e análise criteriosa na vertente clínica, mas igualmente o estudo dos custos económicos associados ao tratamento, cabendo ao farmacêutico, como especialista, certificar-se da correlação positiva entre o custo-benefício da terapêutica para o doente.

Importante referir que, os medicamentos órfãos são fármacos que, na sua maioria, podem causar, naturalmente, alguns efeitos adversos nos doentes. A natureza deste tipo de doenças e tratamentos requer por isso um acompanhamento contínuo, personalizado e rigoroso por parte do farmacêutico ao doente. É neste seguimento que, na minha opinião, o aumento da incidência de novas DR associado à importância do acompanhamento fármaco-terapêutico e farmacológico correto, devem constituir um alerta para a sociedade e comunidade médica e farmacêutica, na busca contínua de formação e especialização nas DR.

A difusão e promoção de informação e conhecimento sobre este tipo de patologias tem um impacto positivo e relevante quer no diagnóstico, quer na qualidade de vida do paciente com DR.

A RRD, em consonância com a comunidade médica, desempenha um papel preponderante na consciencialização nas áreas terapêuticas onde atua, tanto a nível preventivo como formativo. O trabalho diversificado, personalizado e multidisciplinar que exerce junto da sociedade tem em vista, gerar mais know-how e partilha de informação em todo o circuito do medicamento.

O ecossistema inerente às DR poderá implicar fatores como: dor incapacitante, baixa qualidade de vida, falta de autonomia, evolução degenerativa, progressiva e baixa autoestima, fatores esses que são diários e presentes ao longo dos anos. Daí a importância da promoção, partilha de conhecimento e acompanhamento em centros de referência, que reúnam equipas multidisci-

A NATUREZA DESTA TIPO DE DOENÇAS E TRATAMENTOS REQUER POR ISSO UM ACOMPANHAMENTO CONTÍNUO, PERSONALIZADO E RIGOROSO POR PARTE DO FARMACÊTICO AO DOENTE.

plinares com elevada competência clínica, científica, tecnológica e humana, permitindo aos doentes beneficiar de tratamentos inovadores, de conhecimentos adquiridos e de um acompanhamento mais efetivo.

Por fim, saliento que, o diagnóstico precoce nas DR tem uma enorme relevância, uma vez que contribui para o sucesso clínico, para uma maior e melhor qualidade de vida, assim como para uma eficaz integração social.



Elisabete Almeida
Presidente da APOFEN

ELISABETE ALMEIDA, PRESIDENTE DA APOFEN, ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE FENILCETONÚRIA E OUTRAS DOENÇAS METABÓLICAS, DESTACA NESTA ENTREVISTA O APOIO QUE AS ASSOCIAÇÕES DESENVOLVEM COM AS FARMACÊTICAS AJUDANDO A CRIAR CONDIÇÕES PARA O DOENTES, SUAS FAMÍLIAS E CUIDADORES.

Em relação às doenças metabólicas, aos seus pacientes e familiares como se desenvolve a dinâmica com a indústria farmacêutica? E de que forma se interajudam?

A APOFEN sempre teve uma relação próxima com a indústria farmacêutica, essa relação é de parceria, pois com meios diferentes, o nosso fim é o mesmo: o bem-estar do doente. Na APOFEN tentamos que os doentes estejam sempre a par dos avanços científicos na área das doenças hereditárias do metabolismo das proteínas e esse objetivo apenas é alcançável através da boa relação com a indústria farmacêutica. Também através da associação de doentes, a indústria farmacêutica tem um melhor e maior conhecimento das necessidades dos doentes em relação aos tratamentos possibilitando, dessa forma, a constante adaptação à realidade.

Como conjuntamente encontram respostas tanto ao nível de novas soluções de fármacos, como no auxílio aos doentes e familiares, mas também, na disseminação de informação à sociedade civil?

A APOFEN tem uma relação muito próxima tanto com os doentes e famílias, com os Centros de Referência para o tratamento das doenças hereditárias do metabolismo das proteínas e Centros de Tratamento, com a indústria farmacêutica e tem um contacto permanente com todos. Isso permite o auxílio imediato ao doente quando tal é necessário, nas diversas vertentes do tratamento. O contacto permanente com os Centros e com a indústria farmacêutica leva, também, à divulgação de informação à sociedade civil através dos meios de comunicação social, sempre que possível.

Em relação à investigação e à participação de doentes em ensaios clínicos, existem cooperação nesta área?

Tendo a APOFEN uma relação de parceria com a indústria farmacêutica, damos a conhecer aos nossos associados (doentes e famílias) o que está a acontecer no mundo das doenças hereditárias do metabolismo das proteínas. No entanto, a APOFEN não interfere no trabalho dos Centros de Referência para o tratamento destas doenças e, em última análise, são sempre estes Centros que decidem a participação e inclusão de doentes nos ensaios clínicos.

Qual a estratégia conjunta no combate à doença e que atividades apresentam em comum?

O objetivo comum principal é garantir sempre uma melhor qualidade de vida ao doente e, para isso, desenvolvemos em conjunto ou com a parceria da indústria – em concreto da Jaba Recordati – várias atividades de promoção da literacia do doente e da família. O Encontro Nacional de Famílias é um exemplo: um congresso onde vários profissionais especialistas em doenças hereditárias do metabolismo das proteínas dos Centros de Referência e de Tratamento proferem palestras direcionadas aos doentes e famílias (com isto, também a interação é estimulada). Igualmente, os Encontros Regionais pretendem promover a literacia, sendo que estes são realizados nas zonas do país mais afastadas como, por exemplo, as ilhas dos Açores e Madeira.

É, também, objetivo dar a conhecer os avanços na área das doenças hereditárias do metabolismo das proteínas, pelo que essas atividades são cruciais para esse fim.

O OBJETIVO COMUM PRINCIPAL É GARANTIR SEMPRE UMA MELHOR QUALIDADE DE VIDA AO DOENTE E, PARA ISSO, DESENVOLVEMOS EM CONJUNTO OU COM A PARCERIA DA INDÚSTRIA – EM CONCRETO DA JABA RECORDATI – VÁRIAS ATIVIDADES DE PROMOÇÃO DA LITERACIA DO DOENTE E DA FAMÍLIA.

O VALOR DO FARMACÊUTICO NA SOCIEDADE PORTUGUESA



Carlos Maurício Barbosa
Professor da Faculdade de Farmácia da UP
e Ex-Bastónario da Ordem dos Farmacêuticos

A profissão farmacêutica integra hoje quase 16 mil farmacêuticos e está transversalmente activa em todo o cluster português da saúde.

Os farmacêuticos têm participado na primeira linha do desenvolvimento do sistema de saúde em Portugal, desempenhando funções essenciais e dando resposta, de modo insubstituível, a necessidades da população e do País, sendo inegável que a profissão tem uma indeclinável quota-parte de responsabilidade em muitos dos sucessos do nosso sistema de saúde.



A formação alargada dos farmacêuticos confere à profissão um carácter diversificado e multivalente, o que muito a engrandece e valoriza.

OS FARMACÊUTICOS COMUNITÁRIOS SÃO OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE QUE MAIS PRÓXIMOS ESTÃO DA POPULAÇÃO.

Nas diferentes áreas de intervenção profissional subjacentes ao Acto Farmacêutico, consagrado por lei, os farmacêuticos colocam a sua perícia técnico-científica ao serviço da sociedade, promovendo mais e melhores cuidados de saúde e contribuindo, directa e indirectamente, para a melhoria do bem-estar dos portu-

gueses e para o fortalecimento da economia nacional, aqui incluindo a exportação de medicamentos e dispositivos médicos fabricados por empresas industriais instaladas em Portugal.

No sector do medicamento, os farmacêuticos assumem especiais responsabilidades na farmácia comunitária, farmácia hospitalar, indústria farmacêutica e distribuição grossista. E também na investigação científica, desenvolvimento tecnológico e inovação. No sector analítico, intervêm activamente nas análises clínicas e na genética e ainda nas análises toxicológicas, ambientais e de água e alimentos e outras no âmbito da saúde pública.

Com uma formação construída na universidade, ao longo de cinco anos, e uma qualificação estruturada e permanente, ao longo da vida, supervisionada pela Ordem dos Farmacêuticos, os farmacêuticos asseguram aos cidadãos o acesso a medicamentos com qualidade, segurança e eficácia e promovem a sua adequada utilização, contribuindo decisivamente para que sejam alcançados os outcomes clínicos desejados. Aí reside um dos mais inestimáveis e intangíveis valores das sociedades modernas. Tudo isto porque participam activamente em todo o circuito do medicamento: na investigação e desenvolvimento, regulação e avaliação científica, produção e garantia da qualidade e na distribuição, dispensa e monitorização da utilização, incluindo a gestão do risco, a promoção da adesão à terapêutica e o acompanhamento dos doentes.

Ao nível hospitalar, desempenham um papel essencial na optimização da terapêutica e na promoção do uso seguro e racional de medicamentos e dispositivos médicos. Vários estudos demonstram

SEMPRE DEFENDI QUE A PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS FARMACÊUTICOS NO ÂMBITO DE PROGRAMAS DE SAÚDE PÚBLICA, DE FORMA ESTRUTURADA E RECONHECIDA PELO ESTADO.

que a sua integração efectiva nas equipas multidisciplinares de saúde, numa perspectiva colaborativa, proporciona importantes benefícios, quer nos resultados clínicos alcançados, quer na racionalização da gestão de recursos.

Ao nível da farmácia comunitária, área em que exercem cerca de 60% dos farmacêuticos portugueses (rácio superior a 3 farmacêuticos/farmácia, sendo dos mais elevados da Europa), a sociedade usufrui da sua plena disponibilidade, incluindo para prestar aconselhamento diferenciado, disponível 24 horas por dia, durante os 365 dias do ano. Reconhecidamente, os farmacêuticos comunitários são os profissionais de saúde que mais próximos estão da população, sendo de relevar, de um modo especial, a sua intervenção no domínio da saúde pública.

Esta função, aliás, tem sido especialmente importante durante a crise sanitária devida à COVID-19 que persiste em afetar o mundo de forma dramática.

O estudo intitulado “Valor Social e Económico das Intervenções em Saúde Pública dos Farmacêuticos nas Farmácias em Portugal”, publicado em 2017 na revista científica BMC Health Services Research, que a Ordem dos Farmacêuticos encomendou em 2015 a consultores externos, evidenciou, de forma cabal, o valor do exercício profissional dos farmacêuticos comunitários para a sociedade e a economia, revestindo-se, por conseguinte, da maior importância para o sistema de saúde.

O referido estudo incidiu sobre as diferentes intervenções dos farmacêuticos comunitários em saúde pública, designadamente ao nível das doenças/terapêuticas crónicas, da saúde materna e da criança e a outros níveis, incluindo o aconselhamento e a indicação farmacêutica nos casos de transtornos designados menores

(tosse, constipação, diarreia, obstipação, etc), cessação tabágica, vacinação, etc. Não foi considerada no estudo a dispensa de medicamentos, que, na época, representava mais de 90% da atividade das farmácias.

Ainda assim, o estudo demonstrou, de forma clara, que as cerca de 120 milhões de intervenções anuais em saúde pública (cerca de 10% da actividade total) dos farmacêuticos comunitários aportavam relevante valor. Aportavam qualidade de vida à população, incluindo fatores de longevidade. Proporcionavam uma redução do consumo de cuidados de saúde de outras fontes estimada em 6 milhões de actos por ano (consultas médicas não programadas, urgências e hospitalizações).

E apresentavam um valor económico estimado em 880 milhões de euros anuais, integralmente a favor do Estado e das famílias, em resultado do somatório dos custos da intervenção farmacêutica não remunerada e dos cuidados de saúde potencialmente evitados. Adicionalmente, o estudo demonstrou a existência de um crescimento do valor social e económico estimado, caso, no futuro, outras intervenções venham a ser uma realidade. Em suma, o estudo demonstrou que em Portugal, como noutros países, os farmacêuticos comunitários promovem ganhos em saúde, quer sociais, quer económicos. Sempre defendi que a prestação de serviços farmacêuticos no âmbito de progra-



mas de saúde pública, de forma estruturada e reconhecida pelo Estado como um contributo relevante, deve constituir o ponto de viragem de tendência para uma cada vez mais efetiva participação dos farmacêuticos comunitários no sistema de saúde. As farmácias em Portugal são verdadeiras unidades prestadoras de cuidados de saúde, dotadas de profissionais altamente qualificados, que, a exemplo de outros países, podem e devem dar mais e melhores contributos ao sistema de saúde.

A sua distribuição homogénea no território nacional proporciona uma cobertura assistencial da população que é ímpar entre todos os prestadores de cuidados de saúde, públicos e privados. E, enquanto parceiros do SNS, podem dar contributos substantivos para promover ganhos em saúde e para alcançar as metas definidas pelas políticas públicas, incluindo as de natureza económica.

OLHO SECO: SAIBA O QUE É E COMO TRATAR

SANDRA BARROS, MÉDICA
OFTALMOLOGISTA NO HOSPITAL
GARCIA ORTA, CUF ALMADA E
CASCAIS, SALIENTA AS PRINCIPAIS
CAUSAS PARA O OLHO SECO,
COMO PREVENIR ESTA PATOLOGIA
E QUAIS OS SINAIS DE ALARME.



Sandra Barros
Médica oftalmologista no Hospital Garcia Orta,
CUF Almada e Cascais

O que é a Doença do Olho Seco e qual a sua causa?

O olho seco é uma doença multifatorial que envolve dois componentes oculares: a sua superfície e a lágrima.

Para o normal funcionamento é necessário que todas as estruturas envolvidas estejam saudáveis: pálpebras, cílios das pestanas, córnea, conjuntiva, glândulas lacrimais (produtoras da componente aquosa da lágrima) e glândulas de Meibomius (produtoras de uma camada de gordura ou lipídica). Quando tal não acontece, criam-se as condições para

o desenvolvimento da doença. Inicialmente, as alterações podem ser ligeiras e o organismo adapta-se, voltando ao equilíbrio. No entanto, a cronicidade e ausência de tratamento levam à progressão, onde se desenrola uma cascata inflamatória, com dano da superfície ocular. Estabelece-se um ciclo vicioso, que amplia a inflamação, surgindo a doença.

Quais os alertas que nos indicam que sofremos da DOENÇA DO OLHO SECO?

São sinais de alarme a presença de olho vermelho, a sensação de corpo estranho (tipicamente descrito como sensação de “areia”), a fotofobia ou dificuldade em encarar a luz, o

ardor, e em casos mais severos dor. O prurido, muitas vezes interpretado como alergia ocular, pode também ocorrer. O lacrimejo excessivo, embora pareça contraditório quando se fala em olho “seco”, é muito frequente e resulta de uma hiperestimulação para compensar a lubrificação ocular inadequada. Outro sintoma relevante e muitas vezes desconhecido, é a alteração da visão pois a lágrima desempenha um papel fundamental neste aspeto.

Qual a causa desta patologia e o que podemos fazer para o evitar?

Existem vários fatores de risco associados. Como por exemplo, pessoas idosas, mulheres (sobretudo na menopausa), doenças sistémicas (como artrite reumatoide ou síndrome de Sjogren) e locais (como blefarite ou rosácea), tratamento com antidepressivos, anti-histamínicos, colírios para o glaucoma e cirurgias oculares (LASER e catarata) estão associados a um maior risco.

Assim como, os ambientes secos (associados a sistemas de aquecimento ou ar condicionado), utilização prolongada de lentes de contacto e uso de maquilhagem também contribuem. Alguns destes fatores de riscos são modificáveis, o que significa que os podemos evitar ou tratar.

Nesta fase de pandemia que nos obrigou a utilizar de forma intensiva os equipamentos eletrónicos, uma das consequências poderá ser o agravamento desta patologia?

Sim. O pestanejo insuficiente causado pela fixação do ecrã por longos períodos e a maior exposição da superfície ocular causada pela maior abertura das pálpebras, são os principais motivos. De facto, podem levar ao desenvolvimento da doença em pacientes previamente saudáveis e, por outro, ao seu agravamento. Curiosamente, durante a pandemia, associado ao maior uso destes equipamentos, observou-se um acréscimo desta doença em crianças, um grupo etário raramente afetado.

Qual a prevalência desta patologia?

Esta doença afeta milhões de pessoas em todo o mundo e é uma das principais causas de afluência à consulta de oftalmologia. Estima-se que possa atingir os 50%. Mas, se o diagnóstico se basear exclusivamente nos sinais da doença, ou seja, nas alterações da superfície ocular, a prevalência pode atingir os 75%.

Qual a importância do uso da Lágrima Artificial de acordo com as “guidelines”?

De acordo com as melhores práticas revistas em 2017 pela TFOS-DEWS II (Tear Film and Ocular Society - Dry Eye Workshop), a prioridade do tratamento é identificar a causa da doença, tratá-la e/ou removê-la.

Como isso nem sempre é possível, as lágrimas artificiais ou lubrificantes são a base do tratamento.

Existem no mercado vários tipos de lubrificantes, constituídos por diferentes componentes, que permitem substituir a lágrima natural, endereçando especificamente os 2 componentes da lágrima que podem estar alterados (muco-aquosa e lipídica). Desta forma, permitem lubrificar, reparar lesões, diminuir a inflamação e sintomas, e proteger a superfície ocular de forma mais rápida e adequada.

Os lubrificantes com conservantes não devem ser utilizados uma vez que a presença destas substâncias são lesivas e o tratamento perde a eficácia.

SÃO SINAIS DE ALARME A PRESENÇA DE OLHO VERMELHO, A SENSACÃO DE CORPO ESTRANHO (TIPICAMENTE DESCRITO COMO SENSACÃO DE “AREIA”), A FOTOFOBIA OU DIFICULDADE EM ENCARAR A LUZ, O ARDOR, E EM CASOS MAIS SEVEROS DOR.

Garantindo estes pressupostos, estes podem e devem ser utilizados regularmente, mas também, sempre que existirem sintomas.

Existem outros tratamentos disponíveis para o OLHO SECO?

Quando a primeira linha de tratamento não é suficiente, existem outras formas de tratamento. A intervenção de um oftalmologista é fundamental, sobretudo nesta fase, para uma correta avaliação da severidade da doença, permitindo selecionar o tratamento mais adequado a cada caso.

Existem colírios de corticóides ou outros imunossuppressores em casos mais severos, tratamentos específicos para as doenças localizadas na pálpebra com equipamentos médicos próprios ou mesmo tratamentos cirúrgicos nos casos mais graves.

No âmbito da prevenção, considera que a intervenção atempada do médico ou farmacêutico poderá fazer toda a diferença?

A mensagem chave é “A Prevenção é melhor que a Cura” Erasmus, 1500. Uma atitude preventiva e intervenção precoce podem curar formas ligeiras da doença, ou prevenir a sua evolução em casos mais avançados.

Informação também é prevenção. Para isso a TFOS disponibilizou mais informações para os pacientes com doença, que podem ser encontradas no site:

www.tearfilm.org

OLHO SECO?

Artelac Complete
MULTIDOSE

NOVO
AGORA EM SPRAY

Artelac Complete
Ácido Hialurónico* a 0,24% e Glicerol + Carbómero + Lípidos
SEM CONSERVANTES · SEM FOSFATOS

HIDRATA E ALIVIA INSTANTANEAMENTE

BAUSCH + LOMB
Ver melhor. Viver melhor.

* Na forma de hidrato de sódio.
© 2021 Bausch & Lomb Inc.
™ Indica marcas comerciais da Bausch & Lomb Inc. ou suas filiais. Dispositivos Médicos, CAC PT2105-15.
Para mais informações sobre o produto, leia cuidadosamente a rotulagem e as instruções de utilização ou contacte nos.

OUTRO SINTOMA RELEVANTE E MUITAS VEZES DESCONHECIDO, É A ALTERAÇÃO DA VISÃO POIS A LÁGRIMA DESEMPENHA UM PAPEL FUNDAMENTAL NESTE ASPETO.



AESGP
www.aesgp.eu

Birgit Schuhbauer
Presidente da AESGP

RUMO A SISTEMAS DE SAÚDE SUSTENTÁVEIS: A MISSÃO DA AESGP É INVESTIR NA AUTONOMIA DO AUTOCUIDADO NA EUROPA

O AUTOCUIDADO É O QUE REALIZAMOS TODOS DIAS PARA MANTERMO-NOS SAUDÁVEIS

É comer bem, fazer exercício e descansar suficientemente. O autocuidado é também o analgésico que se toma para uma dor de cabeça e as vitaminas ao pequeno-almoço para fortalecer o sistema imunitário e ajudar no combate às infeções. E é recorrer ao seu farmacêutico ou médico para obter conselhos ou procurar informação fiável quando tem dúvidas sobre a sua saúde.

A missão da AESGP¹ é apoiar o acesso de todos ao autocuidado seguro e eficaz, capacitando as pessoas a cuidar melhor de si mesmo. Durante mais de 50 anos, a AESGP tem trabalhado em nome dos fabricantes de produtos e serviços de autocuidado de forma a aumentar a literacia e o acesso a medicamentos seguros e eficazes sem receita médica, suplementos alimentares, e dispositivos médicos na Europa.

A AESGP é uma rede de associações industriais nacionais e de empresas de produtos de autocuidado, temos parcerias com vários atores deste ecossistema: agências governamentais, profissionais de saúde e, em particular, farmacêuticos.

O nosso objetivo é assegurar que todos tenham acesso às ferramentas de autocuidado, a informação fiável, ao apoio para tratar e prevenir adequadamente doenças menores. Isto é possível numa consulta com um farmacêutico.

As pessoas anseiam por um sistema de saúde presente quando precisam, mas o aumento dos custos, a maior afluência com o COVID-19, juntamente com uma população envelhecida tornam esse fator cada vez mais difícil. O desafio como sociedade é assegurar a igualdade no acesso aos cuidados de saúde, reduzindo os encargos no sistema de saúde. Na AESGP, vemos este desafio como uma oportunidade de promover o autocuidado responsável e o papel dos farmacêuticos como parte integrante nesta estratégia.

Comprovamos que a pandemia reforçou mudanças comportamentais no sentido de um maior autocuidado.

Em França, 42% dos farmacêuticos comunitários inquiridos pela nossa associação nacional francesa (Nèrès) relataram um

aumento na procura de conselhos para a prevenção ou tratamento de doenças menores. Este resultado é apoiado por um inquérito realizado pela IPSOS, onde 65% das pessoas na Alemanha, Itália, Espanha e Reino Unido afirmaram que na tomada de decisões diárias a sua saúde tem um papel importante.

Num estudo da associação britânica (PAGB), 1 em cada 4 pessoas afirmou que a pandemia as fez mudar a sua atitude em relação ao autocuidado.

A AESGP ESTÁ EMPENHADA EM FAZER A SUA COTA-PARTE PARA ASSEGURAR A SUSTENTABILIDADE DO SISTEMA DE SAÚDE.

Todos desejamos um sistema de saúde que seja rentável, flexível, robusto e disponível. A AESGP está a trabalhar com decisores políticos e reguladores para assegurar um acesso seguro e fácil a uma gama mais vasta de produtos de autocuidados.

Estamos a promover a literacia em saúde e a apoiar os profissionais de saúde com informação relevante sobre os produtos para que possam prestar os esclarecimentos adequados aos utentes. Ao mesmo tempo, impulsionamos a inovação digital para fornecer soluções adaptadas às necessidades individuais.

A AESGP está empenhada em fazer a sua cota-parte para assegurar a sustentabilidade do sistema de saúde.

O autocuidado é a primeira linha de defesa em relação à saúde dos europeus, mas também apoiado pelo governo, indústria e profissionais de saúde que fazem o que podem para fazer parte da nossa jornada rumo à promoção do autocuidado.

Na AESGP, acreditamos que "juntos podemos tomar conta de nós próprios".

¹ A Associação da Indústria Europeia de Autocuidados (AESGP) é a voz dos fabricantes de medicamentos sem receita médica, suplementos alimentares e dispositivos médicos de autocuidados na Europa, também referidos como produtos de "autocuidados" ou "cuidados de saúde de consumo."



efpia

Nathalie Moll
Directora Geral da EFPIA

A EUROPA TEM DE APOSTAR NUM ECOSISTEMA DE INVESTIGAÇÃO E PRODUÇÃO PARA COMPETIR COM OUTRAS REGIÕES

A EFPIA representa a indústria farmacêutica de investigação, mas também as empresas farmacêuticas que são líderes mundiais, 36 associações e um ecossistema crescente de PMEs.

Trabalhamos com todas as partes interessadas na saúde e na investigação ao nível da UE, nesse sentido pretendemos criar um ambiente que permita aos nossos membros inovar, descobrir, desenvolver, fornecer novas terapias e vacinas, bem como manter e desenvolver uma contribuição significativa para a economia europeia.

Com essa intenção partilhamos da opinião expressa pela Ursula von der Leyen, Presidente da UE, para que a Europa seja um líder mundial na inovação das ciências da vida.

A concretização desta ambição exige a construção de um sistema regulador da classe a nível mundial, um quadro forte e previsível de Propriedade Intelectual (PI) e um trabalho conjunto para assegurar aos doentes um acesso rápido e equitativo aos novos tratamentos.

Isto significa criar um ecossistema de investigação e fabrico na Europa que possa competir com outras regiões na atração de investimento para o setor, impulsionando a nossa resiliência sanitária e o crescimento económico.

Qualquer ambiente de I&D de sucesso tem de ser suportado por um quadro regulamentar estável, eficaz e globalmente competitivo.

Para a Europa, isso significa fazer evoluir o nosso sistema para acompanhar o ritmo da ciência em rápido crescimento. Mais especificamente, precisamos de evoluir na forma como utilizamos provas do mundo real, regulamos ensaios clínicos complexos e nas combinações de medicamentos, bem como desenvolvemos processos de avaliação dinâmicos e iterativos.

O objetivo comum é melhorar a capacidade de resposta da Europa para acelerar as terapias inovadoras e que estas satisfaçam as necessidades dos doentes. Para atingir esta meta é necessário fornecer à Agência Europeia do Medicamento recursos e a flexibilidade que necessita para estar na vanguarda a nível mundial.

Sendo que, a manutenção e o desenvolvimento do sistema europeu de PI e os incentivos da classe mundial continuam a ser fundamentais, isto significa promover uma proteção da PI na

Europa e apostar em acordos de comércio livre com parceiros.

Temos de aproveitar o quadro existente de incentivos e mecanismos de recompensa para a área do I&D, incluindo os novos incentivos para necessidades médicas, tais como a resistência antimicrobiana (AMR). A inovação médica é significativa quando chega aos doentes, a redução nos atrasos no acesso e a melhoria da disponibilidade de medicamentos é um objetivo comum.

Dados recentes que constam no relatório indicador EFPIA WAIT mostram que na Europa os doentes esperam em média entre 4 meses e 2,5 anos para ter acesso ao mesmo medicamento¹.

Para proporcionar um acesso equitativo ao medicamento é urgente identificar as causas das barreiras e dos atrasos no acesso aos fármacos, antes de se avançar para a cocriação de soluções a nível da UE. A crise da COVID-19 salientou, como nunca antes, a ligação inextricável entre a saúde e o nosso crescimento económico.

A indústria focada na investigação está numa posição única para impulsionar ambos. A nossa indústria é o setor mais intensivo em I&D na Europa e, em 2020, investiu² cerca de 39 mil milhões de euros.

O setor farmacêutico na área da investigação emprega cerca de 830.000 pessoas e contribui com quase 122 mil milhões de euros para a balança comercial da UE nos 27 Estados Membros. Ao mesmo tempo, mais de 8.000 medicamentos estão a ser desenvolvidos e estamos numa etapa de expansão na inovação científica que pode transformar a vida dos doentes.

A crise da COVID-19, a resposta da indústria, das instituições da UE e dos Estados-Membros deram pistas sobre o que pode ser alcançado através de um trabalho conjunto. A nossa esperança é que as novas formas de trabalho, colaboração e parcerias que foram alcançadas continuem para construir um futuro mais saudável na Europa. Um futuro baseado na prevenção, inovação, acesso a novos tratamentos e melhores resultados para os doentes.

QUALQUER AMBIENTE DE I&D DE SUCESSO TEM DE SER SUPTADO POR UM QUADRO REGULAMENTAR ESTÁVEL, EFICAZ E GLOBALMENTE COMPETITIVO.

FARMACÊUTICOS. UM DOS PRINCÍPIOS ATIVOS DO NOSSO SUCESSO.



Os Farmacêuticos são ativos verdadeiramente essenciais na estrutura da Quilaban. E é por isso que estão presentes nas nossas várias áreas, com funções distintas e complementares. A competência, a experiência e a dedicação destes profissionais são fundamentais para, dia após dia, conseguirmos concretizar o nosso propósito: cuidar da saúde e bem-estar de pessoas como nós.

26
09 DIA DO
FARMA
CÊUTICO


Quilaban
uma fórmula de vida

FARMACÊUTICOS E DISTRIBUIDORES DE SERVIÇOS COMPLETOS DE SAÚDE UNIDOS PELOS SISTEMAS DE SAÚDE



Bernd Grabner
Presidente da GIRP - -- European Healthcare Distribution Association



Trabalhamos de mãos dadas com os distribuidores de serviços completos de saúde, as farmácias desempenham um papel inestimável na saúde das comunidades onde estão inseridas ao mesmo tempo que reforçam os sistemas de saúde da UE.

Na coordenação dos serviços entre as farmácias e os distribuidores é assegurado o acesso dos medicamentos às comunidades sempre e onde é necessário, uma nova era nos cuidados de saúde emerge em Portugal e ao nível da UE, estas mudanças centram o foco no doente para redefinir cuidados de saúde personalizados. Neste contexto, ambos os atores vão para além da abordagem comum no tratamento de doentes e investem numa perspetiva holística dos serviços de saúde e bem-estar, de forma a compreender o historial clínico de cada indivíduo e

NUMA NOVA ERA DOS CUIDADOS DE SAÚDE, É CRUCIAL QUE OS ATORES CONTINUEM A TRABALHAR COMO PILARES DOS SISTEMAS DE SAÚDE DA UE.

assim apostar num tratamento eficaz.

A GIRP e os seus membros orgulham-se de apoiar as farmácias no seu papel crucial nas comunidades e contribuir para a sua evolução, oferecendo serviços de valor acrescentado, incluindo serviços de saúde online, formação específica sobre produtos e outros programas educativos.

JUNTOS PARA CUIDADOS DE SAÚDE MAIS EFICIENTES

Os distribuidores de serviços completos de saúde têm a experiência e o conhecimento, acresce uma estrutura fiável, segura e digitalizada para garantir a segurança dos produtos, de forma a armazenar e entregar medicamentos *just in time* nas farmácias que, por sua vez, os fazem chegar às pessoas. Como balcão único para as farmácias, oferecemos uma gama completa de medicamentos e serviços, permitindo aos farmacêuticos concentrarem-se no utente e em fornecerem soluções sustentáveis que beneficiam o sistema de saúde.

JUNTOS PARA MITIGAR O IMPACTO DA ESCASSEZ

Outro ponto crucial de colaboração é uma prioridade partilhada de assegurar a dispo-

nibilidade total de medicamentos. Os farmacêuticos em toda a UE desenvolveram sistemas de monitorização de escassez que integram os sinais de stocks do mercado.

Os distribuidores apoiam fortemente a utilização dos sistemas existentes de monitorização de faltas e a GIRP promove a utilização destes sistemas para a agregação de dados ao nível da UE.

JUNTOS PELA PREVENÇÃO

A pandemia COVID-19 reforçou a conexão entre as farmácias e os distribuidores de serviços completos de saúde, ambos estiveram à altura do desafio que enfrentamos, esta foi uma prova de resistência durante a pandemia e agora na recuperação.

As diversas contribuições dos farmacêuticos: o seu envolvimento nos cuidados clínicos dos doentes da COVID-19; o esclarecimento e a informação do público são componentes chave no número crescente de populações vacinadas na UE, esta parceria deve ser aproveitada para a eficiência e o sucesso na vacinação de um maior número possível de cidadãos num curto espaço de tempo e a longo prazo, à medida que começamos a considerar as vacinas de reforço.

JUNTOS PELO FUTURO DOS CUIDADOS DE SAÚDE

Os distribuidores estão trabalhar para se posicionarem de forma a apoiar eficazmente as farmácias nos seus novos desafios, como por exemplo: a digitalização e os medicamentos especializados, incluindo em questões de saúde importantes, tais como o VIH.

Os membros da GIRP estão desejosos de trabalhar conjuntamente com as farmácias na intenção de otimizar as operações na cadeia de abastecimento e estão disponíveis para apoiar e investir tempo e recursos no desenvolvimento de ferramentas e nas soluções mais adequadas.

À medida que navegamos numa nova era dos cuidados de saúde, é crucial que os atores continuem a trabalhar como pilares dos sistemas de saúde da UE, da sociedade e dos cidadãos. A GIRP está a trabalhar incansavelmente para assegurar que os distribuidores e farmacêuticos sejam defendidos na legislação da UE e a sua contribuição seja reconhecida e valorizada.

SPFCs: “É IMPORTANTE INCLUIR OS FARMACÊUTICOS NOS CUIDADOS PRIMÁRIOS”



www.spfcs.pt



Jorge Aperta
Presidente da Direção da Sociedade Portuguesa dos Farmacêuticos dos Cuidados de Saúde

Considera que existe falta de visibilidade em relação ao papel dos farmacêuticos?

Este é um elemento crítico, isto porque quando se fala em sistemas de saúde, esta realidade engloba os médicos e os enfermeiros, mas faltam todos os outros que fazem parte deste sistema, incluindo os farmacêuticos.

Estes tem amplas valências: desde a farmácia comunitária, hospitalar, análises, indústria alimentar, controle das águas, entre outras. Esta função é realizada a nível nacional e em várias áreas em que a profissão de farmacêutico é essencial e está presente, mas a verdade é que nos sentimos completamente invisíveis, até por parte de setores com responsabilidade governativa.

Como a Sociedade Portuguesa dos Farmacêuticos dos Cuidados de Saúde desenvolve o seu trabalho de forma a valorizar a carreira do farmacêutico em todas as suas valências?

A Sociedade surge numa componente científica e agregadora dos farmacêuticos em todas as suas vertentes e áreas de ação. Esta nasce a partir de um grupo de farmacêuticos hospitalares, que pretende sobretudo criar e dar suporte científico, mas também, visibilidade à profissão e às suas múltiplas áreas. Por isso, somos uma Sociedade integradora e transversal a todas as valências.

Em relação à falta de reconhecimento ao papel do farmacêutico em todas as suas valências ao nível do SNS, das entidades e tutela. Na sua opinião, o que falta e como se poderia colmatar essa lacuna?

Eu penso que relativamente ao Sistema Nacional de Saúde a perspetiva é apenas quantitativa, ou seja, as profissões que são mais representativas em número são aquelas tidas em conta, uma vez que todo o sistema é organizado como só existisse essas funções. Há claramente uma falta de investimento na parte qualitativa. É essencial ver o SNS como um todo, de forma a existir uma abordagem equitativa.

Atualmente, o sistema só reage quando há uma greve, alguma perturbação ou um problema. Não há um planeamento prévio, o SNS não está desenhado de forma a antecipar-se aos problemas e assim, não consegue reagir atempadamente e criar soluções que façam parte de uma estratégia com

JORGE APERTA, PRESIDENTE DA DIREÇÃO DA SOCIEDADE PORTUGUESA DOS FARMACÊUTICOS DOS CUIDADOS DE SAÚDE, FALA-NOS DO TRABALHO DESENVOLVIDO PELA SOCIEDADE, MAS TAMBÉM, COMO SE PODERIA OTIMIZAR A REDE NACIONAL DE FARMÁCIAS PARA ESTAR MAIS PERTO DO UTENTE.

uma resposta eficaz aos utentes. Até agora, só conseguimos que o SNS tenha uma atitude reativa, o que sem dúvida prejudica o seu funcionamento, os seus utentes e os profissionais de saúde.

O que considera que sobressaiu em relação à carreira dos farmacêuticos nesta fase muito exigente de pandemia?

Sendo que na área dos farmacêuticos está tudo por fazer, a pandemia veio despertar e alertar para alguns destes problemas, que com as limitações ficaram muito mais evidenciados.

Por exemplo, em relação ao sistema de medicação de proximidade temos um caminho longo a percorrer, no sentido da aproximação com o doente.

O PAPEL DO FARMACÊUTICO NAS SUAS DIFERENTES ÁREAS PODE SER AGILIZADO DE MODO A TER UMA FUNÇÃO MAIS ATIVA DENTRO DO SNS.

O papel do farmacêutico nas suas diferentes áreas pode ser agilizado de modo a ter uma função mais ativa dentro do SNS, o que iria permitir uma maior proximidade ao utente, que resulta num melhor atendimento.

Para se ter uma ideia, há doentes que se deslocam grandes distâncias para vir buscar uma medicação hospitalar, o que não faz sentido quando existe uma rede de farmácias ao nível nacional, com profissionais qualificados que podem ter um papel ativo e de proximidade na garantia do correto uso do medicamento.

Outro fator importante é incluir os farmacêuticos nos cuidados primários, porque não existem farmacêuticos nos Centros de Saúde, este é um local de dispensa de medicamentos desde a vacinação ao planeamento familiar, sendo que não há ninguém nos Centros de Saúde para gerir e organizar estes medicamentos, a inclusão de um farmacêutico faz todo o sentido.

TECNIGEN LANÇA PRÉMIO TECNIGEN FARMÁCIAS COMUNITÁRIAS

A Tecnigen, empresa de genéricos 100% portuguesa, do Grupo Tecnimede, acaba de lançar a 1ª Edição do Prémio Tecnigen Farmácias Comunitárias, direcionado a profissionais de farmácias comunitárias e estudantes do último ano do Mestrado Integrado do Curso de Ciências Farmacêuticas.

O Prémio Tecnigen Farmácias Comunitárias tem como principal objetivo premiar quatro projetos inovadores dirigidos à prática da farmácia comunitária, que beneficiem as comunidades onde as farmácias estão inseridas.

Nesta 1ª edição serão distinguidos dois projetos que estejam ainda na fase de conceito ou em desenvolvimento, ou seja, projetos que estejam ainda numa fase embrionária apenas de conceito ou numa fase inicial de desenvolvimento; e dois projetos que se encontrem já desenvolvidos, ou seja, projetos que tenham sido já implementados pelos candidatos, em que existem já alguns resultados do seu lançamento (incluindo projetos piloto).

O Prémio Tecnigen Farmácias Comunitárias prevê a atribuição de quatro prémios monetários, num total de 20 mil euros. Os quatro projetos vencedores recebem ainda uma formação customizada dada pela Católica Lisbon School of Business & Economics.



Sede Grupo Tecnimede: Sintra, Portugal

Para Américo Vieira, Business Unit Manager da Tecnigen, “no Grupo Tecnimede contamos com vários colaboradores com formação em Ciências Farmacêuticas nas mais variadas áreas, I&D, Produção, Comercial, Regulamentar, entre outras, pelo

PROFISSIONAIS DE FARMÁCIAS COMUNITÁRIAS E ESTUDANTES DO ÚLTIMO ANO DO MESTRADO INTEGRADO DO CURSO DE CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS SÃO OS DESTINATÁRIOS DESTA PRÉMIO, QUE PRETENDE PREMIAR QUATRO PROJETOS INOVADORES ORIGINAIS DIRIGIDOS À PRÁTICA DA FARMÁCIA COMUNITÁRIA, QUE BENEFICIEM AS COMUNIDADES ONDE ESTÃO INSERIDAS.

que valorizamos bastante o papel do farmacêutico, das farmácias e profissionais de farmácia no que representam no ecossistema de saúde nacional. Com o prémio Tecnigen Farmácias Comunitárias pretendemos desafiar e homenagear o importante trabalho desenvolvido pelas farmácias comunitárias por projetos que alavancuem as suas comunidades e, também, incentivar a comunidade estudantil, que são os profissionais de amanhã, a pensar de que forma podem ter um papel relevante nas comunidades que venham a integrar”. O júri desta primeira edição é constituído por entidades relevantes do meio aca-

démico e profissional, nomeadamente, a Ordem dos Farmacêuticos, o Conselho do Colégio de Especialidade de Farmácia Comunitária, a Católica Lisbon School of Business & Economics e as Faculdades de Farmácia da Universidade do Porto, da Universidade de Lisboa e da Universidade de Coimbra.

Os projetos a concurso devem enquadrar-se em pelo menos uma de cinco áreas de atuação:

- Integração e interação da farmácia na comunidade que serve, elaboração de projetos de e para a comunidade e que possam envolver ou não parcerias com outras entidades locais;
- Desenvolvimento da gestão do negócio, desenvolvimento de novas áreas de negócio (serviços complementares na farmácia) com ganhos comprovados na eficiência e sustentabilidade da farmácia comunitária;

O PRÉMIO TECNIGEN FARMÁCIAS COMUNITÁRIAS PREVÊ A ATRIBUIÇÃO DE QUATRO PRÉMIOS MONETÁRIOS, NUM TOTAL DE 20 MIL EUROS.

O PRÉMIO TECNIGEN FARMÁCIAS COMUNITÁRIAS TEM COMO PRINCIPAL OBJETIVO PREMIAR QUATRO PROJETOS INOVADORES DIRIGIDOS À PRÁTICA DA FARMÁCIA COMUNITÁRIA.

- Desenvolvimento de projetos de inovação tecnológica ou de renovação digital;

- Desenvolvimento da promoção e educação para a saúde;

- Desenvolvimento de acompanhamento fármaco-terapêutico e adesão à terapêutica.

Este Prémio Tecnigen Farmácias Comunitárias tem o apoio institucional da Ordem dos Farmacêuticos e da Católica Lisbon School of Business & Economics.

AS CANDIDATURAS PODEM SER EFETUADAS ATÉ AO DIA 31 DE JULHO PARA 2022 E DEVEM SER SUBMETIDAS NO WEBSITE HTTP://WWW.MIOFARMACIASCOMUNITARIAS.TECNIGEN.PT

SOBRE A TECNIGEN

A Tecnigen é uma empresa de genéricos 100% portuguesa com dimensão global, que resulta da união da Farmoz e Pentafarma.

Com presença em Portugal, Espanha e Itália, a Tecnigen segue a mesma linha diferenciadora do Grupo Tecnimede: detém todo o ciclo do medicamento para uso humano, com base na grande aposta em Investigação & Desenvolvimento, num centro próprio, o Labor Qualitas, em Torres Vedras.

A produção dos medicamentos genéricos é também feita em Portugal recorrendo a tecnologia de ponta, na Atlantic Pharma, localizada em Sintra.



Centro I&D: Labor Qualitas, Torres Vedras, Portugal

O portfólio Tecnigen é diverso e abrangente divide-se em Medicamentos Sujeitos a Receita Médica, Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica, Suplementos Alimentares e Dermocosméticos.

PRÉMIO TECNIGEN FARMÁCIAS COMUNITÁRIAS POR PORTUGAL

Faz parte de uma farmácia comunitária ou frequenta o último ano do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas?

Tem algum projeto inovador que pode fazer a diferença na sua comunidade?

ENTÃO ESTE PRÉMIO É PARA SI.

Visite www.premiofarmaciascomunitarias.tecnigen.pt e fique a saber mais.

Uma iniciativa **Tecnigen** Parceiros institucionais **CATÓLICA LISBOA** **TECNIMEDE**

A PERCEÇÃO DE RISCO E OS COMPORTAMENTOS ASSOCIADOS EM TEMPOS DE PANDEMIA

As consequências da COVID-19 transcendem significativamente as questões de saúde pública, pois a pandemia afetou profundamente a atividade económica, as interações sociais, e o bem-estar mental e físico. Neste cenário, caracterizado por uma grande incerteza sobre a evolução da pandemia, a população mundial tem enfrentado grandes dificuldades para equilibrar as suas atividades essenciais e tomar decisões informadas. A fadiga generalizada relativamente ao estado de pandemia e a emergência de novas variantes virais altamente transmissíveis aumentam ainda mais o grau de dificuldade na tomada de decisão sobre comportamentos a adotar. Um fator que tem sido correlacionado com o aumento das medidas de prevenção por parte da população é o seu conhecimento sobre a COVID-19. Quanto maior for o conhecimento científico sobre a doença, maior é a probabilidade das pessoas se esforçarem para prevenir a transmissão da mesma. Por outro lado, a percepção de risco, entendida como um sentimento subjetivo de compreensão dos eventos de risco, é condicionada não só pela informação recolhida, como também por valores e ideologias individuais, tendo um papel fundamental e condicionador dos comportamentos preventivos. Um aspeto interessante referido em vários estudos prende-se com as diferenças de género na percepção de risco e comportamentos associados. Estes estudos têm demonstrado que as mulheres são mais propensas a visitar o médico e a seguir recomendações médicas do que os homens. Além disso, as mulheres es-

UMA BAIXA PERCEÇÃO DE RISCO RELATIVAMENTE À COVID-19 PODE LEVAR A COMPORTAMENTOS DESCUIDADOS OU NEGLIGENTES QUE PREJUDICAM OS INDIVÍDUOS E A SOCIEDADE EM GERAL.

tão normalmente mais conscientes das necessidades de saúde de si próprias e dos outros, e, por isso, têm mais tendência para usar uma máscara para se protegerem não só a si próprias, como também aos demais. As mulheres são também menos propensas, em geral, a correr riscos, o que também pode explicar a sua maior tendência para comportamentos preventivos.

Uma baixa percepção de risco relativamente à COVID-19 pode levar a comportamentos descuidados ou negligentes que prejudicam os indivíduos e a sociedade em geral, mas por outro lado a sobrestimação do risco pode aumentar a angústia e a ansiedade, ao mesmo tempo que reduz o bem-estar mental e físico. Na verdade, a ansiedade grave não só prejudica a função psicológica, como também reduz a imunidade. Tendo em conta que a imunidade desempenha um papel importante na prevenção e tratamento da COVID-19, a redução do nível de ansiedade da sociedade durante a COVID-19 tem-se revelado uma questão digna de atenção. São assim necessárias reflexões profundas, apoiadas tanto quanto possível na evidência científica,

sobre as medidas que permitam sustentar a mudança de comportamento a longo prazo, permitindo aos indivíduos cumprir as diretrizes de saúde pública e ao mesmo tempo satisfazer as demais necessidades, sem os desnecessários fenómenos prejudiciais de extrema angústia e ansiedade. Neste âmbito, a informação positiva e confiante sobre a COVID-19, incluindo informação de recuperação da doença e medidas efetivas tomadas pelo governo para prevenir a propagação, pode melhorar a saúde mental dos indivíduos. Os indivíduos sentir-se-ão aliviados após a recolha e seleção de informação valiosa e transparente sobre a pandemia, o que atenuará o desconforto causado por eventos traumáticos. Uma maior confiança na autoridade está associada a menor ansiedade e os indivíduos com informação suficiente sobre as medidas de controlo acreditam mais na capacidade e importância de se protegerem a si próprios e aos outros.

Nos casos em que os indivíduos tendem a resistir à atualização das suas convic-

ções empíricas de baixa percepção de risco, que os levam a ter comportamentos negligentes, a combinação de informação estatística com uma informação contextualizada (por exemplo estimando-se a probabilidade de alguém estar infetado em vários contextos, tais como a presença em eventos desportivos, lojas comerciais, restaurantes, etc), tende a ter mais impacto e a exercer uma influência sinérgica na aprendizagem, na precisão da percepção dos riscos e nos comportamentos de prevenção associados.

AS CONSEQUÊNCIAS DA COVID-19 TRANSCENDEM SIGNIFICATIVAMENTE AS QUESTÕES DE SAÚDE PÚBLICA, POIS A PANDEMIA AFETOU PROFUNDAMENTE A ATIVIDADE ECONÓMICA, AS INTERAÇÕES SOCIAIS, E O BEM-ESTAR MENTAL E FÍSICO.

Ainda dentro da informação contextualizada, as experiências vividas têm normalmente um elevado impacto, quer positivo quer negativo, na percepção de risco. Indivíduos que tiveram contactos próximos com doentes infetados com o vírus SARS-CoV-2 de forma suave ou assintomática parecem ser mais propensos a comportamentos mais negligentes. Por outro lado, a observação dos efeitos devastadores da doença pode aumentar a consciência e a realidade do seu potencial impacto, o que leva a um aumento das medidas de prevenção. Dar um rosto à doença em toda a sua extensão e potencial severidade pode ajudar as pessoas a perceber a gravidade da doença e ajudá-las a levá-la mais a sério.

Um aspeto que não pode deixar de ser referido em contexto de percepção de risco e os comportamentos associados, é o processo de vacinação. Em processos acelerados de desenvolvimento de medicamentos, como é o presente caso das vacinas para o vírus SARS-CoV-2, a respetiva percepção de risco da população depende em grande medida da confiança que é depositada nas agências reguladoras do medicamento nacionais, como é o caso do INFARMED em Portugal, e internacionais, como é o caso da EMA (European Medicines Agency) na Comunidade Europeia e FDA (Food and Drug Administration) nos Estados

Unidos. Estas agências são responsáveis pela regulamentação necessária para garantir a qualidade, segurança e eficácia dos medicamentos, bem como pela avaliação rigorosa dos pedidos de introdução de mercado no que respeita aos estudos que são exigidos nessa regulamentação, assegurando-se que não são eliminadas etapas ou ultrapassados quaisquer princípios éticos de investigação. O papel do Infarmed passa também pela coordenação de todo o Sistema Nacional de Farmacovigilância (SNF), sendo responsável pela monitorização da segurança dos medicamentos com autorização de introdução no mercado através da recolha e avaliação das notificações de reações adversas a medicamentos recebidas no SNF, identificação de riscos associados à utilização de medicamentos, da sua avaliação, da implementação de medidas de minimização dos riscos e da comunicação destes aos profissionais de saúde, doentes, consumidores e cidadãos em geral. A exatidão, simplicidade e adequação das informações que são colocadas à disposição do público por estas agências são fundamentais para a confiança e adesão à vacinação, bem como a todas as formas de evitar o contágio.

O PAPEL DO INFARMED PASSA TAMBÉM PELA COORDENAÇÃO DE TODO O SISTEMA NACIONAL DE FARMACOVIGILÂNCIA (SNF).



www.spfarmacologia.pt



Félix Carvalho
Presidente da Sociedade Portuguesa de Farmacologia e Presidente-Eleito da EUROTOX

UM FATOR QUE TEM SIDO CORRELACIONADO COM O AUMENTO DAS MEDIDAS DE PREVENÇÃO POR PARTE DA POPULAÇÃO É O SEU CONHECIMENTO SOBRE A COVID-19.

FCS-UBI: UM ENSINO DE QUALIDADE



www.ubi.pt/entidade/CICS

Em relação ao ensino de Ciências Farmacêuticas a nível nacional, considera que os cursos, o conteúdo programático e demais fatores conseguem responder aos desafios que se colocam aos farmacêuticos?

Sem dúvida. As Faculdades onde se ministram os cursos de Ciências Farmacêuticas têm conseguido ao longo do tempo preparar os futuros profissionais para os desafios que sempre existem ao longo da história.

As reformas mais profundas na organização da estrutura do curso (hoje organizado em Mestrado Integrado) e nos programas curriculares já efetuadas, e que tiveram início na década de 80 mostraram o grande empenho e flexibilidade que as faculdades têm, para dar resposta às novas necessidades da comunidade, do Serviço Nacional de Saúde e da investigação em ciências farmacêuticas.

INTEGRADO EM CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS DA UBI, PREPARA OS FUTUROS PROFISSIONAIS PARA OS DESAFIOS DO MERCADO DO TRABALHO ATRAVÉS DE UM ENSINO INOVADOR.

Na sua opinião, o que a pandemia veio mostrar e pôr à prova para que nada seja como dantes?

A meu ver, na saúde em particular, veio evidenciar a importância da prevenção e a necessidade de garantir em simultâneo o acompanhamento de outras patologias. Mostrou-nos a todos que a Economia está profundamente interligada com a Saúde e que os governos

O CURSO DE CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS PREPARA OS SEUS PROFISSIONAIS PARA OS NOVOS DESAFIOS, POR ISSO APOSTA NUM ENSINO INTEGRADO E EM MANTER “UMA FORTE LIGAÇÃO AOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE DOS HOSPITAIS E FARMÁCIAS DA REGIÃO, BEM COMO, AO CENTRO DE INVESTIGAÇÃO DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE (CICS)”. LUIZA GRANADEIRO, DIRETORA DO CURSO DE CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS – DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR (UBI), ESCLARECE O PAPEL TRANSVERSAL DO FARMACÊUTICO, ASSIM COMO, A SUA ABRAGÊNCIA DE FUNÇÕES EM VÁRIOS SETORES DE ATIVIDADE.



Luíza Granadeiro
Diretora do Curso de Ciências Farmacêuticas da UBI

para alcançarem uma Economia saudável têm que ter como prioridade o investimento num Serviço Nacional de Saúde flexível, dinâmico, capaz de responder aos desafios atempadamente.

Como vê o papel do farmacêutico a nível nacional?

Como um interlocutor por excelência na área da saúde. Integra equipas multidisciplinares nos hospitais, laboratórios, indústrias ou centros de investigação, porque consegue estabelecer o diálogo entre os saberes de diferentes áreas do conhecimento e tem um papel fundamental na sua ação direta na comunidade através da Farmácia Comunitária.

Considera que falta reconhecimento ao nível da sociedade civil, das entidades, do SNS e da tutela?

Tenho sempre dificuldade a responder a esta questão, o que se pretende dizer com o “reconhecimento”?

Se nos estamos a referir ao reconhecimento pelo seu papel na área da saúde, posso responder que não falta reconhecimento. O farmacêutico faz geralmente parte da solução e não do problema, quer ao nível da sociedade civil quer ao nível do SNS.

Ao nível da tutela, será que a tutela reconhece a importância do SNS? Será que a tutela reconhece a importância que os profissionais de Saúde têm ao nível da sociedade civil? Será que reconhece a exigência da excelência na formação básica e contínua destes profissionais? Será que reconhece o papel das instituições de ensino neste processo?

Muitas vezes, como diz uma canção em voga “assobia para o lado”.

Ou que num âmbito geral o seu reconhecimento está muito restringido à farmácia comunitária?

Pela sociedade civil é natural que assim seja, afinal é a parte mais visível do mundo farmacêutico.

Quais as lacunas que identifica no âmbito do reconhecimento do papel do farmacêutico e que medidas poderiam minimizar essa situação?

Penso que o farmacêutico pode ter (muitas vezes já tem) um papel fundamental na área da prevenção e que ainda está subaproveitado. Gostaria de ver o farmacêutico a trabalhar de perto com o médico de família e com o enfermeiro de família para não só aumentar a eficácia da sua ação na prevenção, como também, e não menos importante, no melhor uso do medicamento.

Quais as mais-valias ou ferramentas que curso de Ciências Farmacêuticas da UBI dota os futuros profissionais de forma a superarem os desafios que se colocam no mercado de trabalho e aí se possam diferenciar?

O Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas da UBI, prepara os futuros profissionais para os desafios do mercado do trabalho através de um ensino inovador, em que se considera que a aquisição do conhecimento científico e do “saber fazer” deve ser integrado e deve ser acompanhada pelo desenvolvimento de outras competências como: a autonomia, o saber trabalhar em equipa, o saber discutir, debater e transmitir conhecimento.

AS FACULDADES ONDE SE MINISTRAM OS CURSOS DE CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS TÊM CONSEGUIDO AO LONGO DO TEMPO PREPARAR OS FUTUROS PROFISSIONAIS PARA OS DESAFIOS QUE SEMPRE EXISTIRAM AO LONGO DA HISTÓRIA.

Para garantirmos que alcançamos os nossos objetivos limitamos o número de novos estudantes, compartilhamos docentes com outros cursos das Ciências da Saúde e mantemos uma forte ligação aos profissionais de saúde dos hospitais e farmácias da região, bem como, ao Centro de Investigação das Ciências da Saúde (CICS).

Por outro lado, projetamos novas ferramentas de formação, como o ensino interprofissional que se encontra neste momento numa fase piloto.



Edifício da UBI

GOSTARIA DE VER O FARMACÊUTICO A TRABALHAR DE PERTO COM O MÉDICO DE FAMÍLIA E COM O ENFERMEIRO DE FAMÍLIA PARA NÃO SÓ AUMENTAR A EFICÁCIA DA SUA AÇÃO NA PREVENÇÃO, COMO TAMBÉM, E NÃO MENOS IMPORTANTE, NO MELHOR USO DO MEDICAMENTO.

EM RELAÇÃO À PANDEMIA:

NA SAÚDE EM PARTICULAR VEIO EVIDENCIAR A IMPORTÂNCIA E A NECESSIDADE DE GARANTIR EM SIMULTÂNEO O ACOMPANHAMENTO DE OUTRAS PATOLOGIAS.

LOGÍSTICA: UM MOTOR DE EFICIÊNCIA E COMPETITIVIDADE



Jorge Delgado
Secretário de Estado das Infraestruturas



A GLOBALIZAÇÃO ESTÁ ASSOCIADA A UM ELEVADO NÚMERO DE TRANSFORMAÇÕES NAS CADEIAS DE ABASTECIMENTO, DISTRIBUIÇÃO E, TAMBÉM, NOS TRANSPORTES. A EXIGÊNCIA DO MERCADO ATUAL E O AUMENTO DA DISTÂNCIA ENTRE A ORIGEM DO PRODUTO E O SEU CONSUMIDOR FINAL FAZEM COM QUE AS EMPRESAS PROCUREM MEIOS CADA VEZ MAIS ADEQUADOS PARA DAR RESPOSTA A ESTAS TRANSFORMAÇÕES, SEM PERDER COMPETITIVIDADE.

A globalização está associada a um elevado número de transformações nas cadeias de abastecimento, distribuição e, também, nos transportes. A exigência do mercado atual e o aumento da distância entre a origem do produto e o seu consumidor final fazem com que as empresas procurem meios cada vez mais adequados para dar resposta a estas transformações, sem perder competitividade.

As plataformas logísticas, surgem, também, associadas a estas transformações do mercado, visto que enquanto áreas de interceção entre os grandes corredores de transporte, sejam eles rodoviários, ferroviários, portuários ou aeroportuários, permitem incorporar valor nas mercadorias e contribuem para uma maior eficiência nesta cadeia. Deste ponto de vista, as plataformas logísticas possibilitam que as empresas obtenham vantagens significativas como a redução de custos ou a diminuição de tempo nas transações, devido à proximidade aos mercados de consumo para a realização de operações de valor acrescentado, à utilização de estruturas de serviços partilhados e às estruturas de transportes intermodais.

Espanha é, de longe, o nosso maior parceiro comercial. Basta notar que do total de mercadorias que anualmente atravessam as nossas fronteiras terrestres, mais de 80% correspondem a trocas comerciais com Espanha. Fica, portanto, evidente a razão pela qual é tão importante e necessário que Portugal aposte no funcionamento efi-

O MODO FERROVIÁRIO, EM PARTICULAR NO QUE DIZ RESPEITO AO TRANSPORTE DE MERCADORIAS, FOI HISTORICAMENTE PRETERIDO NO MOMENTO DA PRIORIZAÇÃO DE INVESTIMENTOS E HOJE TEM RECONHECIDAS DEBILIDADES QUE O IMPEDEM DE ASSUMIR O PAPEL E O PESO QUE DEVERIA TER NAS CADEIAS LOGÍSTICAS

ciente e integrado da sua cadeia logística, tendo por base uma boa rede de infraestruturas, de acessos e de tecnologia que funcionem de forma interligada.

Não podemos, no entanto, esquecer que em comparação com os demais países da União Europeia, Portugal goza de uma localização geoestratégica muito relevante face às rotas marítimas e aéreas intercontinentais atlânticas, nomeadamente com a América e África, capaz de dar resposta de forma competitiva às já referidas exigências do mercado.

Em Portugal, os pontos de concentração de cargas são, normalmente, coincidentes com os nós da rede de transportes, contudo, muitas dessas instalações não permitem o desenvolvimento de funções complementares, dificultando, por conseguinte, o tratamento das mercadorias. Esta situação conduz à utilização de instalações dispersas e desordenadas em locais que não dispõem de bons

acessos aos eixos viários de grande capacidade, tendo como consequência principal o facto de as empresas não beneficiarem da mencionada redução de custos de operação obtida pela partilha de serviços comuns entre várias empresas vizinhas. Em consequência, verifica-se uma crescente dificuldade de afirmação dos operadores logísticos nacionais, um continuado desequilíbrio modal, e uma inadequada utilização e rentabilização da capacidade portuária e ferroviária nacional.

Ao longo dos últimos anos, Portugal tem feito um conjunto de investimentos com vista a criar condições para concentrar os fluxos logísticos nacionais e internacionais, permitindo, desta forma, que Portugal seja parte integrante na rota do comércio

internacional e responsável pela distribuição de mercadorias, potenciando custos e opções competitivas e, conseqüentemente, gerando riqueza e emprego.

Sendo certo que os transportes e a logística devem ser abordadas numa perspetiva multimodal, focar-me-ei agora apenas sobre os modos ferroviário e rodoviário.

O modo ferroviário, em particular no que diz respeito ao transporte de mercadorias, foi historicamente preterido no momento da priorização de investimentos e hoje tem reconhecidas debilidades que o impedem de assumir o papel e o peso que deveria ter nas cadeias logísticas. Tal justifica a opção do Governo em conferir prioridade à ferrovia nos seus planos de investimento.

É conhecido que está em curso o plano de investimentos Ferrovia 2020, no âmbito do qual o Governo está a intervir em cerca de 40% de toda a rede ferroviária nacional, cujo principal objetivo é a redução dos custos de transporte. São mais

de 1000 km de linhas intervencionadas e mais de 2000 M€ de investimento que incluem a construção de novas linhas, a reativação de linhas que estavam encerradas e a modernização de linhas em exploração. No final da sua execução, em 2023, o Ferrovia 2020 permitirá a duplicação da capacidade instalada, que no conjunto das três fronteiras ferroviárias ascenderá a cerca de 32 milhões de toneladas/ano.

No modo rodoviário, registamos um menor volume de investimento, dada a maior maturidade da rede já construída, fruto dos investimentos do passado. Ainda assim, o Governo aprovou importantes investimentos na rede rodoviária, dos quais destaco o Programa de Valorização das Áreas Empresariais, cujo propósito central é poten-

ciar a coesão territorial, o investimento e o desenvolvimento económico nacional e regional através da melhoria das acessibilidades a diferentes áreas de acolhimento empresarial, num investimento global de perto de 150 M€. Refira-se ainda a conclusão do IP5/A25, itinerário rodoviário principal integrado na rede transeuropeia de estradas (E-80) e que desempenha um papel fundamental na conexão quer do Porto de Aveiro quer das Plataformas Logísticas diretamente servidas por esta via (e.g. Guarda) a Espanha, através da fronteira de Vilar Formoso, e ao resto do Norte da Europa; a construção do único troço em falta em perfil de autoestrada, entre Vilar Formoso e Fuentes de Oñoro, será aberto ao público nas próximas semanas.

Em matéria de investimentos rodoviários, destaque também para o Plano de Recuperação e Resiliência (PRR). Neste plano, prevê-se promover o fecho da malha rodoviária, a construção de "ligações em falta" e de variantes a travessias urbanas, e adequar a capacidade das infraestruturas à procura prospectiva, em particular nos corredores de escoamento de mercadorias e nos que asseguram ligações transfronteiriças. Como exemplo de projeto relevante constante deste plano, refira-se o reforço das ligações ao mais importante porto nacional, o Porto de Sines, com o aumento de capacidade do IP8/A26 na ligação entre Sines e a A2.

Mas não basta termos infraestruturas lineares de transporte de elevado desempenho, é também necessário termos infraestruturas modais que assegurem a entrada e transferência de cargas, pois só assim é possível tornar esta cadeia eficiente.

Sabemos que a logística é uma atividade que se desenvolve num contexto amplamente liberalizado e fortemente concorrencial, onde a inovação, evolução e crescimento são, em grande medida, mérito dos agentes privados do sector. Ao Estado incumbe a regulamentação, a regulação, a promoção e estímulo ao investimento, designadamente nas infraestruturas de transporte, que constituem o suporte essencial desta atividade. É, pois, nesta perspetiva de criação de valor que considero que deve ser abordado o futuro dos transportes e da logística.

O GOVERNO APROVOU IMPORTANTES INVESTIMENTOS NA REDE RODOVIÁRIA, DOS QUAIS DESTACO O PROGRAMA DE VALORIZAÇÃO DAS ÁREAS EMPRESARIAIS.



Largo S.Domingos n. 80, 4050-545 Porto

Tel: 22 339 21 30

licenciaturas

ARTES PLÁSTICAS E INTERMÉDIA

ARTES VISUAIS

CINEMA E AUDIOVISUAL

DESIGN DE COMUNICAÇÃO

T E A T R O

FOTOGRAFIA

mestrados

ARQUITECTURA MESTRADO INTEGRADO

ARTES VISUAIS PRÁTICAS ARTÍSTICAS E INVESTIGAÇÃO

REALIZAÇÃO - CINEMA E TELEVISÃO

pós-graduações

ARQUITETURA SUSTENTÁVEL

ARTE SONORA E MEDIA ARTE

CINEMA E AUDIOVISUAIS

↳ Centro de Artes e Espetáculos da Figueira da Foz

CURADORIA, CULTURA URBANA E PRÁTICAS ESPACIAIS

A U T O - E D I Ç Ã O

OFERTA FORMATIVA
2021-2022



Raul Magalhães
Presidente da APLOG - Associação Portuguesa de Logística



Quais são as lacunas no mercado nacional que a pandemia veio evidenciar na área da logística?

Mais do que lacunas, gostaria de referir e evidenciar quatro áreas onde podemos coletivamente melhorar, com impactos na eficiência logística e na produtividade do país.

O ordenamento do território - áreas específicas para as atividades logísticas permitindo especialização e/ou complementaridade, com acessibilidades para pessoas e mercadorias - temos já em operação e em projeto com valor acrescentado para os clientes e reforço das dimensões digital e de sustentabilidade.

Os famosos missing leaks - ligações / interfaces entre modos de transporte e que possibilitem a utilização plena das infraestruturas, ex. Ferrovia e a especificidade das suas plataformas.

A logística das cidades - acessos com regras bem definidas que permitam dar resposta às novas exigências do consumidor. Plataformas intermédias (dentro das cidades) para uma distribuição "última milha" mais eficiente e sustentável. Tudo isto suportado em políticas colaborativas entre operadores e entre estes e as autoridades locais/regionais.

Por último, a área mais importante - as pessoas. Os profissionais da Logística!! Fundamentais sempre, mas em particular nos últimos tempos, carecem de reconhecimento social, apoio para o seu desenvolvimento técnico e políticas de maior atratividade para as funções logísticas.

Tendo em conta as metas até 2030 de Portugal e da EU em matéria de poluição zero. Como a logística incorpora práticas e soluções de mobilidade que visam a sustentabilidade?

A logística está inserida numa cadeia de valor, embora tenha de per si dado passos de gigante nesta dimensão; nos transportes, nos armazéns, nas embalagens, na logística inversa e na utilização da tecnologia para aumento da eficiência.

Se as cadeias de valor forem longas e/ou complexas, ex. automóvel/têxtil, não só o risco aumenta pela concentração numa região/país, como a complexidade e o número de movimentos necessários até ao

APLOG: "A NECESSIDADE DE CADEIAS LOGÍSTICAS MAIS INTELIGENTES."

produto final mais impacto terá em termos de sustentabilidade e ambiente.

Daí a necessidade de cadeias logísticas mais inteligentes, mais colaborativas e menos complexas - a produção sempre que possível mais próxima do consumo.

O desafio da sustentabilidade está a obrigar a repensar os modelos de negócio e os consequentes locais de produção, meios de transporte envolvidos, etc.

Um grande desafio nesta matéria é a conciliação entre as novas necessidades / exigências dos consumidores ao nível do online, com a capacidade de efetuar distribuição em cidade, sem perda de qualidade de vida dos cidadãos.

**OS PROFISSIONAIS DA LOGÍSTICA!!
FUNDAMENTAIS SEMPRE, MAS EM PARTICULAR NOS ÚLTIMOS TEMPOS, CARECEM DE RECONHECIMENTO SOCIAL.**

Qual o papel da APLOG neste desafio?

Estamos envolvidos em todos eles, quer como Associação, quer através dos associados.

O Estudo de Logística em Portugal recentemente publicado, identifica os desafios referidos e outros, por todas as áreas de atividade económica do país.

A participação ativa da APLOG nos processos de decisão sobre investimentos, ex. Ferrovia ou mudança do terminal da Bobadela ou na logística das áreas metropolitanas do Porto e de Lisboa. Capacitação digital e inovação em colaboração com a COTEC.

Formação base e certificada para os nossos associados - toda ela reconhecida a nível Europeu.

Eventos de divulgação - 23º Congresso de Logística, com o tema "Da Resiliência à Recuperação", a realizar no PT Meeting nos próximos dias 9 e 10 de novembro.

Seminário "As cidades e a Logística" - em colaboração com a Deloitte.

Formação Executivos com partilha de experiências.

Estes são alguns exemplos das atividades a desenvolver pela APLOG nos próximos tempos.

Estamos fortemente envolvidos nos processos de recuperação económica do País desde a divulgação das novas tecnologias, digitalização e tendo sempre presente a sustentabilidade em todas as suas dimensões!!



Nuno Rangel
Presidente da Apol



www.apol.pt

Quais são os grandes desafios para os operadores logísticos nesta fase de retoma de economia e abertura de mercado?

Esta nova realidade exigiu uma responsabilidade acrescida a todos os operadores e ficou claro a importância que a logística desempenha num mundo globalizado. A capacidade de adaptação e de colaboração são alguns dos fatores que poderão ser determinantes para o sucesso. São também um grande desafio. A Cadeia de Frio assumiu um lugar de destaque. O fim de 2020 foi marcado pelo início da distribuição de vacinas COVID-19 em diversos países, colocando a cadeia de frio no centro do contexto atual. O contínuo investimento na tecnologia continua um desafio. A tecnologia é transversal às grandes tendências do setor logístico. A utilização de drones, veículos autónomos e robótica, acompanhados pelas inovações trazidas pela Inteligência Artificial e pela Internet das Coisas, passam a integrar a linha da frente, capaz de solucionar obstáculos como os limites impostos pelo distanciamento físico. A Sustentabilidade é também uma prioridade aliada à inovação, tendo em vista a redução da pegada ambiental do setor logístico.

AS EMPRESAS TÊM CADA VEZ MAIS DE SE CONSCIENCIALIZAR DESTA REALIDADE E INCREMENTAR A SUA CONSCIÊNCIA AMBIENTAL.

O que considera que mudou irreversivelmente com a pandemia?

A pandemia alterou as nossas vidas. Havia no passado um conceito de cadeias de abastecimento e logística o mais barato possível, agora vimos a importância de ter uma logística resiliente, flexível e próxima. As empresas têm que repensar os seus modelos de negócio, onde estão os seus fornecedores e clientes, e repensar a diversidade geográfica, para garantir que eventos regionais não tenham um impacto nos seus negócios.

APOL: A LOGÍSTICA NUM MUNDO GLOBALIZADO

O comércio eletrónico cresceu mais do que nunca. Em termos de logística, muitas operações assentavam em sistemas de gestão de stocks obsoletos, não real time, operações sem qualquer integração com as transportadoras e sem qualquer processo consolidado de logística inversa. A experiência das empresas durante o confinamento, levou a testes fortes da sua eficácia no digital e possibilitou melhorias nos processos operacionais e no reforço das plataformas tecnológicas.

Tendo em conta as metas do governo português e EU face à sustentabilidade e ao ambiente, como esta área vai incorporar medidas nas suas soluções de mobilidade?

As empresas têm cada vez mais de se consciencializar desta realidade e incrementar a sua consciência ambiental. Realçamos a prevenção de incidentes ambientais através da sistematização preventiva e implementação das ações adequadas aos principais aspetos ambientais de cada processo operacional, das infraestruturas, dos equipamentos, das localizações das instalações. A APOL está consciente e preocupada, e neste sentido tem vindo a desenvolver com o IST um estudo de forma a definir um método standard de cálculo da pegada de carbono para os operadores logísticos.

Como este setor inclui na sua atividade a inovação tecnológica e a transição digital?

A pandemia colocou na mesa temas como a continuidade do negócio e a necessidade de nos mantermos competitivos por via do aumento da eficiência, logo a consciência que uma aposta ainda mais forte na digitalização é urgente. Estamos a ser desafiados para acomodar uma nova forma de pensar os negócios e a sua relação com os clientes, parceiros e a própria comunidade, por via da digitalização da economia e dos negócios. O principal desafio é a velocidade e a aceleração a que os problemas surgem e urgem as respostas. Isto obriga-nos a repensar as nossas arquiteturas e metodologias de trabalho, com vista à adaptação a esta nova velocidade. A adoção da cloud, como acelerador de soluções e a adoção de metodologias ágeis estão no centro desta nova forma de pensar os projetos e o desenho das soluções.

CINEA: A SUSTENTABILIDADE EM PROJETOS INOVADORES

O que é a CINEA e qual o seu papel no setor de transportes?

A Agência Executiva Europeia para o Clima, Infraestruturas e o Ambiente (CINEA) é uma das seis Agências Executivas da União Europeia incumbidas de implementar determinados programas específicos de apoio ao Acordo Verde da UE. A CINEA gere projetos nos domínios do clima, energia, transportes, ambiente e setor marítimo, todos contribuindo para potenciar a utilização eficiente dos recursos, passando para uma economia limpa e circular, restaurando a biodiversidade e reduzindo a poluição.

No domínio dos transportes, a Agência apoia a investigação através dos programas de financiamento Horizon 2020 e Horizon Europe e também contribui para a implantação de infraestruturas essenciais através do programa Connecting Europe Facility (CEF). Através desses programas, a CINEA já apoiou um total de 1.400 projetos.

O CONNECTING EUROPE FACILITY É O INSTRUMENTO DE FINANCIAMENTO DA UE PARA INVESTIMENTOS ESTRATÉGICOS EM INFRAESTRUTURAS DE TRANSPORTES, ENERGIA E ÁREA DIGITAL.

Como pode o programa Transportes do CEF contribuir para a implementação da rede transeuropeia de transportes (RTE-T)?

A política da Rede Transeuropeia de Transportes (RTE-T), visa a implementação e desenvolvimento de uma rede europeia de linhas ferroviárias, rodoviárias, vias navegáveis interiores, rotas marítimas, portos, aeroportos e terminais ferroviários. O objetivo final é colmatar lacunas, eliminar congestionamentos e barreiras técnicas, bem como reforçar a coesão social, económica e territorial na UE.

O Connecting Europe Facility é o instrumento de financiamento da UE para investimentos estratégicos em infraestruturas de transportes, energia e área digital. No setor dos transportes, o CEF dedica-se à implementação da RTE-T e visa apoiar os investimentos em ligações transfronteiriças, ligações em falta, bem como, promover a sustentabilidade e a digitalização. O financiamento é realizado através de editais regulares e competitivos organizados pela CINEA.

Como pode a Europa implementar soluções de mobilidade sustentáveis?

A Europa sempre esteve na vanguarda para

alcançar a sustentabilidade para os transportes e o Acordo Verde da Comissão Europeia para a Europa consolidou mais este esforço para descarbonizar o setor.

O programa Transporte do CEF tem apoiado projetos “verdes” em todos os meios de transporte desde 2014 e continua a fazê-lo até hoje. Isso vai desde melhorias ferroviárias para transferir passageiros e cargas das estradas até redes de carregadores rápidos para veículos elétricos e apoiar a conversão de balsas para propulsão elétrica.

Este apoio ao transporte mais ecológico anda de mãos dadas com a promoção de soluções inteligentes para todos os meios de transportes. Isso proporcionará novas melhorias na rede para os usuários através do desenvolvimento e implantação de sistemas inteligentes como Intelligent Transport Systems (ITS) para transporte rodoviário, Sistema Europeu de Gestão do Tráfego Ferroviário (ERTMS), Serviços de Informação Fluvial (RIS) para vias navegáveis interiores, entre outros.

Quais são os desafios que a CINEA enfrenta?

Como Agência Executiva Europeia recentemente criada (começamos a funcionar a 1 de abril de 2021), um dos nossos principais desafios é assegurar que todos os interessados nos identifiquem imediatamente como o organismo da UE responsável pela implementação dos programas mais ligados ao Acordo Verde da UE.

A CINEA precisa de se tornar um nome familiar, e por isso, estamos ativos em todos os nossos canais de comunicação, especialmente nas redes sociais.

A gestão dos múltiplos programas será também um desafio para os tempos vindouros à medida que os números de projetos aumentam. A CINEA estará a desenvolver sinergias com a maior frequência possível.

Além disso, estamos a enfrentar as mesmas dificuldades que todos os outros organismos da EU, resultado da recente mudança nas práticas de trabalho devido ao COVID-19. As reuniões e eventos são apenas virtuais, as visitas a projetos para avaliar os progressos têm sido adiadas para quando as restrições de viagem forem atenuadas. No entanto, posso dizer com orgulho que graças à abordagem profissional e competente de todo o pessoal da CINEA, estamos ao mesmo nível da gestão de projetos que seria de esperar em condições normais de trabalho.



Dirk Beekers
Diretor da CINEA



João Reis Simões
Engenheiro Mecânico, Especialista em Transportes e Membro Conselheiro da Ordem dos Engenheiros

A EMPRESA DEVERÁ ESTABELECE O SEU PRÓPRIO PLANO DE MANUTENÇÃO PREVENTIVA, A PARTIR DOS DADOS FORNECIDOS PELO CONSTRUTOR, E ORGANIZAR A MANUTENÇÃO DE FORMA PREVENTIVA, SISTEMÁTICA E POR DIAGNÓSTICO.

A gestão técnica de frotas rodoviárias desenvolve-se sucessivamente nos seguintes domínios: a especificação dos veículos a adquirir, a manutenção dos veículos, a utilização dos veículos para cumprir os serviços e a condução defensiva e económica.

No domínio da especificação dos veículos, têm de ser considerados os fatores carga a transportar, tanto na forma como no peso, e as condições de utilização, tanto na área de operação – meio urbano ou estrada -, que condicionam a velocidade de operação, que está sujeita a valores máximos, e a existência de rampas nos percursos a executar.

Esses fatores condicionam a escolha do peso bruto e do comprimento do veículo e também a escolha da potência do motor, da quantidade e respetivos valores das relações de transmissão da caixa de velocidades e a relação de transmissão do eixo traseiro.

Atendendo ao impacto ambiental que resulta da queima dos combustíveis, é importante a consideração de formas de energia menos poluentes, nomeadamente a tração elétrica.

As aquisições dos veículos devem ser efetuadas ao abrigo de um caderno de encargos onde, além das especificações técnicas dos veículos, se estabelecem as garantias, as condições de apoio técnico, tanto no domínio da manutenção como do fornecimento de peças sobressalentes e formação de motoristas.

Na escolha do fornecedor o fator qualidade é fundamental, quer por experiência anterior quer pelo que outras empresas podem informar.

No domínio da manutenção dos veículos, uma primeira questão é a decisão de a empresa ter oficinas próprias ou externalizar

GESTÃO TÉCNICA DE FROTAS RODOVIÁRIAS

esta atividade. Embora a dimensão da frota possa condicionar a decisão, a empresa deve ter meios para executar nas suas instalações a manutenção dos primeiros níveis.

A empresa deverá estabelecer o seu próprio plano de manutenção preventiva, a partir dos dados fornecidos pelo construtor, e organizar a manutenção de forma preventiva, sistemática e por diagnóstico. Devem ser estabelecidos indicadores como a taxa de avarias e a taxa de imobilização.

Uma parcela fundamental da eficiência da manutenção é a existência de stock de peças, com uma gestão adequada, tanto na definição do stock de segurança como no cálculo da quantidade económica de encomenda.

Em empresas de maior dimensão devem ser estabelecidos stocks de rotáveis, pois tal permite encurtar o tempo de imobilização dos veículos. A existência de uma frota de reserva, constituída por veículos já substituídos na frota nominal pode contribuir para o mesmo objetivo.

Como complemento do exposto deve existir um registo histórico e contabilístico de toda a manutenção, para registo da operação executada, dos quilómetros do veículo e dos custos de mão-de-obra, peças e outros.

EM EMPRESAS DE MAIOR DIMENSÃO DEVEM SER ESTABELECIDOS STOCKS DE ROTÁVEIS, POIS TAL PERMITE ENCURTAR O TEMPO DE IMOBILIZAÇÃO DOS VEÍCULOS.

Esse registo é a base para o cálculo da vida útil económica dos veículos, expressa em quilómetros, deve ser realizado periodicamente, pois permite estabelecer um plano a médio prazo de renovação da frota.

No domínio da utilização dos veículos a questão essencial é a escolha do veículo que deve executar cada um dos serviços programados: adequação das características do veículo às características do serviço e, em caso de igualdade, a escolha do que proporcione menor consumo energético.

No domínio da condução defensiva e económica, o fator fundamental é o motorista, pelo que a empresa deverá estabelecer um plano sistemático de formação e instituir o indicador taxa de acidentes.

REDE RODOVIÁRIA: QUE BALANÇO PODEMOS FAZER DOS ÚLTIMOS 30 ANOS?



Paulo Matos Martins
Professor Adjunto do ISEL,
especialista em transportes e Presidente
do Centro de Estudos de Engenharia Civil

Numa altura em que se comemoram os 30 anos sobre a conclusão da autoestrada A1 devemos fazer um balanço sobre a evolução da rodovia no nosso país. São inegáveis as melhorias trazidas pela execução dos planos rodoviários nacionais pós 25 de Abril, nomeadamente do último e mais arrojado, o plano PRN2000 (ainda que só parcialmente executado). Claro que, neste processo, não devemos esquecer o papel dos fundos europeus e da integração de Portugal na CEE, hoje União Europeia.

A realidade da mobilidade foi efetivamente transfigurada para melhor. Há 30 anos demorava 3h30 a deslocar-me de Lisboa para o centro do país, onde costumo passar férias. Hoje a mesma viagem demora 2h e aqueles que não cumprem os limites legais de velocidade, conseguem fazê-lo, à vontade, em 1h30m. A diferença é enorme e todos conhecemos exemplos destes na nossa vida.

A questão fundamental é outra. Será que fizemos efetivamente o melhor possível pelo país? Poderíamos ter aproveitado de forma mais eficiente e racional a janela de oportunidade oferecida na última década



do século passado e na primeira deste século? Será que chegámos a perceber o que correu menos bem e retirámos lições dos erros cometidos?

A REALIDADE DA MOBILIDADE FOI EFETIVAMENTE TRANSFIGURADA PARA MELHOR.

Mesmo que tenhamos cumprido com grande sucesso muitos dos objetivos associados à mobilidade urbana e regional, até que ponto cumprimos com os objetivos mais importantes e abrangentes, como a promoção da equidade regional, o combate à desertificação e o consequente povoamento do interior. Ou o reequilíbrio industrial das regiões deprimidas, longínquas a todos os níveis do apetecível litoral? Julgo que aí falhámos e, em alguns casos, falhámos redondamente.

As estradas que nos permitem deslocar livremente no nosso país têm dois sentidos de circulação. Mas é preciso perceber que esses "dois sentidos" são também aplicáveis à esfera económica e social, para além da geográfica. Ou seja, o reforço da conectividade e circulação no território, nomeadamente no interior de baixa densidade populacional, pode ter um sentido muito positivo para o desenvolvimento, mas também tem impactos negativos, alguns bastante indesejáveis.

DEVERÍAMOS TER PARTIDO DO PLANEAMENTO E DA IDENTIFICAÇÃO INICIAL DAS MELHORES SOLUÇÕES TÉCNICAS PARA DEPOIS OS POLÍTICOS FAZEREM AS SUAS OPÇÕES TÉCNICAMENTE SUSTENTADAS. INFELIZMENTE, NÃO FOI ISSO O QUE SE PASSOU.

Quando construímos uma nova estrada, o tempo de viagem entre as zonas beneficiadas pode melhorar bastante. Essa vantagem permite que novas indústrias se localizem nesses territórios, mas também é verdade que estas novas ligações implicam oportunidades externas que geram novas dependências económicas que contribuem, a médio prazo, para o 'esvaziamento' dos territórios menos competitivos. A nova ligação permite que mais famílias se possam instalar nas cidades e vilas do interior, mas também permite um acesso muito mais facilitado das atuais populações ao litoral, implicando a maior atratividade dessas populações para se deslocarem para o 'el dourado' litoral.

Em síntese, quando ligamos os territórios através de novas estradas, criamos uma condição necessária para o desenvolvimento económico e social, mas ficamos ainda longe das condições suficientes para o mesmo. Mais, ao alterarmos essa condição necessária, aumentamos enormemente o risco dessas estradas virem a ser usadas no sentido menos desejado, o do 'esvaziamento' desses territórios. Esse risco tem que ser avaliado de forma aprofundada nos estudos de impacto ambiental e social associados ao planeamento, incluindo a identificação das medidas locais e regionais de mitigação que invertam esse 'esvaziamento' e garantam o sentido do progresso.

Outro detalhe fundamental é o da adequação dos investimentos planeados à procura prevista. No passado verificaram-se alguns erros nesse planeamento, nomeadamente por estimação inadequada ou grosseira dos níveis da procura rodoviária.

É fundamental que decorridos quase 50 anos sobre o 25 de Abril de 1974 estas situações não se verifiquem mais. Julgo que esta é uma obrigação coletiva de toda a sociedade, independentemente da cor política ou papel desempenhado por cada um de nós. O País precisa de uma atitude diferente, pois a margem de manobra que antes existia para improvisarmos ou inventarmos terminou.

Passada mais de uma década sobre muitos dos erros cometidos, e nesta fase em que os investimentos na rodovia têm estado quase em hibernação, do que conheço, ninguém se preocupou em identificar quais foram as causas desses erros, pelo menos aquelas sistemáticas, e quais as medidas a tomar para que não se voltem a repetir.

Certamente, uma das grandes causas foi a falta de planeamento da mobilidade e da sua conjugação com os modelos de desenvolvimento territorial, económico e social. Partiu-se sempre da vontade política em ter obra feita para a justificação técnica, quando deveria ter sido precisamente ao contrário. Deveríamos ter partido do planeamento e da identificação inicial das melhores soluções técnicas para depois os políticos fazerem as suas opções tecnicamente sustentadas. Infelizmente, não foi isso o que se passou.

UMA DAS GRANDES CAUSAS FOI A FALTA DE PLANEAMENTO DA MOBILIDADE E DA SUA CONJUGAÇÃO COM OS MODELOS DE DESENVOLVIMENTO TERRITORIAL, ECONÓMICO E SOCIAL.

Mais grave, é que esta abordagem portuguesa, genérica, de os políticos decidirem fazer obra e os técnicos tentarem justificar a obra se mantém. Continua a não existir prática efetiva de planeamento prévio e integrado da mobilidade, apesar de haver Escola, pois no ensino superior da especialidade a abordagem ao planeamento das infraestruturas de transportes é bem-ensinada e explicada a todos os que frequentam cursos da área.





H-PURIFIER

Breathe, sleep and live better

Gama H-PURIFIER

H-PURIFIER 700 / HHP75CAH011 / HHP70CAH011

H-PURIFIER 500 / HHP55CA011 / HHP50CA011

H-PURIFIER 300 / HHP30C011

Descubra H-PURIFIER a solução perfeita para um ambiente doméstico mais saudável e seguro



Monitorização da qualidade do ar interno e externo para uma purificação inteligente



Programa de captura e inativação automática de pólen



Bio higienizador e nebulizador de aroma

CO ALERTA

Notificação em caso de deteção de monóxido de carbono



Descarregue a App hOn e obtenha um ar mais saudável em casa



E também www.hoover.pt

thalesgroup.com

THALES
Building a future we can all trust



Mostramos-lhe como aproveitar
o extraordinário poder da tecnologia
para construir um futuro
no qual todos possamos confiar

Search Thalesgroup

