

# DIURNA.

*a ousadia de escrever*

JAN 2025

Nº 17

**ANO 5**

**Número XVII**

*Diurna.*

O Jornal Nacional dos Estudantes da Universidade Católica Portuguesa  
Porto | Lisboa | Braga | Viseu

**Edição** | Janeiro 2025

**D.**



# D.

## **DIREÇÃO NACIONAL**

Diretora Nacional  
*Ana Lorena de Sêves*

Editor in Chief - Porto  
*Catarina Samões*

Editor in Chief - Lisboa  
*Rui Lopo*

## **EQUIPA EDITORIAL**

### **Porto**

*Catarina Samões*  
*Adriana Magalhães*  
*Francisca Rocha*  
*Rui Santos*

### **Lisboa**

*Ana Lorena de Sêves*  
*Rui Lopo*  
*Joao Soeiro da Costa*  
*Joao Pinheiro da Silva*  
*Rosalina de Sousa*

### **Braga**

*Maria Clara Valentim*

### **Viseu**

*Beatriz Oliveira*

## **MARKETING MANAGEMENT**

*Ana Lorena de Sêves*  
*Catarina Samões*

# AGRADECIMENTOS

A equipa do Diurna. dedica esta 16ª Edição aos Senhores Diretores das Escolas de Direito do Porto e de Lisboa, Prof. Doutor Manuel Fontaine e Prof. Doutora Ana Taveira da Fonseca, ao Senhor Diretor da Faculdade de Medicina Prof. Doutor António de Almeida, ao Senhor Diretor da Católica Porto Business School Prof. Doutor João Pinto, ao Senhor Diretor da Católica Lisbon School of Business and Economics Prof. Doutor Filipe Santos, á Senhora Diretora da Escola Superior de Biotecnologia Prof. Doutora Paula Castro por acreditarem no nosso projeto e continuarem a torná-lo possível.

Agradecemos à Senhora Reitora Prof.ª Doutora Isabel Capelo Gil, ao Senhor Vice-Reitor Prof. Doutor José Manuel Pereira de Almeida, e ainda, especialmente ao Senhor Prof. Doutor JOÃO Santos Pereira e ao Senhor Prof. Doutor Guilherme Almeida e Brito.

Aos nossos Autores, em especial, aos que nos deram a honra de uma tão agradável conversa, o Senhor Doutor António Horta-Osório e a Senhora Doutora Teresa Morais..

Por último, à Catarina Andrade que nos confiou este projeto e o fez crescer. Ao Nuno Brochado de Agarez, criador do Diurna, por também nos confiar este projeto.

---

## Sponsors



# DIURNA.



A EQUIPA DO DIURNA. DESEJA-LHES UMA ÓTIMA LEITURA.

---

*D i u r n a .*

**D.**

“O conhecimento é um poder em si mesmo”.  
- Thomas Hobbes

# D.

# ÍNDICE

- Editorial**  
**Ana Lorena de Sèves**  
Diretora Nacional do Diurna
- Editorial**  
**Rui Lopo**  
Editor-in-Chief Porto
- 10 **Narrativas Transmediáticas**  
**Simone Petrella**  
Professor e Coordenador do Mestrado em Comunicação Digital na Católica Braga  
CEO Agência Bright Creations
- 14 **A alergia aos recursos no processo penal: uma epidemia muito perigosa**  
**Rogério Alves**  
Advogado e Professor  
Convidado da UCP- Faculdade de Direito de Lisboa
- 17 **Personalidade em Destaque**  
**Teresa Morais**  
Vice Presidente da Assembleia da República
- 25 **Pressão para o Sucesso: Uma Corrida Sem Linha de Chegada**  
**Joana Carneiro Pinto**  
Coordenadora do Gabinete de Carreiras da Faculdade de Ciências Humanas
- 31 **Desafios da Justiça no Século XXI – A proteção jurídica dos mais velhos**  
**Sofia Garriapa**  
Docente na Escola de Direito da Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional do Porto
- 32 **Personalidade em Destaque**  
**António Horta Osório**  
Presidente da BIAL e Administrador da Fundação Champalimaud.
- 44 **A nova fronteira da investigação**  
**Paulo Fontoura**  
Chief Medical Officer, Xaira Therapeutics;  
Docente Afiliado  
NOVA Medical School, Lisboa
- 48 **Do Algoritmo à vida: a revolução da Inteligência Artificial na Bioengenharia**  
**Vitor Magalhães**  
General Manager CoreMedia Portugal
- 53 **A Católica, 40 anos depois**  
**Domingos Freitas do Amaral**  
Professor Universitário e Escritor
- 55 **Ousadia de ler... O despertar da morte**  
**Rodrigo Vieira Arsénio**  
Aluno de Direito da Escola de Lisboa da Faculdade de Direito da Universidade Católica Portuguesa
- 62 **Empregabilidade**  
**João Borges Assunção**  
Professor Católica Lisbon School of Business & Economics, Universidade Católica Portuguesa
- 63 **Ousadia de ler... Entre as águas do tempo e da memória**  
**Catarina Nogueira**  
Aluna de Ciências da Comunicação na Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais da UCP de Braga
- 66 **Ser Solidário**  
**Isabel Miguens**  
Provedora Santa Casa da Misericórdia de Cascais
- 68 **Educação na medicina- Utilização de doentes simulados no ensino médico pré-graduado**  
**Paulo Oom**  
Vice-Diretor e Coordenador do Laboratório de Competências da Faculdade de Medicina da UCP
- 71 **Perdi um dente. E agora? Consequências da perda dentária e alternativas de tratamento**  
**Catarina Mendes Fonseca**  
Médica Dentista
- 73 **Saúde Mental e “pessoa de confiança”- Novidade introduzida pela Lei n.º 35/2023, de 21 de julho**  
**Marta Rosas**  
Professora Auxiliar da Faculdade de Direito de Lisboa da Universidade Católica Portuguesa
- 76 **Arte em Destaque**  
**Nunca Mates o mandarim**  
**João Amorim, João Campello, Manuel Dinis**  
Banda Portuguesa
- 83 **Afinal, onde fica o Metaverso?**  
**Carla Carvalho Martins**  
Professora Auxiliar Convidada na Católica Porto Business School
- 86 **Ousadia de escrever... O Defesa e Proteção da Europa.**  
**Alexandre Guedes Vaz**  
Aluno da dupla Licenciatura em Direito e Gestão da Católica do Porto, CPBS e da FDUCP  
Presidente da Católica Policy Society

# D.

## EDITORIAL

**N**esta edição tenho orgulho em termos uma grande variedade de áreas. Os nossos leitores, com tanta diversidade de tópicos, poderão encontrar assuntos do seu interesse e descobrir novos.

Os temas desta edição são todos temas que nos dizem respeito, a cada um de nós e são destinados a qualquer pessoa, de qualquer área. Fico contente de podermos continuar este projeto com tantos autores excelentes, que partilham connosco o seu conhecimento e cultura.

Acho que é tão importante ouvirmo-nos uns aos outros e aprendermos uns com os outros. Só assim podemos evoluir e crescer como seres humanos.

Temos vários exemplos de profissionais nesta edição que nos demonstram o impacto que se pode ter na sociedade portuguesa e internacional.

Temos duas personalidades em destaque: a Dra. Teresa Morais e o Dr. António Horta Osório, que tanto contribuíram e que nos honram em terem-nos recebido tão amavelmente.

Neste novo ano, 2025, começa um ano de novos objetivos, novas esperanças na direção de uma vida melhor e mais completa. Acho que este crescimento vem com conhecimento, com persistência e também com um certa paciência connosco mesmos. Devemos ser melhores do que fomos ontem, e espero que esta edição contribua um pouco para esta busca de melhoria de cada um dos nossos leitores. Um bom ano a todos!

Espero que tenha uma ótima leitura!

**Ana Lorena de Sêves**  
Diretora Nacional



# D.

## EDITORIAL

### Católica Lisboa

É com grande entusiasmo que apresentamos a 17ª edição do Diurna. Ao longo de nossa trajetória, temos nos dedicado a trazer conteúdos que informem, inspirem e conectem nossa comunidade, e esta edição não é exceção. Cada página deste jornal reflete o compromisso de nossa equipe em manter vivo o espírito crítico e a curiosidade que movem o mundo.

Nesta edição, escolhemos explorar os temas que mais ecoam em nossa realidade atual, desde os avanços tecnológicos e suas implicações até as questões sociais que nos desafiam a repensar nosso papel no mundo. No entanto, não nos limitamos apenas a narrar os fatos; buscamos aprofundar as análises e trazer histórias que revelam o lado humano por trás das notícias.

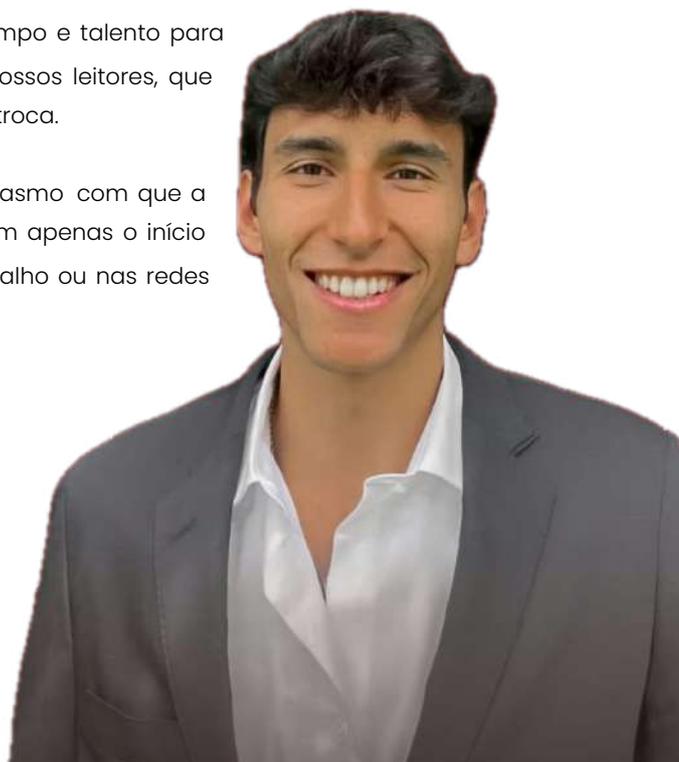
Um dos destaques desta edição é a entrevista à Vice-presidente da Assembleia da República, Teresa Morais, com quem tenho o prazer de conviver diariamente. A sua luta pelo fim da violência doméstica é uma bandeira que todos deveríamos ter, lembrando que é o crime mais participado em Portugal. A Doutora Teresa Morais tem uma força de vontade inigualável, além de um percurso de invejar. Considero que todos temos muito a aprender com ela, foi uma excelente adição a esta edição.

Gostaria de agradecer a cada colaborador que dedicou seu tempo e talento para tornar esta edição possível. São suas vozes, somadas às dos nossos leitores, que fazem do Diurna mais do que um jornal: um espaço de diálogo e troca.

Convido-vos a mergulharem nesta edição com o mesmo entusiasmo com que a produzimos. E, como sempre, esperamos que nossos textos sejam apenas o início de conversas ainda maiores — seja em casa, na escola, no trabalho ou nas redes sociais.

Boa leitura e até a próxima edição!

**Rui Lopo**  
Editor-in-Chief Lisboa



# D.



## Narrativas Transmediáticas

Permitam-me dizer que vivemos numa era onde as histórias deixaram de ser apenas contadas para serem experimentadas e reinterpretadas.

Explico-me.

Se dantes, assistir a um filme, ler um livro ou acompanhar uma série era uma experiência, essencialmente, linear e unidirecional, hoje, as audiências (o público, ou seja, nós), tendem cada vez mais a ir além do consumo mediático, ou da apropriação cultural, passando a moldar as histórias e a recriá-las. São consumidores e produtores, os tais prosumidores que desde Alvin Toffler até ao Carlos Alberto Scolari se tornaram numa realidade vibrante.

# D.

O coração desta mudança é, sem dúvida, a cultura participativa que, como nos ensina o Professor Henry Jenkins (MIT e USC), foi emergindo nas últimas décadas à medida que a cultura e a sociedade iam reagindo à explosão das novas tecnologias. Novas redes (sociais), plataformas colaborativas (coletivas e inteligentes, para Pierre Lévy) foram disponibilizando ferramentas cada vez mais acessíveis e intuitivas para comentar, remixar e distribuir conteúdos, democratizando a criação de narrativas e desafiando os antigos “guardiões da cultura”.

**“Novas redes (sociais), plataformas colaborativas (coletivas e inteligentes, para Pierre Lévy) foram disponibilizando ferramentas cada vez mais acessíveis e intuitivas para comentar, remixar e distribuir conteúdos (...)”**

Emerge assim o conceito de transmedia storytelling, que se refere a histórias que se desenrolam através de múltiplas plataformas mediáticas, onde cada meio contribui de forma única e distinta para a compreensão do universo narrativo, representando não apenas uma peça, mas um de muitos puzzles. Não se trata de uma mera inovação tecnológica, ou de uma tendência passageira, mas do reflexo da radical mudança da nossa relação com o entretenimento, a informação e a cultura.

**“Emerge assim o conceito de transmedia storytelling (...)”**

Apesar da sua génese no entretenimento, este conceito tem influenciado o marketing, o jornalismo, a política e até a forma como nos relacionamos.

Ora, regressando por um instante “ao futuro” (permitam-me a referência pop), para quem cresceu com paradigmas narrativos tradicionais, onde o público era (apenas) espectador passivo, a ideia de histórias que se desdobram em várias plataformas, num universo virtual sem espaço e sem tempo, poderá parecer confusa, ou até intimidante. Porém, este novo paradigma comunicacional é uma oportunidade sem precedentes para marcas, criadores e, obviamente, audiências.

**“(...) paradigmas narrativos tradicionais, onde o público era (apenas) espectador passivo, a ideia de histórias que se desdobram em várias plataformas, num universo virtual sem espaço e sem tempo, poderá parecer confusa (...)”**

Resistências não têm faltado.

60 anos depois de Apocalípticos e Integrados, em que o escritor e filósofo Umberto Eco observava e caricaturava a tensão entre a visão elitista da cultura e a receção de inovações mediáticas, hoje, essa tensão persiste. Muitos ainda rejeitam novas formas de consumo mediático, enquanto as gerações mais jovens, adaptáveis por natureza, vão abraçando essas mudanças.

# D.

Podemos dizer que o público da era digital, de uma forma geral, não se contenta em assistir ou ler, mas quer participar, interagir, transformar. Trata-se do que Max Giovagnoli, especialista em narrativas transmediáticas, descreveu como *homo ludens*, um público que anseia por diversão, experimentação e papéis ativos no processo criativo; que não quer apenas ser entretido, mas desafiado, e ser parte da história. E é esta mesma história que continua no centro das melhores estratégias de marketing, mudando apenas a forma como a contamos e a consumimos.

**“(…) um público que anseia por diversão, experimentação e papéis ativos no processo criativo (…)”**

O que torna então o transmedia storytelling tão poderoso?

Primeiramente, não se trata apenas de espalhar uma história em múltiplas plataformas, mas de permitir que cada meio contribua de forma única para o desenrolar-se da narrativa.

Na indústria do entretenimento são icónicos exemplos como *Matrix*, *Lost* e *Star Wars* em que o universo não é apenas explorado em filmes, mas também em videojogos, merchandising, eventos, bandas desenhadas, redes sociais, *alternative reality games* e outros formatos. Cada meio acrescenta camadas à história, e cada consumidor, através de diferentes pontos de entradas na narrativa, contribui para a sua expansão.

**“(…) *Matrix*, *Lost* e *Star Wars* em que o universo não é apenas explorado em filmes, mas também em videojogos, merchandising, eventos, bandas desenhadas, redes sociais, *alternative reality games* e outros formatos.”**

Esta abordagem exige que o público se torne caçador cultural, um textual poachers, citando novamente o Professor Henry Jenkins (que por sua vez se inspira nas teorias do sociólogo de Certeau), capaz de encontrar e juntar fragmentos narrativos e de colaborar com outros fãs para desvendar e reconstruir todo o universo narrativo. Trata-se, portanto, de uma experiência imersiva e coletiva, gratificante para as audiências e desafiante para os criadores, pois não basta contar uma história bem feita, mas é necessário criar universos narrativos que as pessoas queiram explorar, viver e até expandir.

# D.

Onde se posicionam as marcas diante desta estratégia que nasce no entretenimento?

Bom, estão a descobrir o seu poder.

Se o storytelling, sempre foi o pilar da comunicação de marca, assume hoje uma nova dimensão quando combinado com a abordagem transmediática. Não se trata apenas de vender, mas de envolver, emocionando as pessoas de maneira profunda e significativa. No mundo das marcas, traduz-se em transformar produtos e serviços em protagonistas de narrativas complexas e acessíveis em múltiplos pontos de entrada.

**“Se o storytelling, sempre foi o pilar da comunicação de marca, assume hoje uma nova dimensão quando combinado com a abordagem transmediática.”**

É um processo não isento de desafios e, sobretudo, de responsabilidades.

Os profissionais de comunicação precisam de aprender a trabalhar num cenário descentralizado, onde o público é tanto consumidor quanto co-criador e onde a dispersão das narrativas exige uma visão clara e coordenada, para evitar que as histórias se percam, ou percam relevância, no meio de tantos canais.

Podemos resistir à mudança ou abraçá-la para construir algo inédito e significativo para o nosso público.

Afinal, as histórias sempre tiveram o poder de nos conectar e transformar. E agora, na era digital, temos a possibilidade de viver (e fazer viver) essas histórias de maneiras antes inimagináveis, sendo simultaneamente protagonistas e criadores.

**Simone Petrella**  
Professor e Coordenador  
do Mestrado em Comunicação Digital na Católica Braga  
CEO Agência Bright Creations

**D.**

**A alergia aos recursos no  
processo penal: uma epidemia  
muito perigosa**  
**Rogério Alves**

Diurna.

O Jornal Nacional dos Estudantes da Universidade Católica Portuguesa.

Porto | Lisboa | Braga | Viseu

# D.

Vivemos tempos algo estranhos. Parecemos dispostos a morrer da cura, se doutra forma não conseguirmos matar a doença. A atmosfera securitária intoxica-nos. A lentidão dos processos agride a comunidade, que quer uma justiça rápida e exemplar. Amiúde, a comunicação social amplifica o fenómeno e mobiliza curandeiros para tratarem das feridas expostas. Uma das receitas vai ganhando popularidade mesmo sem ser submetida a televoto (por enquanto!): é preciso acabar com os recursos. Não se diz de todos, creio que, em alguns casos, apenas por pudor. Mas, lá no fundo, sonha-se com um paradigma processual no qual este instrumento surgirá como algo muito residual, deixando via livre à intangibilidade das decisões de primeira instância. E, se não se pode exterminá-los, então retire-se-lhes o efeito suspensivo, não deixando o almejado castigo a aguardar consumação, mesmo que tenha sido mal aplicado. Mas paremos para pensar. Será que o recurso merece esta severa apostasia? Trata-se de uma coisa má, dada a forma como é chicoteado em público e exposto como crónico gerador de entropias?

## **“Será que o recurso merece esta severa apostasia?”**

Estou firmemente convencido de que não. O recurso consiste basicamente num instrumento, dado pelo Estado de Direito, para corrigir decisões erradas. Serve para aperfeiçoar a justiça, tornando-a mais justa nos casos concretos, tal qual deve ser. Promove, inevitavelmente, algum atraso nos processos. Mas traz em contrapartida um enorme conforto à comunidade, na medida em que garante uma reapreciação, por um tribunal superior, de algo que poderá ter sido decidido com erros ou falhas.

## **“O recurso consiste basicamente num instrumento, dado pelo Estado de Direito, para corrigir decisões erradas.”**

Na revisão constitucional de 1997 foi acrescentado ao nº 1 do artigo 32 a expressão “incluindo o recurso”. De acordo com Jorge Miranda e Rui Medeiros “face ao texto vigente, o direito a pelo menos um grau de recurso, em termos amplos, abrangendo questões de direito e de facto, é agora constitucionalmente garantido”.<sup>1</sup> Infelizmente a dinâmica recursiva, tal como prevista na lei, tem vindo a produzir duas realidades viciosas, a saber: o aumento das complicações e a desfiguração da oralidade. Isto ao arrepio do que constava do preâmbulo do CPP em vigor, no qual se visava contrariar “a tendência para fazer dele um labor meramente rotineiro executado sobre papéis, convertendo-o num conhecimento autêntico de problemas e conflitos reais, mediatizado pela intervenção motivada de pessoas”. Se é verdade que agora há menos papel do que em 1987, não deixa de o ser menos que o tal trabalho rotineiro continua. As várias prescrições legais inviabilizam, na sua letra e, amiúde, na sua interpretação draconiana, a chegada ao essencial, que fica vedado pela muralha de formalismos. Ora as conclusões não estão bem, ora a indicação dos concretos factos, das concretas provas e das concretas passagens<sup>2</sup> fica aquém do legalmente exigido. A verdade material encalha no labirinto de exigências.

---

<sup>1</sup> CRP Anotada, Tomo I, Coimbra Editora 2005, página 355.

No mesmo sentido, considerando o direito ao recurso integra o núcleo essencial das garantias de defesa constitucionalmente asseguradas ver Gomes Canotilho e Vital Moreira, CRP Anotada, Coimbra Editora, 2007, página 516.

<sup>2</sup> Alíneas a) e b) do n.º 3 e n.º 4 do artigo 412 do CPP.

# D.

No meio desta via-sacra a oralidade vai ficando pelo caminho e com ela “a conseqüente exigência de uma audiência onde seja respeitada”.<sup>3</sup> É vital salvar os recursos, sob pena de ablação inaceitável de uma garantia fundamental. Mas é também preciso reformá-los, dar-lhes um sopro de vida. Fica uma sugestão estruturante para a tramitação. Em lugar de se apresentarem longas motivações,<sup>4</sup> seguidas de conclusões, o recurso constaria de um breve sumário, acompanhado da indicação dos fundamentos sustento da pretendida alteração da matéria de facto e de direito.

**“É vital salvar os recursos, sob pena de ablação inaceitável de uma garantia fundamental. Mas é também preciso reformá-los, dar-lhes um sopro de vida. ”**

Esse sumário serviria de guião para uma audiência oral e contraditória, onde o tribunal de recurso ouviria (nas gravações áudio) e veria (nas gravações vídeo) o suporte da motivação e o teor das respostas. A decisão seria também por súmula, por remissão para as peças levadas a escrutínio. Teríamos um debate vivo, público, informado e contraditório. Creio que se ganharia em rapidez e em clareza. E adito uma segunda sugestão, para aumentar a tão almejada velocidade: a de que, quando não estiver em causa uma decisão final, os prazos de apresentação de recurso e da resposta, levadas a cabo por este novo modelo, sejam reduzidos para dez dias. Deste modo, num prazo de 30 dias, o recurso poderia estar pronto a ser julgado (interposição + resposta + subida).

**“Teríamos um debate vivo, público, informado e contraditório. Creio que se ganharia em rapidez e em clareza.”**

Se achamos que os recursos são peça indispensável de um processo criminal moderno, vamos tramitá-los de modo inovador, para os salvamos do populismo judiciário crescente.

**Rogério Alves**

Advogado e Professor Convidado da UCP  
Faculdade de Direito de Lisboa

---

<sup>3</sup> Como também consta do preâmbulo do CPP:

<sup>4</sup> Talvez os textos mais ignorados do universo judicial.

**D.**

**PERSONALIDADE EM DESTAQUE**

**Teresa Morais**

# D.

## TERESA MORAIS

Dra. Teresa Morais é atualmente Vice-Presidente da Assembleia República. É Jurista e Professora de Direito e teve uma carreira na política notável.

Contou-nos como começou a sua carreira política, o gosto pela área académica, a sua opinião sobre diversos assuntos e partilha ainda alguns concelhos connosco.

*“Quanto aos princípios fundamentais, há naturalmente uma dimensão subjetiva nesta resposta, como em muitas outras. Para mim são fundamentais a competência, a honestidade e a*

### O que a levou a entrar para a política partidária?

Na verdade, a minha entrada para a política, inicialmente como independente, em 2002, deu-se de forma completamente acidental. Fui contactada no sentido de saber se estaria disponível para integrar as listas de candidatos a deputados pelo PSD. Foi absolutamente inesperado, quase inacreditável, e lembro-me de ter respondido que nunca tinha pensado nisso, mas que equacionaria essa possibilidade desde que não esperassem que fizesse um papel decorativo. Depois de algumas semanas de silêncio, vi num jornal que o meu nome constava de uma lista de candidatos. Tive de confirmar se era mesmo eu. E era! Portanto, eu não planeei entrar para a política e na altura era apenas simpatizante do partido.

**“Na verdade, a minha entrada para a política, inicialmente como independente, em 2002, deu-se de forma completamente acidental.”**

# D.

**Durante a sua carreira, política ou académica, quais foram os momentos de que mais se orgulhou e porquê?**

Não se trata de orgulho, mas de momentos que ficaram para a vida. Na carreira académica, um momento marcante foi a primeira aula teórica dada no histórico Anfiteatro 1 da Faculdade de Direito de Lisboa. Na minha vida política, foram vários os momentos fortes: o último deles foi a campanha eleitoral como cabeça de lista pela AD por Setúbal. Num contexto muito difícil, vinda eu de uma pausa de vários anos na vida política, foi muito importante que tivéssemos conseguido aumentar o resultado das eleições anteriores em número de votos e número de mandatos, e contribuído, assim, para que a AD formasse Governo.

**“Num contexto muito difícil, vinda eu de uma pausa de vários anos na vida política, foi muito importante que tivéssemos conseguido aumentar o resultado das eleições anteriores em número de votos e número de mandatos, e contribuído, assim, para que a AD formasse Governo.”**



# D.

**Tendo liderado iniciativas para a igualdade de género, que desafios ainda considera urgentes para alcançar uma sociedade mais igualitária? E como vê a evolução do papel das mulheres na política portuguesa desde que começou a sua carreira?**

Sim, acompanhei as políticas para a igualdade durante vários anos no Parlamento e, entre 2011 e 2015, fui Secretária de Estado com a tutela da igualdade e, depois, Ministra com a mesma tutela no curto Governo que se seguiu. A evolução tem sido lenta e faltam ainda avanços muito relevantes nas áreas da igualdade no mercado de trabalho (é inaceitável a desigualdade salarial entre mulheres e homens em muitos países da Europa e também em Portugal), nas políticas de conciliação entre a vida profissional, pessoal e familiar (que libertem as mulheres da sobrecarga de tarefas domésticas e de cuidado e lhes criem maior disponibilidade para a participação política e cívica), e uma mais eficaz proteção das vítimas de violência doméstica, que são, na sua maioria, mulheres, e que veem a sua vida completamente devastada, ficando impedidas de exercer os seus direitos fundamentais, que são sistematicamente violados. Segundo dados oficiais da União Europeia, em 2022 as mulheres ganharam em média menos 12,7% do que os homens, sendo a diferença em Portugal, nesse mesmo ano, de 12,5% (13.ª maior diferença salarial de entre os 27 países da União Europeia). Em 2022, as mulheres terão estado, face aos homens, um mês e meio a trabalhar sem ganhar. Os dados mais recentes da OCDE mostram ainda que as mulheres dedicam diariamente mais duas horas e meia do que os homens às tarefas domésticas e a cuidados não remunerados.

**“Segundo dados oficiais da União Europeia, em 2022 as mulheres ganharam em média menos 12,7% do que os homens, sendo a diferença em Portugal, nesse mesmo ano, de 12,5% (13.ª maior diferença salarial de entre os 27 países da União Europeia).”**

Quanto à participação das mulheres na política, ela é ainda insuficiente. A representação de mulheres no Parlamento é garantida por uma lei de quotas e eu estou convencida de que regrediria sem essa legislação. Atualmente, e no contexto da União Europeia, tudo o que estiver abaixo da verdadeira paridade sabe a pouco. Além disso, é preciso lembrar que em muitos cargos políticos nunca tivemos uma mulher eleita: em cinquenta anos de democracia, nunca tivemos uma mulher Presidente da República e só uma vez tivemos uma Presidente da Assembleia da República, a Dr.ª Assunção Esteves, proposta pelo PSD.

**“A representação de mulheres no Parlamento é garantida por uma lei de quotas e eu estou convencida de que regrediria sem essa legislação.”**

Nos governos, a participação de mulheres tem evoluído melhor, tendo o Governo atual, considerando ministras e secretárias de estado, a maior percentagem de mulheres da nossa democracia (40,6% de mulheres). No entanto, ainda não é paritário.

# D.



É preciso sublinhar que a desigual participação de mulheres e de homens na vida política representa não só uma injustiça face às maiores qualificações das mulheres, como também um desperdício de talento e de capacidade a que os países não se podem permitir.

*“(…) a desigual participação de mulheres e de homens na vida política representa não só uma injustiça face às maiores qualificações das mulheres, como também um desperdício de talento e de capacidade a que os países não se podem permitir.”*

**Que conselho daria aos jovens que pretendem entrar na política? Quais os princípios e valores fundamentais a qualquer político?**

Bom, temos aqui duas perguntas autónomas. O conselho que sempre dei aos jovens, mesmo àqueles que já estão integrados numa juventude partidária, é o de que não interrompam a sua formação académica por causa da política. Ter uma formação completa e uma carreira profissional, ainda que no início, é fundamental. Só se é verdadeiramente livre quando se é autónomo. E só se diz livremente o que se pensa quando não se depende da política para viver.

# D.

Quanto aos princípios fundamentais, há naturalmente uma dimensão subjetiva nesta resposta, como em muitas outras. Para mim são fundamentais a competência, a honestidade e a verdade.

**“Só se é verdadeiramente livre quando se é autónomo. E só se diz livremente o que se pensa quando não se depende da política para viver.”**

**Qual o melhor lado de se ser Vice-presidente da Assembleia da República? Qual o lado mais desafiante?**

O lado mais interessante é a representação do Parlamento em momentos com muito significado e relevância, quer sejam momentos institucionais, como o encontro com o Presidente Zelensky, quer sejam reuniões com associações que trabalham na comunidade e que se dedicam às mais diversas causas. O mais desafiante, seguramente, é a condução dos trabalhos em plenário. É um tempo sempre imprevisível, em que, por mais cenários que se imaginem, a realidade nos coloca constantemente perante novas situações para as quais se tem de ter resposta imediata.

**“O lado mais interessante é a representação do Parlamento em momentos com muito significado e relevância (...) O mais desafiante, seguramente, é a condução dos trabalhos em plenário.”**

**Temos assistido ao aumento dos extremismos pelo país, e conseqüentemente na Assembleia da República. Como acredita que Portugal pode fortalecer a confiança dos cidadãos nas instituições democráticas?**

Os extremismos são um risco para a democracia, mas é com os instrumentos democráticos que temos de lidar com a situação. Por outro lado, no Parlamento todos os deputados são tratados de forma igual, têm as mesmas prerrogativas e as mesmas obrigações. A confiança das pessoas ganha-se com a competência dos políticos, o acerto das políticas e a seriedade do trabalho feito pelas instituições. Se as instituições responderem à ansiedade das pessoas, se nas áreas da sua competência tiverem a capacidade de resolver os problemas que desesperam os cidadãos, ganharão credibilidade.

**“Os extremismos são um risco para a democracia, mas é com os instrumentos democráticos que temos de lidar com a situação. ”**

# D.

**Dirige frequentemente os trabalhos em Plenário, substituindo o Presidente da Assembleia da República. Na sequência da pergunta anterior, ou não, como gere as diferentes opiniões políticas, e por vezes o jogo político em plenário?**

A diversidade ideológica e as diferenças de expressão política no Parlamento são o resultado do exercício democrático, do voto dos cidadãos e, por isso, absolutamente legítimas. Cabe a quem preside aos trabalhos gerir essas diferenças com imparcialidade e equidistância, como tantas vezes tem dito o Senhor Presidente da Assembleia da República, Dr. José Pedro Aguiar-Branco, com quem tenho o imenso gosto de trabalhar. O jogo político é tolerável até ao ponto em que constitua uma obstrução ao normal funcionamento do trabalho parlamentar. Nesse momento, devem ser impostos limites, fazendo-se uso dos instrumentos previstos no Regimento da Assembleia da República.

**“O jogo político é tolerável até ao ponto em que constitua uma obstrução ao normal funcionamento do trabalho parlamentar.”**

**Sabemos que uma das suas grandes batalhas de vida é a violência doméstica, que continua a ser o crime mais participado em Portugal. Como a devemos combater? O que há a melhorar?**

Costumo dizer que para onde for há causas que vão comigo, e essa é a mais relevante de todas elas. Quando, no Governo, tutelei a área da igualdade, tive a meu cargo a implementação de vários planos nacionais, entre eles os da igualdade e não discriminação e o da prevenção e combate à violência doméstica. As respostas, então inovadoras, do acolhimento de emergência para vítimas de violência doméstica, do apoio à autonomização das vítimas quando, por razões de segurança, já não se justifica a sua permanência em casas abrigo, o transporte seguro das vítimas e das suas crianças, que até então se deslocavam para as casas abrigo de transporte público, entre muitas outras, foram medidas em que eu e a minha equipa tentámos trabalhar para melhor proteger as vítimas de violência doméstica, que eram, e continuam a ser, maioritariamente mulheres. Mas o problema da violência doméstica, apesar de todas as medidas tomadas no passado por diversos governos, e já agora com o Governo atual, subsiste e deve ser combatido em todas as frentes: intensificando a prevenção, dando maior eficácia ao combate e protegendo melhor as vítimas. Uma das áreas em que talvez se justifique um investimento futuro maior é na educação. A educação para o respeito dos direitos humanos, a educação para a não-violência têm de se entranhar na comunidade desde muito cedo, para desalojar progressivamente o papel que os comportamentos violentos e a sua replicação têm nos jovens, que os repetem e conduzem à perpetuação da violência nas relações familiares. Veja-se o que se passa com os números assustadores da violência no namoro, em que frequentemente os jovens não têm sequer a perceção de que estão a praticar um crime de violência doméstica.

**“A educação para o respeito dos direitos humanos, a educação para a não-violência têm de se entranhar na comunidade desde muito cedo, para desalojar progressivamente o papel que os comportamentos violentos e a sua replicação têm nos jovens”**

# D.

## **De onde surgiu o seu interesse pela academia e pela carreira docente?**

Foi um caminho natural e, esse sim, previsível. Os estudantes têm habitualmente pressa em terminar o curso. É normal. Acontece que, no dia em que soube que tinha passado à última cadeira, fui festejar com colegas para o relvado em frente à Faculdade de Direito de Lisboa. E nesse dia percebi que não me queria ir embora. Isto aconteceu em julho e em outubro desse ano comecei a dar aulas. Depois disso foi a descoberta de um mundo onde me senti sempre bem e onde pesou sempre muito o meu contacto com os estudantes. Ensinar é o que eu mais gosto de fazer na vida e a função de que tenho saudades sempre que dela me afasto.

**“Acontece que, no dia em que soube que tinha passado à última cadeira, fui festejar com colegas para o relvado em frente à Faculdade de Direito de Lisboa.”**

## **Quais foram os momentos mais marcantes da sua vida académica e que lições retirou?**

Foram muitos e tão simples como a primeira aula prática que dei e em que os estudantes pensaram que eu era uma colega, a primeira vez em que fiz parte de um júri de orais com um dos meus catedráticos, o dia em que discuti a minha tese de mestrado (que, à época, tinha uma parte escolar de um ano, um prazo de dois anos para a escrever e se esperava outro tanto para a discutir), ou o dia, especialmente feliz, em que regresssei à faculdade depois de terminar o mandato parlamentar de 2015/2019. Aprendi muito ao longo destes anos: o valor do esforço, a importância da renovação do conhecimento, a relevância de fazer parte do processo de crescimento intelectual dos estudantes, e a importância de atender às suas dificuldades e de contribuir para o seu equilíbrio psicológico, são exemplos de aprendizagens ao longo da minha vida académica.

**“Aprendi muito ao longo destes anos: o valor do esforço, a importância da renovação do conhecimento, a relevância de fazer parte do processo de crescimento intelectual dos estudantes, e a importância de atender às suas dificuldades e de contribuir para o seu equilíbrio psicológico (...)”**

## **Durante a sua formação, teve algum professor ou mentor que a inspirou a seguir a carreira académica? Senão, teve algum na carreira política?**

Tive sempre quem me inspirasse na vida. Na faculdade, os meus mestres ensinaram-me a investigar, a aprofundar, a não me ficar pela superfície das coisas. Devo-lhes a estrutura de tudo o fiz na vida a partir daí. Falo dos Professores Ruy de Albuquerque, Martim de Albuquerque e José Artur Duarte Nogueira.

# D.

Na política, a minha inspiração maior foi sempre Leonor Bezeza. É uma mulher notável, em inteligência, em capacidade de trabalho, na visão extraordinária daquilo que vale a pena fazer e criar na vida. Esta foi fácil!

**Se pudesse voltar aos tempos de estudante, escolheria um percurso diferente? Porquê?**

Se pudesse voltar atrás voltaria a escolher Direito, a ensinar na universidade e, se tivesse essa possibilidade, a investigar na área de ciências histórico-jurídicas. Até aqui tudo muito semelhante ao que fiz, com a diferença de que faria o doutoramento logo a seguir ao mestrado, para não permitir que a política se atravessasse na minha carreira académica, como aconteceu.

**O que gosta mais em dar aulas?**

Seguramente do contacto com os estudantes e da possibilidade de os ajudar a descobrir o Direito numa perspetiva histórica que os habilita a melhor compreenderem o Direito atual. Gosto particularmente de dar aulas ao primeiro ano, o tempo da descoberta, o momento em que muitos têm a convicção de que podem mudar o mundo. E a verdade é que podem mesmo!

Rui Lopo

Editor in Chief de Lisboa do Jornal Diurna



# D.

## Pressão para o Sucesso: Uma Corrida Sem Linha de Chegada

Joana Carneiro Pinto



# D.

São 9h30 da manhã e acabei de me sentar à secretária. Abro o computador no separador do LinkedIn e faço algum scroll... a Maria terminou o mestrado com distinção; o Pedro vai mudar-se para Bruxelas para liderar uma equipa numa multinacional; a Francisca conseguiu uma bolsa de estudos para fazer o doutoramento na Finlândia; o João conseguiu convencer um investidor a apostar na sua ideia de negócio; a Filipa voltou de uma experiência de voluntariado em Moçambique; e a Beatriz recebeu um prémio de mérito académico... A pergunta surge inevitavelmente: E eu? O que é que fiz de valor?

Esta sensação é cada vez mais comum, especialmente entre estudantes do ensino superior. Vivemos numa era de intensa pressão para o sucesso, onde a ideia de “ser bem-sucedido” parece ser constantemente comparada com a trajetória alheia. E, na maioria das vezes, as pessoas descrevem esta pressão como a sensação de viverem numa corrida interminável para cruzar uma meta que parece estar cada vez mais distante.

O sucesso pode ser definido como o conjunto de resultados positivos que a pessoa alcança ao longo da sua vida, nas mais diversas esferas. No caso dos jovens universitários, o foco recai frequentemente na procura de sucesso académico e/ou profissional. Este pode ser medido de forma objetiva, utilizando critérios mensuráveis e concretos, como a média académica, os cargos, o salário, as promoções; ou de forma subjetiva, a partir da perceção interna e emocional (satisfação, prazer, bem-estar) da pessoa sobre as suas conquistas.

Existe uma dimensão muito pessoal na perceção de sucesso, ou seja, o entendimento acerca do sucesso depende do que cada um valoriza. Para uns, pode ser alcançar a melhor média da turma ou obter algum reconhecimento; para outros, participar ativamente em projetos sociais ou académicos. Por outro lado, existe uma dimensão comparativa que domina a nossa perceção de sucesso: medimos as nossas realizações em relação aos outros – colegas, amigos, ou até desconhecidos nas redes sociais.

**“Existe uma dimensão muito pessoal na perceção de sucesso, ou seja, o entendimento acerca do sucesso depende do que cada um valoriza.”**

A pressão para o sucesso pode ter duas origens. Em alguns casos é auto-imposta – a própria pessoa exige mais de si e vai procurando superar os seus limites, ao mesmo tempo que está em constante competição consigo e/ou com os outros. Noutros casos a pressão é externa, vinda de pais, professores, colegas e sociedade em geral, que criam um ideal de sucesso. E, embora a vontade de crescer, aprender e superar desafios seja saudável (no *pressure, no diamonds* – Thomas Carlyle), a constante comparação e competição pode gerar ansiedade, stresse e sensação de fracasso, especialmente quando o sucesso é confundido com o valor pessoal. É que muitas vezes o (não) sucesso leva ao questionamento acerca do valor próprio. Esta lógica cria um ciclo perigoso: quanto mais o sucesso é idealizado e associado à identidade, maior o impacto emocional de um fracasso.

# D.

Assim, para se gerir de forma mais positiva esta pressão, é crucial reavaliar o que entendemos por sucesso. Primeiramente, é importante separar o valor próprio daquilo que é o desempenho em áreas específicas da vida. Ninguém é apenas as suas conquistas académicas ou profissionais. Cada pessoa tem valor pelo que é, e não apenas pelo que faz ou alcança.

**“(…)é importante separar o valor próprio daquilo que é o desempenho em áreas específicas da vida.”**

Além disso, ter um propósito, definir metas e estabelecer objetivos claros e pessoais, alinhados com os próprios valores, ajuda a evitar frustrações. É também importante aceitar que os objetivos podem mudar, fruto das mais diversas circunstâncias. Assim, desistir, mudar de rumo, tentar de novo, não são necessariamente sinais de fracasso, mas de maturidade, adaptação e resiliência.

**“É também importante aceitar que os objetivos podem mudar, fruto das mais diversas circunstâncias.”**

Outro aspeto fundamental é diversificar as áreas onde se procura sucesso. Investir em hobbies, projetos artísticos, sociais e comunitários, ou mesmo atividades familiares pode contribuir para a sensação de realização.

Por fim, reduzir a comparação social é essencial. Passar menos tempo nas redes sociais, celebrar as conquistas dos outros sem se comparar e reconhecer que cada um está no seu próprio percurso são passos importantes para aliviar esta pressão.

A pressão para o sucesso não é apenas um problema individual – é um reflexo das expectativas e narrativas promovidas pela sociedade. Vivemos numa cultura que celebra conquistas e frequentemente negligencia dificuldades, esforço e crescimento de cada um. É, portanto, fundamental criar espaços de diálogo sobre o tema, especialmente no ambiente académico, para que os jovens se sintam valorizados pelo que são, e não apenas pelo que conquistam.

O sucesso, tal como a vida, é um percurso, não um destino.

**Joana Carneiro Pinto**

Coordenadora do Gabinete de Carreiras  
da Faculdade de Ciências Humanas



## Desafios da Justiça no Século XXI – A proteção jurídica dos mais velhos

**A**ssistimos, desde há algumas décadas, a um fenómeno mundial de envelhecimento da população. Em 2019 as pessoas com idade igual ou superior a 65 anos representavam 9% da população mundial e estima-se que em 2050 este valor aumente para cerca de 16%.<sup>5</sup> Em Portugal este envelhecimento populacional também é notório, destacando-se o facto de o índice de dependência dos idosos em 2023 ocupar o 1.º lugar no ranking dos países da União Europeia (existindo cerca de 38,2 idosos para cada 100 pessoas de idade compreendida entre os 15 e os 65 anos).

Esta transformação social tem várias implicações nos diversos setores da sociedade (económico, laboral, social, cuidados de saúde, etc.), pelo que os desafios que o envelhecimento da população coloca à sociedade não se prendem apenas com o aumento da prestação de cuidados de saúde, com a construção de estruturas residenciais para idosos e/ou prestação de serviços de apoio domiciliário ou de centro de dia, mas também

<sup>5</sup> World Population Ageing 2019 Highlights (Department of Economic and Social Affairs of the United Nations), disponível em <https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2019-Highlights.pdf>

# D.

com a necessidade de se garantir que as vulnerabilidades que o envelhecimento acarreta têm uma resposta cabal aos mais diversos níveis.

O legislador tem de assegurar uma maior proteção dos direitos fundamentais das pessoas mais velhas, impondo-se, na nossa opinião, algumas alterações legislativas de modo a fomentar a responsabilização por parte do seu agregado familiar. É que, como sabemos, das relações familiares (1576.o do Código Civil) emergem um conjunto de direitos e deveres jurídicos cujo cumprimento o legislador deverá procurar garantir. Salienta-se que no artigo 1874.o do Código Civil se estabelecem deveres recíprocos de respeito, auxílio e assistência, incluindo-se neste último o dever de serem prestados alimentos que assegurem condições de vida dignas às pessoas mais velhas.

**“O legislador tem de assegurar uma maior proteção dos direitos fundamentais das pessoas mais velhas, impondo-se, na nossa opinião, algumas alterações legislativas de modo a fomentar a responsabilização por parte do seu agregado familiar.”**

Estes deveres são consagrados na lei de forma imperativa, responsabilizando os familiares mais próximos das pessoas mais velhas, precisamente aqueles que, um dia, beneficiarão patrimonialmente com a sua morte (existindo um certo paralelismo entre os obrigados a prestar alimentos e os herdeiros legais).

Deste modo, será necessário, a nosso ver, que o legislador consagre mecanismos que não só procurem garantir o cumprimento destes deveres, mas também que sancionem o seu incumprimento.

**“(…)será necessário, a nosso ver, que o legislador consagre mecanismos que não só procurem garantir o cumprimento destes deveres, mas também que sancionem o seu incumprimento.”**

No âmbito do direito penal já se encontram previstos diversos crimes que visam, direta ou indiretamente, proteger os direitos fundamentais das pessoas mais vulneráveis, como o crime de violência doméstica, o crime de maus tratos e o crime da violação da obrigação de alimentos.

# D.

No âmbito do direito civil cremos que o legislador poderia (ou deveria) atuar de modo a conformar a atuação dos cidadãos em relação a uma sociedade mais justa e mais garantística dos direitos das pessoas mais velhas. Será justo, por exemplo, que aqueles que negligenciam os seus familiares mais velhos, que os maltratam, que não lhes asseguram condições de vida digna, sejam chamados a suceder-lhes e a beneficiar patrimonialmente com a sua morte? Fará sentido continuar a estabelecer-se que uma parte do património do autor da sucessão seja reservada para os seus herdeiros legitimários (a quem cabe, por força legal, uma porção de bens que não se pode dispor livremente, e.g., os filhos), independentemente de estes terem cumprido com os seus deveres de solidariedade familiar? Ou, ainda e de outro ponto de vista, caso efetivamente se continue a consagrar uma sucessão legal imperativa (que não pode ser afastada pela vontade do autor da sucessão), estará o instituto da indignidade sucessória adequado a proteger os mais velhos contra as novas formas de maus tratos e de negligência? Pensamos que não. Parece-nos, assim, que um dos desafios da justiça do século XXI é precisamente assegurar de forma cabal e efetiva a proteção dos direitos fundamentais dos mais velhos, que serão, a breve trecho, a maioria da população mundial.

**“(…) estará o instituto da indignidade sucessória adequado a proteger os mais velhos contra as novas formas de maus tratos e de negligência?”**

**Sofia Garriapa**

Docente na Escola de Direito da Universidade Católica Portuguesa,  
Centro Regional do Porto

**D.**



**PERSONALIDADE EM DESTAQUE**

**António Horta Osório**

# D.

## ANTÓNIO HORTA OSÓRIO

Dr. António Horta-Osório licenciou-se em Gestão e Administração de empresas na Universidade Católica Portuguesa. Continuou a sua formação no INSEAD, tendo sido o melhor aluno do seu ano. É reconhecido internacionalmente pelo seu percurso na Banca. Desempenhou várias funções executivas no Banco Santander, por exemplo, como CEO em Portugal, Brasil e Reino Unido.

Foi ainda administrador do Banco de Inglaterra, e Presidente do Lloyds Banking Group em Inglaterra, e Chairman do Credit Suisse. Atualmente é Presidente da Bial, Administrador da Fundação Champalimaud e da José de Mello. É também consultor e administrador de várias empresas a nível internacional como a Cerberus, a Mediobanca e a Teya.

Nesta entrevista, perguntámos sobre o seu percurso, o que faz para descontrair, sobre liderança, como tomar decisões difíceis, concelhos para pessoas mais novas e também um pouco sobre as suas opiniões sobre a Europa.

*“(...) um líder tem de ter bom senso, porque se o líder for visionário, tiver ideias extraordinárias, mas não medir bem os riscos, e, digamos, estiver perto da linha em que as coisas podem correr mal, pode pôr em causa muitas famílias, muitas carreiras e muitos projetos.”*

### O que é que tem gostado mais de estar na administração da Champalimaud e da Bial?

São dois projetos notáveis, têm isso em comum. Eu já estou na administração da Fundação Champalimaud há 14 anos, entrei no ano em que comecei como CEO do Lloyds Bank de Inglaterra a convite da Dra. Leonor Beleza e do conselho de curadores. Sou administrador não executivo da Fundação Champalimaud, a minha responsabilidade é a gestão do endowment da Fundação. Acho que o projeto da fundação é um projeto notável que a Dra. Leonor Beleza e o Doutor João Silveira Botelho desenvolveram, na minha opinião, de forma ímpar.

**“São dois projetos notáveis, têm isso em comum.”**

*Diurna.*

O Jornal Nacional dos Estudantes da Universidade Católica Portuguesa.  
Porto | Lisboa | Braga | Viseu

# D.

A Fundação Champalimaud adquiriu muito rapidamente uma reputação extraordinária a nível mundial, a nível nacional e europeu. A nível mundial a Fundação tem recebido vários prémios, na minha opinião altamente merecidos, que a têm destacado de maneira extraordinariamente rápida. Para além disso, tenho muito gosto em participar no conselho de administração não executivo em conjunto com ambos a Dra. Leonor Beza e o Dr. João Silveira Botelho que são pessoas pelas quais tenho o maior apreço e uma grande amizade. Acho que a reputação da Fundação é muito positiva para Portugal. Projeta o país em áreas importantes como a investigação, a medicina, em particular o tratamento de cancro, e a visão. O prémio que damos todos os anos para destacar projetos na área da visão é conhecido a nível mundial. A reputação da fundação projeta-se muito para além da própria Fundação contribuindo assim também para a projeção internacional de Portugal.

**“A Fundação Champalimaud adquiriu muito rapidamente uma reputação extraordinária a nível mundial, a nível nacional e europeu.”**

Em relação à BIAL, que é uma empresa que eu admiro muito já há muitos anos, desenvolvi uma amizade muito forte com o Dr. Luís Portela que levou a empresa para um patamar extraordinário. Começou por desenvolver projetos de investigação próprios que deram origem a duas moléculas inovadoras e com patentes ao nível da epilepsia por um lado e ao nível dos efeitos do Parkinson por outro.

O Dr. Luís Portela pediu-me várias vezes se eu o poderia substituir no conselho de administração quando ele se reformasse porque pretendia reformar-se aos 70. Quando eu deixei as minhas funções executivas no Lloyds Bank foi a primeira pessoa que falou comigo e eu aceitei, com muito gosto e muita honra, substituí-lo. Estou no conselho de administração não executivo (da BIAL) há 3 anos e meio. Acho que em sintonia com o que disse sobre a Fundação, é um projeto único a nível português na área da investigação farmacêutica. A empresa deu um salto extraordinário, tem patentes, duas a nível mundial, e tem parcerias quer nos Estados Unidos, quer no Japão, quer na Coreia e através de uma área comercial própria na Europa e em Portugal.

**“Acho que em sintonia com o que disse sobre a Fundação, é um projeto único a nível português na área da investigação farmacêutica.”**

Acho que o apoio a projetos de investigação é uma das grandes maneiras de contribuir e desenvolver a riqueza do país, por isso a BIAL também está altamente de parabéns por investir e contribuir dessa maneira.

Além do que já referi, gosto muito do ambiente familiar da BIAL, de apoiar o Dr. António Portela, que é o CEO, na maneira como gere as suas equipas e como leva o projeto para a frente e desenvolve aquilo que foi deixado pelo seu pai, em conjunto com o seu irmão na administração. Portanto, sendo uma empresa familiar, pensa muito a longo prazo, pensa muito nas equipas. É realmente um projeto notável ao qual tenho muito gosto em estar associado.

# D.



**O que é que considera essencial um líder ter ou ser que não é normalmente associado à ideia de líder?**

Essa é uma pergunta difícil. Eu diria que talvez seja menosprezado e eu acho que é muito importante, é que um líder tem de ter bom senso, porque se o líder for visionário, tiver ideias extraordinárias, mas não medir bem os riscos, e, digamos, estiver perto da linha em que as coisas podem correr mal, pode pôr em causa muitas famílias, muitas carreiras e muitos projetos. Por isso, eu acho que havendo qualidades muito importantes para a liderança, como a capacidade de escolher as melhores pessoas para os melhores lugares; ter de se fazer com que se trabalhe em equipa de tal maneira que a equipa é melhor do que a soma das partes; conseguir que as pessoas remem todas na mesma direção; que se crie uma vantagem competitiva sustentada no tempo; ser carismático; comunicar bem; dar o exemplo. Todas essas qualidades vêm naturalmente à cabeça de cada um, mas acho que isso tem de ser também acompanhado pelo famoso bom senso e, contrariamente ao que muita gente pensa, e que os Ingleses nisso são muito bons, definem-no dizendo que o “common sense is the least common of all senses”.

**“(…) um líder tem de ter bom senso, porque se o líder for visionário, tiver ideias extraordinárias, mas não medir bem os riscos, e, digamos, estiver perto da linha em que as coisas podem correr mal, pode pôr em causa muitas famílias, muitas carreiras e muitos projetos.”**

Portanto, o bom senso, ou o senso comum, às vezes não é assim tão comum. Acho que é muito importante que ele também exista na liderança para assegurar que os projetos continuem. Há bons e maus momentos em

*Diurna.*

O Jornal Nacional dos Estudantes da Universidade Católica Portuguesa.  
Porto | Lisboa | Braga | Viseu

# D.

qualquer projeto, mas se o líder com bom senso e prudência assegurar que a empresa, as equipas, atravessam os maus momentos, fará com que elas possam chegar aos bons momentos.

## **Se não estivesse na área de gestão que outra área é que acharia que seria do seu interesse?**

Eu gosto muito de gestão e acho que é claramente a área que eu deveria ter escolhido quando tive de escolher aos 15 anos a minha atividade profissional em termos de área educacional. Acho que foi a escolha certa, não sabia o que é que era a Gestão, mas escolhi-a por exclusão de partes, mas acabei por gostar muito e acho que acertei. Mas quando fiz testes de vocação profissional sempre me deu que tinha muita vocação para Biologia Marinha. Se eu não tivesse ido para gestão gostaria de ter estado em Biologia Marinha embora ache que fiz muito bem em ir para Gestão.

Gosto muito do mar, gosto muito de fazer mergulho com garrafas, faço há muitos anos, fiz pesca submarina, fiz pesca, sinto-me muito à vontade no mar, gosto muito dos assuntos relacionados com a biologia marítima, com as espécies que existem no mar e portanto biologia marinha é uma área que sempre me atraiu muito e que faço como hobby.

**“Eu gosto muito de gestão e acho que é claramente a área que eu deveria ter escolhido quando tive de escolher aos 15 anos a minha atividade profissional em termos de área educacional.”**

## **O que gosta de fazer para descontrair?**

Mergulho. Mergulho 2 ou 3 vezes por ano com garrafas, que para mim é uma espécie de meditação. Gosto de fazer desporto, de jogar ténis, e dado que jogo com professores e com pessoas melhores do que eu, tenho que estar muito concentrado na bola senão, não a vejo e, portanto, consigo-me abstrair do resto. Gosto de colecionar jogos de xadrez e objetos de arte portuguesa - coisas que tenham a ver com a expansão portuguesa nos séculos 15 a 17. O xadrez para mim tem muito a ver também com a Gestão em termos de arte da guerra. A gestão e os negócios também são na sua medida uma guerra competitiva; a estratégia, pensar várias jogadas à frente; as culturas dos diferentes povos que fazem diferentes jogos de xadrez em que diferentes peças consoante as religiões e culturas são representadas por pessoas animais diferentes. Portanto colecionar, mergulho, desporto são coisas que me ajudam a ter uma vida equilibrada.

# D.

**“Mergulho 2 ou 3 vezes por ano com garrafas, que para mim é uma espécie de meditação. Gosto de fazer desporto, de jogar ténis (...) Gosto de colecionar jogos de xadrez e objetos de arte portuguesa (...)”**

**Que erros é que acha que as pessoas menos experientes se evitassem progrediriam mais rapidamente?**

O erro faz parte da vida e eu acho que é importante que as pessoas saibam que só quem não faz nada na vida é que não erra. Eu costumo dizer às minhas equipas "Façam muitas coisas. Tentem acertar oito ou nove em cada dez, assim é só uma ou duas que não conseguem. Resolvam à segunda ou façam a decisão subir de maneira a poder ser resolvida rapidamente por quem a possa resolver e façam muitas coisas, para ter a tal média de 8 ou 9 em 10. Fazer só uma ou duas mal e não fazer mais nada é que não." Portanto, o erro faz parte da vida, é positivo e acho que devemos aprender com os erros, mas obviamente que é melhor tentar evitá-los: a experiência tem de ser usada no sentido de aprender com os erros passados para evitar cometer esses erros novamente e tirar deles lições para fazer as coisas melhores no futuro. Costuma-se dizer "não é a experiência que importa, mas aquilo que a pessoa faz com ela".

**“O erro faz parte da vida e eu acho que é importante que as pessoas saibam que só quem não faz nada na vida é que não erra. ”**

Portanto, tendo feito esta introdução, eu diria que à medida que somos nós mesmos e vamos progredindo, talvez aquilo que as pessoas mais jovens possam fazer melhor é terem muito foco e saberem exatamente o que querem fazer. Em vez de se dispersarem por várias coisas, ou andar um bocadinho sem planeamento de mais longo prazo. Eu acho que há vantagens em pensar: o que é que eu quero atingir na vida? Se eu quero atingir aquilo na vida o que é que significa que tenho que fazer e quando. Depois tentar, tendo esse plano, fazer com que todas as coisas que acontecem à volta da pessoa vão na direção desse plano. Portanto, isso implica muito foco, muita persistência e muito trabalho obviamente, porque o único sítio onde o sucesso vem antes do trabalho é no dicionário.

**“Eu acho que há vantagens em pensar: o que é que eu quero atingir na vida? Se eu quero atingir aquilo na vida o que é que significa que tenho que fazer e quando.”**

**Qual é o seu framework para tomar decisões difíceis?**

Eu acho que em primeiro lugar é muito importante não protelar decisões. Porque não tomar uma decisão já é tomar uma decisão. Portanto, normalmente, e sobretudo quando eu era executivo, que agora não sou, eu tentava tomar as decisões na hora, o que é possível em 9 a cada 10 casos, e depois aparece uma decisão difícil, que é a sua pergunta. Quando existe uma decisão difícil aquilo que eu sempre fiz em relação a isso, e que com a experiência que fui tendo me parece o acertado, é despachar as decisões novas, que 9 em 10 são fáceis.

Quando aparece a difícil, ou seja, intuitivamente não há uma decisão e, portanto, ela é difícil, aí tomar algum tempo e pensar outra vez. Normalmente vou deixar passar uma noite sobre o assunto, deixar as ideias assentar. O deixar passar algum tempo é útil muitas vezes.



Em segundo lugar, muitas vezes escrevi os prós e os contras de cada decisão para ver se tinha bem na minha cabeça aquilo que eram realmente as vantagens - todas as coisas têm prós e contras.

Em terceiro, muitas vezes pedia conselhos a pessoas que naquela área ou para aquela decisão eu respeitava e que achava que ouvir a sua opinião iria ser útil.

**“Eu acho que em primeiro lugar é muito importante não protelar decisões. Porque não tomar uma decisão já é tomar uma decisão.”**

#### **Que conselho é que daria a pessoas a começarem a trabalhar na área financeira?**

Diria que para ir trabalhar para a área financeira é importante gostar muito da área da matemática, pelo espírito muito matemático e estar muita à vontade com números e gostar muito, ou ter uma grande capacidade de trabalho, porque a área financeira implica, hoje em dia, sobretudo na área da banca de investimentos ou na área de private equity, uma grande dedicação. É importante perceber que a área financeira hoje é diferente daquilo que era, por exemplo, quando eu comecei há 30 anos, tem vindo a evoluir talvez não necessariamente no bom sentido, por uma enorme capacidade de dedicação constante, que é um trade off importante para as pessoas. Tira tempo para outras coisas e, portanto, é importante ter isso em consideração, embora eu também ache que na consultoria também se passa isso. Hoje em dia há certas carreiras que são muito intensas, a área financeira será uma delas, e é importante que as pessoas tenham isso em consideração e também que hoje em dia a área financeira é mais regulada e menos empresarial do que aquilo que era há 30 anos.

# D.

**“(…) é importante gostar muito da área da matemática (…), ter uma grande capacidade de trabalho, porque a área financeira implica, hoje em dia, sobretudo na área da banca de investimentos ou na área de private equity, uma grande dedicação.”**

**Que decisões é que tomou no início da sua carreira que ache que foram determinantes para o seu percurso que na altura não eram óbvias que seriam assim tão impactantes?**

Tomei algumas decisões que achei que iam ser impactantes e que foram, que já sabia na altura que eram. Como por exemplo tirar o curso de gestão, trabalhar 4 anos, e depois fazer um MBA, que fiz no INSEAD. Na altura, apesar da carreira que eu estava a ter no Citi Bank ser ótima e de grande progressão, tive a coragem de a parar e de fazer o INSEAD que me projetou de cidadão português para cidadão do mundo. Dez anos depois, apesar de já ser Presidente do Santander Totta, fiz o Harvard Advance Management Program ao mesmo tempo que era o Presidente Santander Totta, o que implicou um trabalho grande e estar em Boston 9 semanas e meia, mas que foi ótimo em termos de desenvolvimento, de aprender as últimas teorias, de conhecer novas pessoas. Por isso, todas as apostas em mim próprio foram decisões impactantes; do meu ponto de vista acho que a pessoa tem que se aperfeiçoar, e aprender continuamente e por isso esse tipo de decisões nunca me surpreenderam de serem acertadas.

**“(…) do meu ponto de vista acho que a pessoa tem que se aperfeiçoar, e aprender continuamente e por isso esse tipo de decisões nunca me surpreenderam de serem acertadas. ”**

No entanto, houve outras que talvez no momento não tivesse a certeza que iam ser tão impactantes. Por exemplo, planear claramente e com muita antecedência o que é que eu queria fazer na vida. Achei que gostava de ser Presidente de um Banco quando chegasse aos 30 anos e fiz o máximo que eu podia fazer para tentar lá chegar e isso acabou por se concretizar. Nunca falei disso antes porque achava que a probabilidade era baixa, podiam achar que eu era pouco razoável. Hoje, já posso falar assim porque aconteceu, fui Presidente do Banco Santander de Portugal aos 29 anos. Mas o facto é que tudo aquilo que eu fiz, ter ido para o INSEAD, ter estado no Citibank, depois ir para o Goldman Sachs, que era o melhor banco de investimentos no mundo, fazer parte de Corporate Finance Mergers and Acquisitions quando no CitiBank, tinha feito Tesouraria Mercado de Capitais, o que tudo isso contribuiu para ter uma visão global da banca e estar preparado para um dia poder ser Presidente. Aconteceu aos 29 anos, acho que foi muito impactante, e eu até fiquei surpreendido de ter acontecido, porque achava que era um plano, mas podia ser aos 30 ou aos 35, acabou por ser antes, mas isso teve muito a ver com o planeamento e também teve muito a ver com dedicação, e com muito trabalho ao executar o plano.

Passei a dar aulas na católica no terceiro ano do curso, queria ter a melhor média do curso. Comecei a trabalhar no último ano do curso no Citibank, portanto passei um ano inteiro a trabalhar, a dar aulas e a tentar manter a melhor média do curso que consegui, o que implicou muita dedicação, muito trabalho. As pessoas por

# D.

vezes pensam que as coisas às vezes são todas fáceis ou simpáticas, mas não, a vida também tem trade offs, por exemplo eu era diretor da revista da “Gestão e Risco”, da escola, da universidade.

Através da revista e de outras iniciativas arranjámos dinheiro para fazer a viagem de finalistas ao Brasil. Depois, no CitiBank, cada país podia escolher uma pessoa para fazer uma formação da London Business School, que era no verão, e escolheram-me a mim no CitiBank de Portugal. Essa oportunidade coincidiu com a viagem de finalistas e adivinhe o que é que eu escolhi, fui para a London Business School e não fui para a viagem de finalistas para a qual eu tinha feito uma série de fundraisings, para qual eu tinha juntado dinheiro, e que estava a planear e tinha organizado. São escolhas que se fazem na vida, mas todas as moedas têm 2 lados, eu escolhi isso, e é só um exemplo para mostrar acho que na vida temos de fazer escolhas, mas que quando temos claro aquilo que queremos fazer, isso ajuda-nos a fazer certos sacrifícios que às vezes podem ter uma recompensa adequada.

A definição de sorte é um conjunto de preparação e oportunidade, a pessoa tem que estar muito preparada, para se a oportunidade aparecer, poder aproveitá-la. Porque se a oportunidade aparecer à frente e não estiver preparada, não tem sorte, por isso também quanto mais trabalho (mais preparação), mais sorte tenho. Portanto, eu sempre achei que ficar o mais preparado possível, o mais cedo possível, para poder aproveitar as oportunidades com que me fosse deparar era importante. Depois é também importante aproveitar as oportunidades corretas, porque às vezes há oportunidades que é melhor deixar ir, e essas coisas todas implicam trade offs, custos de oportunidades, decisões difíceis.

**“A definição de sorte é um conjunto de preparação e oportunidade, a pessoa tem que estar muito preparada, para se a oportunidade aparecer, poder aproveitá-la.”**

Como este exemplo que lhe dei ou mudar de país para país várias vezes, eu fui viver para os Estados Unidos, para Inglaterra, voltei para Portugal, fui para o Brasil, voltei para Portugal, fui para Inglaterra e todas essas decisões em família e depois com a minha mulher, são decisões que são difíceis, é mais fácil viver sempre no mesmo país, na mesma casa, na mesma cidade, portanto tudo tem os seus trade offs.

Acho que é importante a pessoa saber o que quer fazer. É importante a pessoa ter uma boa leitura das suas capacidades e das áreas de melhoria para se conhecer bem, e, conhecendo-se bem, pode ter um plano adequado, ambicioso, mas factível entre as suas capacidades e o seu plano.

# D.



**Que momentos insólitos viveu na sua carreira que considera que tenham sido lições inesperadas?**

Imensos! Desde ter descoberto uma fraude num dos bancos do Brasil que comprei para o Santander mesmo no último minuto antes de pagar, portanto resolvido no minuto 93, a ter toda a oposição do governo português à compra do banco Totta, sem o governo ter uma única ação do grupo Champalimaud quando compramos o Totta em 1999! A ter passado pela grande crise financeira que ninguém antecipava, e que ajudava na Inglaterra a dirigir o Santander Reino Unido, e comprei 2 bancos no meio da crise quando a Lehman Brothers faliu por exemplo, ou ter tido uma exaustão no Lloyds quando o banco também estava beira da falência e que deixei de dormir. Então tive uma série de lições inesperadas que muito me ajudaram e que me obrigaram e proporcionaram-me a fazer mudanças constantes ao longo da vida de maneira como há pouco dizia, a aprender com os erros, as condições que os envolviam e introduzi-los na minha maneira de gerir e de atuar para melhorar e evitar erros passados já ocorridos. Mas com uma carreira tão variada como aquela que tive, em que comprei, geri ou fiz turnarounds de 12 bancos, em 4 países diferentes, em 28 anos, existiram uma série de lições inesperadas por vários países e por vários bancos por onde passei, só lhe dei 4 exemplos.

**“Mas com uma carreira tão variada como aquela que tive, em que comprei, geri ou fiz turnarounds de 12 bancos, em 4 países diferentes, em 28 anos, existiram uma série de lições inesperadas por vários países e por vários bancos por onde passei, só lhe dei 4 exemplos.”**

*Diurna.*

O Jornal Nacional dos Estudantes da Universidade Católica Portuguesa.  
Porto | Lisboa | Braga | Viseu

# D.

**Quais foram os momentos na sua carreira em que se apercebeu que tinha feito um upgrade significativo, o que é que esses momentos de reflexão tinham em comum?**

Houve vários, foi uma progressão de coisas. Quando entrei para o meu primeiro emprego no Citibank, ao fim de 4 anos, já era vice-presidente do Banco. Era responsável pelo mercado de capitais em Portugal com 26 anos. Talvez não achasse a priori que isso pudesse acontecer tão depressa. Foi muito interessante. Quando estava na Goldman Sachs e de repente fui convidado a montar o banco Santander de Negócios Portugal com 29 anos, eu disse na altura ao Presidente do Banco Santander, Emílio Botin, se ele tinha reparado que eu só tinha, na altura, 28 anos, com o que ele me respondeu que a filha dele só tinha 31, e já era responsável pelo Banco de investimento Santander a nível mundial. Portanto eu queria ter a certeza de que ele tinha percebido que tinha algum risco aquilo que ele me estava a propor.

Acho que outro momento foi quando fui para o Brasil com a função de CEO. O Brasil é um país enorme com 200 milhões de pessoas, aquilo que são 100 mil euros em Portugal, são 1 milhão de euros no Brasil, em termos de importância relativa. A velocidade com que as coisas se passavam era brutal, era um mercado muito complicado, cheio de riscos as coisas correram muito bem no Brasil, deu-me uma capacidade, uma bagagem muito importante.

Passei três grandes crises no Brasil, na altura, a grande crise asiática de 1997, houve o default da Rússia em 1998 e houve a desvalorização do Real de 1 para 4 em 1999. Portanto foram crises enormes que tiveram imenso impacto na economia e nos mercados financeiros brasileiros, mas que me deram imensa experiência e bagagem para depois atuar na grande crise financeira em 2008. Em que eu vi enormes semelhanças com o que se passou no Brasil 10 anos antes. Depois obviamente que ser convidado para gerir o Lloyds em Inglaterra, o primeiro estrangeiro a gerir um banco daqueles, o maior banco inglês. Foi uma coisa que eu senti que era um upgrade muito grande, e o que representava o governo inglês convidar um Português para gerir esse banco.

**“Portanto foram crises enormes que tiveram imenso impacto na economia e nos mercados financeiros brasileiros, mas que me deram imensa experiência e bagagem para depois atuar na grande crise financeira em 2008.”**

**O que acha que falta na educação em Portugal em termos de gestão e literacia financeira?**

Eu acho que Portugal melhorou muito em termos de literacia, todos os índices que se vê em termos de literacia das populações, em particular nas camadas mais jovens da população, são bastante positivos, comparam razoavelmente com os nossos vizinhos e a nível mundial. O nosso grande problema é que temos uma grande camada da população mais antiga que é mais deficiente na literacia e isso é uma questão que só se resolve com o tempo à medida que os mais novos são números maiores em percentagem sobre a população total. Portanto eu acho que estamos no bom caminho, temos um problema de stock se quiser, não temos um problema de fluxo.

# D.

Em termos de gestão acho que os portugueses têm muitas qualidades no sentido do equilíbrio, de tomar decisões ponderadas, de refletir muito sobre os assuntos e ir passo a passo. Acho que por outro lado talvez pudessem melhorar em tomar decisões com mais risco, com mais dimensão e ter um espírito mais empresarial. Comparando com os nossos vizinhos espanhóis ou com os brasileiros ou com os Ingleses, talvez nós pudéssemos tomar decisões com algum risco maior, com alguma maior dimensão. Temos ótimos empresários, mas talvez não tenhamos um grande número de grandes empresários. De novo, tudo tem os seus prós e contras, temos as nossas vantagens e temos as áreas onde podemos melhorar, esta é a minha opinião.

**“Em termos de gestão acho que os portugueses têm muitas qualidades no sentido do equilíbrio, de tomar decisões ponderadas, de refletir muito sobre os assuntos e ir passo a passo. Acho que por outro lado talvez pudessem melhorar em tomar decisões com mais risco, com mais dimensão (...)”**

**Era possível a Europa voltar a ser uma potência económica mundial, o que teria que mudar em termos de mercado de consumo interno, tratados comerciais e recuperação da inovação da União Europeia?**

A Europa é uma grande potência, não é voltar a ser, acho que é uma grande potência mundial, é um grande mercado único. Acho que em termos de crescimento, não tem progredido, ao mesmo ritmo que os Estados Unidos ou a China, mas em termos de stock qualquer indicador por o qual este seja medido, a Europa é uma grande potência económica. Mas não tem vindo a progredir, tem vindo a estagnar e é isso que é um problema.

Eu acho que esta estagnação não se muda com tratados, acho que isso muda-se com vontade, muda-se com vontade política dos líderes e com a ambição dos povos. Não há dúvida que, infelizmente, a Europa tem mostrado uma grande falta de liderança em termos políticos. Basta olhar para os grandes países europeus que estão neste momento todos em crise, a começar pela Alemanha que vai ter eleições em fevereiro, ou a França que está num estado lamentável. A Inglaterra saiu da União Europeia o que foi, na minha opinião, muito mau para os dois. Por outro lado, acho que o povo europeu, sendo um povo muito rico, não tem a vontade e a ambição de continuar a fazer muito mais e muito melhor. Em média os europeus pensam mais nos direitos do que nas obrigações, pensam mais em reformar-se cedo, que em trabalhar mais como os Asiáticos, portanto falta um pouco essa vontade de querer fazer mais e melhor em termos económicos. Mas isso é uma opção, porque a pessoa quando trabalha mais está a fazer um investimento ou para o seu futuro, ou para o futuro dos seus filhos, e o outro lado da moeda é aproveitar o agora e desfrutar do lazer no presente. Portanto, é uma opção que eu não estou a criticar, mas como pergunta em termos puramente económicos, eu acho que para a Europa continuar a ser uma grande potência económica e em vez de estar estagnada, voltar a crescer ao nível dos Estados Unidos por exemplo, tem que fazer como os americanos: desregular mais, trabalhar mais horas, trabalhar melhor, tem de apoiar a inovação, tem que apoiar as empresas, que é quem cria a riqueza no país. Para além disso tem de ter ambição, quer a nível político, quer a nível da população, de querer fazer mais e melhor no sentido de investir para o seu futuro ou para o futuro dos seus filhos ou então continuar a aproveitar a curto prazo a riqueza que já tem.

# D.

A União Europeia é um grande projeto, é um grande projeto político, que os Estados Unidos e outras áreas no mundo, talvez não tenham percebido completamente. Desde o princípio que não é um projeto económico. A União Europeia é um projeto para evitar uma guerra de novo na Europa e esse projeto político levou à construção de um mercado único económico que pode ser aprofundado. Acho que é muito benéfico para Portugal e em geral para os países da União Europeia. Agora há que ter uma noção clara e partilhada dos vários países e das várias camadas da sociedade sobre qual é o projeto europeu que queremos e depois remar incessantemente nessa direção. Neste momento a Europa tem alguma falta de liderança e há uma falta de projeto.

**“Eu acho que esta estagnação não se muda com tratados, acho que isso muda-se com vontade, muda-se com vontade política dos líderes e com a ambição dos povos.”**

**Então no fundo podia haver uma certa alteração nos objetivos da União Europeia se fosse esse o interesse dos países em comum?**

Não estou a comentar qual é que deve ser a direção da Europa, acho que faltam líderes que mostrem à população um projeto coerente, que tenham a adesão da população e que levem o povo europeu para um patamar mais alto, que eu acho que deve ser debatido e há várias hipóteses de qual é que deve ser esse projeto. Acho que falta essa ideia aglutinadora e isso implica liderança como dizia um autor inglês Talleyrand “I would rather have a lion leading a hundred sheep than a sheep leading a hundred lions” eu acho que neste momento faltam-nos alguns leões a liderar a Europa pois temos demasiados *sheeps*.

Ana Lorena de Sèves  
Diretora Nacional do Jornal Diurna



D.

**A nova fronteira da  
Neurologia**  
Paulo Fontoura

# D.

**N**a sua opinião, quais têm sido as descobertas mais interessantes das doenças neurodegenerativas, nos últimos tempos?

A descoberta de fatores de risco genético e das mutações causadores de doença familiar, como na proteína precursora do amilóide ou da TDP43, para dar dois exemplos, abriu muitas áreas de investigação e levou a vários projectos de desenvolvimento de medicamentos. Começamos agora a perceber concretamente como essas mutações levam a degeneração neuronal. Por exemplo, na doença de Huntington, em que se sabe que a expansão CAG no gene da huntingtina é a 'causa' da doença desde os anos 1980, mas somente agora se compreende o papel da expansão somática dessa mutação em subtipos celulares, e o papel que outros genes têm na regulação desse processo, como o FAN1. E outros processos celulares importantes, como a reação do sistema imune, a senescência celular são muito importantes também. Ou seja, estamos a aprofundar a compreensão da biologia da doença usando novas tecnologias que nos permitem fazer perguntas que até há pouco tempo não conseguíamos.

*"(...) fatores de risco genético e das mutações causadores de doença familiar (...) abriu muitas áreas de investigação e levou a vários projetos de desenvolvimento de medicamentos."*

**Quais são os fatores que ainda impedem a melhor compreensão das doenças neurodegenerativas?**

São doenças muito complexas, como se depreende da pergunta anterior, e temos ainda muitas limitações nos modelos animais ou experimentais que são usados para estudar estas doenças e descobrir novos alvos terapêuticos. Isto é verdade para todas as doenças crónicas e multifactoriais, mas nas doenças neurológicas a dificuldade é ainda maior, porque o sistema (i.e. a variedade de células, conexões) é muito mais complexo.

**O que é que as pessoas podem fazer para tentar prevenir o desenvolvimento de doenças neurodegenerativas?**

Neste momento, toda a evidência aponta para que o melhor é otimizar todos os fatores de risco metabólicos e cardiovasculares, ou seja, pressão arterial, colesterol, índice de massa corporal, cessação de fumar. O estudo Framingham demonstra que a boa saúde cardio-metabólica reduz o risco substancialmente. Por outro lado, manter uma boa saúde mental, incluindo bons hábitos de exercício físico e sono, uma rede social e de amizades ativa e hábitos de aprendizagem e treino cognitivo são muito importantes. Nenhum destes fatores é suficiente por si só, porque a contribuição de cada um é pequena, mas todos juntos podem ser muito influentes.

**Quais os maiores desafios da neurologia comparando com outras especialidades?**

O principal desafio continua a ser a compreensão da fisiopatologia das doenças neurológicas, e o seu diagnóstico correto e precoce. Há uma certa tendência, ainda, para o nihilismo terapêutico (i.e. não vale a pena intervir) que não se justifica. Temos de ter uma atitude proativa em relação ao diagnóstico, prevenção e terapêutica.

**O que faz uma boa equipa de investigação?**

Uma boa equipa é muito mais do que a soma dos seus talentos individuais; a ciência é uma atividade colaborativa por excelência. Por isso, mais do que o talento individual dos cientistas, temos de nos preocupar sempre com a construção de uma cultura e um modo de trabalhar que fomente a colaboração, a troca de informação transparente e atempada, e a discussão aberta e sem reservas. A liderança da equipa é igualmente fundamental; bons líderes conseguem fazer a diferença, guiar o crescimento dos cientistas mais jovens, catalisar as mudanças necessárias, remover obstáculos e manter a visão e o rumo claro. Por último, temos de estar

# D.

sempre prontos para nos adaptarmos e superar novos desafios, e não nos contentarmos com o que já conseguimos fazer.

## Quais são os obstáculos na criação de novos medicamentos?

Há múltiplos obstáculos e muito complexos; o principal problema continua a ser o mesmo, no entanto, que é a ineficiência do processo de I&D. Não há nenhuma outra área de inovação com uma taxa de sucesso tão baixa – apesar de todos os avanços científicos e novas tecnologias, continuamos a ter uma taxa de sucesso média inferior a 10%. Isto causa um desperdício enorme de recursos e oportunidades, aumenta o custo e o tempo de desenvolvimento de novos medicamentos (o custo está acima de 2 biliões de dólares atualmente), o que se reflete depois no custo destes medicamentos para o doente e o sistema de saúde. Precisamos de continuar a tentar aumentar a ‘translatability’ dos nossos modelos, a melhorar a compreensão da biologia das doenças e a tentar descobrir formas de prever a resposta e seleccionar o doente certo para o medicamento certo, ou seja, criar uma medicina de precisão.

## Que preconceitos as pessoas costumam ter sobre neurologia?

Um deles é o já referido nihilismo terapêutico que afeta não só a população em geral, mas os próprios médicos e neurologistas. É verdade que no passado a neurologia era muito uma especialidade ‘diagnóstica’, mas sem grande expectativa de intervenção terapêutica. Isto tem mudado muito nos últimos anos, com a aprovação de várias terapêuticas inovadoras na neurologia, e vai necessitar uma mudança de mentalidade nos médicos também.

“(…) neurologia era muito uma especialidade ‘diagnóstica’, mas sem grande expectativa de intervenção terapêutica. Isto tem mudado muito nos últimos anos, com a aprovação de várias terapêuticas inovadoras (…)”

Por outro lado, a educação da população para as doenças neurológicas é ainda muito insuficiente; continuamos, por exemplo, a achar que a demência é uma consequência normal do envelhecimento, e não uma doença prevenível e tratável. Temos de fazer um esforço muito maior de explicação e educação sobre as doenças neurológicas para aumentar a nossa capacidade de intervenção.

Finalmente, faz-se ainda uma separação artificial entre doenças neurológicas e psiquiátricas, quando na verdade cada vez mais percebemos que biologicamente não há, realmente, linhas vermelhas a separá-las. É claro que, na prática clínica, a neurologia e a psiquiatria dedicam-se a populações muito diferentes, e isso faz todo o sentido; mas para a população em geral, devemos contribuir para o melhor conhecimento da saúde mental, baseado na compreensão do funcionamento do cérebro.

## Será que nos pode contar um pouco da investigação que agora está a fazer?

Estou agora a trabalhar com equipas que usam a Inteligência Artificial para resolver os grandes problemas da I&D farmacêutica – melhorar a eficiência e acelerar o processo, descobrir novos alvos terapêuticos e criar medicamentos que até agora não tem sido possível fazer usando a nossa tecnologia actual. Estamos ainda no início, mas estou convicto que esta vai ser a próxima grande revolução na Medicina, e que temos de abraçar.

Entrevistado por:  
Ana Lorena de Sêves, Diretora  
Nacional do Jornal Diurna

**Paulo Fontoura**  
Chief Medical Officer, Xaira Therapeutics;  
Docente Afiliado  
NOVA Medical School, Lisboa



D.

## Do Algoritmo à Vida: a revolução da Inteligência Artificial na Bioengenharia

Embora se possa formalizar o nascimento da Inteligência Artificial (IA) em 1950 com Alan Turing e o seu famoso "imitation game" (teste de Turing), que sugeria que uma máquina poderia ser considerada inteligente se o seu comportamento fosse indistinguível do de um humano, foi na década de 1990 que se verificaram os avanços mais significativos com a transição para o machine learning. Nesta fase, as máquinas passaram a "aprender por si", extraíndo padrões de grandes volumes de dados e utilizando redes neuronais para resolver problemas.

No entanto, é a partir de 2010 que o campo se transforma com o desenvolvimento das deep neural networks. Em 2017, os Transformers começam a processar linguagem natural de forma a captar dependências sequenciais, lançando as bases para os modelos de linguagem generativa que conhecemos hoje.

Apesar de o ChatGPT ter sido lançado há pouco mais de dois anos, foi este modelo, e o aparecimento dos LLMs (Large Language Models), que popularizaram a IA e a transformaram numa das tecnologias mais influentes das últimas décadas.

# D.

Mas a IA vai muito além da geração de texto, código, imagens ou vídeos. A sua capacidade de identificar padrões complexos e criar soluções inovadoras está a abrir novos caminhos em áreas como a bioengenharia, com resultados surpreendentes. Estamos a entrar numa nova era em que a biologia e os algoritmos se cruzam, redefinindo os limites da ciência e da tecnologia.

## IA Generativa: A Chave da Transformação

A chave desta revolução é a chamada IA generativa. Esta tecnologia utiliza algoritmos capazes de criar novos dados e soluções a partir dos padrões que aprenderam. Ferramentas como as **Redes Generativas Adversariais** (GANs), os **Variational Autoencoders** (VAEs) e os Modelos de Difusão estão a ser utilizadas na bioengenharia para gerar estruturas biológicas — sequências de ADN, proteínas e tecidos — adaptadas a funções específicas.

As GANs, por exemplo, são utilizadas para gerar imagens realistas de estruturas biológicas, enquanto os VAEs ajudam na compressão e reconstrução de dados complexos, como sequências genómicas. Estas tecnologias, quando combinadas, permitem a criação de proteínas que não existem na natureza, mas que apresentam propriedades extraordinárias. A IA generativa está a tornar isto possível, acelerando o desenvolvimento de novos biomateriais para terapias médicas e aplicações industriais.

## Proteínas e Biomateriais Sob Medida

Um dos maiores desafios da bioengenharia é a criação de proteínas e biomateriais com propriedades muito específicas. A IA oferece soluções revolucionárias, permitindo o design de moléculas e estruturas outrora consideradas impossíveis.

- **Previsão de Estruturas de Proteínas:** Ferramentas como o AlphaFold, desenvolvida pela DeepMind, e o RoseTTAFold, da Universidade de Washington, permitem prever a estrutura tridimensional de proteínas com uma precisão impressionante. Quando combinadas com algoritmos generativos, estas tecnologias possibilitam o desenvolvimento de proteínas artificiais com funções terapêuticas ou industriais, como enzimas mais estáveis ou anticorpos otimizados.
- **Desenvolvimento de Biomateriais:** Investigadores têm usado IA generativa para criar biomateriais com propriedades personalizadas, como maior biocompatibilidade ou resistência mecânica. Estes materiais são cruciais em áreas como a medicina regenerativa, onde é necessário criar implantes e próteses perfeitamente integrados com os tecidos humanos.

# D.

## **Impressão 3D de Tecidos e Órgãos Personalizados**

A IA está também a revolucionar a criação de tecidos e órgãos através da combinação com a impressão 3D biológica. Com algoritmos generativos, é possível desenhar estruturas tridimensionais (scaffolds) que replicam a complexidade dos tecidos naturais, incluindo padrões de vascularização e distribuição celular.

Durante o processo de impressão, a IA ajusta parâmetros críticos, como a viscosidade das bioinks e a velocidade de deposição, em tempo real, garantindo viabilidade celular e boa integridade estrutural dos tecidos criados. Estes avanços trazem-nos mais perto da criação de órgãos funcionais para transplantes personalizados.

## **Descobertas que Redefinem os Limites**

A IA está também a transformar a descoberta de medicamentos. Um exemplo notável ocorreu em 2020, quando cientistas do MIT utilizaram IA para identificar uma molécula chamada halicina, que demonstrou eficácia contra bactérias resistentes a antibióticos. A IA conseguiu analisar milhões de compostos químicos em questão de dias, identificando relações entre a estrutura das moléculas e as suas propriedades antibióticas que os humanos não tinham conseguido discernir. Este é um exemplo do impacto da IA na resolução de problemas complexos e na aceleração do processo de descoberta de novos medicamentos.

## **Mais Rápido, Mais Preciso, Mais Inteligente**

A velocidade e a precisão da IA são fatores decisivos no campo da bioengenharia. Ao contrário dos métodos convencionais, que podem ser lentos e experimentais, a IA consegue modelar milhares de variantes em minutos, identificando as soluções mais promissoras para a saúde, a farmacologia e a engenharia de tecidos. É capaz de captar relações subtis que escapariam à análise humana, revolucionando a forma como olhamos para os desafios científicos.

# D.

## Uma Nova Era com Desafios Éticos e Técnicos

Embora os avanços sejam inegáveis, a utilização da IA generativa na bioengenharia levanta questões éticas e técnicas importantes:

- **Interpretabilidade dos Modelos:** Muitos algoritmos de IA funcionam como "caixas pretas", dificultando a compreensão e validação das decisões tomadas pelos modelos. Isto é particularmente crítico em aplicações médicas, onde a transparência é essencial.
- **Integração de Dados Heterogêneos:** A bioengenharia frequentemente lida com diversos tipos de dados (genómicos, proteómicos, clínicos, etc.). Integrar e analisar estes dados heterogêneos de forma eficaz continua a ser um desafio significativo.
- **Regulamentação e Ética:** À medida que a IA se torna mais prevalente na bioengenharia, surgem questões éticas e regulatórias complexas. É necessário estabelecer regulamentos claros para evitar abusos, proteger o bem-estar social e ambiental, e definir responsabilidades em casos de decisões tomadas por IA em diagnósticos médicos ou no desenvolvimento de novos organismos.
- **Escassez de Profissionais Qualificados:** Existe uma crescente procura por profissionais que combinem conhecimentos em bioengenharia e IA, criando um desafio de formação e recrutamento para as organizações.

## O Futuro da Bioengenharia

A IA está a tornar-se mais do que uma ferramenta poderosa; está a moldar o futuro da bioengenharia. Contudo, o seu verdadeiro potencial será alcançado apenas com uma colaboração eficaz entre humanos e máquinas. Continuamos a ser nós, humanos, a definir os problemas e os objetivos, enquanto as máquinas ajudam a encontrar caminhos mais rápidos e eficazes para os alcançar.

À medida que exploramos este novo território, é fundamental equilibrar o progresso tecnológico com uma reflexão ética e regulamentação adequada. Só assim poderemos garantir que estes avanços beneficiem a sociedade de forma segura e sustentável.

Estamos no limiar de uma revolução na bioengenharia, entre muitas outras áreas, e a IA está no centro dessa transformação. O futuro promete avanços ainda mais surpreendentes, desde a criação de órgãos personalizados para transplantes até ao desenvolvimento de terapias genéticas altamente específicas. A sinergia entre a IA e a bioengenharia tem o potencial de redefinir não apenas a medicina, mas também a nossa compreensão da própria vida.

Vitor Magalhães

General Manager CoreMedia Portugal

Diurna.

O Jornal Nacional dos Estudantes da Universidade Católica Portuguesa.  
Porto | Lisboa | Braga | Viseu

**D.**



**A Católica  
40 anos depois  
Domingos Freitas do Amaral**

# D.

**E**m Outubro de 2024, passaram precisamente quarenta anos sobre o dia em que, pela primeira vez, iniciei os meus estudos na Universidade Católica de Lisboa. Entrei na altura para o chamado Ano Zero, que era o décimo segundo ano de escolaridade, com a diferença de ser feito já na universidade e não nos liceus onde a grande maioria dos alunos portugueses o terminavam. “Entre na Católica!”, era a nossa afirmação orgulhosa, o que nos distinguia do comum dos mortais. Já éramos universitários, embora na verdade ainda não o fossemos, mas que nos interessava esse inútil detalhe? Estávamos dentro, tínhamos “entrado”, era o fundamental, objectivo atingido, depois de alguns meses de estudo, havíamos superado os exames, também eles realizados na universidade de Palma de Cima!

**“Em Outubro de 2024, passaram precisamente quarenta anos sobre o dia em que, pela primeira vez, iniciei os meus estudos na Universidade Católica de Lisboa.”**

E o que era a Católica, no já longínquo ano de 1984? Quem hoje admire a nossa universidade, terá de fazer um esforço de imaginação destrutiva, pois dos três importantes edifícios que existem, apenas se veria o mais antigo, onde hoje está a Faculdade de Ciências Humanas e a Faculdade de Direito. Era aí onde todos tínhamos as nossas aulas, fossemos de Direito, Teologia, Filosofia, Economia ou Gestão. Era lá, na sua cantina, nas suas salas, nos seus anfiteatros, que todos convivíamos alegremente, desde as oito da manhã até às oito da noite. Não me recordo qual o número de alunos que ali estudavam ao mesmo tempo, mas éramos certamente muitos e tomar um café ao primeiro intervalo da manhã, ou comer uma tosta perto da hora do almoço, era missão quase impossível, devido à longa extensão das incómodas filas que sempre nos desanimava. A opção muitas vezes escolhida era uma das tascas da Palma de Cima, ali bem perto, que nesses tempos ainda existiam e serviam repastos.

**“E o que era a Católica, no já longínquo ano de 1984? Quem hoje admire a nossa universidade, terá de fazer um esforço de imaginação destrutiva, pois dos três importantes edifícios que existem, apenas se veria o mais antigo.”**

Quarenta anos são muitos anos, é verdade, mas a mudança iniciou-se pouco tempo depois de eu chegar à Católica. Ainda durante a minha estadia na universidade, foi inaugurada a Biblioteca João Paulo II, onde me recordo de ter ido estudar sem sequer sussurrar, tal era o respeito que o edifício gerava. Contudo, mais do que os edifícios que foram sendo construídos, os jardins ou os

parques de estacionamento, o que mais me espantou quando, há onze anos, voltei a frequentar a Católica com regularidade por lá ter começado a dar aulas, foi a extraordinária diversidade dos alunos e alunas.

**“(…) o que mais me espantou quando, há onze anos, voltei a frequentar a Católica com regularidade por lá ter começado a dar aulas, foi a extraordinária diversidade dos alunos e alunas.”**

# D.

Há quatro décadas, não havia praticamente alunos internacionais, talvez um ou outro dos Palop's e mais nada. Hoje, são às centenas, vindos de todo o mundo, do Canadá à Índia, da Croácia à França, da Itália ao México, e sobretudo muitos da Alemanha. Na cadeira que dei este último semestre, por exemplo, num total de noventa alunos apenas trinta e quatro eram portugueses, sendo os restantes cinquenta e seis de muitos países diferentes.

**“Há quatro décadas, não havia praticamente alunos internacionais (...) Na cadeira que dei este último semestre, por exemplo, num total de noventa alunos apenas trinta e quatro eram portugueses”**

É uma mudança extraordinária e é com inveja que digo, que pena tenho eu de não ter vivido tempos desses como aluno! Quando fiz o meu mestrado na Universidade de Columbia, em Nova Iorque, essa era uma das mais drásticas diferenças que eu encontrara. Na Católica, em 1990, havia muito poucos alunos estrangeiros. Um ano depois, em Nova Iorque, estudei numa universidade cosmopolita, repleta de alunos de inúmeras nacionalidades, que tornavam o ambiente académico muito mais rico, interessante e divertido.

**“Quando fiz o meu mestrado na Universidade de Columbia, em Nova Iorque, essa era uma das mais drásticas diferenças que eu encontrara. Na Católica, em 1990, havia muito poucos alunos estrangeiros.”**

Já nessa época também, havia dezenas de professores de muitos países diferentes, o que enriquecia o corpo docente de uma das melhores universidades americanas. O mesmo posso dizer hoje da Católica: além dos alunos, também existem hoje muitos professores de diferentes nacionalidades, que valorizam mais o espaço académico e a riqueza da nossa universidade. Para quem, como eu, aqui começou a estudar há quarenta anos, num tempo em que ainda existiam inúmeras plantações de couves junto aos nossos edifícios, é hoje uma alegria constatar que a Católica se tornou num espaço mais rico, vibrante e internacional!

**“(...) num tempo em que ainda existiam inúmeras plantações de couves junto aos nossos edifícios, é hoje uma alegria constatar que a Católica se tornou num espaço mais rico, vibrante e internacional!”**

**Domingos Freitas do Amaral**  
Professor Universitário e Escritor



## *O despertar da morte*

**S**e realizássemos uma sondagem cujo objeto fosse “a obra que marcou a tua vida”, com certeza que *A Morte de Ivan Ilitch* (1886), de Lev Tolstói, ocuparia uma posição cimeira. A questão é: como é que um texto curto e com um enredo (aparentemente) simples pode ser tão intenso? Suponho que a morte é a justificativa. Em redor da morte nasceram religiões e filósofos dedicaram toda a sua vida ao estudo deste mistério. Falar de morte é entrar num caminho cravado de emoções, uma aflição intemporal inerente ao espírito humano dotado de razão. Para alguns ansiedade, tristeza, medo e angústia, para outros curiosidade, esperança ou indiferença. Tolstói guia o leitor nesse trajeto de paixões, mas não de forma inconsequente, o autor pretende conduzi-lo a um destino bem definido: *memento mori*.

“A questão é: como é que um texto curto e com um enredo (aparentemente) simples pode ser tão intenso? Suponho que a morte é a justificativa.”

# D.

Ivan Ilitch é um juiz bem sucedido, um homem que ocupa um cargo público e burocrático que confere o prestígio e meios financeiros que tanto preza. Sem prejuízo de não amar o seu ofício, Ivan esforça-se por agradar os seus colegas e superiores. À semelhança do cargo que exerce, o juiz também escolheu a sua esposa mormente por critérios de conveniência social e status, do que por amor. Ocupado em preservar a percepção pública que a sociedade tem dele, Ivan negligencia as suas relações interpessoais, mantendo um forte distanciamento emocional com aqueles que o rodeiam. A personagem representa o Homem supérfluo, materialista e ignorante, que durante a maior parte da sua vida não foi capaz de contemplar a realidade com a profundidade que esta exige. O ponto de viragem surge com a doença, que gera uma crise existencial violenta. Ivan olha para trás e percebe o vazio que se ergue. A indiferença que teve para com a sua família volta-se contra ele e o sofrimento causado pela doença acaba por se revelar muito mais moral do que físico. Paradoxalmente, a morte desperta Ivan Ilitch para a vida, mas é tarde demais. É a fatalidade inelutável que induz Ivan a tomar consciência da existência.

**“A personagem representa o Homem supérfluo, materialista e ignorante, que durante a maior parte da sua vida não foi capaz de contemplar a realidade com a profundidade que esta exige.”**

Tolstói não é o primeiro a alertar para a efemeridade da vida. Um dos patronos da filosofia ocidental, Sócrates (470 a.C. - 399 a.C.), sustentou o mesmo aviso, nomeadamente, por meio da célebre frase apontada na Apologia de Sócrates, de Platão: “a vida não examinada não merece ser vivida”. Ora, esta foi a mesma conclusão a que Ivan chegou quando se deparou com o fim derradeiro. À luz do pensamento de Sócrates e de acordo com aquilo que Tolstói parece querer transmitir, Ivan viveu escravo da sua soberba e preso às percepções alheias e, por conseguinte, ingenuamente infeliz. Afundado no jogo das aparências, a personagem afastou de si qualquer possibilidade de estar a viver de modo errado e preferiu manter-se confortável na sua caverna de ignorância. Era inconcebível que todo aquele prestígio e status, nos quais investiu os seus esforços para conquistar, não fossem o mais importante a salvar. Segundo a doutrina socrática, a ignorância sobre aquilo que é realmente bom leva o Homem a más escolhas, subtrai a liberdade ao espírito humano, pois o seu livre-arbítrio está condicionado pela carência de sabedoria. Não é coincidência o facto de todos os regimes ditatoriais, para melhor castrar a liberdade da população, suprimirem a disseminação de informação. A subtração da verdade é indispensável à manipulação. Assim, o filósofo grego transmite um ensinamento que, mais tarde, o cristianismo viria a assumir: “e conhecereis a verdade, e a verdade vos libertará.” (João 8:32). Não obstante às interpretações teológicas mais aprofundadas sobre a passagem bíblica citada, tanto Tolstói, como Jesus e Sócrates, centram a sua mensagem na verdade. Porém, buscar a verdade foi algo que Ivan só fez quando a vida já corria perto da sua foz, verdade essa que se revelou trágica. Infelizmente, esta é uma realidade comum. Como destacou Bertrand Russell nas suas reflexões: “a maior parte das pessoas prefere morrer a ter de pensar - e é isso que fazem”. Destarte, este livro de Tolstói, pela reflexão que suscita, guia o leitor à expressão latina mencionada a título introdutório: *memento mori*. A expressão traduz-se em algo como “lembra-te que és mortal”. É esta mortalidade, esta escassez da vida, que coloca sobre os ombros de todos nós o ónus de a saber viver. É este ónus que dá relevância ao rumo que tomamos. Deve-se lembrar que o ónus envolve uma escolha - se o

sujeito deseja determinado resultado benéfico tem de preencher esse ónus, mas não está em causa uma obrigação, na medida em que o sujeito é livre de cumprir ou não esse encargo, enfrentando as respectivas consequências. A exortação que A Morte de Ivan Ilitch endereça ao leitor consiste, substancialmente, nesta responsabilidade de saber viver e de manusear a liberdade que possuímos para desenhar o nosso quotidiano.

# D.

“(…) por meio da célebre frase apontada na *Apologia de Sócrates*, de Platão: “a vida não examinada não merece ser vivida”. Ora, esta foi a mesma conclusão a que Ivan chegou quando se deparou com o fim derradeiro.”

No mundo ocidental contemporâneo, dominado pela ambiguidade religiosa, pelo fenómeno das redes sociais, por uma cultura pop que promove, em larga medida, o hedonismo, pelo relativismo e o materialismo, a obra de Tolstói adequa-se perfeitamente. Neste mundo descrito, em que não há certezas, tão-somente opiniões reputadas como igualmente válidas, o indivíduo perde-se facilmente na espuma dos dias. O problema é especialmente crítico nas gerações pós-digital. O meio digital trouxe consigo vários benefícios e facilidades, todavia, sob outro prisma, potencializou todas aquelas características de Ivan que são alvo de crítica. Segundo os números publicados pela Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental, mais de um quinto dos portugueses sofre de uma perturbação psiquiátrica e, dentro destas perturbações psiquiátricas, as perturbações de ansiedade são as que apresentam uma prevalência mais elevada. A Agência Lusa noticiou, em 2024, que duplicou o número de estudantes a reportar problemas de saúde mental. Portugal é também o segundo país da Europa onde mais se consomem antidepressivos e o primeiro no que toca a ansiolíticos. Como se explica que a “geração mais bem preparada de sempre”, com um conforto material e uma perspetiva mais promissora, via de regra, superior à das gerações anteriores, sofre mais problemas do foro psicológico/psiquiátrico, particularmente ansiedade? Bem, a par da competitividade altíssima em variadas áreas profissionais, dos baixos rendimentos e do custo de vida a aumentar, as redes sociais são, à luz do que é reportado pelos especialistas, uma das respostas. Além dos problemas de atenção, foco e disciplina num mundo repleto de distrações e de injeções de dopamina incessantes, o meio digital é o reino da superficialidade e dos farsantes. Neste reino cria-se um ecossistema de fantasia, uma espécie de caverna virtual, onde só são visíveis sombras de vidas perfeitas, que colocam o jovem em conflito com dois mundos cuja fronteira se afigura ténue: a realidade e a ficção. A este respeito, *A Morte de Ivan Ilitch* ensina: foge do que é falso, para de buscar a aprovação do mundo, busca verdade e propósito ou serás escravo e infeliz. Quantos não perseguem “likes”, as visualizações, os seguidores e empenham-se em conceder uma certa apresentação ao público que é falsa, tal como Ivan Ilitch? Quantos podem chegar ao final da sua caminhada, ter um rasgo de clarividência e perceber que desperdiçaram o seu tempo na terra com frivolidades, ignorando as oportunidades e a belezas que surgem, apesar dos caminhos mais ou menos tumultuosos que cada um tem de percorrer? Verifica-se incapacidade de evasão da alienação em que as pessoas se colocam durante anos a fio, tipicamente na adolescência e no principiar da vida adulta.

# D.

A Morte de Ivan Ilitch dá uma boa razão para “acordar para a vida”: a morte. Perante a morte e a ampulheta implacável do tempo, a cultura relativista que impera hoje no ocidente deve ser também alvo de críticas. Quando convencemos uma geração de jovens, que são os líderes e os pais do futuro, que todas as crenças, culturas, valores, estilos de vida, etc., são igualmente válidos e que não há melhores nem piores, e de que não há explicações ou verdades universais para o que existe, estamos, por conseguinte, a colocá-los dentro de um autêntico labirinto. Para o ser humano se orientar tem de saber para onde quer ir e, para saber onde quer ir tem de, primeiramente, conhecer os vários destinos e trajetos possíveis e, posteriormente, efetuar juízos de valor sobre esses mesmos destinos e trajetos. O Homem precisa de certezas. Como podemos selecionar o melhor caminho, sem nem sabemos o que é o “melhor”? Em sentido figurado, pensemos que, diante de nós, há três caminhos diferentes com as seguintes setas: uma das setas indica em direção a um local esplêndido, todavia a estrada é, por vezes, acidentada e algo perigosa; a outra seta aponta para um penhasco, ainda que a estrada em causa seja aparentemente perfeita e não ofereça qualquer dificuldade; a terceira seta leva-nos rapidamente a um penhasco. Uma coisa toma-se por certa, as

escolhas que se podem fazer quanto à estrada a tomar não são equivalentes. Pode-se dizer que ir em direção a um penhasco ou a um destino esplêndido é igualmente válido? Ou que devemos escolher ir em direção a um penhasco se o caminho for deleitoso, mas já não é assim se a rota nos levar imediatamente ao penhasco? É mais significativo o percurso ou o seu desfecho? Que critérios aplicar? Claro que, na realidade, há muitas zonas “cinzentas”, de ambiguidade moral ou até de incógnita, em que é difícil desvendar o caminho que nos leva ao “local esplêndido” e o que vai em direção ao “penhasco”. De qualquer forma, neste cenário, Ivan Ilitch teria optado pela segunda alternativa, porquanto iria fechar os olhos ao destino final e focar-se nos prazeres imediatos da estrada, sem cogitar sobre o assunto com a profundidade que este exige. Tolstói, porém, sabe que o Homem prudente, diligente e, no fundo, virtuoso, faz as suas escolhas de forma ajuizada, tendo em vista o resultado provável. Ao contrário de Ivan Ilitch, aquele que é consequente, que examina de forma responsável o seu presente e cogita cautelosamente acerca do seu futuro e não o vai hipotecar a favor de prazeres e futilidades, logo escolheria a primeira estrada. A vida está repleta dessas estradas que impõem decisões, muitas dessas irreversíveis e que, mais tarde ou mais cedo, vão abater as suas consequências sobre o mundo e, via de regra, de modo mais acentuado sobre quem as adotou.

# D.

**“A Morte de Ivan Ilitch ensina: foge do que é falso, para de buscar a aprovação do mundo, busca verdade e propósito ou serás escravo e infeliz.”**

Ora, nada do que aqui foi mencionado obsta à importância efetiva de uma boa carreira, de boas relações e da preservação de um certo status e prestígio, simplesmente nada disto deve ser tomado como absoluto em detrimento de outros aspetos tão ou mais significantes. A vida é complexa, os vários domínios que a compõem são interdependentes como as engrenagens de um relógio. Sem uma boa carreira presume-se um mau rendimento, com um mau rendimento torna-se mais difícil manter uma casa e uma família, por outro lado, uma boa carreira proporciona bons rendimentos, contudo, menos tempo para despende com a família, amigos, etc. Evidentemente, a heterogeneidade dos casos da vida real compreendem deveras mais variáveis e complexidade do que os exemplos vertidos. Sorte daquele que é sábio para conjugar os elementos, as variantes e as vicissitudes do dia a dia. Esta é uma tarefa árdua que obriga a uma hierarquização de prioridades/valores. Ivan Ilitch representa um indivíduo que não soube articular as componentes da sua realidade e como ocorre com tantos outros, por períodos mais ou menos longos e de modo mais ou menos inconsciente, aprisionou-se na bolha em que quis estar mergulhado o resto do seu tempo. É este o dilema com que se deparam inúmeros estudantes na transição do ensino secundário para o universitário. Em regra, quando tal fenómeno tem lugar, o indivíduo nem recorda a hora em que fez tal escolha, porquanto parece que aquele estado de alienação foi alcançado pela natureza das coisas, pelo rumo inexorável da vida.

**“Esta é uma tarefa árdua que obriga a uma hierarquização de prioridades/valores. Ivan Ilitch representa um indivíduo que não soube articular as componentes da sua realidade e como ocorre com tantos outros, por períodos mais ou menos longos e de modo mais ou menos inconsciente (...)”**

Finalmente, esta é uma história de arrependimento e Lev Tolstói conta-a para que possamos aprender com os erros de Ivan Ilitch e não com os nossos. Este livro é um alerta, um chamamento para a examinação e dissertação do modo conforme exercemos a responsabilidade de viver. Que cada pessoa se proponha, à semelhança de Ivan Ilitch, a refletir sobre a seguinte questão: “O que tenho feito de toda a minha vida?”

Rodrigo Vieira Arsénio  
Aluno de Direito da Escola de Lisboa da Faculdade de Direito  
da Universidade Católica Portuguesa

# D.



## Empregabilidade

Os graduados em Economia e Gestão possuem um perfil muito valorizado no mercado de trabalho, mas o cenário profissional é dinâmico e exige adaptação.

Os graduados em Economia e Gestão possuem um conjunto de capacidades individuais valorizadas pelos empregadores, tais como: a energia, o espírito e pensamento críticos, as qualidades de trabalho em equipa, ou a resolução de problemas de forma eficiente e eficaz.

Os empregadores esperam ainda que os licenciados ou mestres nestas áreas tenham facilidade na utilização de ferramentas como o excel, o power-point ou o desenho de sites na internet. As empresas olham para os recém-graduados como fonte inovação e melhoria.

# D.

Os jovens são, porém, contratados pelos seus conhecimentos nas várias áreas funcionais da empresa, que facilitam a sua rápida compreensão de como se podem tornar úteis. Os graduados nas áreas de Gestão e Economia compreendem que as empresas precisam de criar e reter valor para sobreviverem. Compreendem como funcionam os mercados de capitais e o sistema financeiro e as alternativas de financiamento das empresas. Sabem os princípios do Marketing e da Gestão Comercial bem como conhecem os vários tipos de instrumentos que as empresas podem usar para comercializar os seus produtos e comunicar com o mercado.

**“Os jovens são, porém, contratados pelos seus conhecimentos nas várias áreas funcionais da empresa, que facilitam a sua rápida compreensão de como se podem tornar úteis.”**

Estes conhecimentos especializados, e num certo sentido universais, tornam os jovens atrativos para empresas nacionais e estrangeiras. As oportunidades de emprego a que têm acesso não são apenas domésticas.

Aliás, as empresas têm a obrigação de usar plenamente o talento que estes jovens representam, remunerá-los de forma internacionalmente competitiva e pedindo-lhes tarefas profissionalmente estimulantes.

Os jovens são diferentes nas suas capacidades individuais, nas suas motivações e nas suas aspirações de felicidade. Falar de Millennials ou Geração Z como tendo capacidades e interesses comuns é enganador e preguiçoso. A variedade de interesses, mundividências e competências é tão grande nestas etiquetas geracionais como nas gerações anteriores.

**“Falar de Millennials ou Geração Z como tendo capacidades e interesses comuns é enganador e preguiçoso.”**

Muitas empresas portuguesas terão de se tornar mais competitivas e produtivas para atrair os jovens formados. O risco é vital para as empresas portuguesas, mas também para Portugal como um todo. Os mais jovens dificilmente poderão ficar em Portugal se os empregos tiverem remunerações muito inferiores às oportunidades no estrangeiro e se estiverem sobrecarregados com impostos para suportar sistemas sociais insustentáveis no longo prazo.

As melhores oportunidades para os jovens, em Portugal ou no estrangeiro estão ligadas à consultoria, à área financeira, à contabilidade e compliance, marketing, análise de dados, e de processos operacionais das empresas.

# D.

Outras áreas de atratividade mais incerta são o setor público, em particular na regulação e avaliação de políticas públicas; ou o empreendedorismo. Este não é para todos, e pode apresentar uma relação risco versus retorno esperado mais baixo do que se pensa.

O mundo está em mudança profunda. A chamada “inteligência artificial” (talvez fosse melhor a expressão “redes neurais artificiais”) cujo poder se tornou claro para todos com o aparecimento dos Large Language Models (LLMs), está a transformar radicalmente o trabalho criativo e intelectual, como o de gestores e economistas e de muitas outras profissões.

A análise de dados e a aprendizagem automática são já ferramentas essenciais para otimizar processos, identificar novas oportunidades de negócios e personalizar a experiência do cliente. Os graduados em Economia e Gestão que dominarem essas tecnologias terão um diferencial competitivo no mercado de trabalho.

**“A análise de dados e a aprendizagem automática são já ferramentas essenciais para otimizar processos, identificar novas oportunidades de negócios e personalizar a experiência do cliente.”**

Para aumentar as chances de sucesso profissional, os jovens graduados em Economia e Gestão podem desenvolver competências específicas como o domínio de softwares ou línguas estrangeiras. A participação em atividades extracurriculares também enriquece o currículo e cria diferenciação individual no mercado de trabalho.

**“(…) jovens graduados em Economia e Gestão podem desenvolver competências específicas como o domínio de softwares ou línguas estrangeiras.”**

As empresas portuguesas têm a obrigação de desenhar estratégias de criação e apropriação de valor com capacidade para aproveitar os talentos dos jovens de maior potencial. E os jovens têm o direito a seguir o seu caminho e ser reconhecidos no processo. O reconhecimento do talento dos seus graduados é também o melhor tributo que se pode fazer a uma universidade.

**João Borges de Assunção**

Professor

Católica Lisbon School of Business & Economics  
Universidade Católica Portuguesa



## Entre as Águas do Tempo e da Memória

“O Rapaz do Rio” é mais do que um simples romance juvenil; é uma ode ao crescimento, à perda e ao poder transformador da natureza. Escrito por Tim Bowler, este livro conduz o leitor a uma jornada de autodescoberta através de uma história de mistério, emoção e reflexão profunda sobre a vida e a morte. Através do olhar de Danny, o protagonista, somos convidados a mergulhar nas águas turvas do luto, da memória e da renovação.

“(…) história de mistério, emoção e reflexão profunda sobre a vida e a morte.”

Cada elemento da história é carregado de simbolismo e significado. O rio é o espelho das emoções do protagonista e, de certa forma, um reflexo da própria existência humana. O rio, com a corrente serena, mas também imprevisível, torna-se um símbolo da passagem do tempo, das escolhas que fazemos e das marcas que deixamos no mundo. É nesse cenário que Danny, um jovem de espírito inquieto, se vê confrontado com a dor de perder um ente querido.

# D.

**“O rio é o espelho das emoções do protagonista e, de certa forma, um reflexo da própria existência humana.”**

Danny é um menino cheio de sonhos, mas também atormentado por questões profundas que o acompanham desde a infância. O seu avô, uma figura central na sua vida, está perto da foz e o rapaz, encontra nas águas do rio o conforto e a resposta a questões mais profundas. O rio é, em muitos aspectos, a representação do que não pode ser facilmente explicado, daquilo que flui sem ser visto e que, no entanto, transforma tudo à sua volta.

O avô de Danny, embora ausente fisicamente na maior parte do livro, é uma presença fortemente sentida. A sua morte está no horizonte, como uma sombra que paira sobre a narrativa, e essa iminência provoca em Danny um turbilhão de sentimentos: medo, culpa, saudade e, até, uma certa raiva. Esta raiva não é direcionada apenas à morte em si, mas à incapacidade de entender a passagem do tempo e de aceitar que a vida é feita de perdas. A ausência do avô e a sensação de vazio que este deixa são, para Danny, um lembrete cruel de que a infância é fugaz e que, com o tempo, todos nós vamos enfrentar a dor da separação e da perda.

**“Esta raiva não é direcionada apenas à morte em si, mas à incapacidade de entender a passagem do tempo e de aceitar que a vida é feita de perdas.”**

No entanto, é precisamente este combate entre o luto e a perda que permite o crescimento do protagonista. Ao contrário de muitas histórias que se concentram numa resolução rápida ou num retorno à normalidade, “O Rapaz do Rio” distancia-se de tal narrativa. Em vez disso, a obra propõe uma forma de amadurecimento mais profunda, que ocorre à medida que Danny aceita o fluxo do rio, com as suas águas imprevisíveis, e aprende a lidar com os sentimentos de forma mais intensa. Este não encontra respostas imediatas, mas descobre algo igualmente valioso: a capacidade de se reinventar à medida que se adapta a uma nova vida.

No centro de toda a narrativa, o rio assume uma função simbólica crucial. O rio é vida, mas também é morte, carrega as águas do passado e, ao mesmo tempo, renova-se, como a própria existência humana. Cada curva do rio é uma metáfora para as incertezas da vida, com as suas reviravoltas inesperadas. No entanto, é através desse rio que Danny aprende a entender o fluxo contínuo do tempo, a inevitabilidade da mudança e, paradoxalmente, a força do que é imutável.

O rio representa também a continuidade. Mesmo num fecho de um ciclo, no caso, a morte do avô, o rio segue o seu curso, sem parar. Esta visão do tempo não como algo linear, mas como um fluxo constante e cíclico, dá ao livro uma profundidade filosófica, abordando questões universais da existência e continuidade. O rio é algo irrepetível, mas renovável, e é nesse movimento perpétuo que Danny encontra o seu próprio caminho.

**“Esta visão do tempo não como algo linear, mas como um fluxo constante e cíclico, dá ao livro uma profundidade filosófica, abordando questões universais da existência e continuidade.”**

# D.

O contacto com a natureza, simbolizado por este rio, também é uma forma de reequilíbrio para o protagonista. Na sua solidão à beira rio, Danny encontra um espaço para refletir, processar e, finalmente, aceitar. O rio, como espaço liminar, oferece-lhe a oportunidade de reconectar-se com o mundo e consigo mesmo. Neste sentido, a natureza aparece como uma salvação.

**“Na sua solidão à beira rio, Danny encontra um espaço para refletir, processar e, finalmente, aceitar. O rio, como espaço liminar, oferece-lhe a oportunidade de reconectar-se com o mundo e consigo.”**

A jornada emocional de Danny reflete, assim, uma crença profunda: o crescimento não acontece sem dor. Não se trata de eliminar a dor, mas de aprender a viver, respeitar a sua profundidade e encontrar formas de seguir em frente. O rio não oferece respostas fáceis, mas as suas margens oferecem um caminho. E, à medida que

Danny mergulha nas águas da memória e do sofrimento, aproxima-se da aceitação, do autoconhecimento e da reconciliação com a perda.

Este livro é, em última instância, uma história sobre transformação. Através do confronto com a perda e o luto, Danny aprende a ver o mundo e a si mesmo de uma forma mais profunda e sensível. O rio, com a sua fluidez e imprevisibilidade, torna-se o símbolo dessa transformação, da necessidade de abraçar o fluxo da vida, com todas as suas mudanças e incertezas. O livro não oferece uma solução para o sofrimento humano, mas convida a viver com ele, a atravessá-lo e, deste modo, a crescer. O rio segue o seu destino, e Danny, segue a sua própria jornada, uma jornada que é, de certa forma, a do leitor também.

**“(…) rio, com a sua fluidez e imprevisibilidade, torna-se o símbolo dessa transformação, da necessidade de abraçar o fluxo da vida, com todas as suas mudanças e incertezas.”**

Catarina Nogueira

Aluna de Ciências da Comunicação na  
a Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais da UCP de Braga

# D.

## SER SOLIDÁRIO

Ser solidário é um ato de vontade individual que naturalmente ajuda a quem se destina e conforta quem o pratica. É somente um ato, por vezes isolado, que não podemos nunca desvalorizar, mas que só presta contas à consciência de cada um.

A solidariedade organizada é certamente a herdeira de vontades individuais, mas cujos princípios terão de ser orientados para o bem comum e naturalmente sediados em organizações. Cada vez mais a eficiência, a compatibilização entre a necessidade, a disponibilidade e a sensibilização de todos (particulares e empresas) para esta realidade torna-se um imperativo que a gestão terá de abraçar, mas simultaneamente as Organizações/Instituições obrigatoriamente terão que recorrer.

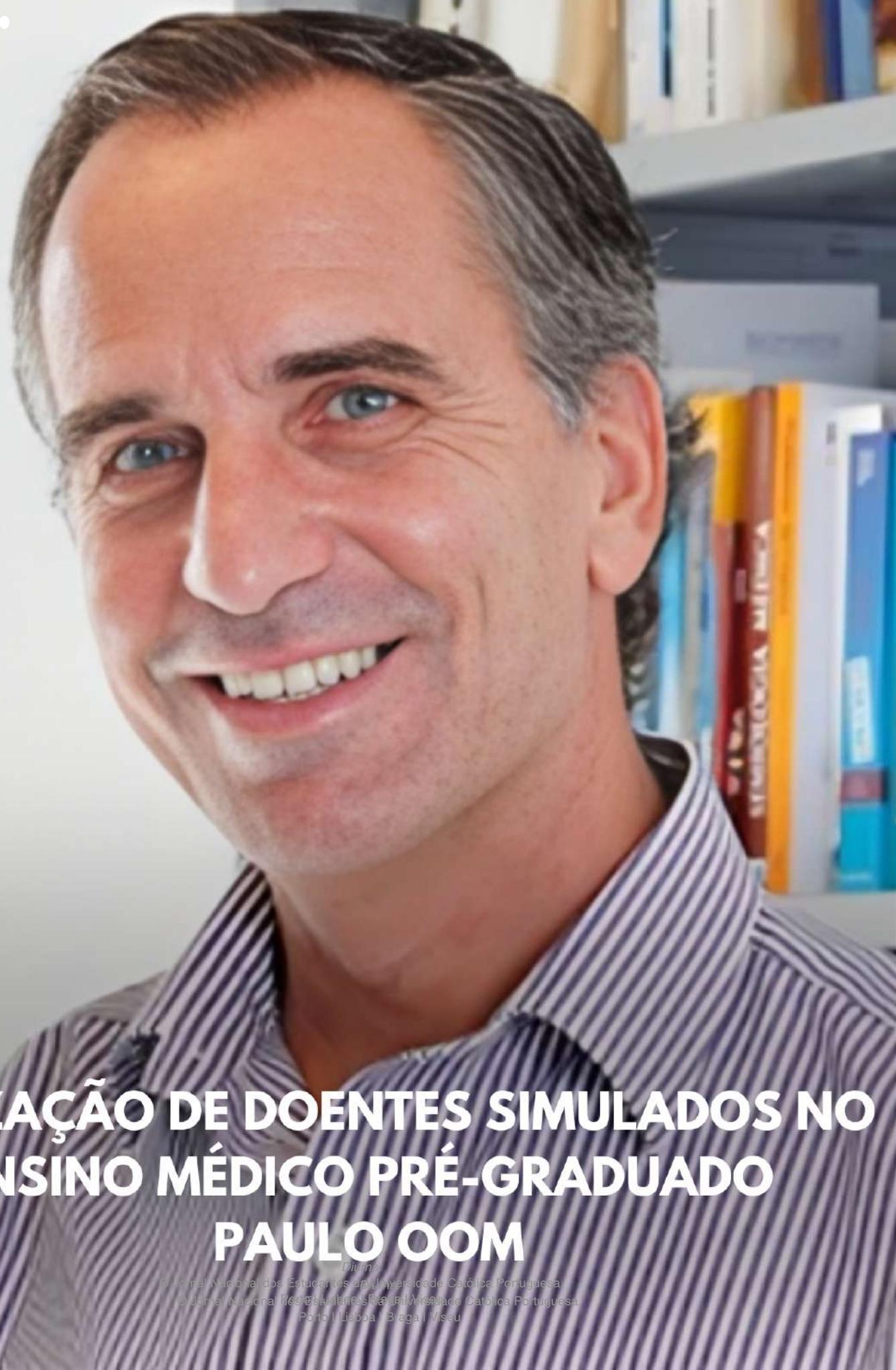
Isabel Miguens

Provedora da Santa Casa da Misericórdia Cascais

Diurna.

Ó Jornal Nacional dos Estudantes da Universidade Católica Portuguesa.  
Porto | Lisboa | Braga | Viseu

D.



# UTILIZAÇÃO DE DOENTES SIMULADOS NO ENSINO MÉDICO PRÉ-GRADUADO

## PAULO OOM

*Dilema*  
O Jornal Nacional dos Estudantes da Universidade Católica Portuguesa  
O Jornal Nacional de Estudos e Pesquisas da Universidade Católica Portuguesa  
Porto | Lisboa | Braga | Viseu

# D.

O ensino da medicina deve estar centrado no aluno, na eficiência do processo de aprendizagem e na necessidade de alinhamento entre os objetivos de aprendizagem, a metodologia de ensino e os métodos de avaliação.

Com o advento da medicina centrada no doente o desempenho clínico passou a estar centrado não no profissional, mas na pessoa doente, o que provocou uma alteração dos papéis tradicionalmente atribuídos quer ao médico quer ao doente.

Por estas razões, e apesar de desde sempre o ensino médico pré-graduado estar associado ao contacto com doentes, o General Medical Council, no Reino Unido e a Association of American Medical Schools passaram a recomendar o contacto precoce dos estudantes de medicina com doentes. Ao mesmo tempo, a Organização Mundial de Saúde elegeu o ensino da comunicação na relação médico-doente como uma das competências clínicas essenciais do ensino médico pré-graduado.

**“(…) o General Medical Council, no Reino Unido e a Association of American Medical Schools passaram a recomendar o contacto precoce dos estudantes de medicina com doentes. ”**

Sendo a utilização de doentes no ensino médico pré-graduado considerada fundamental e recomendada numa fase precoce da formação médica, a utilização de doentes reais, permitindo um maior realismo, é acompanhada por diversas dificuldades como o número de doentes disponíveis, as características particulares de cada doente e da sua doença ou questões relacionadas com a privacidade, segurança e conforto desses doentes. Para além disso, alguns doentes podem apresentar grande complexidade ou estar gravemente doentes, impossibilitando a sua utilização no ensino.

**“(…)utilização de doentes reais, permitindo um maior realismo, é acompanhada por diversas dificuldades”**

Pelo contrário, os doentes simulados estão facilmente disponíveis e podem ser treinados para o desempenho de múltiplos cenários, que podem desempenhar múltiplas vezes, fornecendo ao aluno diversas oportunidades para treino e o seu desempenho pode ser adaptado ao nível de experiência de cada aluno. Os doentes simulados podem também ser utilizados em situações em que o uso de doentes reais seria inapropriado, como o treino para dar más notícias.

A utilização de doentes simulados permite ao aluno o treino de múltiplas competências num ambiente seguro onde o erro é permitido e a repetição incentivada. Diversos estudos mostram que um doente simulado bem treinado não é distinguível de um doente real e que a sua utilização apresenta uma eficiência idêntica à da utilização de doentes reais. A sua utilização conduz de uma forma eficiente ao desenvolvimento de competência técnica no desempenho de procedimentos e na capacidade de tomar decisões sobre o diagnóstico ou tratamento. Igualmente são imprescindíveis no treino da capacidade de comunicar de forma eficiente com os doentes, familiares e outros profissionais e na capacidade de trabalhar em equipa.

# D.

**“Diversos estudos mostram que um doente simulado bem treinado não é distinguível de um doente real e que a sua utilização apresenta uma eficiência idêntica à da utilização de doentes real.”**

O fornecimento de feedback por parte do doente simulado ao longo ou no final de cada cenário é um instrumento essencial para a melhoria contínua do aluno no desenvolvimento das suas competências clínicas. O facto deste feedback corresponder à perspetiva do doente, e à forma como este vivenciou a experiência da consulta, naquele cenário particular e com aquele aluno em particular, valorizando não apenas os aspetos técnicos, mas também, e principalmente, os aspetos emocionais, leva a que este processo seja uma das principais vantagens da utilização de doentes simulados no ensino médico. O objetivo principal é levar o aluno a refletir sobre o seu desempenho durante o cenário e de que forma as suas atitudes tiveram impacto naquele doente em particular. Para isso, o doente simulado foca-se em realçar os aspectos positivos e a identificar oportunidades de melhoria, sempre na perspetiva do “doente” e recorrendo a exemplos concretos retirados do cenário que acabaram de vivenciar. No final, deverá ser evidente para o aluno se os seus objetivos de aprendizagem, previamente definidos, foram cumpridos e quais deverão ser os próximos objetivos de aprendizagem, a serem testados num cenário futuro.

**“O fornecimento de feedback por parte do doente simulado ao longo ou no final de cada cenário é um instrumento essencial para a melhoria contínua do aluno no desenvolvimento das suas competências clínicas.”**

A utilização de doentes simulados para o ensino do exame físico, veio expandir enormemente a sua utilização, com destaque para o treino do exame ginecológico ou da mama na mulher ou do exame genital e rectal no homem.

A utilização de doentes simulados na avaliação médica permite igualmente comparações adequadas de diversos alunos expostos a um mesmo cenário clínico e avaliados segundo os mesmos critérios. Em determinados casos é o próprio doente simulado que desempenha o papel de avaliador do desempenho, com uma fiabilidade idêntica à de avaliadores clínicos.

Do ponto de vista administrativo, a utilização de doentes simulados no ensino médico envolve múltiplas actividades incluindo o recrutamento, seleção, treino, gestão de agenda, monitorização contínua da qualidade e remuneração pelas actividades de simulação.

Os doentes simulados são atualmente parte integrante do corpo docente da faculdade de medicina da Universidade Católica Portuguesa e são encarados como sendo dos seus colaboradores mais valiosos. O maior desafio para a sua implementação são os recursos financeiros necessários, mas o seu espectro de atuação tem vindo progressivamente a alargar-se assumindo novos desafios e responsabilidades.

**Paulo Oom**  
Médico especialista em Pediatria  
Vice-Diretor e Coordenador  
do Laboratório de Competências da Faculdade de  
Medicina da UCP

D.

# PERDI UM DENTE. E AGORA?

## CONSEQUÊNCIAS DA PERDA DENTÁRIA E ALTERNATIVAS DE TRATAMENTO

Catarina Mendes Fonseca



*Diurna.*

O Jornal Nacional dos Estudantes da Universidade Católica Portuguesa.  
Porto | Lisboa | Braga | Viseu

# D.

A perda de um ou mais dentes pode impactar significativamente a saúde oral, a estética e o bem-estar psicossocial. A perda de dentes pode ter várias causas: cáries, doença periodontal, lesões irreversíveis,... Qualquer que seja a causa associada, a perda dentária pode implicar alterações funcionais (mastigação), estruturais (desalinhamento dentário e perda óssea) e pode ter potenciais repercussões noutras áreas da saúde. Os nossos dentes não são estáticos, pelo que, a perda de um ou mais elementos, provoca alterações ao longo do tempo. Se já perdeu algum dente pode já ter reparado em alguma das seguintes situações: o dente atrás inclinou-se para a frente, o dente de cima (que “batia” com o dente perdido) desceu, a gengiva parece já não estar ao mesmo nível dos outros dentes, acumula-se mais comida naquele local,... Estas são algumas das principais consequências que podem ser facilmente observadas. Compreender as consequências resultantes da perda de dentes é importante para que os pacientes procurem a ajuda do seu médico dentista.

**“Os nossos dentes não são estáticos, pelo que, a perda de um ou mais elementos, provoca alterações ao longo do tempo.”**

Atualmente, existem diversas alternativas desde as próteses removíveis, às próteses fixas até aos implantes. Começando pelas próteses removíveis, designadas vulgarmente por “placas”, estão disponíveis em diferentes materiais e permitem substituir desde um a todos os dentes, conseguindo o paciente colocar e retirar por si próprio. Em relação às próteses fixas, existe a opção das pontes que são estruturas que substituem um ou até mais dentes em falta, ancorando um dente artificial aos dentes naturais adjacentes. Estas estruturas requerem a colocação de coroas nestes dentes vizinhos para suportar o(s) dente(s) protético(s). Ainda dentro da prótese fixa existem alternativas menos invasivas para os dentes vizinhos (principalmente para dentes “da frente”) como, por exemplo, as pontes adesivas em que o dente protético é fixado ao dente adjacente através de uma pequena asa. Em relação aos implantes, constituem a alternativa de tratamento mais invasiva, uma vez que consistem em peças de metal ou cerâmica colocadas diretamente no osso, simulando a raiz de um dente. Posteriormente à sua colocação, é possível aparafusar coroas, pontes e até próteses com todos os dentes (caso tenhamos colocado mais do que um implante e o paciente já não tenha dentes).

# D.

A Medicina Dentária tem evoluído exponencialmente nos últimos anos em termos de materiais e técnicas o que nos permite resolver este tipo de problemas de diversas formas tendo sempre em conta a situação clínica de cada paciente. A avaliação do impacto da perda de um ou mais dentes, da situação clínica e a proposta de um plano de tratamento deve ser sempre efetuada junto do médico dentista. Este adequará o plano de tratamento em função da situação apresentada pelo paciente. Nem todas as alternativas de tratamento servem para todos os casos e, muitas vezes, não existe apenas uma só alternativa para o mesmo caso.

**"A avaliação do impacto da perda de um ou mais dentes, da situação clínica e a proposta de um plano de tratamento deve ser sempre efetuada junto do médico dentista."**

Infelizmente, e segundo estudos já efetuados, mais de 60% da população portuguesa tem falta de dentes.<sup>6</sup> Trata-se de mais de metade da nossa população! É urgente que se entenda o impacto e as implicações que a perda de dentes acarreta e que se aposte na prevenção. Muitas vezes, os pacientes chegam-nos já em situações limite, o que implica, grande parte das vezes, planos de tratamento mais complexos, mais demorosos e mais dispendiosos. A consequência disto, é que a maioria dos pacientes acaba por desistir do tratamento e, muitas vezes, a situação vai-se agravando. Por estas razões é tão importante a prevenção para que consigamos evitar tratamentos longos, invasivos e complexos. Devemos consultar regularmente o médico dentista e, se já perdeu um ou mais dentes, que este seja o alerta para agendar a sua consulta.

Catarina Mendes Fonseca  
Médica Dentista

---

<sup>6</sup> Dados do Barómetro da Saúde Oral 2023, Ordem dos Médicos Dentistas



## Saúde mental e “pessoa de confiança”: uma novidade introduzida pela Lei n.º 35/2023, de 21 de julho.

A designada nova Lei da Saúde Mental (Lei n.º 35/2023, de 21 de julho: NLSM) entrou em vigor no dia 20 de agosto de 2023, revogando a Lei n.º 36/98, de 24 de julho, que contava com mais de duas décadas de vigência. No que se refere ao seu objeto, o diploma define “os fundamentos e os objetivos da política de saúde mental, consagra os direitos e deveres das pessoas com necessidade de cuidados de saúde mental e regula as restrições destes seus direitos e as garantias de proteção da sua liberdade e autonomia” (art. 1.º, n.º 1).

A lei trouxe consigo algumas novidades importantes, atualizando as políticas e soluções jurídicas existentes na área da saúde mental e continuando um caminho de progresso iniciado pela lei anterior, cuja revisão se entendeu necessária mercê dos avanços clínicos entretanto registados e da necessidade de dar adequada resposta aos compromissos assumidos pelo Estado Português junto de instâncias internacionais e europeias (cfr. a Exposição de Motivos da Proposta de Lei n.º 24/XV/1.º). É evidente a preocupação da nova lei em alinhar as políticas e regimes que consagra com os desígnios daquela que se tem afirmado como pilar fundamental do “novo paradigma”, em matéria de vulnerabilidade: a Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência (CDPD). Os esteios lançados pela Convenção suportam algumas das

# D.

soluções da NLSM, comprometida em garantir uma prestação de cuidados com “respeito pela dignidade da pessoa humana, pelos direitos fundamentais e de combate ao estigma” e atenta a uma hoje imperiosa “participação das pessoas com necessidade de cuidados de saúde mental, e respetivos familiares, na definição das políticas e planos de saúde mental” (mesma Exposição de Motivos). Como não podia deixar de ser, o diploma recorda amiúde a necessidade de atender à vontade e preferências da pessoa com necessidade de cuidados de saúde mental, ouvindo-a e permitindo-lhe que decida, até a um máximo possível, sobre os cuidados de saúde e outras questões. É paradigmático o direito reconhecido na al. f) do n.º 1 do art. 7.º, no sentido da promoção da capacitação e autonomia da pessoa, nos vários quadrantes da sua vida, e com respeito pelas suas vontades, preferências, independência e privacidade.

**“(…) garantir uma prestação de cuidados com “respeito pela dignidade da pessoa humana, pelos direitos fundamentais e de combate ao estigma” (…)”**

A NLSM não ignora, porém, que a pessoa com necessidade de cuidados de saúde mental pode carecer de apoio no exercício dos seus direitos. O art. 9.º da Lei regula, direta e exclusivamente, o “exercício de direitos” de quem se encontre nesta situação de necessidade de cuidados. Neste contexto, e em

diálogo com o art. 12.º da CDPD, introduz uma inovação nada despicienda: prevê a possibilidade de ser indicada uma “pessoa de confiança” que apoie a pessoa com necessidade de cuidados de saúde mental, “nomeadamente, no exercício dos direitos de reclamação, de apresentação de sugestões e de recurso e revisão da decisão de tratamento involuntário” (art. 9.º, n.º 4). Olhando o referido art. 9.º, constata-se que, ao lado dos já conhecidos acompanhante (designado por sentença que decreta o acompanhamento de maior), procurador de cuidados de saúde ou mandatário com vista a acompanhamento surge um “prestador de apoio” ao exercício de direitos novo, que a lei designou por referência a uma relação de fidejussão estabelecida com a pessoa visada pelos cuidados.

**“(…) prevê a possibilidade de ser indicada uma “pessoa de confiança” que apoie a pessoa com necessidade de cuidados de saúde mental (…)”**

A “pessoa de confiança” pode ser qualquer um: a lei não limita o círculo de pessoas que podem ser indicadas, por exemplo, aos membros da família do carecido de cuidados. Ainda assim, este é um campo privilegiado de atuação da solidariedade familiar, sendo natural – mas não forçoso – que membros da família venham a ser indicados, numa situação concreta.

# D.

A faculdade de indicar uma “pessoa de confiança” assume-se como uma solução de apoio “intencionalmente informal” (cfr. Exposição de Motivos referida). De facto, assim o é: por um lado, prescinde de grandes formalidades na sua indicação e de mais requisitos que não sejam a escolha da pessoa apoiada; por outro lado, permite-se reconhecer e concretizar apoios que, muitas vezes, já são espontânea e informalmente prestados na prática, com respeito pela vontade do apoiado, acomodando-se esta realidade fáctica no texto da lei e regulando alguns espaços de possível atuação. Dos trabalhos que antecederam a lei parece resultar clara a intenção de que a faculdade de designação desta pessoa de confiança seja independente da intervenção de um tribunal. A “pessoa de confiança” é identificada no processo clínico, quando exista acesso à informação de saúde, ou no processo de tratamento involuntário, em auto lavrado para o efeito, sendo esse o caso (art. 9.º, n.º 5). Para apoiar a pessoa no exercício dos direitos previstos na lei, a “pessoa de confiança” pode aceder à informação de saúde e ao processo de tratamento involuntário. No âmbito do processo de tratamento involuntário, a pessoa de confiança surge várias vezes como possível participante em certos atos, podendo a pessoa cujo tratamento involuntário foi decretado recorrer da decisão “por si ou em conjunto com a pessoa de confiança” (art. 35.º, n.º 2, al. a). Assim, e grosso modo, a “pessoa de confiança” surge ao lado da pessoa carecida de cuidados, auxiliando-a: não a substitui (possibilidade que, de resto, parece alheia ao propósito da figura).

## “A “pessoa de confiança” é identificada no processo clínico, quando exista acesso à informação de saúde, ou no processo de tratamento involuntário (...)”

Do que se disse resulta que o leque de potenciais “prestadores de apoio” ao exercício de direitos conta, presentemente e no panorama normativo nacional, com um novo ator. Desta feita, trata-se de um apoio propositadamente informal, visando auxiliar e amparar a pessoa que a ele entendeu recorrer no exercício dos seus direitos, num contexto terapêutico. O campo de atuação desta nova figura parece, todavia, circunscrito às balizas da NLSM, destinando-se, apenas, a pessoas com necessidade de cuidados de saúde mental e para os efeitos ali previstos. A lei tem o cuidado de esclarecer como se articula esta nova figura com, por exemplo, o acompanhamento de maiores ou com as medidas voluntárias de apoio (o que faz ao longo de todo o art. 9.º), mas impõe-se não perder de vista um necessário diálogo entre todos os regimes, coerente e orientado para os interesses da pessoa em situação de vulnerabilidade.

Embora o início de vigência da NLSM tenha sido marcado pela atenção que suscitaram outras alterações por ela introduzidas (concretamente, as que respeitam à duração das medidas de segurança aplicadas a inimputáveis), é importante não deixar passar despercebida a previsão da “pessoa de confiança” enquanto solução integrada num sistema novo que se vai gizando e onde o acompanhamento de maiores assume uma natural centralidade. Na verdade, o regime do acompanhamento e a alteração importantíssima ao Código Civil que o mesmo concretizou não esgotam o esforço que tem vindo a ser feito, pela via legislativa, no sentido de corporizar os desígnios da CDPD.

Marta Rosas

Professora Auxiliar da  
Faculdade de Direito de Lisboa da Universidade Católica Portuguesa

# D.

Arte em Destaque

João Amorim, João Campello, Manuel Dinis



“**N**unca Mates o Mandarin são um projeto nascido, mas sempre por existir, pela mão de três músicos portuenses com algum tempo para matar. Mascando o poético e o mundano, formados pela cidade rugosa onde cresceram e por todos os que optam pelo Português, desde Eça ao Pimba, esta ficha tripla de indie-pop-rock almeja, um dia, cruzar-se com uma letra sua grafitada numa parede da baixa do Porto.”

**Qual é a vossa primeira memória musical?**

**Manuel Dinis** – Eu acho que a minha primeira memória musical é estar no carro com os meus pais, e o meu pai pôr um disco do Paul McCartney, um CD. Lembro-me de estar a dar uma música a que eu chamava “A música do Bambi”, e de que havia uma parte em que eu começava a dar pontapés nas cadeiras, eu e a minha irmã passávamo-nos. Até hoje, eu nunca mais ouvi essa música na minha vida, mas acho que é a minha primeira memória diretamente ligada à música.

**João Campello** – Acho que a minha primeira memória foi quando era muito pequeno, devia ter 3 ou 4 anos, e o meu pai, que era um grande amante de música, tinha na altura o CD “The Dark Side of the Moon” dos Pink Floyd. O disco começa de um modo que era, para mim na altura, assustador, com sons repetitivos. O meu pai punha na aparelhagem, aos altos berros, na sala, para mim e para as minhas irmãs, e nós tínhamos medo do barulho, e chamávamos àquela música “A música do helicóptero”. Hoje em dia já não tenho medo, na altura tinha bastante.

# D.

**João Amorim** – Talvez também no carro, de ouvir música com a minha mãe, ou de tocar Djembe em casa da minha avó. Lembro-me de ter umas teclas foleiras que eu nunca aprendi a tocar, apesar de ter aulas de piano. Nunca fui muito bom com professores. Compunha músicas, sem saber tocar. E não eram boas, claro. Escrevia em inglês, com 6 ou 7 anos. Recentemente descobri o bloquinho onde escrevia as minhas letras. É realmente bom saber que evolui na escrita de canções, mas é interessante ver onde começou. E havia um programa no Nickelodean que era o “The Naked Brothers Band”, que eram uns miúdos que tinham uma banda, e eram fixes, e eu queria ser fixe, então acho que sempre quis ter uma banda.

## Como é o vosso processo criativo? Especialmente por serem três, como acontece?

**Manuel Dinis** – Normalmente é o Amorim que escreve, que traz a ideia inicial, tirando algumas exceções em que eu levo uns acordes, ou uma estrutura de música. E o Campello também poderá falar disso, porque há até músicas que inclusivamente foi ele que escreveu basicamente tudo sem ser a letra. Regra geral, é o Amorim que começa por trazer uma estrutura de acordes com uma ideia de letra.

**João Amorim** – Às vezes ainda não há letra, normalmente começo por ter só os acordes, ou uma estrutura da música. Pelo menos uma ideia do esqueleto. A primeira música, curiosamente, que a banda escreveu, foi o Campello que fez tudo. Aliás, a música já estava praticamente produzida. Normalmente, quando é em parceria eu venho com um certo trabalho de casa já feito, que depois é corrigido pelos dois professores Manuel e Campello, e só depois disso é que vem a letra, normalmente. Às vezes, já vem com letra, outras não.

**João Campello** – Geralmente, 93% das vezes, já nos chega a nós com letra, a mim e ao Manel. Só uma é que não passou na censura.

**João Amorim** – Depois as músicas, são, claro, mastigadas.

**João Campello** – Houve uma que torcemos o nariz, de resto, costumamos alinhar bastante bem.

**João Amorim** – Gostaríamos de, está muito falado no ar ainda, porque estamos a acabar um álbum há muito tempo, mas quando começarmos um novo álbum, gostaríamos de reformular a dinâmica. Fazer por exemplo uma residência, em que a coisa fosse mais fluida e mais rápida.

# D.

## Como é que se conheceram? Como decidiram criar o projeto?

**João Amorim** – Quando começamos a banda já estava no processo de vir para cá (Lisboa), foi uma altura de mudança. Já dissemos isto várias vezes, já nos conhecíamos, superficialmente.

**João Campello** – Eu comecei a entrar na produção na altura da quarentena e o João nessa altura tinha umas músicas a solo, lançadas em nome próprio. Uma noite fiz uma música chamada “Domingo”, trabalhei a parte instrumental, e decidi falar com o Amorim, e disse-lhe “Olha, acho que vais gostar.” Ele gostou, fez uma letra, escreveu muito rápido. Depois, chamamos o Manel, porque precisávamos de um craque, e foi assim, foram-se formando as músicas. Mostramos o que tínhamos ao Manel, e ele gostou bastante.

**João Amorim** – Queria dizer que o Manel ouviu a música a descer a rua a andar de Skate, isto é importante.

**João Campello** – Nós tivemos uma reunião no café Soundwich no Parque da Cidade, e foi essa a primeira vez que nos reunimos os três. E tínhamos mandado a música ao Manel.

**Manuel Dinis**– Nessa reunião, a ir para lá, eu encontrei-me sem querer, com o Campello no cimo da avenida, e ele foi de autocarro e eu fui de skate. E foi a andar de skate que me apercebi se gostava das músicas ou não. Sempre ouvi muita música a andar de skate, e houve ali uma certa tarde de domingo, em que eu ouvi a “Domingo”, e fiquei “Fogo, isto é fixe”. De qualquer das formas, não ia ser preciso muito para que me envolvesse assim num projeto, porque já tinha essa vontade.

**João Amorim** – Mas começou como uma relação, logo, à partida, de trabalho. Um misto de trabalho e

diversão. Mas distinguimo-nos de muitas bandas, porque as bandas normalmente conhecem-se há muitos anos, e são amigos e assim, e nos não. Juntamo-nos com o propósito, logo a partida, que surgiu por ser uma coisa séria, que ia exigir de nós.

**Manuel Dinis** – Não foi uma brincadeira que foi evoluindo. Foi uma tentativa de coisa séria, que está a ir. E quanto à vossa súbita evolução? Qual é a sensação de terem tocado há um ano no Espaço Compasso para 50 pessoas, e de repente estarem no cartaz do Primavera Sound?

**João Amorim** – É o milagre de ter cunhas boas

**Manuel Dinis** – Nem sei por onde começar. É um salto muito grande, de qualquer das formas, porque é um palco incrível, como é óbvio, e aqui no Norte, e mesmo no país inteiro, todos reconhecemos que é um palco incrível. Para quem vê de fora, claro que parece um salto mais alto, entre o Espaço Compasso e o Primavera Sound, mas entre estas duas coisas houve muita coisa a acontecer, apesar de para nós também parecer um salto gigante. Nunca paramos, fomos sempre dando um passo à frente do outro, sempre subindo ou tentando subir a qualidade dos concertos.

**João Amorim** – Tivemos muita sorte à mistura. Ainda temos. Seja a sorte dos deuses dos algoritmos, do SPOTIFY, como a de termos algum tempo livre que nos permite dedicar, a escrever, compor, ir a concertos. E a sorte de ter gente que nos descobriu de alguma forma. Claro que há muito trabalho por trás da coisa gira do concerto, mas também há gente muito talentosa por aí, que se calhar trabalha tanto ou mais do que nós, mas que não teve a mesma sorte. Eu acho também que muito se deve ao Marketing e a toda essa coisa das redes sociais, que é um trabalho que nos não gostamos de ter. Eu preferia estar a compor novas músicas, do que a fazer TikToks, mas é extremamente necessário hoje em dia.

# D.



**João Campello** – Eu nem pensei muito nisso, sinceramente. Nós fomos tocando em vários sítios, fomos crescendo gradualmente, e, cada concerto, não é que fosse melhor que o outro, mas era um passo em frente. Foi gradual. Se calhar, menos gradual que outros artistas ou bandas.

**João Amorim** – Sim, foi rápido. Agora as dificuldades da música emergente, nós sentimo-las. Nós planeávamos os nossos concertos, fazíamos o som dos nossos concertos, tínhamos um PA, e era tudo DIY. Felizmente, a coisa já não é assim, até porque não dava, mas há sempre estas dores de crescimento, e desafios em ser um músico emergente. Depois também há muito pouca gente a viver disto, principalmente desta cena mais Indie, em Portugal. Nós provavelmente vamos sofrer com isto para sempre, e teremos muito gosto, porque é sempre muito bom fazer o que fazemos. Essas dificuldades, vamos sentir até deixarmos de ser emergentes. E faz parte, é a realidade deste nosso pequeno país.

**João Campello** – Quem sabe se vamos ser emergentes para sempre...

**João Amorim** – Mesmo deixando de ser emergentes, acho que vamos sentir estas dificuldades para sempre, há muitos músicos bem estabelecidos que continuam sem conseguir viver disto. E depois a questão que sofremos anualmente, que é, por volta desta altura, retirarmos o nosso dinheiro dos Streams, e é sempre pouco. É uma desilusão, e depois o dinheiro a dividir por três, e as taxas... é uma ajudinha para comprar presentes para a família.

# D.

**Já vos aconteceu alguma coisa, alguma história antes ou durante uma atuação que tenha mudado totalmente a dinâmica de um concerto vosso?**

**Manuel Dinis** – Houve uma história que mudou completamente, porque nós acabamos por tocar numa hora completamente diferente do que era suposto, porque eu e o Campello ficamos presos na casa de banho... antes da atuação. Era um concurso de bandas, não era um concerto nosso. Por acaso nós até queríamos ser mais tarde.

**João Campello** – Normalmente a primeira banda a tocar é a que sofre mais, porque está fresco, não está tão ativo, e eu e o Manel fomos à casa de banho e, depois olha, não conseguimos sair. As pessoas acharam que estávamos a mentir, a fazer de propósito. Também já ficamos com o carro parado a meio do caminho para o Montijo. Fomos de Uber depois, foi uma história. Fizemos uma vez uma aposta no Maus Hábitos.

**João Amorim** – Eles não acreditavam que eu ia cantar a música da Billie Eilish, versão gatinho AI, e eu cantei, e muita gente cantou comigo.

**João Campello** – Mais recentemente, estes senhores, esqueceram-se dos In-Ears.

**João Amorim** – Na Feira do Livro foi pior, porque não tínhamos munição, não tínhamos colunas para nos ouvir, só que já estávamos em palco quando me apercebi. Então corri para o backstage, que é um percurso assim um bocadinho esquisito. No outro concerto em que isto aconteceu ao Manel, o backstage era do outro lado do bar, ou seja, o Manel teria de passar pelo meio do público todo, mas havia munição de chão, então ele conseguia ouvir. No da Feira do Livro estava uma pilha de nervos, porque era um concerto muito importante e bonito, então comecei logo mal, mas depois consegui manter mais ou menos a compostura, acho eu.

**E quanto ao nome da banca? Tem alguma relação com “O Mandarim” do Eça?**

**João Amorim** – É literalmente baseado, roubado, sim. Aliás, há uma música nossa, que é o “Livro Sagrado de Li-Nun”, que é a nossa música menos ouvida, que não é bem cantada sequer, também é roubado desse livro, do “Mandarim”, são umas passagens. Sim, é do Eça.

**Há alguma colaboração que gostassem de fazer?**

**João Amorim** – Nós estamos a tentar contactar o Manuel Cruz. Precisamente para isso, mas não é fácil. Malta com muitas barreiras. Mas estamos a tentar falar com ele, genuinamente.

**Se pudessem associar uma emoção à banda, qual seria?**

**João Amorim** – Muitas vezes já estamos a entrar numa rotina, e a coisa já está a correr mais ou menos sobre rodas, outras vezes, em alturas mais como agora, em que estamos a lançar um álbum, a ver concertos para o próximo ano, é mais um choque, faz parte, ter 33,333 por cento da opinião. Por isso, é um misto entre choque e conflito, que nem é uma emoção isso, mas diria entre isso, e muitas vezes, rotina, diversão, muitas vezes também. Ansiedade antes do concerto e explosão a seguir.

# D.

## O que gostavam que o público levasse consigo depois de um concerto vosso?"

**João Amorim** – um concerto muito especial que tivemos, foi na Feira do Livro, o pessoal estava muito calmo, muito silencioso. Havia gente a cantar, mas as pessoas estavam sobretudo absortas, atentas, foi muito bonito, portanto não digo que gostava que as pessoas levassem sempre isso dos concertos, até porque, a energia é muito fixe, e depende do contexto, mas gostei muito de ver essa absorção.

**Manuel Dinis** – Euforia, palavra simples, resume muitas vezes a energia que temos em palco. Gosto de sentir as pessoas a sentir o que eu sinto, que também é euforia, quando toco.

**João Campello** – Alegria, as pessoas saírem todas contentes.

## Há alguma coisa que gostavam que vos fosse perguntada, e não é ou nunca foi ou não costuma ser?

**João Amorim** – Às vezes gostava que nos perguntassem coisas mais específicas sobre um álbum, ou sobre uma música em específico. Gosto muito quando fazem perguntas fora. Gosto, enquanto escritor das músicas, que me perguntem sobre um pormenor específico que alguém apanha. É sempre giro quando o pessoal pergunta "Olha isto, é uma referência a isto?".

**Manuel Dinis** – Seria sobre as músicas novas. Quando sabem que estamos a fazer um álbum novo, que perguntassem. Os títulos, se vai haver colaborações, esse tipo de coisas.

## 5 PREFERIDOS

BANDA – Rolling Stones – (Manuel Dinis)

ALBUM – Live, VOL. 1, Parcels – (João Campello)

SÍTIO PARA TOCAR – Paredes de Coura (já não podemos dizer Primavera) – (João Campello)

MÚSICA VOSSA – Coimbra B – (Manuel Dinis)

VOZ – Gosto de vozes imperfeitas – King Krule, Isaac dos Black Country, New Road – (João Amorim)

Entrevista por: **Francisca Rocha**

Editor de Direito



# D.

## Afinal, onde fica o Metaverso?

Por Carla Carvalho Martins



# D.

O termo Metaverso aparece pela primeira vez no livro (que não li) de ficção científica de Neal Stephenson, de 1992, cujo enredo se passa num futuro distópico após o colapso das estruturas governamentais dos EUA, levando as pessoas a transpor a sua vida para o Metaverso, uma realidade virtual em que vivem como avatars, fugindo ao caos instalado. Parece ser com um significado semelhante (ainda que sem a parte do caos, ou talvez também) que Mark Zuckerberg, em outubro de 2021, ao mesmo tempo que rebatizou o Facebook como Meta, profetizou que o Metaverso seria o futuro da Internet. À época, Zuckerberg apresentou uma ideia de Metaverso como um ambiente virtual onde é possível estar presente com outras pessoas em espaços digitais, uma nova Internet na qual se está imerso em vez de apenas se observar a partir do exterior. O Metaverso só é possível graças à convergência de várias tecnologias como a inteligência artificial, a realidade virtual e a realidade aumentada, que embora tenham começado a ser desenvolvidas há décadas, estão atualmente a evoluir a um ritmo acelerado e a tornar-se cada vez mais acessíveis e ubíquas.

**“À época, Zuckerberg apresentou uma ideia de Metaverso como um ambiente virtual onde é possível estar presente com outras pessoas em espaços digitais, uma nova Internet na qual se está imerso em vez de apenas se observar a partir do exterior.”**

Zuckerberg despertou o interesse de empresas em todas as áreas. As grandes empresas tecnológicas aumentaram os seus investimentos no desenvolvimento, quer de software, como plataformas para experiências imersivas, quer de hardware, como dispositivos de realidade virtual e aumentada. Para além do Meta Horizon suite (desenvolvido pela própria Meta), o Apple Visio Pro, a Siemens Immersive Engineering e a ABB Industrial Metaverse Platform, são alguns exemplos desses desenvolvimentos.

**“(…) os seus investimentos no desenvolvimento, quer de software, como plataformas para experiências imersivas, quer de hardware, como dispositivos de realidade virtual e aumentada.”**

# D.

Concomitantemente, empresas de vários setores estão a adotar ferramentas imersivas, quer internamente, para facilitar a colaboração entre equipas dispersas ou para aumentar eficiência de produção e operações através da simulações, quer como ferramentas de interação com os consumidores. Entretenimento, retalho, saúde e imobiliário procuram no metaverso um novo espaço para negócios e interação com os consumidores, criando os seus espaços nas plataformas existentes (muitas vezes, chamadas plataformas de metaverso), em que se movem os consumidores finais, de que são exemplos o Roblox, a Decentraland ou Sandbox.

**“(…) espaço para negócios e interação com os consumidores, criando os seus espaços nas plataformas existentes (…)”**

Também a academia voltou rapidamente o seu radar para o Metaverso, procurando conceptualizá-lo e compreender os seus impactos em vários campos. Por exemplo, em 2023, estive numa conferência de branding cujo objetivo era discutir a importância do Metaverso para as atividades de marketing e gestão de marca. Depois de várias apresentações e discussões, todos, sem exceção, continuávamos com muitas dúvidas sobre o que realmente é ou vai ser o Metaverso. Além disso, a maioria dos estudos apresentados eram embrionários. A principal razão era a falta de dados. Não há assim tantos consumidores com experiências no Metaverso. Na verdade, desde o início dos anos 2000 que muitos milhões de utilizadores da Internet se movem em mundos virtuais com os seus avatares e utilizam tecnologias como realidade aumentada e realidade virtual, mas fazem-no especialmente no contexto de jogo. O número de plataformas deste tipo continua a aumentar, porém, estamos longe de uma adoção generalizada para além do nicho do gaming.

**“O número de plataformas deste tipo continua a aumentar, porém, estamos longe de uma adoção generalizada para além do nicho do gaming.”**

# D.

Várias marcas, como a McDonalds, a Louis Vuiton, a Gucci, a Hyundai, ou em Portugal, a EDP e o BPI, têm feito experiências de interação com os consumidores no Metaverso, através de iniciativas como a criação de lojas virtuais e a organização ou participação em eventos nas plataformas de metaverso. No entanto, apesar do entusiasmo, não há evidência clara, até ao momento, de que essas iniciativas tenham gerado um valor acrescentado significativo para as empresas, dada a escassez de um público amplo. Assim, estas iniciativas continuam essencialmente a configurar manifestações de um posicionamento inovador por parte dessas marcas.

**“Várias marcas, como a McDonalds, a Louis Vuiton, a Gucci, a Hyundai, ou em Portugal, a EDP e o BPI, têm feito experiências de interação com os consumidores no Metaverso (...)”**

A Internet parece estar muitíssimo longe daquilo que profetizou Zuckerberg em 2021. Entretanto, os elevados investimentos da Meta no desenvolvimento de tecnologias relacionadas com o Metaverso têm tido resultados financeiros decepcionantes. Ao mesmo tempo, o alvoroço gerado em torno do termo diminuiu, e as atenções voltaram-se para a ascensão da Inteligência Artificial. Será que o Metaverso, enquanto novo paradigma da Internet, é uma ilusão? Ou será apenas cedo de mais? Não tenho ideia da resposta, nem dados que me permitam fazer previsões. Achei, porém, curioso constatar, nos últimos tempos, que quase todas as crianças em idade de frequentar o primeiro ciclo, com quem contactei, têm uma conta no Roblox. Em vez de brincarem com os amigos (que também conhecem na vida real) no jardim ou no recreio da escola, juntam-se no Roblox, cada um a partir da sua casa. Será esta a geração do Metaverso? Vamos ver!

**“ (...) elevados investimentos da Meta no desenvolvimento de tecnologias relacionadas com o Metaverso têm tido resultados financeiros decepcionantes. Ao mesmo tempo, o alvoroço gerado em torno do termo diminuiu, e as atenções voltaram-se para a ascensão da Inteligência Artificial.”**

**Carla Carvalho Martins**  
Professora Auxiliar Convidada  
na Católica Porto Business School



## Em Defesa da Europa

*Uma análise à autonomia europeia e ao seu potencial*

A União Europeia (UE) é um dos blocos políticos e económicos mais significativos do mundo, reunindo 27 Estados-membros em torno de princípios como a Democracia, os Direitos Humanos, o Estado de Direito e a cooperação económica.

No entanto, afirmar que a União Europeia é um projeto megalómano e cheio de contradições também não é despropositado. A criação deste grupo surge de países que, durante uma boa parte da sua história, travaram guerras entre si, formaram alianças e, depois, traíram-nas. Contudo, apresenta-se como uma iniciativa de estabilidade política e de defesa dos interesses externos desses mesmos países.

# D.

A falta de capacidade de afirmação por parte da União Europeia no contexto internacional, certamente devido à ausência de posições consolidadas que permitam a qualificação de uma qualquer posição como europeia que não seja a de marasmo, é notória e a dependência dos Estados Unidos da América no âmbito da defesa militar é dramática. Em 2023, os EUA investiram cerca de 70% em defesa do total investido pela NATO. Adicionalmente, os Estados Unidos investem de forma constante neste setor em comparação com os países da União Europeia que aparentam reforçar o investimento apenas no âmbito de crises geopolíticas, atuando com base no imediatismo.

**“A falta de capacidade de afirmação por parte da União Europeia no contexto internacional, certamente devido à ausência de posições consolidadas que permitam a qualificação de uma qualquer posição como europeia.”**

É precisamente devido a esta preocupação que Merkel e Macron foram, e são, grandes impulsionadores de um exército europeu, contudo, esta vontade esbate numa série de muros. Os principais? As diferenças entre os países da União ao nível cultural e político, a desconfiança entre estes, o custo financeiro e o impacto que a criação deste exército teria na capacidade de defesa de cada país, colocando a sua defesa à disposição de um órgão supranacional, em detrimento da soberania de cada

país e fazendo depender as suas capacidades de defesa, da conciliação entre os diversos países da UE.

**“É precisamente devido a esta preocupação que Merkel e Macron foram, e são, grandes impulsionadores de um exército europeu, contudo, esta vontade esbate numa série de muros.”**

Não obstante as iniciativas por parte de alguns líderes europeus, e reforçando a ideia de que a União Europeia só atua com base no imediatismo, a criação de um exército europeu só ganhou mais fôlego recentemente devido a fatores como o aumento das ameaças externas — incluindo a instabilidade na vizinhança da UE, os avanços tecnológicos de potências rivais e o aumento das tensões com a Rússia e com a China. Além disso, a política externa cada vez mais assertiva dos BRICS (Brasil, Rússia, Índia, China e África do Sul) desafia a hegemonia ocidental, pressionando a UE a adotar uma postura mais coesa e independente.

Se a verdade é que, de forma geral, a coesão existe, é também igualmente verdade que em muitos casos é meramente abstrata. Um exemplo claro é o sucesso da criação da moeda única que se contrapõe com a reduzida afirmação de um projeto económico comum com pouca força num panorama internacional dominado por outras superpotências mundiais.

# D.

De todo o modo, naquilo que concerne à coesão e ao potencial da União, há esperança. Se considerarmos que a guerra na Ucrânia trouxe algo de proveitoso para o mundo ocidental, terá de ser a demonstração da coesão entre os Estados-membros da União Europeia. A opinião relativamente unânime entre os membros da União de que o apoio à Ucrânia é essencial e de que a queda desta para a Rússia colocaria sob ameaça a ordem mundial atual uniu os países em redor de uma política externa comum.

**“A opinião relativamente unânime entre os membros da União de que o apoio à Ucrânia é essencial e de que a queda desta para a Rússia colocaria sob ameaça a ordem mundial atual uniu os países em redor de uma política externa comum.”**

A UE é um dos maiores sucessos históricos no campo da diplomacia e da integração pacífica entre países. Após séculos de conflitos e tensões na Europa, a criação desta organização com o objetivo de promover a paz, a estabilidade e a cooperação entre nações ajudou a evitar novos conflitos entre Estados-membros e a consolidar um espaço de segurança, ao mesmo tempo que contribui para a resolução de conflitos fora da Europa.

**“A UE é um dos maiores sucessos históricos no campo da diplomacia e da integração pacífica entre países.”**

Nesse sentido, é necessário olhar para a União Europeia como aquilo que sempre foi – um conjunto de países muito diferentes entre si, com dificuldades em afirmar-se no panorama internacional mas com enorme potencial. Neste clima de mudança, cabe a esta geração de políticos tornar esta União naquilo que se propôs a ser, a promessa de um futuro melhor, baseado na afirmação deste bloco no contexto internacional.

**Alexandre Guedes Vaz**

Aluno da Dupla Licenciatura em Direito e Gestão  
da Católica do Porto, CPBS e da FDUCP  
Presidente da Católica Policy Society

# DIURNA.



---

Diurna.

OS TEXTOS DOS AUTORES CONVIDADOS  
NÃO SÃO SUJEITOS A QUALQUER PROCESSO  
DE REVISÃO, POR RESPEITO AO ESTILO  
PRÓPRIO DE CADA UM.

**D.**

“O conhecimento é um poder em si mesmo”.  
- Thomas Hobbes

**D.**



# D.

## **DIREÇÃO NACIONAL**

*DIRETOR NACIONAL*

ANA LORENA DE SÊVES

*EDITOR IN CHIEF - PORTO*

CATARINA SAMÕES

*EDITOR IN CHIEF - LISBOA*

RUI LOPO

## **EQUIPA EDITORIAL**

*PORTO*

CATARINA SAMÕES

ADRIANA MAGALHÃES

FRANCISCA ROCHA

RUI SANTOS

*LISBOA*

ANA LORENA DE SÊVES

RUI LOPO

JOAO SOEIRO DA COSTA

JOAO PINHEIRO DA SILVA

ROSALINA DE SOUSA

*BRAGA*

MARIA CLARA VALENTIM

*VISEU*

BEATRIZ OLIVEIRA

## **MARKETING MANAGEMENT**

ANA LORENA DE SÊVES

CATARINA SAMÕES

O JORNAL NACIONAL DOS ESTUDANTES DA UNIVERISDADE CATÓLICA PORTUGUESA

PORTO | LISBOA | BRAGA | VISEU