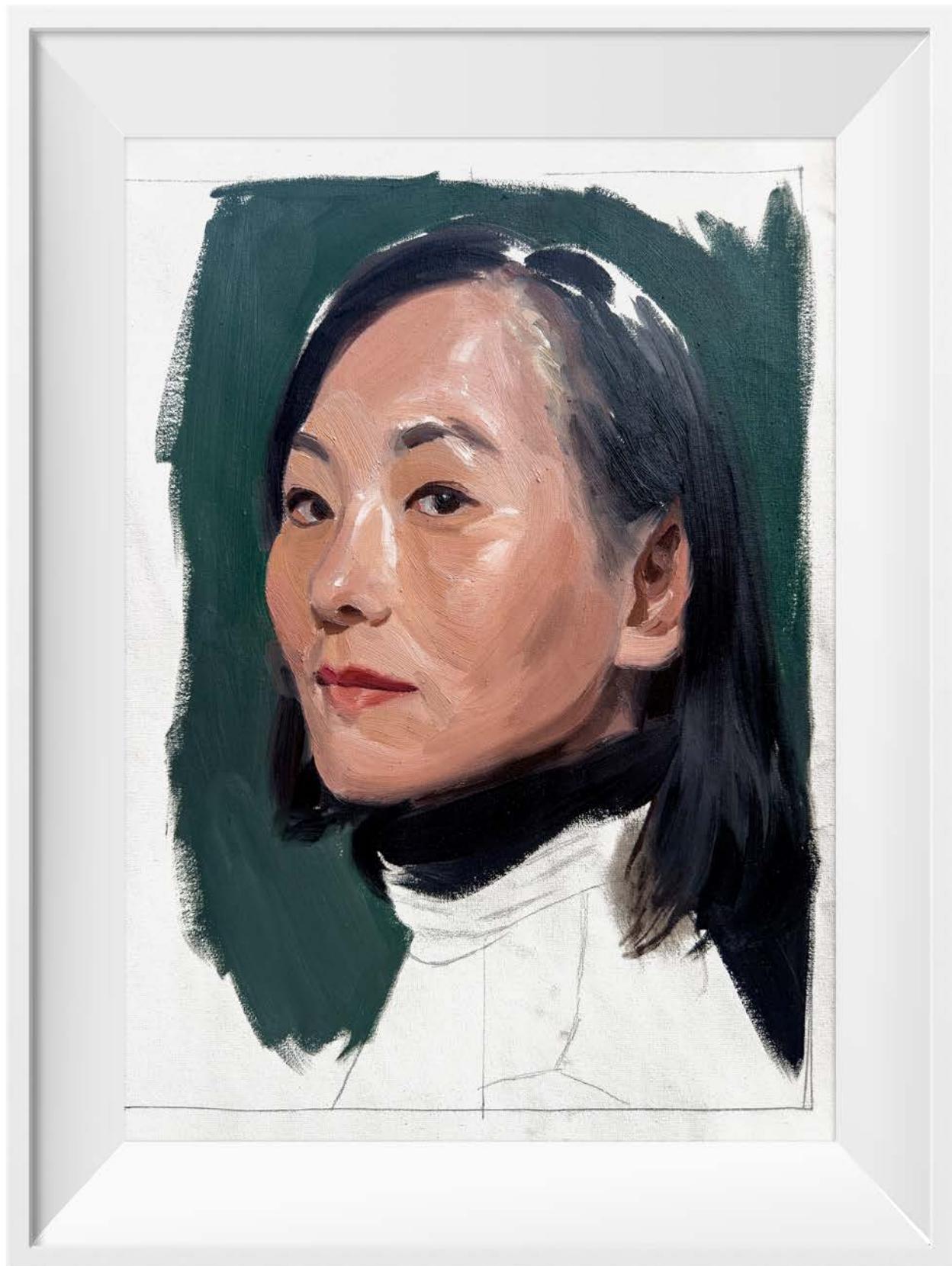


EDIÇÃO 51

MARÇO 2025

# DESCENDÊNCIAS

M A G A Z I N E





Lisboa, Paris, Marraquexe



+351 211 978 542



## Consultoria fiscal e de gestão

Business Adviser, Gabinete de Contabilidade  
Processamento de Salários, apoio fiscal e ao estatuto RNH  
Duas décadas a apoiar empresas



[info@cisterdata.pt](mailto:info@cisterdata.pt)



[www.cisterdata.pt](http://www.cisterdata.pt)

## p/ 06 e 07.

Fevereiro... foi um recheio de emoções!, por José Governo  
E Depois do Adeus... Por Cristina Passas, Presidente da ALD

## p/ 12.

**Grande Entrevista**

Leonardo Ferreira. Cientista luso-americano

## p/ 30.

**Diplomacia** Seminário Diplomático

Por Francisco Oliveira

N E S T A      E D I Ç Ã O

## p/ 36.

**CCP** O papel da Comunidade Portuguesa em Macau

Por Rita Santos

## p/ 42.

**Artes & Artistas Lusos**

Andrea Nunes

## p/ 54.

**Saúde e bem Estar** Vacinas

Por Eduarda Oliveira

# Obra de capa

Artista Plástico: Michael De Brito

Dimensões: 40 x 30 cm

Técnica: Óleo sobre tela

## Miyoung

Esta noite, esta cidade  
lembra-me Seoul—  
as ruas movimentadas de Insadong  
onde as lanternas brilham amarelo  
ao cair da noite, o cheiro de kimchi  
no ar como fantasma.

Esta noite, o rio Han  
corre pelas minhas veias,  
memórias floridas de cerejeira e  
camélia  
num jardim onde Buddha disse  
“Somos nós mesmos  
que devemos trilhar o caminho.”

Esta noite, sinto Seoul  
na alma, cada passo tremulo  
que trilho—um pulso  
forte como as luzes de Dongdaemun  
como estrelas num céu  
denso de saudade.

**Marina Carreira**  
escritora



obrasdecapa.pt

F T

Diretora Fátima Magalhães | Diretora Adjunta Gilda Pereira |  
Editores António Monteiro, Carolina Cunha, Carolina Muralha, Cristina Passas, Diana Correia, Eduarda Oliveira, Flávio Alves Martins, Joaquim Magalhães de Castro, João Vieira, José Governo, Mafalda Lourenço, Marco Neves, Maria do Carmo Mendes, Marina Carreira, Marta Costa, Melissa da Silva, Paula Cristina Veiga, Philippe Fernandes, Sílvia Faria de Bastos, Vitor Afonso | Revisão Daniela Sousa | Design Gráfico Amostra de Letras | Estatuto editorial <https://descendencias.pt/estatuto-editorial/> | Editor e Proprietário Amostra de Letras Lda, NIF 515975591 | Administração Fátima Magalhães - 100% capital | Periodicidade Mensal | Contactos E: info@descendencias.pt W: descendencias.pt T: 309 921 350 | Publicidade E: publicidade@descendencias.pt | Anúncios A Amostra de Letras Lda, não é responsável pelo conteúdo dos anúncios nem pela

exatidão das características e propriedades dos produtos e/ou bens anunciados. A respetiva veracidade e conformidade com a realidade são da integral e exclusiva responsabilidade dos anunciantes e agências ou empresas publicitárias | Direitos Em virtude do disposto no artigo 68º nº2, i) e j), artigo 75º nº2, m) do Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos artigos 10º e 10º Bis da Conv. de Berna, são expressamente proibidas a reprodução, a distribuição, a comunicação pública ou colocação à disposição, da totalidade ou parte dos conteúdos desta publicação, com fins comerciais diretos ou indiretos, em qualquer suporte e por qualquer meio técnico, sem a autorização da Amostra de Letras Lda | Sede Editor/Redação Rua dos Almocreves, 44 4455-029 Lavra - Matosinhos | Registo ERC 127522 | Edição 51, março 2025 - GRATUITA.

# Editorial

## Caros Leitores

Viajamos para Oriente para conhecermos Miyoung, e “as ruas movimentadas de Insadong onde as lanternas brilham amarelo”. Recordamos um mês de fevereiro intenso e recheado e revivemos o “depois do Adeus” para um novo recomeço. Felicidades Presidente! De Mirandela trazemos bons ares e bons ventos, com saborosos sabores tradicionais. Radicado nos Estados Unidos desde que concluiu a sua primeira licenciatura no Universo de Coimbra, percorreu um caminho académico notável, incluindo doutoramentos e pós-graduações na área científica ligada à imunologia, prevenção e cura de doenças como a diabetes tipo 2 e cancro. Palestrante internacional, Leonardo Ferreira concede-nos uma grande entrevista exclusiva com a sua história de vida, o seu último trabalho científico aprovado e as suas aspirações para o futuro de uma saúde mundial ligada à Inteligência artificial e à robótica. A não perder. Rigorosamente.

A edição de 2025 do Seminário Diplomático, decorreu pela primeira vez em duas cidades, Lisboa e Porto e revelamos tudo o que se passou nestes 3 dias de intensa atividade político-diplomática. Vou-vos confessar um segredo: Descobri nesta edição da Descendências que em Macau não perdemos tempo nos transportes públicos, e tudo pode ser resolvido

num só dia. Acho que vou viver para Macau. Que dizem? Continuamos a história dos reis do Pégue e descobrimos o que é uma liderança Lusófona. “Stella Learns Portuguese” – que adorável forma de aprender a língua portuguesa. Parabéns, Andrea Nunes! Voltamos a Gaza para o outro lado da guerra e da Escócia, a França, passando por Portugal, descobrimos o uso e os préstimos das urtigas. Surpreenda-se. As vacinas são mesmo uma conquista da medicina e fundamentais na saúde do indivíduo e da população em geral. E por falar em saúde, nada como ouvir “Le quattro stagioni” de Vivaldi. Que bem que nos faz à nossa alma. Destacamos o valor económico da língua portuguesa e no meio da natureza contemplamos o olhar do José Caetano, pela sua lente única. Magnífico! Fomos a Castro Daire acompanhar o “Programa Regressar”, e pela escrita singular de Isalita Pereira enaltecemos dois ilustres heróis de Portugal: o Diplomata Aristides de Sousa Mendes e o Capitão Salgueiro Maia. Um livro é uma máquina? O Marco Neves diz que sim. Fechamos esta edição com um tema bem atual – “A transparência na Gestão Pública”. Trazemos aos nossos queridos leitores bons motivos de leitura para desfrutar neste mês de março. Bom carnaval e até dia 1 de abril – sem mentiras!



Gilda Pereira  
Diretora Adjunta

| E M D E S T A Q U E

# Fevereiro... foi um recheio de emoções!

A AILD teve um mês de fevereiro intenso e recheado de boas emoções, perspetivando coisas boas para o ano de 2025.

No dia 1 de fevereiro, realizou-se no “Café Comptoir Sau-dade” em Paris, um “Café Literário”, organizado pela Sara Novais, através do projeto “Literanto”. Esta ação, que foi um enorme sucesso, foi mais do que uma conversa, com a parti-lha de leituras, escritas e ideias, e que teve como convidado especial o autor Carlos Nuno Granja com o seu livro *A arte de gostar de ler*, e ainda, a presença da dramaturga/encenadora Odette Branco que abriu a tertúlia. No dia 5 de fevereiro a nova presidente da AILD, Cristina Passas reuniu no restaurante da Fundação AEP no Porto com os membros da associação, da “Visão, Estratégia e Metas”, para um almoço de trabalho de que resultaram várias orientações e decisões, no âmbito do Plano de Atividades 2025. No dia 14 de fevereiro, participei em representação da AILD, no programa da RTP internacio-nal “Decisão Nacional”, a convite da jornalista Rosário Lira, onde também estiveram dois escritores lusófonos convidados, Isabel Mateus do Reino Unido e Leonardo Tonus de França, para apresentar o projeto da AILD, o “Mapeamento dos Escritores Lusófonos a Residir Fora do País de Origem”, cujo processo irá iniciar em França e se estenderá a outras geografias do mundo. A coordenar este projeto está a Sara Nogueira de França, autora e coordenadora do “Literanto”. No passado dia 17 de fevereiro de 2025, o Palácio Galveias em Lisboa, espaço gentilmente cedido pela Câmara Municipal de Lisboa, foi palco para a tomada de posse dos novos Órgãos Sociais da Associação Internacional dos Lusodescendentes - AILD, cujo ato eleitoral decorreu no passado dia 11 de de-zembro de 2024. Entre os diversos convidados que encheram o espaço, estiveram presentes como convidados de honra o Secretário de Estado das Comunidades Portuguesas, José de Almeida Cesário e o cantor Tony Carreira enquanto grande referência da Portugalidade, que como ele próprio referiu, durante os 30 anos que esteve emigrado em França sentiu a Portugalidade de uma forma muito mais vincada. A apre-sentação da cerimónia a cargo de Pedro Ramos teve vários

momentos marcantes, desde logo a intervenção de Philippe Fernandes que agradeceu a todos pela colaboração extraordi-nária de tanta gente durante o seu mandato e que neste dia assumiu a mesa da Assembleia Geral, desejando toda a sorte à sua sucessora Cristina Passas. Seguiu-se o momento oficial da tomada de posse com a assinatura de todos os membros eleitos e a intervenção da nova presidente Cristina Passas que num discurso emotivo e cheio de entusiasmo começo-por elogiar o trabalho do seu antecessor Philippe Fernandes, fez uma retrospectiva do percurso da AILD e traçou as linhas mestras para o mandado 2025-2030. Coube-me a mim, a di-fícil tarefa de num curto espaço de tempo apresentar algu-mas das atividades do extenso Plano de Atividades de 2025, sensibilizando todos para os grandes desafios que a AILD tem pela frente. Para encerrar o momento oficial da cerimónia usou da palavra o Secretário de Estado das Comunidades Portuguesas, que felicitou a AILD, desejando boa sorte e bom trabalho, disponibilizando-se sempre para colaborar e aju-dar, respondendo favoravelmente aos desafios que lhe foram lan-cados.

Seguiu-se depois um momento cultural a cargo da Univer-sidade Séniior de Oeiras por intermédio da sua presidente e também membro da AILD, Eduarda Oliveira, em que a pro-fessora Emilia Costa leu os poemas (*Sísifo* de Miguel Torga e *Pedra Filosofal* de António Gedeão), com o acompanhamento musical do professor Fernando Calado.

Após o momento cultural, a Presidente da Direção, lançou o desafio ao Tony Carreira para umas palavras de circunstânci-a e que este de bom grado aceitou o desafio, referindo que se revê no projeto AILD, ele que foi emigrante em França por cerca de 30 anos, tendo bem a noção do sentimento de Portu-galidade para quem vive fora de Portugal e ainda manifestou disponibilidade para a sua presença e colaboração nas ativi-dades da AILD. A cerimónia terminou com um champanhe de honra, oferecido pela marca “Jóia de Rapaz” e servido um bolo “AILD” oferecido pela Gilda Pereira, sua Vice-pre-sidente.



José Governo  
Diretor Executivo da AILD

Todos nós temos uma canção que nos acompanha em momentos marcantes, não porque a escolhemos, mas simplesmente, talvez pela letra ou significado, e inconscientemente se associa a nós numa simbiose que eleva ainda mais o momento. E assim é, quando penso no dia 17 de fevereiro, no Palácio Galveias, gentilmente cedido pelo Município de Lisboa, no dia de tomada de posse dos órgãos sociais para o mandato de 2025-2030.

Neste momento, em que me dirijo aos leitores da Descendências Magazine, a canção “E Depois do Adeus” de Paulo de Carvalho ressoa bem alto! Talvez porque na presença de ilustres convidados, após ter sido empossada como presidente da Direção da AILD, foi o momento de dirigir-me solenemente ao presidente cessante, Philippe Fernandes (e atual presidente da Assembleia Geral da AIDL), e, em nome de todos, agradecer-lhe publicamente a capacidade

de liderar os destinos da AILD, contra mares e mares, isto é, desde o contexto nacional e internacional do confinamento, visto que a AILD iniciou a atividade em janeiro de 2020, à falta de oportunidades no que diz respeito aos financiamentos às associações de lusodescendentes ou outras com sede em Portugal, mas com todas as vicissitudes, conseguiu liderar e unir uma equipa que sempre acreditou e trabalhou em prol da missão da AILD.

A cerimónia da tomada de posse foi presidida pelo Secretário de Estado das Comunidades Portuguesas, Dr. José Cesário, que muito nos honrou e que, de forma eloquente e entusiasta, elevou a missão da AILD e valorizou o vasto plano de atividades deixando a certeza de que a Secretaria de Estado das Comunidades Portuguesas estará presente sempre que possível, pois parafraseando o próprio todos fomos chamados a trabalhar em prol do maior ativo de Portugal: as

| A I L D

# E Depois do Adeus...

Comunidades Portuguesas! A cerimónia foi elegante e reinou uma atmosfera de confiança no futuro da AILD, assumida pela equipa empossada e por toda equipada. Ilustres convidados agraciaram-nos com a sua presença, e fica o nosso profundo agradecimento, e também não posso deixar de registrar publicamente o altruísmo do reconhecido e ilustre artista o Tony Carreira, que tomou a palavra e de forma eloquente, e profundamente sentida partilhou o sentimento dele próprio ter sido emigrante em França, recordando os tempos que antecederam a sua carreira como artista, pelo que reconhece a importância da AILD e disponibilizou-se para ajudar e apoiar a AILD sempre que lhe for necessário.

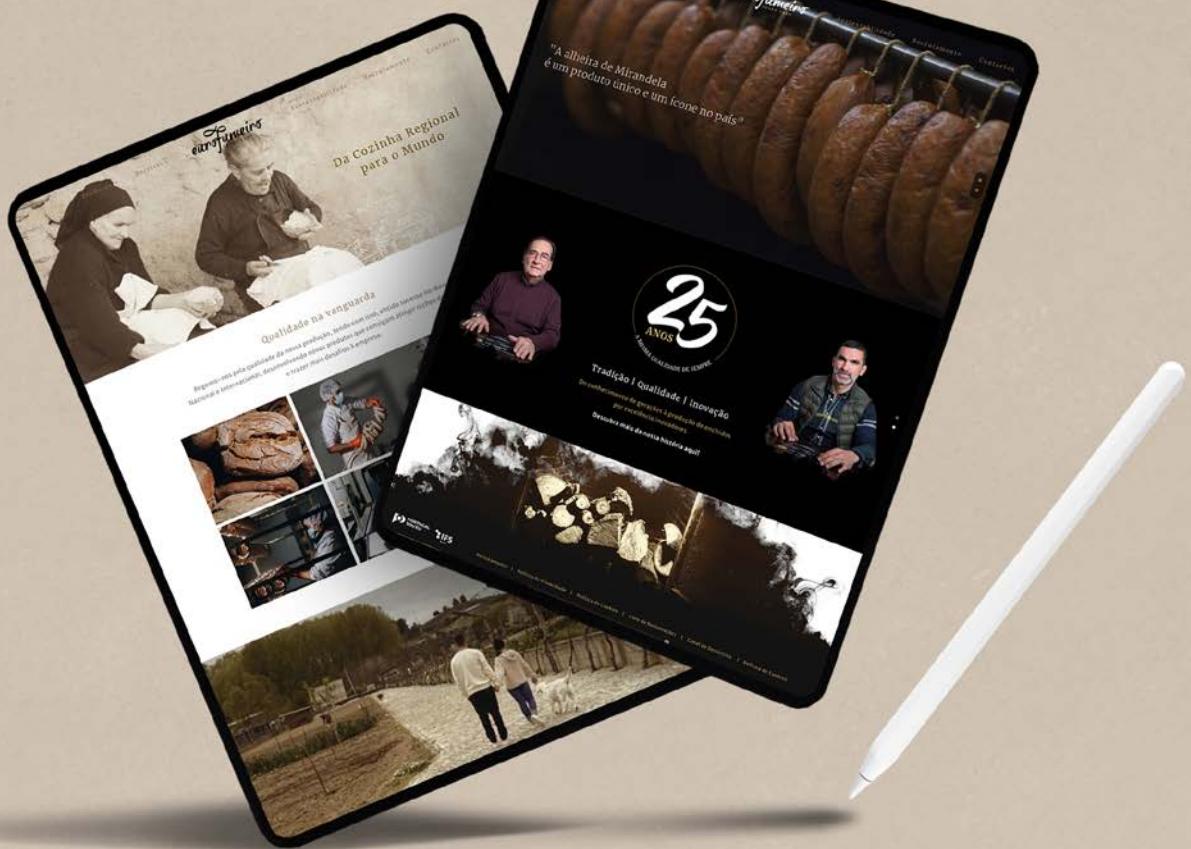
Em que nome de toda a equipa agradecemos profundamente o altruísmo e voto de confiança!

Em contraste, e não posso deixar de pronunciar-me num sentimento agridoce, que dos 4 deputados

eleitos pelo círculo eleitoral fora de Portugal, apenas os dois deputados do Chega se apresentaram no ato de tomada de posse, a quem deixamos o nosso agradecimento público. O Deputado da AD justificou a indisponibilidade por se encontrar fora do país, o que entendemos perfeitamente, ao contrário do Deputado do PS, que nem sequer respondeu. Porquê? Não sabemos, ou preferimos não especular, porque na verdade não nos preocupa minimamente, pois a nossa missão não é refém das vontades políticas, mas sim de uma vontade inabalável de uma equipa motivada em fazer cumprir a sua missão! Assim, porque “Depois do Adeus” há sempre um recomeço, resta-me assumir o meu compromisso em servir as comunidades lusodescendentes com dedicação, entusiasmo e envolvermos todos na missão da AILD, porque mais do que acreditar em mim, acredito no coletivo que abraça a missão da AILD!



Cristina Passas  
Presidente da AILD



| E M P R E S A   A S S O C I A D A

## Eurofumeiro

Pode-nos contar um pouco sobre o seu percurso profissional antes de se tornar CEO da Eurofumeiro?

O meu percurso profissional esteve sempre ligado ao setor, desde tenra idade (6 anos) ainda na nossa cozinha tradicional que se situava no R/C da nossa casa já participava em algumas tarefas que me eram permitiam realizar (montar as caixas de cartão que na altura servir para embalar as alheiras), posteriormente fui estudar para Braga e voltei para acabar o secundário em Mirandela e logo após abracei a meu projeto de vida (Eurofumeiro) tendo em conta a necessidade de ajudar os meus Pais a reerguer a Empresa depois de um início bastante atribulado e aqui estou até aos dias de hoje.

O que motivou a criação da empresa e qual foi a sua visão inicial?

A Eurofumeiro foi criada com o objetivo de ser uma nova

unidade na região com todos os requisitos necessários uma vez que antes laborávamos numa pequena cozinha tradicional no R/C da nossa casa de habitação e por sua vez conseguir ter capacidade de produção adequada ao mercado Nacional e também fazermos alguma exportação. No primeiro Ano de atividade teve um início muito atribulado como tive oportunidade de referir atrás, mas posteriormente conseguimos começar a atingir os objetivos iniciais que sempre foram especializar-nos na produção de Alheiras (A nossa Alheira de referência foi e será sempre a Alheira de Mirandela IGP), nunca deixando de lado as receitas e processos tradicionais transmitidos de geração em geração, mas adaptando-nos às exigências modernas de segurança e higiene alimentar, estes objetivos iniciais acabam por se alinhar muito com a minha visão inicial acrescentado a vontade de levar em frente um pequeno negócio de família e transformá-lo numa referência no setor sempre mantendo o nosso compromisso com a qualidade e sustentabilidade adaptado as novas tendências alimentares.



**Rui Cepeda, CEO's Eurofumeiro**

**Como tem evoluído a Eurofumeiro ao longo dos anos?**

Ao longo dos anos, a Eurofumeiro expandiu a sua gama de produtos, uma gama tradicional que preserva os sabores autênticos da região onde o ex-libris é a Alheira de Mirandela IGP baseada em receitas tradicionais transmontanas e uma linha inovadora que combina métodos tradicionais com novos sabores (Alheira Vegetariana, Alheira de Bacalhau, Alheira Galina e Pato, Recheio de Alheira, etc.) proporcionando interpretações modernas de enchidos clássicos. A nossa Empresa teve sempre um compromisso com a sustentabilidade, consumimos muitos produtos da nossa região Azeite DOP, carne de porco Bísaro (ajudamos a reabilitar ao raça autóctone), utilizamos no processo de fumagem lenha de oliveira e de carvalho e para além disso utilizamos o caroço de azeitona na nossa caldeira de aquecimento de água e já algum tempo instalamos uma unidade de produção de energia para autoconsumo e temos por objetivo continuar a fazer alterações para a redução da nossa pegada ecológica com a promoção da eficiência energética.

**A inovação desempenha um papel fundamental no setor alimentar. Como é que a Eurofumeiro tem apostado na inovação e diferenciação dos seus produtos?**

A Eurofumeiro tem apostado fortemente na inovação para se destacar no setor alimentar, combinando sempre tradição com modernidade. Fomos a primeira empresa a certificar Alheira de Mirandela, lançamos a Alheira Vegetariana de Bacalhau de Aves (galinha e pato), Recheio de Alheira, Javali, etc., relativamente à diferenciação, queremos manter sempre a qualidade dos nossos produtos tanto a nível organoléptico como em segurança alimentar, aliado a métodos tradicionais porque é muito importante para nós preservar o saber fazer, que mantém as características e sabor dos nossos produtos.

**Como garantem a qualidade dos produtos, desde a seleção dos ingredientes até ao consumidor final?**

Asseguramos a qualidade dos nossos produtos com um rigoroso critério de seleção de fornecedores que nos possam



fornecer matérias-primas que cumpram com os nossos padrões de qualidade e segurança alimentar, fizemos ao longo dos anos uma simbiose perfeita entre as técnicas artesanais com os equipamentos modernos com o objetivo de assegurar autenticidade e segurança dos nossos produtos, fazemos análises microbiológicas regulares, temos a nossa unidade Certificada pela norma IFS Food Version 8, temos um programa de produção desenvolvido especificamente para a nossa Empresa onde é assegurado toda a rastreabilidade dos nossos produtos, fazemos formação continua dos nossos colaboradores e recolhemos regularmente *feedback* dos nossos consumidores, pois valorizamos muito a sua opinião e expectativas.

**A Eurofumeiro já tem presença no mercado internacional? Se sim, como tem sido essa experiência e quais os mercados mais relevantes?**

A nossa presença no mercado Internacional é quase em exclusivo no dito mercado da saudade, pois a Alheira é um enchido regional com características próprias logo este o nosso mercado mais relevante e até me atrevo a dizer exclusivo, estamos presentes em vários Países, França, Bélgica, Reino Unido, Moçambique, Angola, Macau, Espanha, Luxemburgo.

**Que estratégias têm para expandir a marca além-fronteiras?**

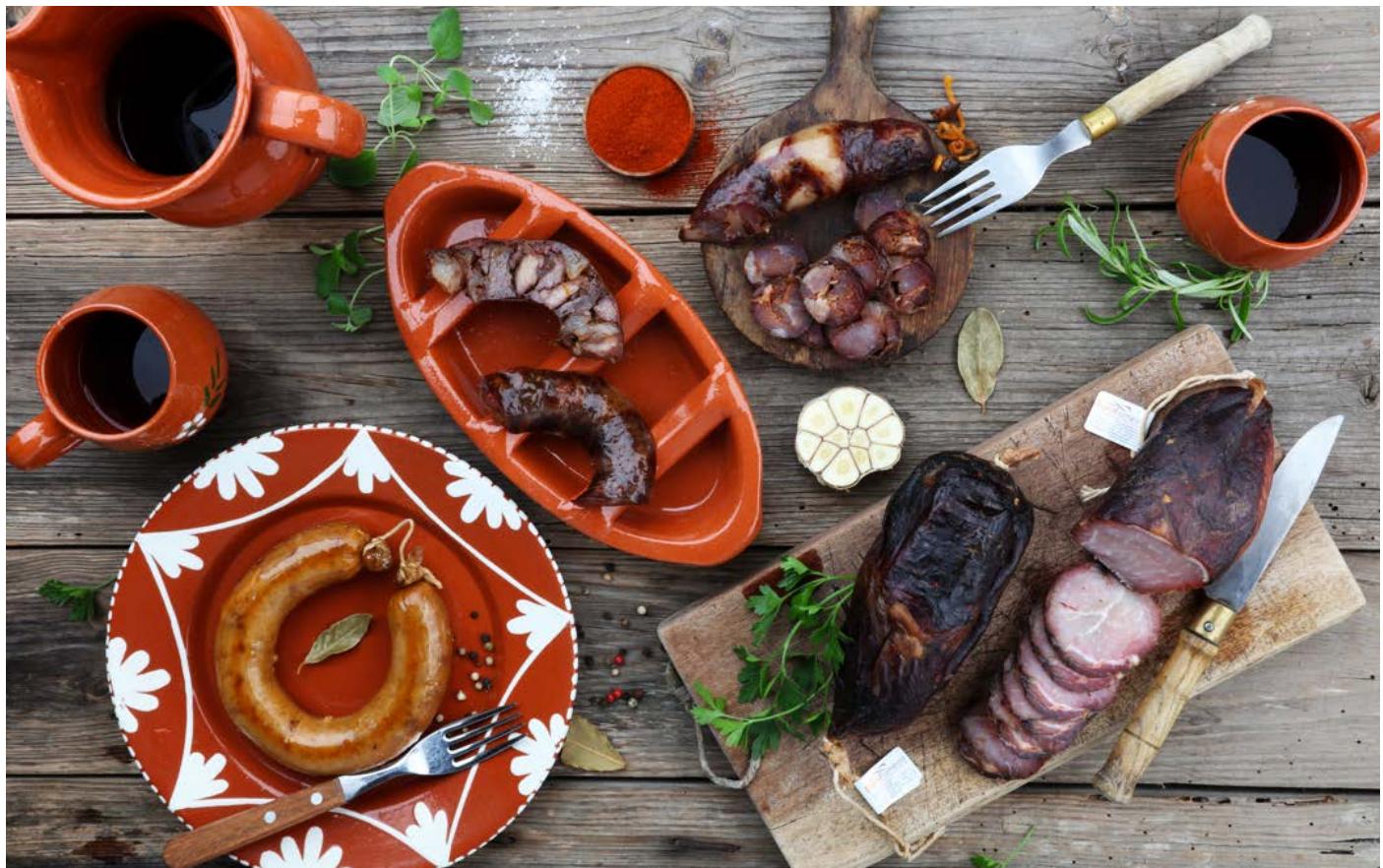
A nossa estratégia de expansão além-fronteiras passa por fortes campanhas promocionais em articulação com degustações e modo de confeção.

**Que tendências futuras vê para o mercado?**

O mercado Agroalimentar está em constante evolução, influenciado por mudanças nos comportamentos dos consumidores, avanços tecnológicos e preocupações ambientais. Os consumidores atualmente estão cada vez mais preocupados com os produtos que consomem tendo em conta a sua composição e qualidade inerente, bem como uma preocupação grande com a sustentabilidade do planeta.

**Qual é o futuro da Eurofumeiro nos próximos anos?**

O futuro da Eurofumeiro passa por estar atento às tendências emergentes para se manter competitiva e alinhada com as expectativas do mercado, sem nunca descurar a sustentabilidade da empresa, bem como o bem-estar dos seus colaboradores.



Como sente a portugalidade? É um tema presente na sua empresa?

Na nossa empresa é sentida particularmente, uma vez que sempre demos muita importância ao saber fazer, à nossa identidade cultural, à nossa história, aos valores e tradições regionais e Nacionais. A nossa gastronomia tem uma riqueza ímpar e a nossa exportação depende quase em exclusivo das nossas gentes lá fora que tão bem sabem defender os nossos produtos.

A AILD está a criar uma rede internacional de pessoas que se vão poder interligar e colaborar entre si. Como vê este projeto e quais as vossas expectativas?

Vejo esta iniciativa como um motor para nossa economia

local e regional bem como uma excelente forma de promoção da nossa riqueza gastronómica.

Tendo em consideração que esta entrevista será lida por muitos empresários espalhados por todo o mundo, que palavras deixaria sobre a AILD relativamente a esta plataforma global?

Em primeiro lugar deixar uma palavra de reconhecimento pela coragem de abrir delegações por esse mundo fora. Sem dúvida nenhuma, as comunidades portuguesas emigradas, são os maiores embaixadores da nossa riqueza gastronómica e o pedido que nós fazemos, é que continuem a promovê-la, para que produtos de qualidade como a nossa Alheira de Mirandela IGP, continue a ser um dos ex-líbris da gastronomia portuguesa e possa ser apreciada além-fronteiras.



**João Vieira**  
Diretor Geral AILD - Negócios & Empresas

# GRANDE ENTREVISTA



# LEONARDO FERREIRA

CIENTISTA LUSO-AMERICANO

*Radicado nos Estados Unidos desde que concluiu a sua primeira licenciatura na Universidade de Coimbra, percorreu um caminho académico notável, incluindo doutoramentos e pós-graduações na área científica ligada à imunologia, prevenção e cura de doenças como a diabetes tipo 2 e cancro. Depois de colaborar em vários laboratórios, abre o seu próprio laboratório e integra a academia como professor universitário. As suas descobertas têm sido alvo de foco por parte dos ‘media’, médicos e comunidade científica mundiais. Palestrante internacional, Leonardo Ferreira concede-nos uma grande entrevista exclusiva com a sua história de vida, o seu último trabalho científico aprovado e as suas aspirações para o futuro de uma saúde mundial ligada à Inteligência artificial e à robótica.*



© Clif Rhodes

**Quem é o Leonardo Ferreira? Quais as suas origens, onde nasceu, quais os estabelecimentos de ensino que frequentou em Portugal, entre outras curiosidades que nos queira contar?**

Sou natural de Coimbra. Tenho 34 anos. Sempre quis ser cientista e inventor, desde que me lembro. Quando era criança ficava fascinado pela forma como os meus joelhos se curavam e regeneravam sempre que os magoava. Também fiquei particularmente intrigado com uma novela brasileira que vi em criança, “O Clone”. Nessa telenovela, um cientista clonou secretamente alguém pouco antes de morrer. Frequentei a escola primária na Escola da Almedina, em seguida ingressei na Escola EB2/3 Martim de Freitas do quinto ao nono ano. No

restante secundário transitei para a Escola Secundária José Falcão. Foi nessa fase que comecei a ter as minhas disciplinas de eleição como estudante: matemática e físico-química, bem mais complexas e difíceis do que ao nível do ciclo anterior. Foi também nessa altura - através do Parlamento Europeu dos Jovens - que viajei para um país estrangeiro pela primeira vez, tendo sido também o meu primeiro voo. Essa experiência causou-me uma imensa transformação, porque esses eventos tiveram lugar em países estrangeiros onde se falava, lia e escrevia em inglês ao alto nível de 24/7, durante uma semana. Essas experiências despoletaram em mim um imenso interesse em viajar. Entretanto, completei a licenciatura em Bioquímica na Universidade de Coimbra. A Universi-





dade de Coimbra é a mais antiga de Portugal (1290) e foi a primeira a ter um curso de bioquímica. Conseguia a BII para o ano letivo 2009/2010, a minha primeira bolsa. No meu segundo e último verão na universidade preparei-me para os exames de entrada em doutoramento nos Estados Unidos, submetendo-me ao Graduate Record Examination (GRE) ao Test of English e ao Foreign Language (TOEFL, teste específico para quem não tem inglês como primeira língua). Em setembro de 2010 fui a Lisboa realizar os dois testes (em segredo) e enviei candidaturas para programas de doutoramento nos Estados Unidos. No início de 2011, começaram as entrevistas. Foi a primeira vez que visitei os Estados Unidos. Em julho de 2011, dei início ao meu doutoramento em Harvard. Como estudante de doutoramento em Harvard, uma conquista foi ser o primeiro a relatar o uso de edição genómica em células T e células estaminais do sangue humanas usando CRISPR/Cas9. Em 2013, também descobri um elemento no DNA que controla a expressão de um gene envolvido na tolerância imunológica durante a gravidez. O ano de 2013, foi muito produtivo e 2014 foi um ano de colher alguns dos louros. Em 2019, estando eu já noutro laboratório do outro lado dos Estados Unidos a fazer um pós-doutoramento há vários anos. Essa pós-graduação focou-se em estudar a tolerância imunológica, o processo pelo qual o sistema imunitário não reage especificamente com um dado alvo, chamado anti-génio. De 2016 a 2021, foram cinco anos de intensa aprendizagem e trabalho e, talvez mais importante, obtenção de independência no laboratório. Comecei a trabalhar no laboratório primeiro sozinho, depois treinando outros para me ajudar. Foi também lá que me candidatei e obtive a minha primeira bolsa como investigador principal (uma “Grant”, em contraste com uma “Fellowship”, onde se concorre para conseguir suporte de salário para trabalhar com um investigador principal). Em 2020, o mundo sofreu uma transformação por causa da quarentena e isolamento para conter a COVID 19. São Francisco, California, implementou medidas bem restritas durante mais de um ano. Todo este isolamento e mais tempo para pensar também me levou a tomar uma decisão: candidatar-me a posições de professor assistente para ter o meu próprio laboratório! A ciência é difícil e de-

mora muito tempo (eu posso contar pelos dedos das mãos quantas descobertas que me dão animo e são reconhecidas pelo mundo, que eu fiz em 15 anos de investigação científica), mas não consigo imaginar não ser cientista e inventor.

**Insere-se em alguma comunidade de Portugueses?  
Frequenta alguma atividade com essa comunidade?**

Quando morava em Cambridge, Massachusetts, durante o meu doutoramento, uma das minhas colegas de laboratório, Ângela Crespo, também portuguesa, era a presidente do capítulo de Boston da Post-graduate Portuguese American Society (PAPS). Então, um ano depois de me ter mudado para os Estados Unidos, finalmente entrei em contacto com uma comunidade portuguesa nos Estados Unidos. Através dela fiz vários amigos portugueses e falei em alguns eventos sobre o meu trabalho no laboratório. A presença portuguesa em Boston é forte, com uma população notável de lusodescendentes em East Cambridge, MA, e bastantes estudantes de Portugal em Harvard e MIT (o que faz sentido, visto essas serem as duas universidades americanas de que se ouvia falar em Portugal quando eu crescia lá). Quando me mudei para São Francisco para o meu pós-doutoramento, descobri, por acaso, um grupo chamado Portuguese in the Bay Area. Tinham encontros uma vez por mês e eu compareci em alguns até se dissolver quando o presidente, um empresário, voltou para Lisboa. Mas durante esse tempo conheci pessoas que trabalhavam no consulado português em São Francisco, algumas das quais me convidaram mais tarde para um jantar em 2018, onde eu conheci o primeiro-ministro António Costa e com ele conversei sobre a minha investigação no único restaurante português em São Francisco chamado «Uma Casa». Este evento aconteceu em junho, quando o então primeiro-ministro e assessores viajaram para a Bay Area e Silicon Valley por conta de algumas parcerias entre empresas no Silicon Valley e empresas portuguesas. Em Charleston, SC, só conheci uma pessoa de Portugal até agora, Ana Mafalda Velez de Castro, a qual também trabalha na Medical University of South Carolina, e não tenho conhecimento de nenhuma comunidade ou evento português.



© Clif Rhodes

Vota nas eleições partidárias portuguesas? Pensa que se o voto fosse eletrónico haveria mais participação nas urnas da parte dos emigrantes portugueses espalhados pelo mundo?

Eu votei em eleições portuguesas no Consulado de Portugal em San Francisco, Califórnia. Eu não trabalho no campo de computadores, mas imagino que não seja seguro votar por computador devido à possibilidade de os resultados serem alterados por *hackers*. Nos Estados Unidos, onde a tecnologia abunda, o voto ainda é feito em papel precisamente por essa razão.

Tem sorte pela proximidade do consulado. Tem conhecimento de que Portugal tem neste momento, de acordo com estatísticas, quase seis milhões de emigrantes e lusodescendentes espalhados pelo mundo?

Acredito. Portugal é um país de exploradores e descobridores. É também um país cuja economia não suporta todo o seu capital humano, então que, num mundo globalizado, já há várias décadas que há talento português pelo mundo inteiro.

Muitos desses emigrantes pagam IMI (Imposto Municipal sobre imóveis) e outros impostos indiretos quando visitam

Portugal. Entre esses emigrantes muitos são jovens e não conseguem deslocar-se a um consulado ou uma embaixada por terem de percorrer, em vários casos, mais de 500 km. A par disso muitos dos votos por correspondência são desviados e não chegam a Portugal. Não lhe parece mais preocupante do que o voto digital? Não é injusto?

Não sei o suficiente para opinar sobre esta situação. Mas posso relatar da minha experiência pessoal que eu recebo cartas e encomendas em casa e no laboratório de diferentes países no mundo sem aparente problema. Inclusivamente, cartas de Portugal (família, governo, finanças) são recebidas aqui na minha casa na Carolina do Sul, Estados Unidos e são enviadas de cá para Portugal e outros países sem nunca nenhuma se ter perdido. Então, parece-me bizarro e preocupante que votos por correspondência não cheguem a Portugal.

Gostaria de votar nas próximas eleições autárquicas para escolher o próximo presidente de câmara de Coimbra e escolher o presidente de junta da freguesia de Almedina?

A liderança ao nível de freguesia, de concelho, e de distrito é muito importante e o nível a que mais cidadãos tem acesso. Quando estava na Escola Secundária José Falcão em Coim-



© Clif Rhodes

bra e era parte da delegação representado Portugal em fóros do Parlamento Europeu dos Jovens em vários países da Europa, recordo-me de um encontro com o presidente da câmara municipal de Coimbra Dr. Carlos Encarnação juntamente com outros colegas parte da delegação e com a professora responsável pela equipa Dra. Ana Pato Catroga. Ele contou-nos sobre a sua experiência como político e do seu tempo na Suíça, recontando que o chocolate lá tinha demasiado açúcar para o seu gosto. Talvez mais relevante, ele disse-nos o quanto importante era viajarmos e ver outros países e outras realidades e ajudou a providenciar algum financiamento para as nossas viagens. Ele deixou de ser presidente da câmara um pouco antes de eu sair de Portugal, há mais de treze anos. Ao nível da freguesia não me recordo se interagi com alguém da liderança. Eu morava na freguesia de Santa Cruz, a qual foi extinta depois de eu ter saído de Portugal. Não tenho uma opinião forte sobre portugueses no estrangeiro votarem em eleições de freguesia

e de concelho. Eu pessoalmente estou muito mais a par e sou mais afetado por aquilo que se passa ao nível local onde vivo em Charleston, Carolina do Sul, Estados Unidos, do que em Coimbra, Portugal, onde já não vivo há mais de treze anos.

#### Com que regularidade visita Portugal nas suas férias?

Visitei Portugal três vezes nos últimos treze anos e meio: primavera de 2016 para mudar o meu visto para presença no Estados Unidos (quando acabei o meu doutoramento em Harvard em Maio de 2016, tive que visitar a Embaixada dos Estados Unidos em Lisboa e receber uma extensão para pós-doutoramento e depois reentrar os Estados Unidos com esse novo visto, verão de 2019 (visitei família e amigos aproveitando ter dado palestras ali ao lado em Paris), e inverno de 2021 (assisti à defesa de tese de mestrado em biologia molecular da minha mãe na Universidade de Aveiro).



© Clif Rhodes

Conhece alguma publicação portuguesa que acompanhe?

Tem conhecimento de uma publicação luso-americana chamada Jornal Luso-americano sediada em Newark?

De momento não acompanho nenhuma publicação portuguesa e infelizmente não conheço o jornal Luso-americano. Devido a restrições de disponibilidade de tempo, as únicas publicações que se pode dizer que acompanho são a Science magazine e a Cell magazine. Recebo ambas em versão impressa em casa, todas as semanas, para me forçar a ler artigos que não são diretamente relacionados com a minha investigação. Sou um grande crente na polinização cruzada entre diferentes campos de estudo e ler artigos de física, neurociência, entre outros, o que poderá levar à descoberta de ideias ou métodos adaptáveis aos meus questionamentos e estudos em imunologia no laboratório.

Como é a sua rotina profissional?

Para ser cientista é preciso ser-se muitas coisas ao mesmo tempo: ter destreza manual para fazer experiências, ler e compreender artigos de investigação, escrever artigos de investigação e pedidos de financiamento com planos de trabalho, potenciais alternativas, e orçamentos, ensinar no laboratório e na sala de aula, dar palestras, falar com jornalistas e resolver problemas em geral. Talvez o mais importante é a paixão por querer fazer algo único. Sem isso nada feito. O primeiro passo para alcançar um objetivo é querer alcançar o objetivo. Também penso sempre que talvez existam outros que são melhores a fazer aquilo que eu faço, mas que isso não importa porque não são esses que estão a fazê-lo, sou eu. A minha rotina profissional é quase não existente. Não há dois dias iguais. Alguns dias faço cirurgias em animais que duram



© Clif Rhodes

o dia todo das 9 da manhã até as 7 da tarde, sem tempo para ler e-mails ou comer. Outros dias, estou fora da cidade ou do país numa conferência a assistir ou a dar palestras. Na maioria dos dias, começo por vir ao laboratório de manhã e entro e saio para reuniões ou experiências que estão a decorrer. Continuo a ter uma secretária no laboratório e a fazer experiências. Passo tanto tempo no laboratório quanto possível para que os meus estudantes de doutoramento e pós-doutoramento me possam questionar ou mostrar novos resultados rapidamente sem ter de marcar reuniões. Por vezes, as ideias surgem ao falar com eles e elas ou de ver algo pela primeira vez no laboratório. A descoberta continua a ser o motor da minha dedicação à ciência. Mas claro que por vez passo horas em salas de reuniões ou fechado no meu gabinete a escrever uma bolsa, um relatório ou um artigo de investigação. Algumas noites não chego a dormir porque tenho um prazo ou porque começo a analisar resultados e não largo o trabalho enquanto não tiver um entendimento bem documentado daquilo que observo e o contexto em que se poderá enquadrar. Por vezes, tenho encontros no meu gabinete individualizados com membros do meu laboratório que duram duas, três ou quatro horas. Fazer ciência é constante e absorvente.

Na atualidade, reunimos um conjunto de portugueses que se situam muito confortavelmente nos EUA, na política, como autarcas e senadores; gente ligada à medicina e à Biologia, como colaboradores de grandes laboratórios luso-americana-

nos, e em várias empresas de relevo. Mantém contacto com esses portugueses? Associam-se de algum modo? Falam em língua portuguesa?

De momento, não mantendo contacto com portugueses fora da família e professores orientadores da Universidade de Coimbra, mas estou sempre aberto a conhecer novas pessoas e personalidades. Conheci alguém de Portugal nas Honduras numa conferência o mês passado, por exemplo. Utilizo a língua portuguesa raramente, especialmente em forma escrita, uma vez que o meu telemóvel e computadores todos tem os parâmetros em inglês como língua e então é muito difícil escrever algo em português no dia-a-dia sem ser autocorrigido para uma palavra similar em inglês ou dar erro. Uma forma para mim de não esquecer o português é falar com os media portugueses.

Que tipo de reconhecimento sente por parte de autoridades portuguesas? E pelas autoridades americanas?

O meu trabalho tem sido reconhecido por autoridades americanas ao longo dos anos. Recebi prémios, dei palestras e apresentei posters em conferências de várias organizações americanas, fui também convidado a dar seminários em várias universidades americanas. O trabalho no meu laboratório tem sido financiado pela Medical University of South Carolina e Hollings Cancer Center, NIH, e fundações ameri-



© Clif Rhodes

canas como a Diabetes Research Connection, American Cancer Society e Swim Across America. Também sou chamado para rever bolsas e manuscritos e dar consultadoria a empresas americanas a trabalhar em terapia celular e genética. Em relação a autoridades portuguesas, tive o prazer de conhecer em pessoa, em São Francisco, em 2018, o na altura, primeiro-ministro António Costa. Falamos um pouco sobre a minha investigação e referiu-se à questão de que financiamento e infraestrutura Portugal precisaria para melhor atrair de volta cientistas portugueses radicados nos Estados Unidos. Ele parecia ser fã da investigação científica e disse na altura, como parte do seu discurso depois do jantar, num evento com o Consulado de Portugal em São Francisco, que Portugal era sempre caracterizado por pessoas que vão para fora explorar e conquistar o mundo. Há muito tempo, esses foram os navegadores que desbravaram e descobriram novos ma-

res e novas terras, agora no século XXI são os cientistas que fazem descobertas e produzem avanços científicos. Alguns dos meus artigos científicos apareceram nos ‘media’ portugueses como o Jornal 2, Antena 1, a revista Público, a revista Sábado, e a revista Super Interessante. Já fui convidado para dar uma palestra no Instituto Pasteur em Paris, mas nunca fui convidado a dar uma palestra em nenhuma universidade portuguesa. Imagino em parte que será porque não trabalho na Europa e não tenho colaboradores na Europa de momento.

*Quem sabe depois desta entrevista, surgirá um convite de alguma universidade portuguesa. Que sabor teria esse momento para si?*

Ser convidado a falar numa universidade portuguesa seria ótimo. Há muito talento e investigação importante a acon-



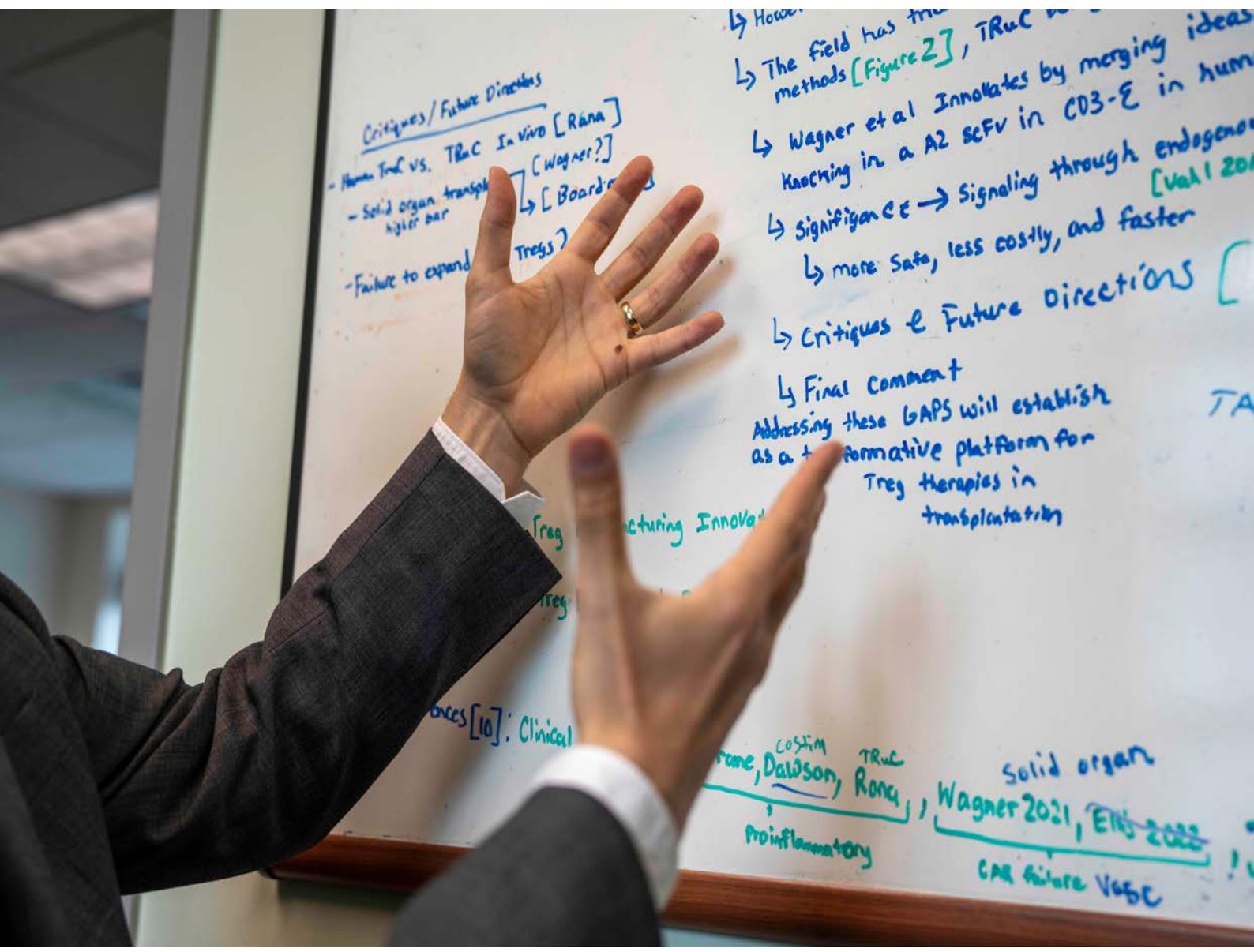
© Clif Rhodes

tecer em Portugal e o meu laboratório está numa fase de planeamento e expansão agora que vários projetos têm bases sólidas e parte dos seus resultados foram publicados no ano passado. Então há que estabelecer novas colaborações e recrutar mais estudantes. Da mesma forma que é sempre especial voltar ao campus de Harvard University onde fiz o meu doutoramento, seria também especial voltar ao campus da Universidade de Coimbra onde fiz a minha licenciatura e a Lisboa, onde realizei os testes de candidatura para doutoramento nos Estados Unidos.

*Em que medida pensa que a Inteligência Artificial, tão acelerada e frenética no momento, pode contribuir nas suas descobertas?*

A Inteligência Artificial tem progredido a um passo assombroso. Há várias formas em que pode contribuir para as nossas descobertas. Vou elencar por números: 1. Leitura e análise da literatura com velocidade imbatível. Ainda que a análise

cuidadosa de artigos científicos continue a necessitar de especialistas humanos, a Inteligência Artificial (ChatGPT, Perplexity, etc) agora, consegue responder a perguntas científicas de forma coerente, detalhada e com referências que se podem consultar para verificar a resposta. 2. Análise e visualização de resultados. Se se estiver a lidar com grandes quantidades de dados, por exemplo, quando se realiza sequenciação de RNA tal que se obtém um documento com várias colunas, uma para cada condição sendo testada, e trinta mil ou mais linhas, uma para o nível de cada gene, a inteligência artificial pode escrever um código de computador para realizar a análise estatística e gráficos no sentido de representar esses dados de forma comprehensível para humanos. Um corolário desta função é que a Inteligência Artificial será superior a humanos a encontrar padrões em grandes bases de dados. Por exemplo, se o objetivo é encontrar um grupo de genes que se expressam preferencialmente num cancro em relação a tecidos saudáveis, a inteligência artificial pode navegar milhões de dados para providenciar uma resposta que, mesmo que não



© Clif Rhodes

seja final, pode ser um ótimo ponto de partida que se pode testar no laboratório rapidamente. 3. Predição de resultados. O tempo de professores, estudantes e investigadores em geral é limitado para testar todas as suas ideias. Tentando não correr o risco de eliminar importantes descobertas que ocorrem por acaso (a penicilina é um exemplo famoso), a inteligência artificial pode construir modelos baseados em dados existentes no sentido de prever resultados de experiências. Isto pode ser útil para priorizar experiências. Conheço quem esteja a construir empresas na tentativa de criar modelos virtuais de animais para se diminuir o número de animais necessários às experiências e também quem se dedique a criar “cientistas de inteligência artificial” que podem propor experiências, conectar com equipamento automatizado para realizar essas experiências e posteriormente, summarizar os resultados e usá-los para desenhar a próxima experiência. A utilidade e o progresso da Inteligência Artificial dependem,

claramente, do progresso da computação quântica (quantum computers) capaz de realizar novas computações hiper complexas. Também depende do desenvolvimento da robótica, que dá um corpo físico a agentes de Inteligência Artificial. No contexto do laboratório, há vários anos que existe um esforço para automatizar certas tarefas. No meu laboratório tenho um robô que purifica tipos de células imunes específicas (por exemplo, células T) de forma automatizada, por exemplo. De momento, nós temos de programar cada detalhe e colocar cada tubo de reagente na máquina para o isolamento de células. Quando existir uma conexão desse robô com a Inteligência Artificial poderemos automatizar ainda mais o processo de obtenção de células. Prevejo que num futuro próximo, teremos secções inteiras de laboratório com robôs com Inteligência Artificial. Isto é uma visão de que a Inteligência Artificial não só ajudará a gerar ideias, como também a analizar os resultados de testar ideias e ajudará no processo de testar as

susas próprias ideias, havendo um envolvimento completo do princípio ao fim do processo científico.

**É inevitável referirmos, nesta entrevista, a mudança na política americana. Sabemos que os cientistas são pouco valorizados para se enredarem em política. Contudo, não resistimos a perguntar: dado o atual protagonismo de Elon Musk nos sectores das descobertas a vários níveis, gostaria que Elon Musk visitasse o seu laboratório? Em que poderia ele ajudar a alavancar algum estudo ou descoberta?**

Sim, adoraria que o Elon Musk visitasse o meu laboratório. Ele tem várias empresas que dependem da inovação tecnológica, como carros eléctricos e carros que se guiam a si mesmos. (Tesla). Também desenvolve naves espaciais reutilizáveis (SpaceX), e até desenvolve a conexão entre computadores e o cérebro (Neuralink). Todas estas iniciativas estão mais relacionadas com a engenharia em grandes escalas e com objetos inanimados. Penso então que seria interessante para ele olhar atentamente para a engenharia genética de células humanas e assim potencialmente provocar um grande impacto no campo da biologia e da medicina. Trabalhar com objetos inanimados como peças de carros, foguetes e computadores é bem diferente de trabalhar com células e animais, os quais têm o seu próprio ritmo e requerem um diferente tipo de planeamento. As células não se dividem mais depressa por passarmos muitas horas no laboratório, nem obedecem aos prazos que temos para cumprir. Ainda assim, o objetivo é o mesmo: fazer descobertas científicas e fomentar o progresso, mudar a forma de fazer acontecer as realidades, movendo a civilização para a frente. O Elon Musk poderia sem dúvida ajudar em alguns estudos.

**O que teria para lhe sugerir no âmbito da ciência médica?**

Muitas ideias. A empresa de Elon Musk NeuraLink conectando chips de computador ao cérebro marca o primeiro golo biológico ao ajudar pessoas a controlar dispositivos usando os seus pensamentos, o que se revela muito útil especialmente para pessoas paralisadas. Vejo isso como um prenúncio de que Elon Musk poderá a começar a imiscuir-se na ciência médica. Não vai ser necessariamente fácil. Tendo vivido em Boston, onde a medicina e biotecnologia dominam, e em São Francisco, onde a engenharia de computadores domina, posso afirmar, por experiência própria, que as duas áreas podem desenvolver-se a velocidades muito diferentes. Em São Francisco há muitas histórias de pessoas que não acabaram o ensino e começam empresas nas suas garagens, são autodidatas e revelam ter muitas capacidades. No mundo do software virtual, se alguém for muito inteligente, ambicioso

e trabalhador, pode desenvolver um novo software ou aplicativo em meses. Isso demonstra um grande contraste com o mundo da biotecnologia, no qual pode demorar em média 20 anos desde a descoberta de um novo fármaco até estar aprovado para usar em humanos pela FDA (U.S. Food and Drug Administration). Em biologia e medicina há que fazer ensaios pré-clínicos, clínicos fase I, clínicos fase II, e clínicos fase III. As linguagens de código de computador são rígidas, enquanto os sistemas biológicos tem quase sempre surpresas em termos da função de um determinado gene ou proteína ou uma diferença entre ratinhos e humanos. Mesmo que seja possível condensar o tempo que demora a gerar candidatos a fármacos que podem ter êxito e gerir tudo quanto sejam formulários a preencher com inteligência artificial, nada pode substituir testar intervenções, sejam de moléculas, de terapias celulares ou de dispositivos médicos. Os testes são feitos primeiro em animais e depois em pessoas durante anos e anos para se certificar a eficácia e a segurança. No entanto, o que constato é que a tecnologia avançou suficientemente para que seja possível gerar certos tipos de dados biológicos em grande quantidade e depressa. É também possível agora fazer-se engenharia genética com grande precisão com CRISPR/Cas9. Alguém como o Elon Musk poderia sem dúvida constatar aquilo que já foi feito e aquilo que precisa de ser feito no campo da terapia celular e genética e, fomentando-se grande progresso na área, transformar aquilo que pensávamos ser possível. Se a sua inovação e empreendedorismo tem sido de valor em objetos como carros e foguetes, potencialmente de mais relevo ainda serão na biologia e medicina, visto todas estas áreas obedecerem às mesmas leis da física e necessitarem verdadeira ruptura com paradigmas anteriores para verdadeiro progresso ocorrer.

**Vamos então aprofundar a temática específica das suas descobertas e contributos para a ciência. De que se trata, quando falamos de medicina regenerativa?**

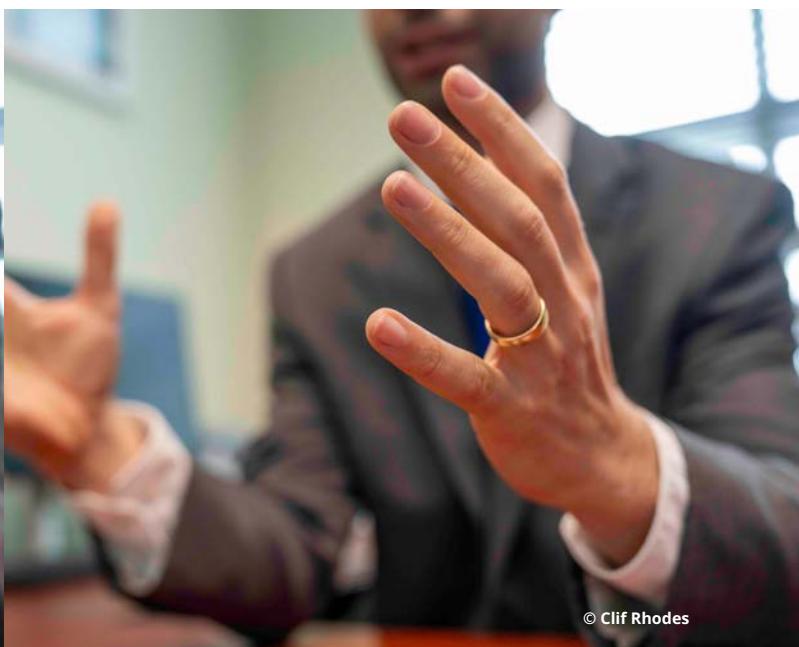
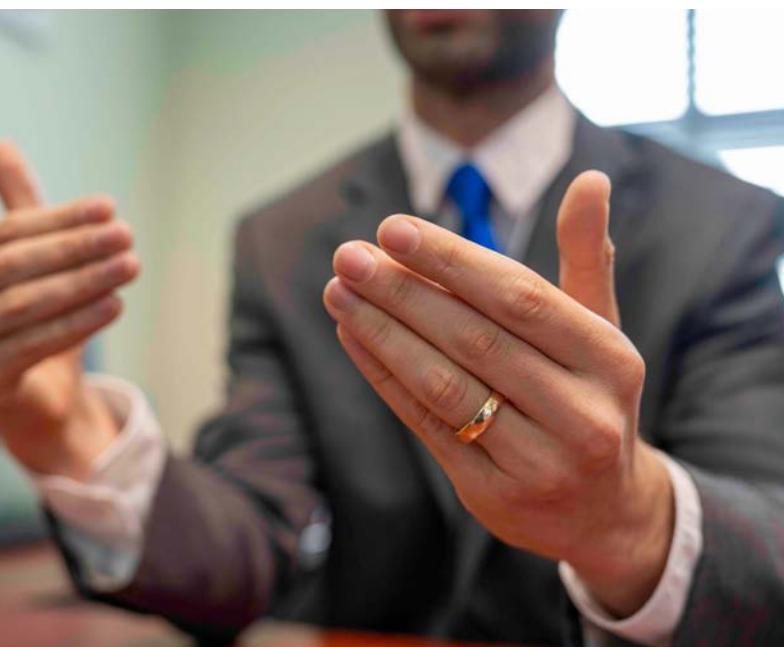
A medicina regenerativa consiste na ideia de curar doenças causadas pela perda ou dano de um ou mais tipos de tecido ou órgãos através da sua substituição por tecidos e órgãos sãos. Ainda que o termo seja relativamente recente, uma forma de medicina regenerativa existe já há muito tempo: o transplante de órgãos. Num transplante de rim, um rim saudável é transplantado para substituir um rim que não funciona bem. Em tempos mais recentes, no entanto, o conceito da medicina regenerativa está ligado às células estaminais, que são células pluripotentes que podem dar origem a qualquer tipo de célula no corpo humano. Inicialmente isoladas de embriões humanos, agora podem criar-se células estaminais pluripotentes através de células adultas, como células da pele ou do

sangue, com base daquilo a que se chama reprogramação. Estas células pluripotentes induzidas podem depois dar origem a qualquer células do corpo humano desejada. Um grande ênfase agora é em gerar células específicas funcionais desde de células pluripotentes e usa-las para construir tecidos e órgãos inteiros no laboratório. Imagina-se um futuro onde se podem fazer tecidos e órgãos de encomenda sem se necessitar de corpos humanos como dadores. Parte das estratégias da medicina regenerativa também incluem claro ativar células adultas dentro do corpo do paciente, não havendo assim necessidade de um transplante. Por exemplo, poder-se-iam ativar as células do fígado a dividirem-se e repararem um fígado danificado em vez de transplantar um novo fígado.

*Soubemos que o seu primeiro trabalho de investigação no seu próprio laboratório, acabou de ser aceite na comunidade científica. Por favor, fale-nos desse trabalho e esclareça-nos sobre a gênese de células estaminais modificadas.*

Sim, o primeiro trabalho de investigação do meu laboratório acaba de ser publicado! Nele reportamos uma nova estratégia para curar diabetes tipo 1. É uma bela história colaborativa onde criamos células beta produtoras de insulina originárias de células estaminais geneticamente modificadas de forma a que as células e tecidos derivados delas são especificamente reconhecidos por células regulatórias T (Treg) imunossupressoras geneticamente modificadas que criamos para protegerem os tecidos derivados dessas células estaminais modificadas do ataque do sistema imunitário do recipiente após o transplante. Tive como colaborador o Doutor Holger Russ, Professor Associado da Universidade da Flórida especialista em diferenciar células estaminais em células beta e em diabetes tipo 1. A medicina regenerativa promete tratar muitas doenças, substituindo os tecidos danificados por novos feitos de células estaminais. Mas o

nosso corpo rejeita tecidos que não são nossos. Este obstáculo é particularmente difícil de resolver no caso da diabetes tipo 1, uma doença autoimune em que o sistema imunitário dos doentes destrói as células beta pancreáticas produtoras de insulina, tornando-os dependentes de insulina exógena para controlar o açúcar no sangue. Este tratamento não é perfeito, claro. O transplante de ilhotas pancreáticas pode torná-las novamente independentes da insulina exógena, mas o transplante tem de ser acompanhado de medicamentos imunossupressores para o resto da vida, que causam danos a múltiplos órgãos e inibem todo o sistema imunitário, criando suscetibilidade a infecções e ao cancro. As Tregs são um tipo de células imunitárias que podem ser encontradas no sangue e que se dedicam a inibir respostas imunitárias específicas. Direcioná-las para um local específico do corpo, como um órgão transplantado, protege esse local da inflamação e do ataque imunitário. No entanto, encontrar uma proteína alvo única que esteja presente apenas num local e em mais lado nenhum é muito desafiante e as Tregs com alguma especificidade são muito raras no sangue. Para contornar estes desafios, modificamos geneticamente células estaminais e Tregs para que as Tregs modificadas protejam os tecidos derivados de células estaminais modificadas. Especificamente, modificámos geneticamente células estaminais para expressar um ligando proteico inerte único na sua superfície. De seguida, diferenciamos-los em células beta que ainda expressam esse ligando. Paralelamente, isolámos as Tregs do sangue e modificámos geneticamente com um receptor de antígeno químérico (CAR), de modo que agora reconheçam o ligante único nas células beta projetadas. Prosseguimos mostrando que esta dupla engenharia genética permite a proteção localizada contra o ataque imunitário de células beta humanas que expressam um ligando por CAR Tregs humanas específicas para esse ligando num modelo de ratinho humanizado. Em conclusão, abordámos





© Clif Rhodes

tanto a perda de células beta como a resposta imunitária da diabetes tipo 1 nesta nova estratégia terapêutica, com alguns outros desafios também abordados. Especificamente, utilizámos células beta derivadas de células estaminais, um recurso inesgotável disponível no mercado, para resolver o problema da falta de ilhotas pancreáticas cadavéricas de alta qualidade; Como os transplantes de ilhotas são rejeitados pelos pacientes com diabetes tipo 1 devido à rejeição alógénica (as ilhotas de um dador cadavérico e o paciente não são compatíveis) e à autoimunidade (o sistema imunitário do doente destrói células beta), protegemos as células beta do ataque imunitário com Tregs específicas para um抗ígeno presente nas células beta; Como as Tregs funcionam bem quando são específicas para um抗ígeno, mas as Tregs específicas para um determinado抗ígeno são muito raras e por vezes o抗ígeno é desconhecido, utilizámos CAR Tregs desenhadas especificamente para se ligarem e serem estimuladas por um抗ígeno à escolha; Modificámos células estaminais para introduzir um抗ígeno único (ausente em qualquer outra

célula do corpo), criámos um CAR específico para esse抗ígeno e colocamo-lo em Tregs, pois é extremamente difícil encontrar uma proteína de superfície celular que esteja presente somente nas células beta e em mais nenhum local do corpo.

*Para além de todo este trabalho científico gostaríamos de saber se pratica hábitos de bem estar como o cuidado na alimentação e a prática de desporto. Em que medida a nossa genética pode ser contrariada e preventiva de doenças por assumirmos esses hábitos?*

Sim, a alimentação é muito importante e também o exercício físico. Depois de décadas de estudos em biologia, esses continuam a ser os dois cuidados que todos devemos ter e para os quais há evidência concreta de benefícios para a saúde e também para retardar o envelhecimento de muitos tipos de animais, incluindo humanos. A genética proporciona certos limites, por exemplo a altura máxima, a acuidade de vi-



são, e a quantidade de produção de músculo esquelético. Para alguns destes traços genéticos há intervenções biológicas e cirúrgicas que poderão alargar os valores destes parâmetros. Eu sempre vivi a curta distância das diferentes escolas e universidades em que estudei e trabalhei e por isso caminhei e caminho muito. Atualmente, desloco-me de bicicleta todos os dias para a universidade, em Charleston. Em alguns fins de semana ando de bicicleta 50 km com outros ciclistas que também são professores na Medical University of South Carolina. Também vou ao ginásio todas as semanas, onde pratico uma mistura de boxe, basketball, rowing, biking, lifting, e claro, a sauna e steam room no fim. No que toca à alimentação, todos os dias como frutas e vegetais e raramente como antes do meio-dia. Provou-se em muitos estudos que fazer jejum e restrição calórica aumenta a longevidade. E há que evitar comidas muito processadas e com altos níveis de açúcar ou de sal. É difícil desfazer o mal causado por comidas processadas através de exercício, porque não há exercício que chegue para queimar todas as calorias sem danificar o corpo no processo. Trabalho na engenharia genética de células do sistema imunitário como terapias vivas para doenças autoimunes e o cancro, mas prevenir continua a ser o melhor remédio.

Terminamos, desejando-lhe muito sucesso. Estamos em crer que vai continuar a ser um grande embaixador de Portugal e a progredir nas suas descobertas a bem da saúde humana. Gostaríamos de dar conta de uma visita sua a uma universidade portuguesa. Que mensagem deixa aos jovens que estão a estudar nas universidades portuguesas?

Muito obrigado. Aos jovens que estão a estudar nas universidades portuguesas, continuem com o trabalho e a dedicação a ciência. Uma grande vantagem e aspecto especial da investigação científica é que é uma atividade global. As leis da física e o método científico são os mesmos em todos os países do mundo. Então, independentemente de onde se comece, não há limite para onde se acaba ou aquilo que se pode atingir. Rodeiem-se também de mentores e colegas que não só suportam, mas também criticam. Sem constante zelo e aperfeiçoamento não se atingem objetivos na ciência. E finalmente, talvez o mais importante: divirtam-se! A ciência, o perseguir da descoberta, é algo inherentemente inebriante e divertido. Vão haver altos e baixos e períodos de muito trabalho e de dúvida e de desespero, mas o ânimo e prazer em interrogar o universo, bem como conhecer e interagir com outros, com a mesma paixão, são dádivas insubstituíveis. Boa sorte!

# Obras de Capa

# 6 anos

A promover arte, artistas, escritores e a língua portuguesa



Carlos Farinha  
Ismaël Sequeira  
Erika Jâmece  
Sónia Aniceto  
João Timane  
Marcelo Panguana  
Cristina Troufa  
Pedro Almeida Maia



© DR

| D I P L O M A C I A

# Seminário Diplomático

O Instituto Diplomático organizou nos passados dias 6, 7 e 8 de janeiro, a edição de 2025 do Seminário Diplomático. Esta iniciativa pretende reunir membros do Governo, quadros da Administração Pública, das empresas, das Universidades e demais setores estratégicos, com os Chefes de Mis-

são de Portugal no estrangeiro e responsáveis do Ministério dos Negócios Estrangeiros, para refletir e debater os principais temas de interesse para a política externa portuguesa.

A edição de 2025 do Seminário Diplomático, decorreu pela primeira vez em duas cidades, Lisboa e Porto, com os

dois dias de Seminário Diplomático em Lisboa a dedicarem-se a assuntos político-diplomáticos, debatendo-se no terceiro dia do Seminário a vertente económica, apropriadamente organizado com a colaboração da Associação Comercial do Porto, no icónico Palácio da Bolsa.



© DR

O Seminário Diplomático é um momento de particular relevância do plano de atividades anual do Instituto Diplomático e constitui a intersecção de múltiplas das suas atribuições. Através desta iniciativa pública de elevada visibilidade, procura dar-se a conhecer a política externa portuguesa e a atuação do Ministério dos Negócios Estrangeiros que, por necessidade, é frequentemente operada com discrição. Reúne a esmagadora maioria dos executores da política externa portuguesa, permitindo transmitir de modo transversal conhecimento e diretrizes consideradas como chave para

a atuação diplomática ao longo do ano que se inicia. Adicionalmente, a procura de transparência e de aproximar o trabalho realizado no Ministério dos Negócios Estrangeiros do público em geral, é concretizada através da disponibilização da transmissão em direto de todos os momentos públicos do Seminário no canal YouTube do Ministério dos Negócios Estrangeiros, permitindo informar todos os interessados daquelas que são as prioridades políticas e diplomáticas para o ano de 2025.

Os temas abordados na edição de 2025 do Seminário Diplomático poderão

ser sumarizados na palavra “mudança”, uma palavra que aliás foi protagonista da intervenção inicial do Ministro de Estado e dos Negócios Estrangeiros, Paulo Rangel, na sessão pública de abertura. O arranque de um novo ciclo político europeu, com a nomeação da equipa da nova Comissão Europeia, incluindo a Alta Representante da União Europeia para os Negócios Estrangeiros e a Política de Segurança, Kaja Kallas e do Presidente do Conselho Europeu, António Costa, foi também um tema de destaque. Os trabalhos contaram com a participação da nova Comissária para a Estabi-

lidade Financeira, Serviços Financeiros e Mercado de Capitais, Maria Luís Albuquerque, na manhã do segundo dia do Seminário.

O novo ciclo político português, iniciado na primavera de 2024, com a tomada de posse de um novo elenco governativo, foi também tema de natural destaque. O Seminário permitiu, quer ao novo Ministro, quer aos novos Secretários de Estado, abordarem as suas preocupações e comunicarem as suas prioridades, perante um público que incluía as chefias dos serviços internos do Ministério dos Negócios Estrangeiros e dos Chefes de Missão portugueses.

Na sua primeira intervenção, o Ministro de Estado e dos Negócios Estrangeiros Paulo Rangel, introduziu uma reflexão futurística do complexo sistema que nos insere, reforçando o caráter de vigília do Seminário Diplomático. Na reflexão que se seguiu debruçou-se sobre os diferentes

eixos da Política Externa Portuguesa, nomeadamente as relações transatlânticas, a Europa, a Lusofonia, o Multilateralismo, e o universalismo resultante da Diáspora Portuguesa e das Comunidades Portuguesas pelo mundo. Estes eixos servirão de mote aos desafios que Portugal enfrenta na navegação dos “novos tempos que se avizinharam”, cuja resposta requererá um reforço das relações bilaterais para o alcance de objetivos do escopo multilateral, num “Multilateralismo Bilateralizado”. Como nota final, foi reconhecida a relevância da diplomacia europeia e a importância da recente criação da Direção Geral de Direito Europeu e Internacional. Findando com uma referência camoniana, o Ministro dos Negócios Estrangeiros reforçou a mudança de ritmo e de circunstância que envolve Portugal, afirmando estarmos perante a “mudança da própria mudança, a mudança na forma de mudar.”





© DR

O Dr. José Manuel Durão Barroso, antigo Primeiro-Ministro de Portugal e antigo Presidente da Comissão Europeia, acrescentou o seu contributo à discussão, através de uma intervenção que iniciou com um apelo a uma União Europeia mais forte e ativa, algo que considerou imperativo para o equilíbrio interno da própria União e do mundo, e indispensável para que esta possa contornar os principais desafios que enfrenta: a guerra, os desafios económicos, e a situação política dos Estados-membros.

A referência à invasão da Ucrânia pela Rússia foi mote para a primeira reflexão, em que reconheceu a impossibilidade de regresso ao status quo ante, e realçou a tragédia para as partes envolvidas, a internacionalização do conflito e as anteriormente inesperadas adesões à NATO da Suécia e da Finlândia.

Em referência a uma declaração do Presidente americano Donald Trump (à data Presidente eleito), Durão Barroso relembrou que “os grandes poderes conseguem fazer a guerra, mas impor a paz é muito mais difícil.”. Assim, e não estando convencido de que uma solução de paz definitiva será possível num futuro próximo, apelou à constituição de uma Política de Defesa Europeia.

No âmbito dos desafios económicos, apontou alguns dos problemas estruturais que, na sua análise, contribuem para o declínio relativo da União Europeia, em que se incluem a demografia, a imigração, a falta de capacidade de inovação e a dependência energética. Com recurso ao relatório sobre o futuro da competitividade europeia de Mario Draghi, apontou à diferença de profundidade dos mercados de capitais e de investimento norte-americano e europeu. A necessidade de investimento público europeu e a possibilidade de emissão de dívida conjunta foram também alvo de menção, tendo Durão Barroso afirmado igualmente a urgência de uma política económica externa europeia.

Considerou também relevante a situação política dos próprios Estados-membros, pela indissociabilidade da política interna da externa, sublinhado a polarização de extremismos políticos. Elogiou ainda a capacidade de resiliência da Europa, e o seu poder de regeneração após os sucessivos momentos de crise recentes, bem como a necessidade de se assumir como líder no panorama internacional. Como última nota aproveitou para chamar a atenção para a importância do trabalho da Aliança Global para as Vacinas, que preside.



© DR

A Comissária Maria Luís Albuquerque iniciou a sua intervenção com uma reflexão sobre os desafios mundiais que constituem ameaça ao multilateralismo e à abertura das economias. Com o foco na competitividade, a Comissária não deixou de referir o peso da coesão social como indicador do sucesso da União Europeia, e a necessidade de colaboração e solidariedade, não obstante a uma política eficaz de sanções. Para promover a melhor alocação de recursos financeiros privados existentes na União, referiu a importância da harmonização da regulamentação financeira e a redução das barreiras aos investimentos e à prestação de serviços transfronteiriços como pontos essenciais à melhoria da competitividade europeia.

A “Bússola para a Competitividade”, anunciada pela Comissão Europeia poucas semanas após o Seminário Diplomático e abordada pela Comissária na sua intervenção,

procura promover a invenção, a inovação, a produção no continente europeu, nunca descurando o objetivo declarado por parte da União Europeia de tornar a Europa o primeiro continente a alcançar a neutralidade energética. Reinforced ainda a pretensão de alavancar a poupança privada, canalizando-a para o cumprimento dos objetivos europeus. A Comissária mencionou ainda que a União da Poupança e dos Investimentos pretenderá “que todos os cidadãos e empresas europeias tenham acesso às mesmas oportunidades de financiamento e de investimento, independentemente dos seus propósitos e, sobretudo, independentemente do Estado de membro onde se encontrem.”. Como nota final, a Comissária referiu a importância da multidimensionalidade nesta abordagem, como meio para o desenvolver de uma União Europeia mais resiliente, próspera e segura.



Francisco Oliveira  
Instituto Diplomático

in PORTUGUESE  
TRANSLATION

16th SESSION

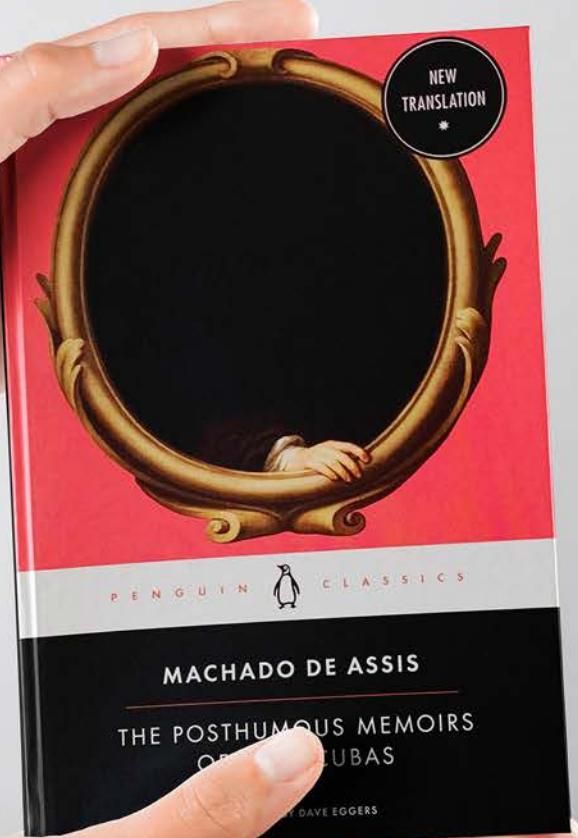
THE POSTHUMOUS MEMOIRS  
OF BRÁS CUBAS

by Machado de Assis

Translated by Flora Thomson DeVeaux

Both author and translator will join us for  
our meeting at Pint Book Club.  
Wednesday, 12 March 2025

AILD / REINO UNIDO



CONSELHO DAS COMUNIDADES PORTUGUESAS

# O papel da Comunidade Portuguesa em Macau



Macau celebrou recentemente os 25 anos do retorno da soberania à República Popular da China. Decorrido este longo período, Macau continua a ser uma magnífica e pacata cidade com cerca de setecentos mil habitantes, sendo igualmente considerada uma das cidades mais seguras do mundo. Pela sua reduzida dimensão geográfica continua a ser uma cidade muito conveniente em que num só dia se consegue resolver todos os tipos de tarefas. Em Macau não se perde tempo nos transportes públicos, ou seja, é um lugar

onde quase tudo está “nas mãos das pessoas” e tudo pode ser resolvido num só dia.

A comunidade portuguesa encontra-se totalmente integrada na sociedade, havendo dezenas de associações de matriz portuguesa que, com enorme dinamismo, intervêm numa vasta gama de actividades relacionadas com interesses diversos, entre os quais se contam os educacionais, culturais e gastronómicos.

Desde o estabelecimento da Região Administrativa Especial

de Macau (RAEM) que esta cidade tem sido representada por três conselheiros eleitos pela comunidade portuguesa que se relacionam com quase todos os órgãos de soberania de Portugal. Estes conselheiros dão um enorme apoio aos portugueses residentes em Macau, nomeadamente na resolução de inúmeras questões respeitantes à Caixa Geral de Aposentações, ao Ministério das Finanças e ao Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, entre outros serviços públicos.

Igualmente, os direitos e interesses da comunidade portuguesa são defendidos na Assembleia Legislativa da Região Administrativa Especial de Macau pela voz de dois deputados eleitos por via directa.

A partir do momento em que foi criado o Fórum para a Cooperação Económica e Comercial entre a China e os Países de Língua Portuguesa (Macau), adiante designado por Fórum de Macau, em Outubro de 2003, ou seja há 21 anos, onde eu exercei, ao longo de 12 anos, o cargo de Secretária-Geral, o Governo Central da República Popular da China e o Governo da Região Administrativa Especial de Macau (RAEM) têm dado muita importância ao contributo da comunidade portuguesa no estreitamento das relações económicas e comerciais entre a China e os Países de Língua Portuguesa, utilizando Macau como ponte de ligação.

Desde a criação deste organismo até à presente data, a comunidade portuguesa, através das diferentes Associações de promoção da cultura, da economia e de outros âmbitos, tem realizado seminários, actuações culturais, encontros de empresários e especialistas, exposições, conferências e visitas que concorrem para o intercâmbio entre a China, Macau e Portugal, sendo algumas das actividades subsididas pelo Governo da RAEM.

Em 20 de Dezembro de 2024 e por ocasião da Celebração do 25º Aniversário do Estabelecimento da RAEM, o Presidente da República Popular da China, Xi Jinping, sublinhou, durante a tomada de posse do novo Governo da RAEM, que “Macau, o único lugar no mundo que tem tanto a língua chinesa como a língua portuguesa como línguas oficiais, é uma plataforma importante para a promoção da cooperação económica e comercial entre a China e os Países de Língua Portuguesa”, tendo realçado também que a RAEM deve “reforçar ainda mais a abertura nos dois sentidos, facilitar a cooperação de benefícios mútuos em todos os sectores com os Países de Língua Portuguesa, desempenhar um papel ativo na construção conjunta de Uma Faixa, Uma Rota de alta qualidade, fazer mais amigos em todo o mundo, e atuar como ponte importante para a abertura de alto padrão do país.”

A comunidade portuguesa tem desempenhado precisamente esse papel de ligação com todos os países do mundo e principalmente com os Países de Língua Portuguesa, conforme foi enaltecido pelo Presidente Xi Jinping na última visita a Macau em Dezembro do ano transacto.

Esperamos, por conseguinte, que o contributo da comunidade portuguesa residente em Macau na promoção da boa imagem de Portugal na China e nos Países de Língua Portuguesa seja reconhecido por Portugal! Temos a certeza de que, com a visita do Presidente da República Portuguesa, Professor Marcelo Rebelo de Sousa, a Macau, em Junho do corrente ano, por ocasião da Celebração do dia de Camões e das Comunidades Portuguesas, e por meio do encontro com os dirigentes das diversas associações de matriz portuguesa, o contributo da comunidade portuguesa em Macau será reconhecido pelo Governo de Portugal.



Rita Santos

Conselheira das Comunidades Portuguesas (com mandato suspenso)

PASSAGENS

# Os homens que queriam ser – e foram – reis do Pegu

Parte II



© Joaquim M. Castro

Se em Lisboa nada consta acerca da vida e obra de Filipe de Brito e Nicote, em Guimarães testemunha a existência de Salvador Ribeiro de Sousa – se bem que por via indirecta – a Rua do Rei do Pegu, que do centro histórico da cidade foi transladada para uma artéria periférica. Certo é que os Bombeiros Voluntários locais merecem ter o seu nome associado a uma das ruas mais nobres de Guimarães, mas seria mesmo necessário despromover dessa forma a memória de Salvador Ribeiro de Sousa?

Sobre o relacionamento desta dupla de aventureiros não há certezas e prevalece, como se disse, a tese da subalternidade de Sousa em relação a Nicote, sendo este último infinitamente mais ambicioso, como adiante se verá. Em termos de valentia parece não restarem dúvidas quanto à predominâ-

cia do minhoto. E para realçar este e outros factos, regressemos a Sirião, que não teve uma história pacífica.

Insatisfeito com o seu quinhão, Filipe de Brito da feitoria fez fortaleza – e, em revolta aberta contra Arracão, não só se assenorou da zona do delta e da sua população, como tentou apoderar-se dos portos de mar de Cosmim e Martavão, locais onde projectara erguer fortalezas também. Assegurar a posse dessa zona estratégica equivalia à possibilidade de controlar toda a região, como, de facto, o fizeram os portugueses.

Filipe de Brito soube conquistar a simpatia dos soberanos de etnia mon; preocupando-se em povoar as terras ermas, ofereceu-as depois, isentas de impostos, aos seus habitantes. Assim, em redor da fortaleza foi crescendo a povoação. Em Outubro de 1602, haveria no Sirião, sob guarida portuguesa,

entre catorze a quinze mil pessoas. Indignado perante ousadia e abuso dos lusitanos, o rei de Arracão reagiu e, suportado por alguns do seus aliados, desferiu vários ataques aos agora rebeldes portugueses. Salvador Ribeiro de Sousa, à frente dos destinos da fortaleza de Sirião – pois Brito partira entretanto para Goa, precisamente para anunciar a disponibilidade em colaborar caso o Estado da Índia decidisse posicionar-se militarmente no Golfo de Bengala –, distinguiu-se de forma brilhante nos feitos de armas. Apenas com um punhado de homens repeliu com sucesso diversas incursões das tropas inimigas que, por terra e por mar, assolaram Sirião. Esta e outras proezas – como uma vitória conseguida sobre um tal ‘Rei Massinga, na província de Camelan’ – correram pela região e os locais não só ter-lhe-ão atribuído o título de ‘Rei do Pegu’ como foram muitos os que se quiseram juntar às suas fileiras. Há quem garanta, porém, que o tão honroso título se destinava a Brito, e como ele estava ainda ausente, Salvador aceitara-o em seu nome, mas logo o remetera a Nicote que, de novo ao comando dos destinos do Sirião, dedicado a distinção ao rei comum de Espanha e Portugal, pois, vivemos então em plena União Ibérica.

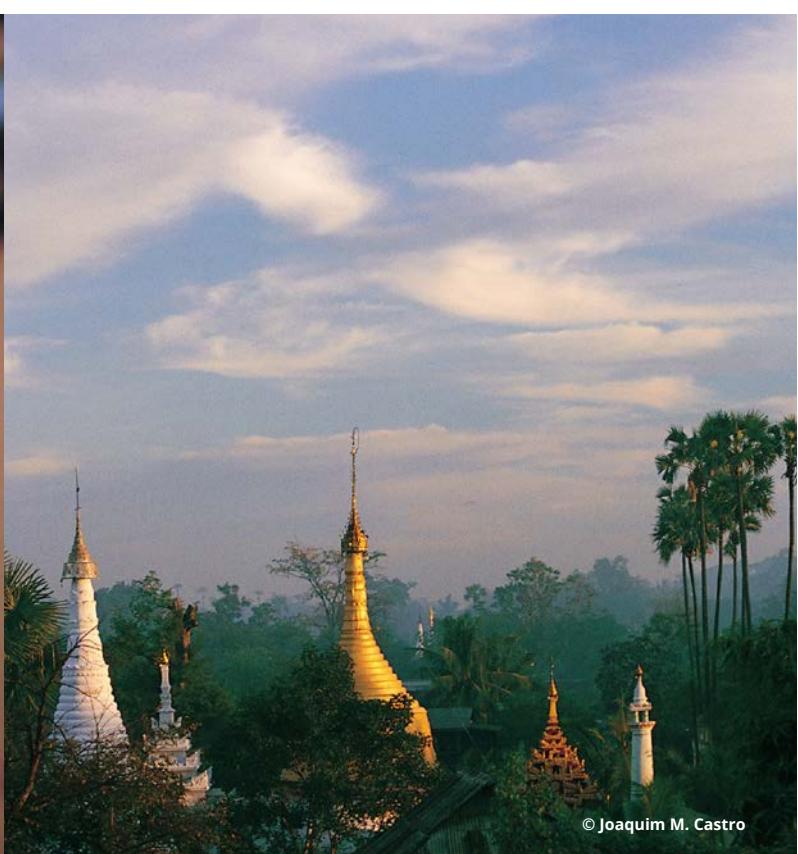
Cumprida a sua missão, Ribeiro de Sousa regressou a Portugal, onde pode disfrutar da sua imensa riqueza passando o resto dos seus dias na aldeia natal. O seu corpo jaz hoje na casa de capítulo de um pequeno convento franciscano em Alenquer, aonde uma inscrição evoca o seu nome e a sua história. Sousa é apodado por alguns escritores portugueses de *Marco Aurélio da Decadência da Índia*, e mais de um poeta cantou os seus louvores.

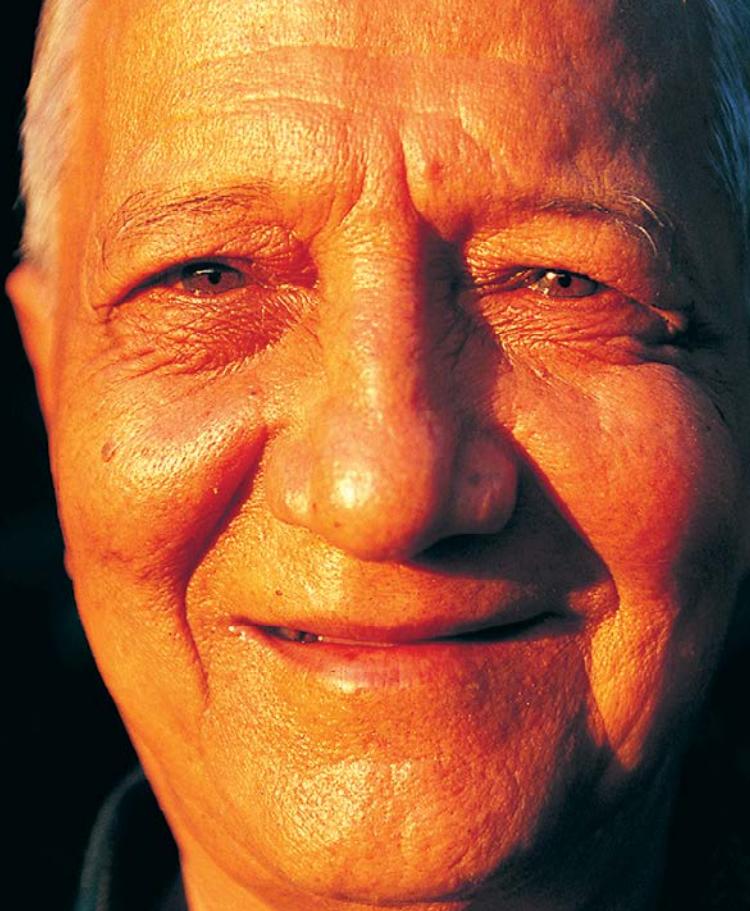
Verdadeiro ‘lançado’, senhor do seu destino, Filipe de Brito

manteve-se no Sirião, sonhando ainda com a criação de um estado equivalente ao Estado da Índia, em pleno coração do Sudeste asiático. O rei de Ava, porém, estragar-lhe-ia os planos. Em 1613, após um prolongado cerco à feitoria-fortaleza portuguesa, pôs fim ao reinado do capitão. A Filipe coube-lhe a cruel morte por empalação, tendo passado “três dias em agonia antes de perecer”, como relatam as crónicas da época. Faria de Sousa diz-nos que não era intenção inicial do monarca avançar poupar a vida aos habitantes de Sirião, mas que, “depois de acalmado, decidiu enviá-los para norte, para Ava, como escravos”. Um trajecto de mais de setecentos quilómetros, percorrido a pé pelos seguidores de Filipe de Brito e Salvador Ribeiro de Sousa, que, nas palavras do cronista, “eram constituídos por portugueses, euro-asiáticos, negros e malabares”. Totalizavam alguns milhares, entre os quais apenas quatrocentos seriam inteiramente portugueses.

Este quantitativo é, no entanto, fortemente contestado por quem se debruça com mais atenção sobre o tema em causa. Ao que consta o número de portugueses seria bem mais elevado, e nessa penosa jornada tiveram o apoio moral e a companhia dos franciscanos Gonçalo Machado e Manuel da Fonseca... Este último terá enviado uma carta, datada de 26 de Dezembro de 1616, ao vice-rei de Goa, relatando as dificuldades pelas quais passaram os prisioneiros nessa jornada. Em 1635, partiria para Ava o dominicano e lisboeta Agostinho de Jesus, ao saber que ali se encontravam quatro mil cativos, desprovidos de qualquer assistência espiritual.

A comunidade cristã ter-se-ia entretanto multiplicado. Para prevenir uma proliferação excessiva, o soberano avançou seleccionara os mais dotados na arte bélica e integrara-os na





© Joaquim M. Castro

sua guarda pessoal, exilando os restantes para a povoação de Preinma, na margem leste do rio Chindwin, afluente do Irrauadi. Daí, seriam enviados para o vale do Mu, onde fundaram oito aldeias, sendo autorizados a praticar livremente o seu culto. Trabalhavam as terras livres de impostos, sendo requisitados para o exército em tempo de guerra.

O cronista António Bocarro refere, a propósito, que “ficaram cativos d’el rei e foram postos em aldeias ou espalhados pelo reino. Como cativos eram invioláveis, padecendo o único mal de não poderem sair do país”. Incorporados em unidades militares hereditárias de elite, constituíram até ao fim do século XVII a base da artilharia do II Império Tangu.

Mas Agostinho de Jesus e Gonçalo Machado foram exceção à regra, pois o Estado da Índia ignorou sempre os insistentes apelos no sentido de serem enviados padres para o interior, ficando a comunidade irremediavelmente abandonada à sua sorte durante quase meio século. Seriam os padres barnabitas italianos quem colmataria a lacuna e estruturaria o catolicismo, fundando escolas, onde se ensinava, para além do português, o latim e o italiano. No processo, criaram tipografias, onde eram impressas gramáticas, compêndios de história e dicionários, entre os quais um dicionário de latim-português-birmanês, ao mesmo tempo que faziam cons-

tantes pedidos para que da europa lhes enviassem livros em português.

Graças aos barnabitas, a nossa língua foi uma realidade na Birmânia até ao final do século XIX, tendo, a partir de então, caído no total esquecimento. Sabe-se também que os portugueses continuaram a gozar de um estatuto privilegiado junto da corte de Ava, graças a relatos de enviados europeus, que, por exemplo, mencionavam a presença do armador Simão de Vargas, “que falava fluentemente o birmanês e o siamês”, e de António Camarata, chefe da guarda-real, que “tinha autorização para andar armado na presença do rei”. Fruto do trabalho dos barnabitas, são recordados ainda hoje ilustres filhos da terra, como Ambrósio de Rosário, que em Roma foi cirurgião reputado; ou o padre George d’Cruz, responsável pela construção de um colégio e uma tipografia em Cosmim; ou ainda Inácio de Brito, o primeiro barnabita birmanês, poliglota, médico, escritor e, sobretudo, músico. Foram inúmeros os hinos religiosos que compôs e que até muito recentemente se cantavam, em português, nas igrejas de todo o país.

Hoje, apesar de todos os vendavais, mantém-se viva e acutante, a norte da cidade de Mandalay, uma comunidade luso-descendente.

PORUTGAL TOUR



Joaquim Magalhães de Castro  
Investigador

| OPINIÃO DO ASSOCIADO

# Liderança Lusófona: O Desafio de Unir Culturas na Era Global

A liderança lusófona representa um rico terreno cultural que reflete a diversidade dos países de língua portuguesa, mas... não só. Enraizada em valores como a empatia, a colaboração e o respeito pelas tradições, esta forma de liderança destaca-se num mundo cada vez mais globalizado, onde a interconexão das culturas se torna crucial para o desenvolvimento humano e social.

Um dos pilares da liderança lusófona é a comunicação empática. Líderes lusófonos procuram entender as emoções, necessidades e objetivos da sua equipa. Este estilo de comunicação, que prioriza a escuta ativa, reforça a confiança e a transparência nas relações profissionais. Nos países lusófonos, onde as relações interpessoais são muito valorizadas, esta comunicação é uma ferramenta essencial para criar um ambiente colaborativo e motivador.

A liderança lusófona refere-se também à construção de laços fortes entre as pessoas. O aspeto relacional tem uma importância significativa nos contextos sociais e profissionais, onde a confiança e o respeito mútuo são fundamentais. O líder lusófono atua não apenas como um gestor, mas também como um elo de ligação, promovendo um sentido de pertença e união entre os membros da equipa, mesmo quando atuam em contextos internacionais não lusófonos, onde a diversidade cultural pode

ser ainda mais pronunciada.

O grande destaque na “colaboração” é outra característica marcante. Líderes lusófonos tendem a priorizar o bem-estar do grupo em detrimento dos interesses individuais, promovendo um ambiente de solidariedade. Esta mentalidade coletiva manifesta-se em práticas que incentivam a colaboração, onde as opiniões e contribuições de todos são consideradas. Além disso, a inclusão de diversas vozes e experiências na tomada de decisões fortalece a eficácia das equipas, permitindo que líderes lusófonos, mesmo em países não lusófonos, possam atuar como mediadores culturais entre diferentes grupos. As raízes dos seus antepassados que tiveram de ultrapassar grandes desafios onde a resiliência foi uma das competências mais evidentes e necessárias, ficaram mesmo como “imagem de marca” deste estilo de liderança.

O respeito pela cultura e pelas tradições locais é outra característica intrínseca da liderança lusófona. Líderes que se reconhecem nas suas raízes culturais tendem a integrar esses elementos nas suas práticas, utilizando-os como base para a construção de identidades coletivas. Esta conexão com a cultura proporciona um sentido mais profundo de propósito e motivação entre os membros da equipa, promovendo um ambiente de trabalho harmonioso,

onde a diversidade cultural e diversidade cognitiva são consideradas um ativo valioso. Num contexto global diversificado, a capacidade de adaptação é fundamental. A liderança lusófona reflete uma flexibilidade que permite aos líderes ajustar as suas estratégias conforme as dinâmicas culturais e económicas. Esta habilidade é vital para que as organizações possam prosperar em meio às constantes mudanças do cenário internacional, incluindo a adaptação a culturas que não são lusófonas, mas que também contribuem para um enriquecimento mútuo.

Finalmente, um aspeto cada vez mais crescente na liderança lusófona é a preocupação com o desenvolvimento sustentável.

A liderança lusófona é, portanto, um reflexo das complexidades e belezas das culturas que compõem a comunidade de língua portuguesa. Ser um líder lusófono significa não apenas dirigir, mas inspirar, conectar e cultivar uma rede de relacionamentos baseados em valores coletivos. Esta abordagem não só enriquece os ambientes de trabalho, como também contribui para um futuro mais justo e sustentável na nossa sociedade global. Ao celebrarmos a diversidade e promovendo a inclusão, os líderes lusófonos podem moldar um legado duradouro que transcende fronteiras e culturas.



Pedro Ramos  
CEO da KEEPTALENT Portugal  
Diretor Geral Internacionalização AIID

A R T E S   E   A R T I S T A S   L U S O S

# Andrea Nunes

[Website oficial](#)

[Instagram](#)



*Andrea Nunes nasceu e foi criada em Nova Jérsia, nos Estados Unidos, filha de pais portugueses, ambos naturais da região da Serra da Estrela, em Portugal. A sua educação foi uma mistura da cultura americana com as ricas tradições portuguesas, transmitidas pela sua família e pela vibrante comunidade que a rodeava. Ela sempre esteve e continua profundamente ligada às suas raízes portuguesas e, ao crescer, cultivou essa ligação através do seu envolvimento na comunidade local. Crescendo, Andrea sentia-se, por vezes, dividida entre dois mundos: o mundo em que os seus pais cresceram e o mundo que ela tentava navegar por conta própria. Nesses momentos, ela recorria à escrita como uma forma criativa de expressar os seus pensamentos e emoções. Em 2020, isso resultou na criação de uma série de livros bilíngues destinados a ensinar português a crianças pequenas. Foi assim que nasceu a série de livros “Stella Learns Portuguese.”*

#### Como e quando nasceu a paixão pela escrita?

Sempre adorei escrever histórias ainda como criança e, quando entrei na adolescência, a escrita, especificamente a poesia, tornou-se a minha forma de expressar emoções. Grandes emoções. Felicidade, tristeza, raiva, amor. A poesia sempre foi o meu estilo de escrita preferido devido à estrutura rítmica. Gostava de criar profundidade rítmica através das minhas palavras.

#### Quem é Andrea Nunes, a autora de “Stella Learns Portuguese”?

Andrea Nunes é mãe, filha, neta. São essas as identidades que estão sempre presentes quando escrevo as minhas histórias. Nasci e cresci em Nova Jérsia, embora tenha passado a maior parte dos verões em Portugal com os meus avós. Sempre estive muito envolvida na comunidade portuguesa à minha volta em Nova Jérsia. participei em danças de rancho, no desfile do Dia de Portugal e noutras atividades. Essas eram formas de me manter próxima das minhas raízes e da família que tanto amava, mas que não estava fisicamente perto. Guardei com carinho as memórias dos meus verões, desejando a cada aniversário e Natal que os meus avós e a minha

família de lá estivessem comigo. Quando me casei, sabia que levar essa identidade e essas experiências comigo era essencial. Quando me tornei mãe, os meus mundos colidiram... O mundo que eu recordava da minha infância e o mundo que queria que os meus filhos também vivessem... não só as experiências, mas vivê-las ao lado das pessoas mais importantes. Encontro a maior felicidade em passar tempo com a minha família e criar de várias formas, seja através da escrita ou de projetos de melhoria da casa.

#### Os seus livros são escritos em inglês com alguma palavras em português. Qual é a sua intenção?

A minha intenção era ensinar português um pouco de cada vez, de uma forma divertida. Quando a minha filha começou a falar, o inglês foi a sua primeira língua. Se eu tivesse escrito tudo em português, teria sido difícil para ela entender. Encontrei uma forma de incorporar algumas palavras em português nos versos de cada página. Através das pistas contextuais na ilustração, ela conseguia adivinhar o significado da palavra. E, devido ao ritmo da história, conseguia memorizá-la como se fosse uma canção. Foi assim que a ideia nasceu.

Como tem sido a aceitação do público?

O público adora as histórias. A minha audiência é composta principalmente por outros pais com experiências semelhantes... nascidos nos Estados Unidos ou no Canadá, com filhos que falam princi-

palmente inglês, mas com o desejo de lhes ensinar algumas palavras em português.

Também partilham experiências parecidas, tendo passado tempo com a família em Portugal, e identificam-se com o sentimento por trás do nascimento destas histórias.





Como é o seu processo criativo? Como escolhe os temas e desenvolve a ação?

O meu processo criativo começa por escolher um tema para a próxima história. Depois, pego nesse tema e faço uma lista de palavras que devem ser incorporadas. Por exemplo, em Stella at the Praia, fiz uma lista de palavras relacionadas com um dia na praia.

A partir daí, começo a escrever cada verso, um de cada vez. E depois volto a reescrevê-los. Quero garantir que os versos têm ritmo e que as palavras em português se encaixam bem neles.

Quando tenho uma versão final, entrego a história à minha ilustradora e trabalhamos juntas para definir o objetivo de cada ilustração em cada página.

Os primeiros dois temas foram dedicados ao tempo passado com os avós. Depois disso, escolhi temas com base em outras boas memórias ou eventos relevantes na vida da minha filha, como o início da escola.

A estrutura rítmica permite a fácil memorização dos seus livros. Seguiu este caminho pelo facto de ser um público infantojuvenil?

Sim, absolutamente. Esse foi um dos meus maiores fatores motivadores. Muitas crianças, incluindo eu mesma quando era criança, têm mais facilidade em memorizar através da música.

Eu sabia que esta seria uma ótima forma de ajudar a memorizar as palavras incorporadas nos versos.

Os seus livros e toda a sua comunicação nas redes sociais, são um reflexo do seu amor às suas origens. Tendo nascido em Elizabeth, NJ, como manteve esta ligação a Portugal?

Eu viajava para Portugal na maioria dos verões e passava as férias escolares com os meus avós, que ainda vivem lá. Passava os meus dias com eles, divertia-me com os meus primos e entrava e saía das casas dos meus tios e tias. Eu adorava. Era tudo o que não tinha nos Estados Unidos. Poder respirar o ar puro, colher legumes da horta e divertir-me genuinamente com esta grande



família alargada, que não fazia parte do meu dia a dia, enchia-me de uma alegria indescritível. Foi essa emoção que inspirou o primeiro livro, *Stella in the Vila*. Quando voltava para Nova Jérsia, os meus pais e a minha outra avó faziam questão de falar sempre português, e as nossas refeições eram portuguesas. Também ajudou o facto de vivermos numa comunidade com muitos outros luso-americano, onde podíamos participar em várias atividades juntos.

**As ilustrações dos seus livros são magníficas! Como foi a escolha da ilustradora Mariana?**

Muito obrigada! A Mariana foi uma das melhores conexões que fiz nesta jornada de escrita e hoje é uma grande amiga. Na verdade, comecei a minha série com outra ilustradora. A certa altura, devido às complicações da pandemia, ela não conseguiu continuar a trabalhar nas histórias. Eu estava a meio do meu segundo livro e não sabia para onde me virar para

dar continuidade ao processo. A Mariana conseguiu pegar no trabalho onde tinha ficado e continuar a dar vida à série. O mais importante, além de ela ser uma pessoa fantástica e uma artista verdadeiramente talentosa, foi o facto de entender a língua e também viver em Portugal! Isso fez com que as histórias fossem, de facto, uma colaboração transatlântica!

**Assume-se como uma embaixadora da língua portuguesa nos EUA?**

Com certeza, tento ser! Aqui na América, falamos inglês o dia todo no trabalho, os nossos filhos falam inglês na escola e geralmente aprendem francês ou espanhol, e os nossos vizinhos (caso não vivamos numa comunidade com outros falantes de português e negócios portugueses) falam connosco em inglês. Ensinar a língua é um verdadeiro esforço. Não é tão natural como antes, quando a avó morava ao lado e cada vizinho era português. É preciso dedicar tem-



po para fazer o esforço de transmitir não só a língua, mas também as tradições, ou acabaremos por nos perder na nossa rotina diária, correndo o risco de um dia nos afastarmos disso. Continuo todos os dias a tentar fazer o meu melhor para manter as nossas raízes vivas e espero que os meus livros possam ser úteis para que outros façam o mesmo.

**Pode-nos revelar alguns dos projetos para 2025?**

Estou a trabalhar para continuar a minha série de livros e tenho outro projeto especial em andamento em forma de cartões de memória. Continuo a trabalhar em projetos que alimentam a minha criatividade, ao mesmo tempo que nutrem a minha paixão pela nossa herança.

**Uma mensagem para todos os artistas do mundo.**

A minha mensagem para os artistas do mundo é para continuarem a criar. Digo à minha filha, quando chega a casa chateada por alguém questionar a sua arte na escola, “A beleza da arte é a própria que tu crias, e a de cada pessoa é diferente e única. Que diversão teria se todas fossem iguais?”

Usa a criação para expressar as grandes emoções... a felicidade, a tristeza, o amor, a paixão, o medo. Usa-a para mostrar ao mundo quem tu és. Usa-a para honrar de onde vens. E, especificamente para os artistas portugueses, usa-a para mostrar as grandes raízes de coragem, determinação, lealdade, honra e paixão de onde viemos.

| AMBIENTE

# Gaza

## O outro lado da guerra!

A par da profunda destruição, do sofrimento e da morte, a guerra em Gaza trouxe consigo uma devastação ambiental sem precedentes. Os custos para o meio ambiente poderão ser considerados elevados na transversalidade dos danos causados e vão desde a contaminação das águas, até aos esgotos a céu aberto; desde os solos outrora produtivos – hoje destruídos, – até à terra transformada em crateras e pó, onde, noutros tempos não muito distantes, pontificavam verdejantes árvores.

Os impactes da guerra são vi-



síveis não só nos esgotos a céu aberto a desaguarem no Mediterrâneo, na sequência da destruição de estações de tratamento de águas, mas também na destruição de árvores, arbustos, terrenos férteis de cultivo, incluindo estufas e poços de água. Toda esta destruição abre caminho ao avanço acelerado da desertificação. Terras que, outrora, foram verdadeiros viveiros de biodiversidade, jazem hoje como vítimas silenciosas desta guerra. Tudo isto parece ir contra as orientações da Convenção de Genebra que proíbe guerras que possam causar “danos generalizados, de longo prazo e severos ao ambiente natural”. Segundo dados da FAO - Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação, dois terços das terras agrícolas de Gaza terão sido gravemente da-

nificadas pela guerra. A Faixa de Gaza é uma das regiões mais densamente povoadas da Terra e isso tem contribuído para uma imensa pressão na extração de água dos poços subterrâneos. Com a descida do nível dos lençóis freáticos de água doce, assistiu-se, nos últimos anos, à infiltração de água salgada nos mesmos, tornando essas águas impróprias para consumo humano. A solução de recurso passou pela construção de centrais de dessalinização, grande parte delas inactivas durante a guerra, devido aos cortes energéticos. Se a infiltração natural da água do mar já era problemática, a introdução deliberada dessa mesma água por parte de Israel nos vários quilómetros de túneis cavados pelo Hamas, provocando a sua inundação, pode estar a contribuir para contaminar ain-



da mais esses poços de água doce.

O colapso das estruturas de recolha e tratamento de lixo e a imensa destruição provocada pela produziram milhões de toneladas de entulho, materiais perigosos, restos de munições e de cadáveres humanos e de animais.

Sendo uma zona de confluência de três continentes – Europa, África e Ásia, – a Faixa de Gaza era uma zona muito rica em biodiversidade, todavia, boa parte dela foi agora

destruída ou sofreu sérios danos, tendo em conta a discrepância entre as imagens aéreas produzidas antes do conflito e as captadas na actualidade.

Hoje, uma de entre muitas outras perguntas que carecem de resposta, poderia muito bem ser a seguinte – como reconstruir a Faixa de Gaza, tendo em consideração os severos danos causados ao meio ambiente pela guerra entre Israel e o Hamas?



Vítor Afonso  
Mestre em TIC



| TRADIÇÕES LUSAS

# A propósito de urtigas

## usanças, préstimos e credices

Parte II

**O povo do fantasmagórico monstro de Loch Ness** da primazia dos whisky's single malt e daquela doidice absurda — o insensato empalho animalesco da «cerveja mais forte do mundo», elaborada numa cervejaria artesanal do porto de Fraserburgh a partir de uma cerveja belga e arrematada com um preparado de urtigas das Terras Altas escocesas e bagas de zimbro de algures — desde a época medieval que utiliza as folhas de urtigas jovens na sua culinária, em saladas à mistura com outras erveiras, fritadas de ovos batidos, sopas a que lhe juntam alho francês, brócolos e arroz, ou simplesmente cozidas para emparelhar alguns assados de borrego. Foram, ainda, por este povo de expressivas influências celtas, muito aproveitadas como ervas forrageiras para o gado bovino e ovino. E as fibras extraídas dos seus caules mais envelhecidos, como acontecia com as fibras de linho, eram arranjadas regularmente para o fabrico de roupas, principalmente das farpelas de marinheiros e pescadores, cordas e re-

des de pesca. Escreveu a este propósito tecedeiro, no início do séc. XIX, o poeta sentimentalista escocês Thomas Campbell: “Na Escócia, comi urtigas, dormi em lençóis de urtigas, e jantei sobre uma toalha de urtigas. Quando ainda é nova e tenra, a urtiga é um legume excelente... e lembro-me que a minha mãe dizia que, na sua opinião, os fatos de urtiga eram bastante mais resistentes do que os de linho”.

Da terra dos anglos relembro-as no romance histórico Stonehenge de Bernard Cornwell, na matéria-prima que serviu para fazer as rédeas do cavalo do forasteiro [“A sela era um cobertor de lã dobrado e as rédeas eram cordas de fibra de urtiga trançadas...”] ou no surpreendente desafio de Camaban [“E, se algum o disputar, que venha lutar agora comigo; pico-lhe os olhos com urtigas...”]. E não esqueço o fabulado dos caldos de urtigas dos camponeses de Nottingham e do desenrasque nutritivo dos guerreiros samaritanos de Robin

Hood ou a coroa macabra de “cicuta, agrião-bravo e urtiga” com que William Shakespeare resolveu enfeitar a cabeça enlouquecida do rei Lear. Assinalo as famosas derrabadas urticantes de Miss Theresa Berkley, a rainha do flagelo e do gozado vício inglês, no tão frequentado bordel londrino do séc. XIX, a providência necessária dos ilhéus britânicos durante a segunda guerra mundial para manter os níveis de vitaminas, além daquela bizarria apalermada do «campeonato mundial de comedores de urtigas» que decorre na localidade de Marshwood, perto de Bridport, onde dois lampantins já conseguiram embuchar, cada um deles, o equivalente a mais de vinte metros de folhas de urtigas cruas! (...) No Éire, terra também de ascendentes celtas, e até há bem pouco tempo, todos os anos, um grupo lafrauzado de rapazolas corria pelas ruas empunhando manhuços de urtigas, batendo impunemente com eles em toda a gentalha distraída que encontrasse pelo caminho, um pouco à moda (?) do que ainda acontece na joldra popular da noite do S. João portuense com as estopadas de alhos-porros e as cheiradas aos ramos de limonetes. Noutros tempos, durante o período negro da «Grande Fome de 1845-1849» e da «peste da batata», estes crendeiros vegetais chegaram mesmo a suprir as carências alimentares mais básicas dos pobres irlandeses-rurais e citadinos. Já no norte de França - Pays-de-la-Loire e Bourgogne - por aquela época, principalmente nos meios rurais, eram mais utilizadas na conservação das carnes, de qualquer tipo de carne, pelas suas propriedades anti-sépticas, do que nos usos mais vulgarizados. Pierre-Joseph Buc'hoz, naturalista francês do séc. XVIII/XIX e um dos seus estudiosos, relata-nos isso mesmo. Até na feitura das antigas notas bancárias francesas (!) Nos dias de hoje, pelo menos assim o creio, é o povo gaulês quem mais celebra as virtuosidades das urtigas e plantas afins, quer em festivais temáticos, quer em publicações editadas.

Victor Hugo, in «Les Misérables (V)», 1862, deixou-nos esta elucidativa descrição: [...] Um dia, viu os habitantes de um lugar muito ocupados a arrancar urtigas; olhou, então, os caules das plantas arrancadas e já secos disse: - Já morreram. E isso seria tão útil se soubessem como fazer. Quando a urtiga é nova, a folha é um excelente legume; quando envelhece, tem filamentos e fibras como o cânhamo e o linho. Um tecido de urtiga vale tanto quanto um tecido de cânhamo. Picada, a urtiga é boa para as aves domésticas; moída, é boa para o gado vacum. A semente da urtiga, misturada à forragem dos animais, torna-lhe o pêlo brilhante; a raiz, misturada com sal, produz uma bela cor amarela. Além disso, é excelente feno que se pode segar duas vezes ao ano. E que cuidados requer a urtiga? Um pouco de terra e nada mais. O único ponto difícil de se resolver é que a semente cai à medida que amadurece, o que torna difícil colhê-la. Aí está. Com um pouquinho de tra-

balho, ela tornar-se-ia mais útil; desprezam-na, e ela torna-se nociva. Então, destroem-na. Quantos homens se assemelham à urtiga! - E acrescentou, depois de uma pausa: - Meus amigos, guardem bem isto; não existem homens maus ou ervas más. O que há é maus cultivadores. [...] A este escritor e poeta é-lhe também atribuída a seguinte frase, própria da escola romântica francesa da época: “A vida é um campo de urtigas onde a única rosa é o amor”.

Ainda nos domínios da língua francófona, continua a fazer parte da tradição gastronómica uma sopa de urtigas com miolo de pão esfarelado, leite gordo de vaca, banha de porco para a fritura dos sanocos de pão e água da cozedura das carnes. Modesto e discreto, mas bem apetitoso aquele calducho meio ensebado! E bem perto de Arlon, em algumas casas de produtos tradicionais, ainda é possível adquirir cervejas e licores artesanais à base de urtigas. Propostas modernizadas de aganarem qualquer esmaleitado lazarento! Também na Valónia, mais propriamente na comuna de Juprelle, a norte de Liège, acrescento que nasceu e alberga-se a primeira irmandade dedicada a esta prestável, sensual, cruel, pragmática e caridosa planta – a Confraria da Urtiga. Não muito longe, em Frasnes-lez-Gosselies, entre Charleroi e Bruxelas, realiza-se anualmente a bem sucedida «Festa da Urtiga». Também, por cá, em terras beirãs, Fornos de Algodres, a 24 de Maio de 2009, nasceu a Confraria Gastronómica da Urtiga, apadrinhada pela Confraria dos Enófilos e Gastrónomos de Trás-os-Montes e Alto Douro, e a entronização dos seus primeiros treze confrades em traje de inspiração monástica, utilizando lã tingida com urtigas, que pretendem devolver à *Urtica spp.* a importância de que será merecedora na gastronomia nacional. (...) Na Alemanha do séc. XII, o visionário, escritor de textos botânicos e medicinais, Saint-Hildegard von Bingen, já prescrevia o uso de sementes de urtigas para os males de barriga. E, nos períodos de fome do tempo da guerra, nas regiões da denominada Baviera Antiga, Estíria e Tirol austríaco, uma das refeições habitual na época primaveril era à base de uma espécie de almôndegas e carolas de pão com urtigas cozidas. Porém, numa viagem de Salzburgo para Hamburgo, perto de Rosenheim, fui desafiado para um simulacro de peixinhos da horta de picado de urtigas em massa confeccionada com cerveja que diziam ter que ser muito aromática e bem forte - tipo *hofbräu maibock* - confortados pelo popular vinho *Trollinger* com aquele toque a amêndoas amarga que tanto me encanta. Enfim, grotescos, recreativos, e bem generosos aqueles palitados saloios. Afortunadamente... parece que os germanos ainda não se decidiram a abandonar as qualidades têxteis das fibras urtigueiras! Na Hungria danubiana, planície da Panônia, em Dunaújváros, escutei ao sabor de um gracioso tinto de Villány-Siklós e



ao som de um divino goulash que, na véspera de Pentecostes, era costume dos aldeões magiares sovar as vacas parideiras com uma manhuçada de urtigas velhas, não para as excitar mas para defendê-las da malvadez dos bruxedos malignos e ares de malagoiro. [Também a já emblemática “noite das bruxas”, tradição das sextas-feiras treze, em Montalegre, começa sempre com uma ceia - a «ceia das bruxas» - em que é servido um caldo de urtigas, entre outros pratos, para ajudar a escorraçá-las.] Também na Rússia, europeia e asiática, se empregava a urtiga em múltiplas utilizações: na Sibéria, o principal destino era o fabrico de papel e a extração de óleo e, na parte europeio-caucasiana, a sua sorte consagrava-se principalmente na confecção do histórico e popular chtchi. Entre outros escritores russos, Léon Tolstoi refere-o em Guerra e Paz, Anna Karenine, Crónicas de Sebastopol... e Fiódor Dostoiévski em Memórias da Casa dos Mortos... Pelos vistos, o chtchi de repolho azedo e carne mantém-se como um prato correntio no seio daqueles povos eslavos. Ali ao lado, na Ucrânia Karpaty, numa breve passagem por Uzhhorod, na fronteira com a Eslováquia e de trânsito para a cidade polaca de Rzeszów, dizia-nos a tagarela da nossa guia que estas deslarradas erveiras já serviram não para comer, nem para vergastar ou medicar quem quer que fosse, mas para averdongar os ovos açucarados da época pascal. Estranho! Invulgar! Mas bem possível pelas suas qualidades tintureiras.

Na crença dos primitivos povos escandinavos as urtigas eram dedicadas essencialmente ao deus das forças da natureza — o deus Thor — e utilizadas, com alguma frequência, na indústria farrapeira. Esse interesse tecedeiro, também presente na Dinamarca peninsular, só se extinguiu no decorrer do séc. XIX durante a revolução industrial. O escritor dinamarquês de histórias infantis, Hans Christian Andersen, testemunha dessa prática, refere num dos seus contos de *The wild swans* que os mantos redentores do feitiço da malvada madrasta dos irmãos da princesa Elisa eram feitos de fibras de plantas urtigueiras [“Para libertares os teus irmãos do malefício de que são vítimas inocentes, tens que colher todas as urtigas que puderes, esmagá-las com os teus pés até que se desprendam fibras, com as quais deverás tecer onze túnicas...”]. Por sua vez, os seus vizinhos finlandeses, talvez pelas confusões crepusculares a que estão sujeitos, só se revêm nestas acatadas plantas através deste conhecido ditado popular: “o amor é um jardim florido e o casamento um campo de urtigas”. Aqui ao nosso lado, leoneses e castelhanos fazem por lhe reconhecer o papel de estrela da fitoterapia e denominam-na de “hierba de los ciegos”, porque entendem que é conhecida mesmo por quem a não veja. Em Ponferrada, por exemplo, além de já ter degustado uns revueltos urtigados, suficientemente enfadonhos, falaram-me de um pequeno restaurante rural que há muito faz um mo-

lho de mostarda com umas boas pitadas de brotos de urtigas para acompanhar carnes grelhadas... que dizem ser de um travo bem assanhado. Da Galiza memorizei: uma inesquecível passagem pelo «Festival Internacional de Música Celta» de Santa Marta de Ortigueira, terra já conhecida por Ortigaria ou Orticaria no séc. X; a tradição de um licor de urtigas lugués que tive a pouca sorte de provar num bar apinhado de estudantes na zona histórica de Santiago de Compostela; o recitado de umha pequena aportaçao poética do «Romance del Emplazado», Cancionero Gitano, Federico Garcia Lorca [“... Ya puedes cortar si quieres/Las adelfas de tu pátio/Porque ci-cutas y ortigas/Crecerán en tu costado”] pelo Afonso Ribas; a alusão à lenda da bela moura Zaira que Dom Ramiro II, Rei de Leão e da Galiza, tomou como esposa e baptizou de Ortega ... e o arrojo do ourensano Pepe Posada na comercialização de ortigas, urtigas ou estrugas, al natural. Do Principado das Astúrias registo a curiosidade de ter assistido, pela primeira vez, à preparação de um insecticida biológico à base de urtigas [“um quilograma de folhas de urtigas maceradas em meio litro de água”] que uma conversável taberneira de uma pequena localidade a caminho do Parque Natural de Redes haveria de utilizar para combater a piolhagem do jardim e da pequena horta que acercavam a sua casa de pasto, além de lhe escutar este exemplar provérbio [“A terra que da á ortiga é pra mia filla/a que nún la cria è prá mia vecía”]. Relembro, também, a merenda ajantarada que nos proporcionaram em Cudillero com uns inesperados e extravagantes caracoles en salsa de ortigas, depois daquelas celestiais ostras al hinojo, os aguardados bigaritos cocidos e as abonadas zamburiñas a la plancha, tudo empurrado por umas consideráveis canecadas de sidra natural de Nava.

Nas regiões andinas de falas castelhanas (e em muitos povos tribais da América do Sul), a diabrice destas ervas era mais aproveitada como chicote punidor de

mulheres riceiras pouco dadas à fidelidade matrimonial que na necessidade do sustento quotidiano; enquanto a vizinha escravatura luso-brasileira dessa época — a época dos engenhos sacarinos dos séculos XVII/XIX — só via nos castigos tipo chinês os (de) méritos desta regalada mas desprezada e condenada planta. Até os longínquos aborígenes da Terra Australis descobriram a benevolência das urtigas, utilizando-as frescas num unguento para friccionar os entorses e, com as folhas fervidas, em cataplasmas para uma série de ferimentos exteriores. E os chineses fizeram de uma sua meia-irmã, o ramie [Boehmeria nivea (L.) Hook. e Am.] ou “erva da China”, que não é urticante, uma referência universal – téxtil, trapeira, papeleira e forrageira (...) Para os povos do Indus, a urtiga tornou-se o símbolo de Vasuki — uma gigantesca e maquiavélica serpente que derramou veneno sobre a pobre planta — conferindo-lhe a capacidade de infligir dor. Todavia, na Índia actual, continua a ser uma espécie medicinal muito popular e de boa casa, onde as suas decocções têm serventia no tratamento de problemas renais, estados febris e arrepios, menstruações abundantes e estancamento de múltiplas hemorragias. É, assim o aconselham os disciplinados iogues indianos, imprescindível como condimento culinário e em chás das dietas aiurvédicas, para indivíduos de constituição kapha.

No universo do esoterismo e da astrologia... a urtiga é considerada o símbolo da luxúria! Quem diria? Pelos vistos, estas rapeiras colhidas quando a Lua está em Escorpião têm a virtude de conceder valentia, audácia e riqueza. E o que pode significar sonhar com urtigas? Para a mulher: ciúmes exagerados e maus momentos na vida conjugal; no caso do homem: cuidado com os falsos amigos e a crença na sua sorte.

O apetecido elogio à urtiga, por agora, espreita-lhe velhas sinas, novos talentos e renovados preceitos...



António Manuel Monteiro  
Engenheiro Agrônomo

| SAÚDE E BEM ESTAR

# Vacinas

## As vacinas salvam vidas



A vacinação é um direito e um dever dos cidadãos. Vacinar é crucial e é uma das vitórias da medicina.

A vacinação foi e é de fundamental importância na saúde do indivíduo e da população em geral, tendo permitido a erradicação de algumas doenças e o controlo de muitas doenças infeciosas, com grande impacto positivo na Saúde Pública.

O que é uma vacina? É um preparado de抗énios, parti-

culas estranhas ao organismo de origem biológica na sua maioria, modificados laboratorialmente, que estimulam a imunidade, produzindo anticorpos, conduzindo a uma resposta protetora específica para um ou mais agentes infeciosos. Todas as vacinas, com autorização de comercialização na Europa, têm um elevado grau de qualidade, de segurança e de eficácia. As reações às vacinas, podem surgir por vezes, sendo na grande maioria muito ligeiras



e autolimitadas, e muito exceionalmente podem revestir-se de maior gravidade. No entanto é necessário reiterar que estas reações são raríssimas e muitíssimo inferiores às complicações das doenças contra as quais elas protegem.

O Programa Nacional de Vacinação, PNV, foi implementado em 1965, como um programa universal, gratuito e acessível a todas as pessoas residentes em Portugal. Apesar de apenas algumas vacinas do PNV serem obrigatórias, as taxas de cobertura

tura vacinal no nosso país são muito elevadas, superiores a 98%. O objetivo do programa é proteger o indivíduo e a população em geral contra as doenças, potencialmente graves, em que há proteção eficaz por vacinação. A pessoa vacinada ficará imune à doença, ou nos casos em que tal não é possível, ficará protegida das formas graves e terá uma forma atenuada da doença. O esquema de vacinação tem como objetivo atingir a melhor proteção, na idade mais adequada e o mais precocemente possível. Assim, a va-

cinação permite adquirir a proteção individual, mas também a chamada imunidade de grupo, isto é, quanto maior a proporção de pessoas vacinadas, menor a circulação do microrganismo causador da doença, protegendo indiretamente as pessoas não vacinadas. O esquema de vacinação proposto pelo PNV engloba diferentes vacinas ao longo dos anos, desde o recém-nascido até à vida adulta. Nos últimos anos temos assistido ao reaparecimento de alguns surtos de doenças já controladas ou eliminadas



pela vacinação, refletindo baixas taxas de vacinação em alguns países, condicionando a imunidade de grupo. Os surtos de doenças evitáveis pela vacinação, como os surtos de sarampo na Europa, em pessoas maioritariamente não vacinadas, ou o surto de poliomielite num país livre da doença, devem-nos fazer refletir no dever de cada um de nós em assumir comportamentos responsáveis que nos protejam a nós e aos outros, e nomeadamente na enorme importância e nos profundos ganhos conferidos pelas vacinas, na preservação da Saúde Pública. O crescimento dos chamados Movimentos Anti-Vacinas são considerados pela Organização Mundial de Saúde, OMS, uma séria ameaça à Saúde Pública Mundial, podendo vir a reverter décadas de progresso.

A vacinação é uma das formas mais seguras, eficazes e menos dispendiosas de prevenir doenças infeciosas, e se-

gundo dados da OMS, salva a vida de até três milhões de pessoas todos os anos.

As recomendações de vacinas fora do PNV, são atualizadas periodicamente e baseiam-se nas evidências científicas e características das vacinas e no impacto, incidência e gravidade da doença. Na maioria das situações, a proteção individual é o objetivo principal, para os diferentes grupos etários, apesar de poder haver implicações de saúde pública mais alargadas.

É fundamental uma vacinação sustentada e em grande escala para que as doenças evitáveis sejam controladas ou eliminadas, com benefícios a longo prazo, contribuindo para o desenvolvimento de uma sociedade mais protegida e próspera. O progresso da tecnologia e da investigação científica tem sido e será no futuro, uma realidade no desenvolvimento de melhores e novas vacinas.



Eduarda Oliveira  
Médica Pneumologista



| LUSO-CRIANÇA

# A música erudita na infância

O ensino na infância encontra-se muito ligado à cultura e às expressões artísticas populares. A arte erudita, nomeadamente, a música erudita encontra-se presentemente, num plano inacessível aos mais pequenos. Cultura e expressão artística eruditas não marcam, então, presença na escola desde cedo, de formas cativantes. A música popular - que também tem um papel a desempenhar na educação - sobressai reinante.

Todos sabemos que os sentidos ávidos das crianças estão recetivos a romper fronteiras com as diferentes lin-

guagens com os artistas, criadores e autores. No que à música diz respeito pode frequentemente, ler-se que os bebés dentro do útero materno preferem música erudita (clássica ou outra) que acalma o ritmo cardíaco e pode dar início a competências musicais. Constatou-se que um dos compositores testados e preferidos é Vivaldi. Se aos seis meses de gestação o bebé educa o ouvido com as «quatro estações», porquê brindar as crianças com o «atirei o pau ao gato»?

Urge acalmar as nossas crianças no meio de tanto ruído.



Madalena Pires de Lima  
Escritora

Qual a diferença entre...

nós ≠ nos



| FUNDAÇÃO AEP

# Sobre o valor económico da língua portuguesa

*A Rede Global pretende ser um veículo de aproximação e conexão do país com os portugueses espalhados pelo mundo*

Tem como base o trabalho em rede com os múltiplos agentes com atividade na Diáspora, públicos e privados. Mais do que a activação do tradicional “Mercado da Saudade”, muito conectado à memória e aos sabores do país, pretende-se criar um sentimento de união e orgulho nas marcas portuguesas, e de conexão entre os portugueses da diáspora,

criando uma rede de embaixadores espalhados pelo mundo. E com estes pressupostos, oferece ainda a possibilidade de acesso a um mundo cosmopolita e cada vez mais global, com as novas gerações altamente qualificadas e mais conscientes da qualidade e diferenciação da oferta nacional, e simultaneamente mais disponíveis para abraçar causas re-

lacionados com o seu país; Na dinâmica do projeto tem-se presente o papel da língua portuguesa, a qual tem, é consabido, um grande valor e um impacto significativo no mundo, tanto cultural quanto económico e geopolítico e que se apresenta com grande potencial de crescimento e influência no cenário global.

O valor económico da língua portuguesa é significativo e multifacetado, refletindo a sua importância global como uma das línguas mais faladas no mundo - cerca de 265 milhões de pessoas.

Tem-se em vista o papel da língua que é o traço comum que une os países que integram a Comunidade de Países de Língua Portuguesa (CPLP). A CPLP é uma organização internacional composta por países que têm o português como língua oficial. Estes países incluem Angola, Brasil, Cabo Verde, Guiné-Bissau, Guiné Equatorial, Moçambique, Portugal, São Tomé e Príncipe e Timor-Leste. Juntos, eles formam

um mercado significativo com um PIB combinado considerável e um grande potencial para comércio e investimento. Estima-se que, até 2050, o número de falantes de português poderá ultrapassar 400 milhões, impulsionado pelo crescimento populacional dos países africanos de expressão portuguesa.

Simultaneamente, a língua portuguesa facilita o comércio e o investimento entre os países lusófonos. A proximidade linguística e cultural reduz custos de transação e aumenta a confiança entre parceiros comerciais.

Na diáspora de língua portuguesa em países como os Estados Unidos, Canadá, França e África do Sul, o contributo para a economia portuguesa é bem evidenciado pelo valor das remessas, investimentos e comércio.

A língua portuguesa é também um veículo importante para a cultura e o turismo. A rica herança cultural dos países de língua portuguesa, incluindo literatura, música, cinema e

Eu

Tu

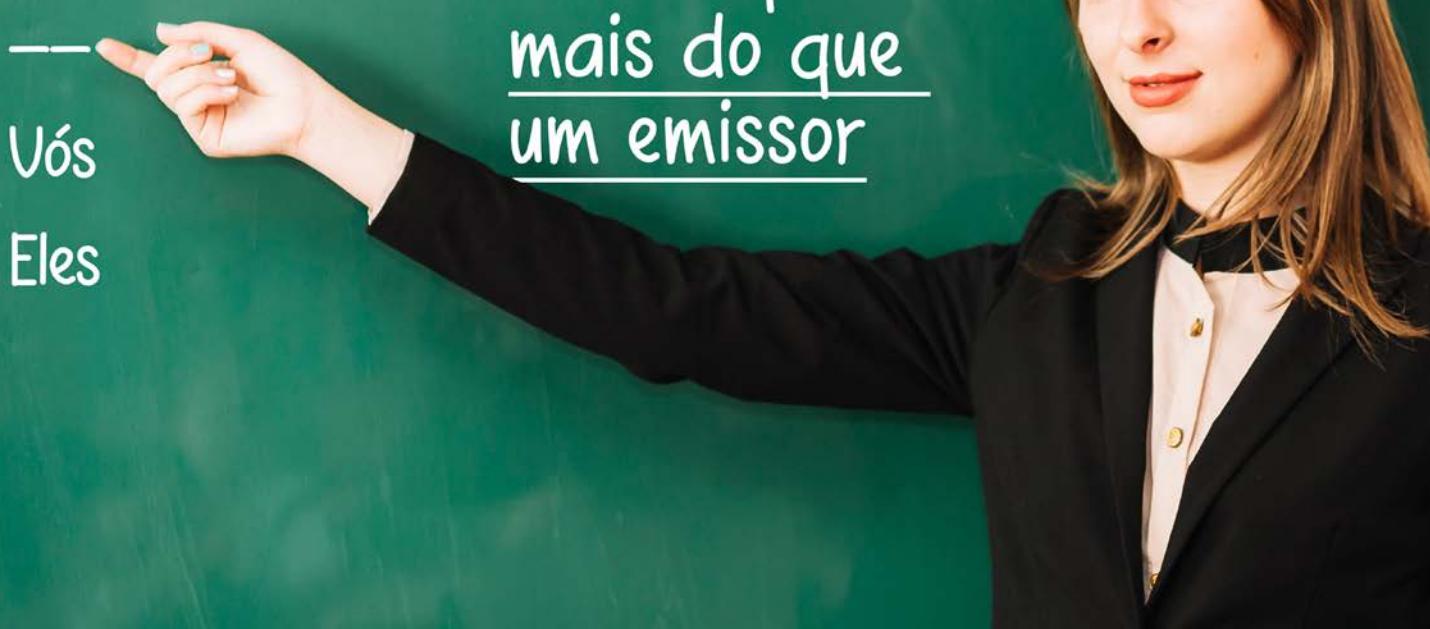
Ele

—

Vós

Eles

Primeira Pessoa  
do Plural  
indica que existe  
mais do que  
um emissor



Portugal é um país no sul da Europa, localizado na Península Ibérica



gastronomia, atrai turistas e promove a indústria cultural. Finalmente, o português é uma língua importante no campo da educação e formação. Há uma procura crescente por cursos de português como língua estrangeira, o que gera receitas para instituições de ensino e facilita o intercâmbio académico. Em resumo, o valor económico da língua portuguesa é vas-

to e abrange múltiplos sectores, desde o comércio e investimento até à cultura, educação e tecnologia. A sua importância global continua a crescer, à medida que os países de língua portuguesa se desenvolvem e aumentam a sua influência na economia mundial, o que, com a digitalização e o avanço da Inteligência Artificial, estão a aumentar o uso do português na tecnologia e ciência.



**FALAR**  
PORTUGUÊS

# Aprender português online

Cursos adaptados  
ao teu nível de  
aprendizagem

**falarportugues.pt**



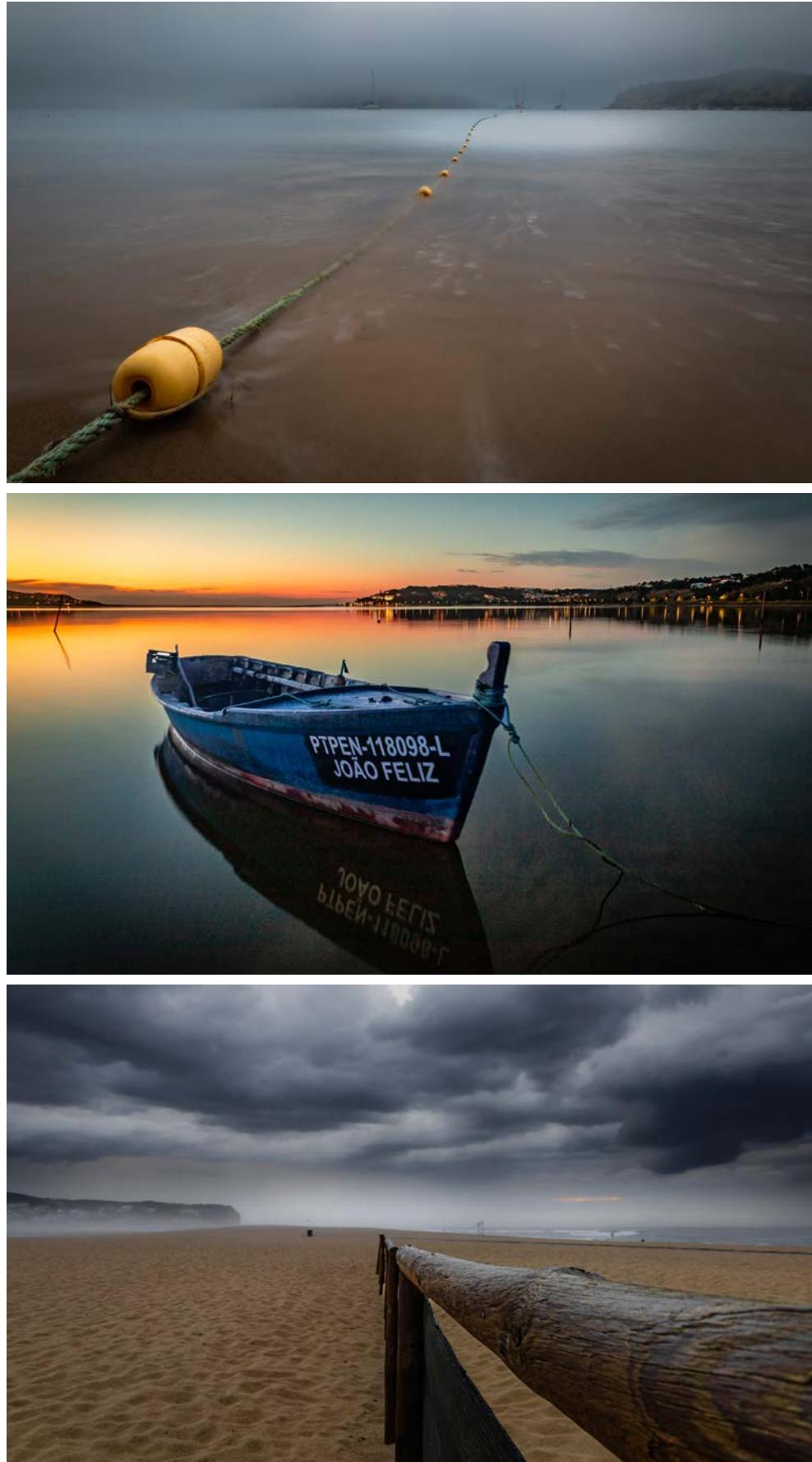


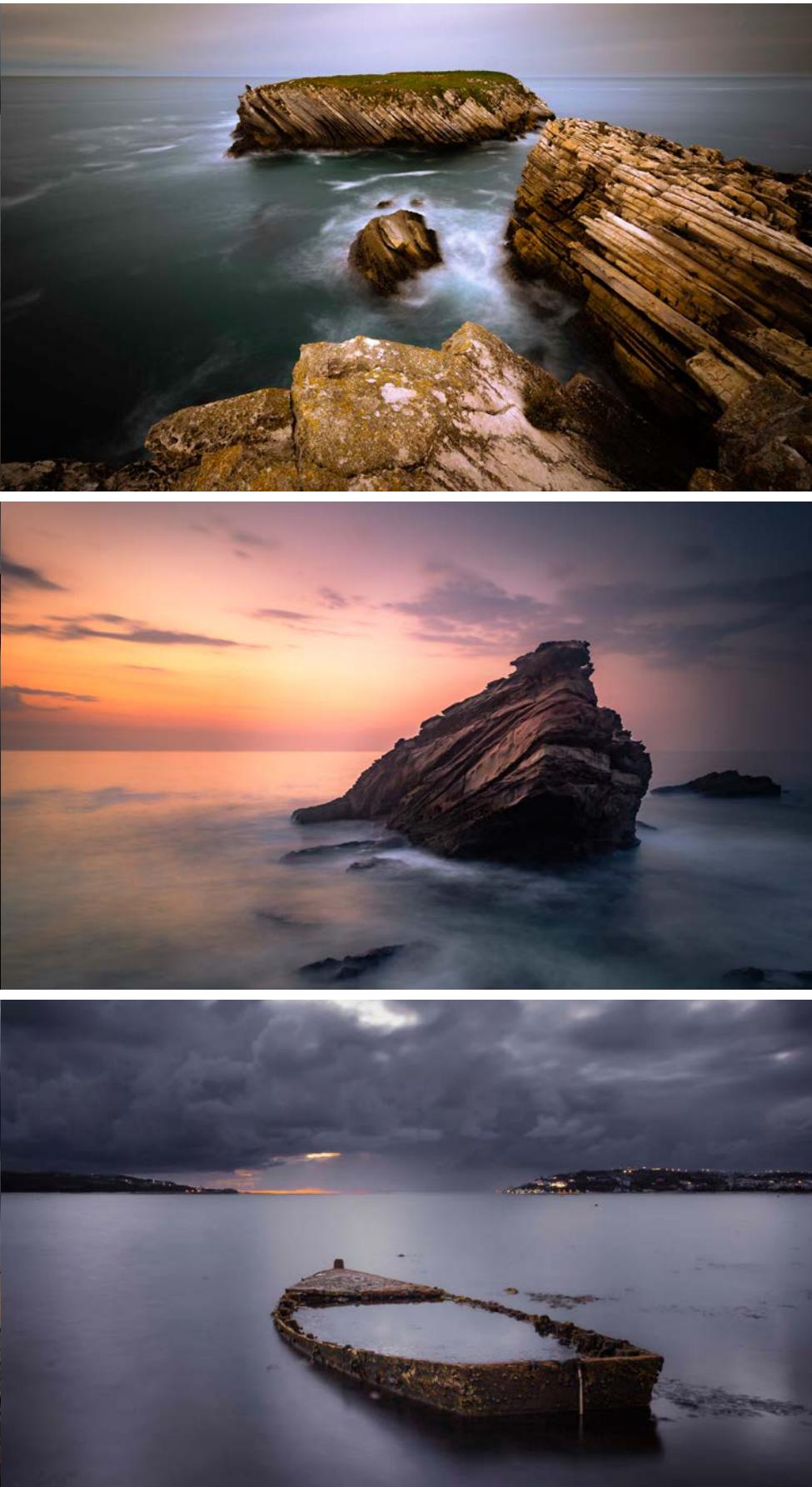
| PELA LENTE DE  
**José Caetano**





*Nasceu em 1970. A fotografia entrou na sua vida no ano 2021, em pleno período pandémico, aproximando-o, decididamente, da natureza. Nesse meio tem encontrado o equilíbrio. Inusitadamente, esta forma de captar a realidade entrou na sua vida com uma intensidade surpreendente, fazendo, atualmente, parte da sua essência. Dedica-se, sobretudo, à paisagem natural e, nomeadamente, ao mar, tendo um grande fascínio pela longa exposição, presente nos seus trabalhos.*





*As imagens publicadas pretendem levar o leitor à descoberta da zona oeste de Portugal, com maior ênfase na lagoa de Óbidos, permitindo-lhe adentrar-se por recônditos lugares da referida região.*

*Participou em quatro livros no âmbito da fotografia; foi autor de uma fotografia que foi capa de livro; participou em três exposições coletivas e uma exposição individual; foi vencedor de um concurso de fotografia.*



## PROGRAMA REGRESSAR **Christiana Lemos**

*Viveu a vida inteira na Suíça e regressou passados 28 anos*

**Os seus pais emigraram quando? Para que país?**

Os meus pais emigraram para a Suíça em 1981 com o meu irmão que tinha na altura 6 meses e em 1995 eu nasci na Suíça onde vivi até 2023.

**O que vos fez regressar?**

Passados cerca de 40 anos na Suíça, os meus pais decidiram regressar a Portugal para gozarem a reforma e o meu companheiro, a minha cunhada e o meu irmão também

queriam regressar. Eu confesso ainda estava um pouco indecisa, porque tinha um bom nível de vida na Suíça e afinal era onde tinha vivido toda a minha vida.

**Como foi esse processo?**

O meu companheiro, que é suíço, vinha a Portugal de férias de vez em quando, e gostava muito da aldeia onde os meus pais viviam e conseguia imaginar-se a viver lá também. Algum tempo antes de virmos para Portugal, andei à procura de uma ideia para um projeto empresarial em Castro



Daire, e depois de várias conversas com a minha família, foi o meu tio Manuel Costa que me deu a ideia de um negócio que ainda não tinha em Castro Daire - uma oficina de estofos de mobiliário. Assim, em 2023 fixámo-nos definitivamente em Portugal. Procurei logo uma empresa para fazer um estágio para aprender o ofício, pois não era o emprego que tinha na Suíça, e com a ajuda de um profissional, o senhor Carlos Ferreira aprendi todas as noções básicas do ofício de estofador, que foi imprescindível para poder iniciar o negócio.

#### Que papel teve o Programa Regressar nessa decisão?

O meu pai falou-me do “Programa Regressar” que apoiava

pessoas que regressavam ao seu país de origem e queriam abrir um negócio. Fui então informar-me e muito rapidamente consegui solicitar ajuda financeira para iniciar o negócio. Foi um processo, simples e rápido. Esta ajuda permitiu-me comprar o equipamento necessário para começar a trabalhar.

#### Está feliz com este regresso a Portugal?

Adaptei-me rapidamente à minha nova vida aqui. A qualidade de vida em Castro Daire é excelente, as pessoas são muito acolhedoras e recebi muito apoio para os meus projetos. Hoje estou muito feliz por ter tomado esta decisão.

#### Programa Regressar



José Albano  
Diretor Executivo do PCRE



| VIAGEM LUSITANA

# Diplomacia & Revolução

## Galeria dos Heróis de Portugal

*“Os que acendem a Chama da Esperança, somente seguem a sua Consciência.”*

Portugal apresenta com orgulho a “Galeria dos Heróis”. À respetiva Galeria pertencem o Diplomata Aristides de Sousa Mendes e o Capitão Salgueiro Maia. Em Vida não se encontraram, mas na Data da Morte na mesma Cidade – 3 de Abril em Lisboa, assim como na História dos Heróis de Portugal. Os Museus dedicados aos mencionados Heróis situam-

um pouco para além da Rota Turística. Porém, dignos de ser visitados.

Personalidades que influenciaram a História do nosso País a nível Nacional e Internacional. Não escolheram Caminhos fáceis. Conheciam os perigos e sacrifícios que exigiram não somente aos próprios como também aos seus Familiares.

Seguiram o que a Consciência exigiu, porque a convicção do Caminho certo era maior do que desistir da Coragem, que apresentaram.

“Divino ou Humano” – Saber ou o Destino, que os escolheu para a determinante Decisão, que escolheram com o Pensar na Hora e Lugar certo.

Tempos e Vidas diferentes. Porém, referente ao facto, que alteraram a História e salvaram Vidas, Tempos e Vidas idênticos/as. Duas cidades em dois Países: Lisboa e Bordéus. Um Diplomata com “Assinatura e Carimbo / Selos” e um Militar com “Espingarda e Tanque (Chaimite)”.

“O Cônsul de Bordéus” e “A Revolução dos Cravos” – Expressões que percorreram o Mundo. Ainda hoje se verifica a Memória bem viva. Os que lutaram contra o Esquecimento segurar/am, guardar/am e protegeram/em o Histórico Legado. Eis a razão, para uma Visita aos dois Museus na Terra Natal:

- “Casa da Cidadania Salgueiro Maia” em Castelo de Vide
- Inauguração 1 de Julho 2021. Guarda o Espólio do Eterno Capitão, a fim de realçar a Memória do singular Herói e Histórico Acontecimento.

- “Casa do Passal em Cabanas do Viriato – Museu Aristides de Sousa Mendes” – Em 2000 foi constituída a “Fundação Aristides de Sousa Mendes”, que se dedicou a transformar a Casa do Passal em Museu, a fim de concretizar um “Centro de Memória”.

Interessante é também o facto, que à Coluna de Salgueiro Maia pertenceu o Neto do Cônsul, Francisco Sousa Mendes. Coincidência, Destino ou Poesia da História. Somente Deus e a Vida conhecem a resposta.

Importante também é a faceta, que ambos encontraram Paz na família, para realizarem os Atos de Consciência. Não esquecendo os Fiéis, que também decidiram seguir um Caminho de Perigo. Ambos se encontravam no “Círculo de Diplomatas e Militares”, que estavam todos a es-

colher a Humanidade contra a Ditadura”. Aceitaram sofrer as consequências, mas fazer o que o Dever exigia. Valeu Respeito, Consideração e o Reconhecimento por intermédio de Homenagens, que sublinham as Vidas que salvaram.

Ceder Vistos (Bordéus, Baiona, Toulouse e Hendaia) e conquistar a Liberdade (Lisboa) foram situações em que sabiam que estavam a atuar contra o Relógio, antes que o “Inimigo” os impedisse. Aproveitaram o momento do Segredo e da Surpresa. Quando a Ditadura decidiu impedir, foi tarde de mais – para Bem dos Refugiados e da Liberdade.

Pronunciaram audaciosas Frases, que ficaram na Memória do Mundo:

“Meus Senhores,  
como todos sabem, há diversas  
modalidades de Estado. Os estados  
socialistas, os estados capitalistas e  
o estado a que chegámos. Ora, nesta  
noite solene, vamos acabar com o estado  
a que chegámos! De maneira que, quem  
quiser vir comigo, vamos para Lisboa e  
acabamos com isto. Quem for voluntário,  
sai e forma. Quem não quiser sair, fica aqui!”  
(Discurso pronunciado antes da Coluna sair da Escola Prática  
de Cavalaria de Santarém)  
&  
“Vou Salvá-los Todos.” (Promessa do Cônsul)

Missões bem premeditadas e adequadas, apesar de ignorarem no caso do Diplomata a 14. Circular e do Capitão a Obediência Militar, seguiram a Consciência e defenderam Vidas e Liberdade.

Vidas diferentes em tempos diferentes. Porém – para o Mundo escreveram Heroica História Lusitana.



Isalita Pereira  
Historiadora  
Poeta



| FALAR PORTUGUÊS

# Como funciona um livro?

Um livro não precisa de electricidade nem costuma avariar (tirando uma ou outra rasgadela ou página ensopada). E, no entanto, é também uma máquina – e bem intrincada.

## A máquina de papel

Um livro é uma máquina? Como? Não tem peças que se movam, não precisa de combustível, não há por ali intrincados circuitos a fascinar os olhos dos miúdos.

E, no entanto, um livro funciona de uma determinada maneira e tem peças – então não tem? É feito de papel, aliás, de uma série de folhas cortadas, coladas de um dos lados, prote-

gidas por uma capa. Papel e cola. E o papel está sujo com peculiares manchas de tinta... Quando queremos lê-lo, pomos a máquina a funcionar: começamos pela capa, viramo-la e temos folhas que passamos uma a uma, às vezes com esforço, outras vezes com muito gozo...

É uma máquina, sim senhor. Uma máquina que ninguém inventou. O livro foi sendo afinado — e continua a sê-lo! — por sucessivas escolhas de muita gente, subtis opções por esta ou aquela maneira de cortar, de dispor a lombada, de colar as folhas, de criar uma capa... As escolhas tornaram-se hábitos — e temos o livro como o conhecemos hoje.

### A máquina de fazer livros

Para chegarmos a cada uma dessas máquinas de passar palavras, há uma série de gente que as imagina e fabrica: há quem escreva; há quem assuma o risco de pôr o livro cá fora, com todos os custos que tem; há o revisor, que procura incessantemente erros e gralhas, melhorando ali, hesitando ali, sugerindo uma ou outra palavra que melhore o texto – e às vezes lembrando o autor que aquela data não era bem aquela data, que esta passagem está óptima, mas esta parte, se virmos bem, podia ir para o lixo que não se perdia nada.

Há ainda quem prepare o texto para ir para a impressão – o que é bem mais complicado do que parece a quem está habituado a ver o texto já na página – e quem receba o documento e o enfile pela goela da máquina abaixo, para ver depois sair daquele ventre páginas e páginas de papel escrito.

No fim, a máquina dobra, a máquina cola – e há-de haver um artesão que pega no livro pela primeira vez, com ar sabedor, e verifica se tudo encaixou no sítio, se o aspecto e o cheiro e a textura estão como se quer...

E não nos esqueçamos: o livro podia estar feito, às centenas ou milhares de exemplares, e ninguém o ler – é preciso que alguém o venda. Desde o comercial da editora, passando pela distribuidora, até à livraria e esses pacientes vendedores, que às vezes encontram um livro só pela cor da capa e uma vaga memória dum nome de autor (provavelmente errado).

Também toda essa maquinaria económica e humana que leva o livro da tipografia às mãos do leitor evolui, faz-se e desfaz-se, adapta-se, recria-se – e às vezes é preciso imaginar outras maneiras de levar aos leitores esses objectos feitos do trabalho de tanta gente.

### A máquina de ler livros

Chega o livro às nossas mãos. Há qualquer coisa de muito físico na volúpia de ter um livro para ler – e, às vezes, não o fazer, adiar um pouco, ir saltitando da capa para o índice, folhear e descobrir um parágrafo aqui e ali, parágrafo que,

mais tarde, quando lermos o livro de fio a pavio, julgamos recordar duma qualquer outra leitura, estranhando essa memória armada em déjà vu.

Pois bem: o livro não precisa de electricidade, é bem verdade. Não fica sem bateria. É uma tecnologia que se basta a si própria. E, no entanto, um livro sozinho no deserto não faz nada. É preciso haver uma outra máquina que pegue naqueles rabiscos e os transforme noutra coisa qualquer: o cérebro do leitor – ou melhor, todo o corpo do leitor (se o livro for bom). Há várias maneiras de mexer com o corpo de muita gente ao mesmo tempo. A música atinge-nos de imediato, nas vibrações do ar. A pintura recria uma imagem que nos entra pelos olhos e, às vezes, é mais intensa que uma memória de infância. O cinema pica-nos o corpo de mil maneiras com imagens e sons.

Já o livro — onde temos literatura e história e ciência e ensaios e explicações do mundo (e às vezes uma mistura disto tudo) — usa uma forma indirecta de chegar aos sentidos: através desse fiozinho de letras umas a seguir às outras que nos entram pelos olhos, sem mais cor que não sejam letras negras em fundo branco, recria palavras dentro da nossa cabeça e, com essas palavras, põe a maquinaria da nossa imaginação a rolar, a rolar cada vez mais depressa – tão depressa que às vezes temos de parar, olhar para cima, acalmar um pouco a fúria do que está a acontecer dentro de nós.

É por isso que não é tão fácil perceber à primeira o prazer intenso da leitura: há um treino, um hábito, um esforço – que, no entanto, quando funciona, trabalha os nossos sentidos todos, mas de dentro para fora.

Talvez por isso, por ser um prazer tão intenso, tão diferente de tudo o resto, fico de água na boca entre muitos livros. É uma sensação física, que me deixa de sangue aos saltos, o cheiro a papel a entrar por mim adentro, os dedos a passar pelas capas, a língua a percorrer os lábios, com vontade de pegar num destes bichos e pôr então toda a maquinaria da imaginação a funcionar.



Marco Neves  
Universidade Nova de Lisboa

| **FISCAL**

# A Importância da Transparência na Gestão Pública

No artigo do mês passado abordámos o tema dos impostos ocultos – encargos indiretos que, mais cedo ou mais tarde, são suportados pelo dinheiro dos contribuintes. Nesta oportunidade, analisamos como prevenir a sua ocorrência, promovendo uma gestão pública mais transparente e eficiente.

A boa gestão dos recursos públicos é um pilar fundamental para garantir que os impostos pagos pelos cidadãos se traduzam em serviços de elevada qualidade e em iniciativas verdadeiramente pertinentes à sociedade. Contudo, a ineficiência ou a má afetação desses recursos pode originar custos adicionais, popularmente designados por “impostos ocultos”.

É neste contexto que a transparência na gestão pública adquire uma relevância crucial. O acesso a informações claras e a estatísticas rigorosas permite, tanto aos cidadãos como às instituições, monitorizar a utilização dos recursos e identificar eventuais falhas ou práticas ineficazes. Num cenário de recursos limitados, garantir um destino responsável não é apenas uma necessidade ética, mas um requisito imprescindível para o desenvolvimento sustentável e para o reforço da confiança pública.

Experiências internacionais ilustram

a eficácia da transparência na gestão dos recursos estatais. Assim, na Suécia, a “Lei da Publicidade” assegura que qualquer cidadão possa solicitar informação pública sem necessidade de justificar o pedido, promovendo uma cultura de responsabilidade e clareza. De igual forma, a Nova Zelândia dispõe de um sistema acessível de relatórios financeiros, que permite a toda a sociedade compreender o destino dos recursos e monitorizar o desempenho das instituições públicas. Outro exemplo relevante é o do Chile, onde plataformas como a *ChileCompra* oferecem, em tempo real, informações sobre as compras e contratações do Estado, contribuindo para a identificação e o combate da corrupção e do desperdício.

A transparência torna-se verdadeiramente eficaz quando acompanhada de um envolvimento ativo dos órgãos de fiscalização, dos jornalistas e dos próprios cidadãos. Os jornalistas desempenham um papel determinante ao investigar e divulgar informações relevantes, utilizando dados concretos que não só expõem problemas, como também estimulam o debate e a reivindicação de melhorias. Paralelamente, os cidadãos têm o dever de exigir prestações de contas e de participar ativamente nos

processos de decisão política. Este tema deveria ser amplamente abordado nas aulas de cidadania, incentivando os jovens alunos a compreender a utilização do dinheiro público e a utilizar plataformas digitais que permitam acompanhar orçamentos, projetos e indicadores de desempenho.

Em democracias modernas, o conceito de *accountability* – ou prestação de contas – reveste-se tanto de um direito como de uma responsabilidade coletiva. A ausência de transparência e de mecanismos de controlo eficazes pode transformar-se num ónus financeiro adicional para os contribuintes, através dos referidos “impostos ocultos”. Assim, a adoção de práticas que promovam o acesso à informação, inspiradas em modelos internacionais de sucesso, revela-se essencial para assegurar uma gestão pública eficiente e responsável.

Além disso, o envolvimento ativo de jornalistas e cidadãos deve ser incentivado como forma de reforçar a fiscalização e promover o bem-estar coletivo. Em última análise, a transparência na gestão pública não representa apenas um princípio ético, mas uma condição *sine qua non* para o progresso social e económico.



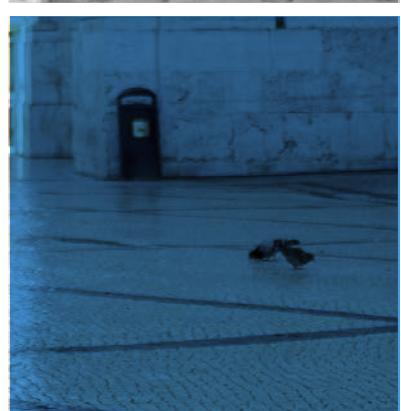
Philippe Fernandes  
CEO Cisterdata



Pronto para tornar sua marca inesquecível?  
A Amostra de Letras tem experiência e criatividade para ajudar a sua marca a causar um impacto duradouro. Deixe-nos ajudá-lo a expandir os seus negócios e a posicionar-se no mercado.

Entre em contacto para discutir o potencial da sua marca.  
[info@amostradeletras.pt](mailto:info@amostradeletras.pt)

amostra  
deletras.pt



# Portugal is a perfect destination



You can live better with less money, enjoy a superior quality of life and experience a vibrant and diverse culture.

## Get your number one agency



**Ei!**<sup>®</sup>  
Assessoria  
Migratória

[eimigrante.pt](http://eimigrante.pt)