

NEGÓCIO

CANDIDATO
À COMPRA
DA EFACEC
INVESTIGADO
POR CORRUPÇÃO

COVID-19

A ESPERANÇA
NOS NOVOS
MEDICAMENTOS

VISÃO

EXERCÍCIO

ALIMENTAÇÃO

BEM-ESTAR

RECOMEÇAR COM MAIS SAÚDE

UM QUARTO DA POPULAÇÃO PORTUGUESA AUMENTOU DE PESO DURANTE A PANDEMIA E MAIS DE METADE DIMINUIU A ATIVIDADE FÍSICA. HÁ MAIS ANSIEDADE, DEPRESSÕES E SOLIDÃO. O QUE DIZ A CIÊNCIA E AS DICAS DOS ESPECIALISTAS PARA REORGANIZAR O CORPO E A MENTE NO PÓS-FÉRIAS



N.º 1487 . 2/19 A 8/19/2021 . CONT. E ILHAS: €3,70 . SEMANAL

Rui Pabais

MEMMO



ÍM

ÚNICO

PRÁVEL. 

PAR. 

CELEBRE AQUI



CELEBRE RUI NABEIRO,
PALAVRA POR PALAVRA EM
90AnosComendador.mydeltaq.com



na Origem da nobreza


Monção e Melgaço
A ORIGEM DO ALVARINHO

Seja responsável, beba com moderação.

e da autenticidade

A casta que dá o corpo único, a cor intensa, o perfil complexo e singular que respira perfumes ricos de frutos e flores, o caráter da terra e as mãos de quem escolhe e aperfeiçoa.

Tudo o que é nobre tem uma origem e esta é Monção e Melgaço.



VINHO
VERDE
*Não há
outro assim*

10 Entrevista: Samira Hamidi

RADAR

- 15 Raio X
- 16 A semana em 7 pontos
- 18 Holofote
- 19 Inbox
- 20 Almanaque
- 21 Transições
- 22 Próximos capítulos
- 24 Imagens do mundo

FOCAR

- 68 Efacec: O comprador polémico
- 72 Afeganistão: Caça ao Daesh-K
- 74 FMI: Os milhões de que ninguém fala
- 76 A história do aviador Carlos Bleck

VAGAR

- 78 Chelsea Hotel: Histórias da mansão nova-iorquina
- 84 Corto Maltese: O regresso do aventureiro de Hugo Pratt
- 88 Nadar em alto-mar

VISÃO SETE

- 91 Comer no mercado: Novas tasquinhas e restaurantes

OPINIÃO

- 6 Mia Couto
- 8 Mafalda Anjos
- 14 Pedro Marques Lopes
- 71 José Carlos de Vasconcelos
- 87 Pedro Strecht
- 90 Capicua
- 114 Ricardo Araújo Pereira

Interditada a reprodução, mesmo parcial, de textos, fotografias ou ilustrações sob quaisquer meios, e para quaisquer fins, inclusive comerciais.



30 O legado de Angela Merkel

A menos de um mês das eleições na Alemanha, sai de cena a mulher forte que deixa marcas profundas no seu país e na Europa. Ensaio de Bernardo Pires de Lima

36 Tratar a Covid-19

Para lá das vacinas, a Ciência tem avançado na procura de uma cura para quem é vítima das formas mais graves da doença. A esperança nos novos medicamentos

42 Regresso mais saudável

Aumento de peso, pouca atividade física, mais ansiedade e depressão – estas são as heranças de ano e meio de pandemia. Como voltar a uma vida quase “normal” de forma equilibrada e com mais bem-estar

54 Perigo iminente no Mar Vermelho

Ao largo da costa do Iémen, um antigo petroleiro ameaça tornar-se, a qualquer momento, um desastre humano e ambiental

62 Autárquicas: Os candidatos sub-30

Retrato de uma geração que quer fazer ouvir a sua voz, contrariando a ideia de que os “jovens não se interessam por política”

Online

WWW.VISAO.PT

Últimos artigos no site da **visão**



Gonçalo Francisco
POLÍTICA – LUGAR AOS NOVOS
Festa do *Avante!*, a
Festa que a juventude
tomou como sua



Henrique Costa Santos
CRÓNICAS D.C.
Amigos coloridos



Filipa Namora
ARQUITETURA E DECORAÇÃO
Ambientes naturais: uma
tendência ou uma forma
de nos integrarmos na
Natureza?

Todos os dias, um novo texto assinado por um dos 28 especialistas convidados

Já tem a app da VISÃO, com mais informação?



Aproveite estes recomeços de setembro para estar mais atualizado. A VISÃO lançou em maio uma nova aplicação, mais completa e funcional, que junta tudo num só local: a edição semanal, a VISÃO do Dia, o site com as notícias diárias, os podcasts, as newsletters e os alertas noticiosos. Deste modo, é possível ler em qualquer plataforma – seja telemóvel, computador, tablet ou smart TV –, com todo o conforto, as melhores reportagens, notícias e a opinião que faz a diferença.

A nova aplicação da VISÃO está acessível a todos os leitores, sejam ou não assinantes. Tem

muita informação gratuita, mas apenas os assinantes, tanto os da edição impressa como os do papel, terão acesso aos conteúdos exclusivos sem qualquer custo adicional. E podem fazer a leitura antecipada da edição semanal logo na quarta-feira pelas 18h, um dia antes de estar disponível nos pontos de venda.

Certifique-se de que a sua app é a mais atual, já que a anterior era apenas um “reader” da edição digital, e descarregue a nova versão. Veja como abaixo.

Como aceder a todos os conteúdos digitais?

Queremos estar mais perto de si, e que nos leia da forma que lhe for mais confortável, seja em papel, no seu telemóvel, tablet ou computador. A app está disponível para todos os leitores, sejam ou não assinantes, mas estes terão acesso a mais conteúdos exclusivos. Não há qualquer custo adicional para os atuais assinantes com estes novos serviços digitais, que vêm complementar e enriquecer a oferta semanal da revista. Basta seguir os seguintes passos:

1. Registrar-se no site

Aceder ao ícone no canto superior direito, registar-se e criar uma conta VISÃO. É muito importante que use o mesmo endereço de email que já consta da sua ficha de cliente para que o sistema o identifique.

2. Descarregar a nova app

Aceder, através do seu telemóvel ou tablet, à sua loja de aplicações (App Store ou Google Play) e descarregar a app “VISÃO Revista”. Procure o logótipo da VISÃO.

Depois, é só registar-se na app.



A retórica fascizante da extrema-direita anti-imigração, que tenta demonizar o acolhimento de refugiados, além de desumana é criminosa! Trata-se de seres humanos que fogem da morte... Se vierem milhares de afegãos, a Europa não será “invasida”, ao invés, no caso de Portugal, serão bem-vindos para combater a invernia demográfica e da mão de obra. Bem-vindos os que vierem por bem!

Vitor Colaço Santos, São João das Lampas

Tendo acabado de ler o belíssimo texto de Ricardo Araújo Pereira, não pude deixar de formular um desejo. Porque não juntarem-se esforços para produzir em tempo recorde uma vacina contra a pandemia da estupidez? Muitos outros problemas se resolveriam!

Maria José Guimarães, Vila Nova de Gaia

CORREÇÕES

Sarampo e vacina

No artigo “Vamos ter imunidade de grupo?” [VISÃO nº 1486], o virologista Pedro Simas afirmou que “não vamos conseguir eliminar a circulação do vírus na comunidade”, como no caso do sarampo. Referia-se ao facto de esse vírus, que também envolve as vias respiratórias, ter uma fase em que está no sangue, pelo que a vacina consegue eliminá-lo.

Partos: histórias de violência

Na página 65 do artigo da Visão nº 1485, em vez de “370 675 nascimentos”, deve ler-se “37 675 recém-nascidos estudados” no primeiro semestre do ano, no âmbito do Programa Nacional de Rastreio Neonatal. Assinala-se ainda que a imagem da médica obstetra Marcela Forjaz é da autoria de BBarata Fotografia.

Contactos

visao@visao.pt

As cartas devem ter um máximo de 60 palavras e conter nome, morada e telefone. A revista reserva-se o direito de selecionar os trechos que considerar mais importantes.

NOVA MORADA

CORREIO: Rua da Fonte da Caspolima – Quinta da Fonte, Edifício Fernão Magalhães, 8, 2770-190 Paço de Arcos

Newsletters VISÃO



VISÃO DO DIA

De segunda a sexta, as notícias do dia pela fresca, na sua caixa do correio

Mais em visao.pt/newsletters



VISÃO PLUS

Não perca nada da nossa semana multimédia. Tudo numa só newsletter, graficamente apelativa



ARQUIVO VISÃO

Quinzenalmente, o melhor do arquivo da VISÃO desde 1993, escolhido a dedo para si



VELUX ACTIVE with NETATMO Cuidado com a qualidade do ar em sua casa!

Uma divisão mal ventilada acumula humidade, o que acaba por afetar a sua saúde. Como garantir uma boa ventilação e prevenir este problema?

O ar que circula no interior da sua habitação tem impacto na sua saúde. Quando o ar é bom, permite-lhe respirar melhor e o seu sono tem mais qualidade. Por outro lado, quando a taxa de humidade ultrapassa os 60%, favorece o desenvolvimento de fungos e ácaros, responsáveis por alergias e patologias respiratórias, como irritação ocular, rinite, bronquite, asma, etc. Assim, 90% dos adolescentes com problemas respiratórios vivem em casas húmidas. Para evitar esta situação, é necessário ventilar diariamente as divisões da sua habitação para regular a temperatura e as taxas de humidade e de CO₂. Acima de tudo, deve deixar de pensar nisso todos os dias! Felizmente, existe uma solução inovadora desenvolvida pela VELUX em parceria com a NETATMO que lhe permite programar automaticamente a ventilação da sua casa!



UM CONSELHO PROFISSIONAL DE

Michel Legrand
Especialista VELUX

Aproveite o efeito chaminé das suas janelas de sótão!

Passe bem sem um climatizador, utilizando um fenómeno físico simples para renovar e refrescar naturalmente o ar da sua casa.

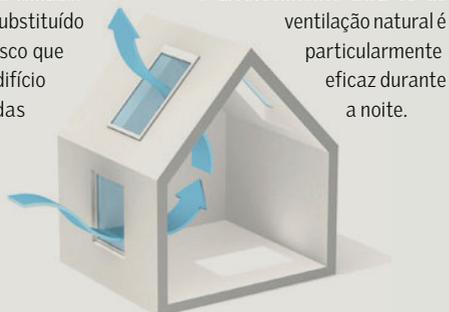
Como o ar quente é mais leve do que o ar frio, vai subir e sair do edifício pela parte de cima, através das janelas abertas situadas no telhado.

Este ar é substituído pelo ar fresco que entra no edifício através das

janelas do rés do chão.

Um efeito de chaminé adequado substituirá o ar interior usado por ar exterior fresco e limpo em poucos minutos. Deste modo, conseguirá baixar a temperatura interior sem utilizar qualquer sistema mecânico.

O arrefecimento através de ventilação natural é particularmente eficaz durante a noite.



Encomende o seu sistema VELUX ACTIVE with NETATMO num revendedor perto de si ou na nossa loja online. Saiba mais em:

www.velux.pt/active



Regulação automática da ventilação

A solução inteligente VELUX ACTIVE with NETATMO controla continuamente a qualidade do ar através dos seus sensores e regula-a automaticamente comandando os seus produtos VELUX. Graças aos seus sensores inteligentes, a solução VELUX ACTIVE with NETATMO mede a temperatura e os níveis de humidade e de CO₂ da divisão em tempo real.

Também tem em consideração as previsões meteorológicas locais. Em função dos dados medidos, o sistema inteligente comanda a abertura ou fecho das suas janelas, estores e cortinas elétricas VELUX. Sem precisar de qualquer intervenção humana, o sistema renova o ar ou evita o sobreaquecimento da divisão, garantindo a climatização ideal da sua casa.

Compatível com Apple HomeKit e Google Home

Poderá controlar tudo diretamente a partir do seu smartphone, com a aplicação VELUX ACTIVE with NETATMO. Graças a esta aplicação, poderá gerir de forma manual e à distância os produtos motorizados VELUX. Muito intuitiva, permite-lhe também personalizar a sua temperatura ideal e os horários de abertura e fecho das janelas em função do seu estilo de vida. Além disso, como é compatível com o Apple HomeKit e o Google Home, poderá comandar os seus produtos VELUX sem sair do sofá ou da cama!

Em suma, com a solução VELUX ACTIVE with NETATMO, garantirá a melhor ventilação possível da sua habitação. Desfrutará sempre de uma climatização interior fresca e saudável. E tudo sem precisar de estar sempre a pensar nisso!

VELUX®

O eterno retorno

POR MIA COUTO



ILUSTRAÇÃO: SUSA MONTEIRO

“Ninguém perde outra vida senão a que vive agora nem vive outra senão a que perde.”

(Imperador Marco Aurélio, citado por Jorge Luís Borges)

Envelhecer dá tanto trabalho que acabamos por ficar velhos.

Era assim que a nossa mãe reagia quando lhe pedíamos para se guardar em casa e que evitasse circular sozinha pelos caminhos arenosos da vila. De pouco valiam as nossas advertências. Dora Dorandina apenas obedecia à chuva. Nos dias cinzentos a velha senhora permanecia à janela olhando a paisagem.

Numa certa tarde, uma chuvinha mansa tombou sobre as chapas de zinco do nosso telhado. A nossa mãe fechou os olhos e disse:

– Conheço esta chuva. É a mesma que caiu no meu casamento.

Rimo-nos. Conhecíamos bem as extravagâncias de Dora Dorandina, mãe de cinco filhos e mãe de todas as crianças do mundo. À medida que envelhecia, a sua imaginação rejuvenescia. A chuva foi apenas o

primeiro episódio de um longo rosário de misteriosas lembranças. Estávamos no início da estação das chuvas, o céu tornara-se mais espesso e as estradas converteram-se em revoltosos riachos.

Fosse qual fosse a razão, a verdade é que a nossa mãe passou a viver mais e mais próxima das janelas. Todas as vezes que chovia, encostava o rosto aos vidros, escutava com os olhos parados e depois levantava a mão para confirmar que eram sempre as mesmas águas caindo no seu antigo chão.

– *Tudo se repete, tudo é um reencontro* – declarava seguindo com o dedo as gotas tropeçando bêbadas pelos vidros.

Aquela era a mesma água que tinha caído durante a sua viagem de núpcias. E outra, e uma outra e mais outras chuvadas, todas elas validando o que já havia acontecido. Dora Dorandina sorria, surpreendida com a sua infalível memória.

Começou a estação seca, a nossa mãe passou a reconhecer os poentes. Sentada na varanda, o rosto inclinado para trás, de olhos semicerrados, murmurava:

– Esta luz já aconteceu antes. Esta foi a tarde em que o vosso pai morreu.

E sorriu lembrando o coveiro que cantava enquanto abria a sepultura do finado marido. Ao ser chamado à atenção, o coveiro explicou que cantava em todos os funerais e procedia assim para não ser confundido com o morto.

Passaram-se meses e a mãe sentada na velha varanda. Testemunhava a chegada e a partida dos dias, sem sobressalto nem novidade. Aos poucos, o mundo se tornava num imenso museu, a paisagem envelhecendo ante os olhos cansados da nossa mãe. Dora Dorandina não vivia. Apenas revivia. Para nós a explicação era clara: depois de um longo luto pelo marido, a nossa mãe desamarrava-se do silêncio. E ficámos tranquilos. Pouco nos importava que aqueles reencontros fossem inventados. Bastava-nos que ela fosse a inventora.

Um certo dia, ela encontrou a vizinha que pilava no quintal com o filho às costas. Dorandina aproximou-se do bebé, sorriu e acenou:

– Olá, Roberto.

– É uma menina e chama-se Cíntia – emendou a vizinha.

– Tem razão – admitiu Dorandina. – Essa menina é a Cíntia. Mas ela também é o Roberto, que era o teu avô, o pai do teu pai.

A vizinha reagiu aflita. Revirou a capulana para abraçar a filha. A nossa mãe pousou o longo braço no ombro da jovem.

– Não tens que ter medo. As mais velhas da nossa vila – disse Dorandina – sabem que quando os filhos nascem voltam a nascer todos os que nos antecederam.

Em silêncio, a vizinha pediu-nos com os olhos que levássemos a nossa mãe para longe. Adeus, Roberto – declarou Dora Dorandina em jeito de despedida.

– Por favor não trate a minha menina assim – implorou a vizinha. E acrescentou, num murmúrio quase inaudível – O avô Roberto foi enterrado antes de eu nascer.

– Exatamente por isso – disse a nossa mãe. – Você, minha querida, é muito nova para saber que tudo isso é uma grande mentira.

– Tudo isso, o quê?

– Morrer. A morte é uma grande mentira.

Em pouco tempo, a vizinhança passou a comentar os poderes de Dora Dorandina. Quem diz a vizinhança diz a vila inteira. A nossa povoação era tão pequena que todos partilhávamos os mesmos sonhos. Os moradores estavam sempre em desacordo. Naquele caso, porém, reinava na vila a absoluta unanimidade sobre os poderes sobrenaturais da nossa mãe. Mesmo em nossa casa se instalou a suspeita de que Dora Dorandina era uma milagreira. Uns têm premonições. A nossa mãe tinha pós-monições.

Convictos de que algo de grave e obscuro se passava, levámos a nossa mãe ao hospital. O médico examinou-a com detalhe. E concluiu:

– Nunca vi esta senhora em tão boa forma.

Regressámos a casa, decididos a debater em família o desfilar de memórias inventadas de Dorandina. Talvez a nossa mãe se estivesse apenas divertindo. Foi o que pensou a minha irmã Leonilde.

– Ou quem sabe ela esteja simplesmente com medo – aventou a mana Luciana.

– Com medo de quê? – perguntei.

– Não sei. Com medo do que está por vir.

Essa revisitação do passado, sugeriu o nosso irmão mais velho, trazia à nossa mãe o conforto de algo já vivido. – É assim a velhice – reconheceu o nosso irmão. – O futuro da nossa mãe já aconteceu – concluiu.

O tio Fausto que era professor de Filosofia defendeu a ideia daquilo que ele chamou de Eterno retorno. E citou Platão, citou Nietzsche e, sobretudo, citou-se a si mesmo. É uma estratégia óbvia, explicou ele. Dorandina negava a estreia das coisas. E não sendo nada novo, ela nunca envelhecia. E leu pausadamente o testemunho de um imperador romano, chamado Marco Aurélio. Ninguém entendeu o que ele queria dizer. Pelo nome do tal romano

todos acreditaram ser um futebolista brasileiro a jogar numa equipa italiana. A nossa mãe interrompeu a conversa para dizer do gosto que tinha em ver a família conversando de forma tão amena. Faz-me lembrar o dia em que... E nós não deixámos que ela terminasse a frase.

Dias depois, a mãe tombou à porta de casa. Corremos a ampará-la e trouxemo-la, ainda abalada, para o cadeirão da sala onde ela se sentou de olhos fechados. Ficou assim um certo momento e depois sorriu e disse:

– Não fiquem aflitos. Isto já me aconteceu antes.

– Lá é isso é verdade – disse a nossa irmã. – Quem de nós não deu um grande tombo?

– Não falo em cair, minha filha – disse a mãe. – Falo em morrer. Todos os dias nos acontece, não é verdade?

– Não diga isso, mãe – suplicámos em coro.

A seguir ela chamou-nos pelo nosso nome completo, beijou-nos a testa que lhe oferecíamos ajoelhados. Suspirou fundo antes de voltar a falar:

– Já estou de pálpebras cerradas para não dar trabalho a ninguém.

Admitiu então que tinha mentido porque não existe verdade quando se trata do passado. – Não sou eu que me lembro dos que já se foram – declarou Dorinda. E acrescentou – São eles que se lembram de mim.

E agradeceu-nos pelos dias de que se lembrava. Agradeceu mais ainda pelos dias que não conseguia lembrar. É preciso ser muito feliz para não se dar conta que se vive. Foi o que disse Dora Dorandina. Depois, ela permaneceu sem palavra, sem gesto, sem lembrança. E nunca antes ela tinha estado tão calada.

Hoje, anos mais tarde, os meus filhos sorriem quando, nos dias de chuva, junto à janela eu murmuro:

– Conheço esta chuva...  visao@visao.pt

Agradeceu-nos pelos dias de que se lembrava. Agradeceu mais ainda pelos dias que não conseguia lembrar. É preciso ser muito feliz para não se dar conta que se vive. Foi o que disse Dora Dorandina

Infelizmente, um banho de realidade não chega

POR MAFALDA ANJOS / Diretora



Se houve coisa que a pandemia da Covid-19 mostrou foi a enorme capacidade de alheamento e negação do ser humano perante claríssimas evidências. Mesmo com o lastro de morte e devastação de uma pandemia global à vista, com mortos, hospitalizados e testemunhos permanentes de dor e sofrimento ao nosso lado, há quem, ainda assim, consiga negar a existência do risco e recusar ouvir o que dizem médicos, cientistas e governantes. Tenho pensado muito nisso quando vejo a outra gravíssima ameaça global que temos neste momento entre mãos, e que é muito menos perceptível a olho nu, tanto nos efeitos imediatos como no seu nexo de causalidade: as alterações climáticas.

É certo que somos confrontados diariamente com as notícias do resultado do sobreaquecimento do planeta. Os furacões, como o *Ida* esta semana, estão a avançar tão rápido e de forma tão intensa que os sistemas de emergência não conseguem dar resposta. Há incêndios por todo o mundo cada vez mais incontroláveis. Cheias e inundações mortais em países desenvolvidos. Secas extremas e escassez de água mais frequentes. O degelo é tão grande que, só num mês, a Gronelândia perdeu o suficiente para cobrir Portugal de água com dez centímetros. Só que estes casos não só raramente nos tocam a nós de forma direta, como os fenómenos não trazem a etiqueta preto no branco da sua causa. É preciso conhecimentos científicos mínimos para perceber que tudo isto está relacionado, coisa que não está generalizada.

Apesar disso, as evidências estão aí para quem as quiser ver. Infelizmente, o imediatismo da pandemia desvia as atenções do que deve ser uma preocupação global igualmente urgente. No mês passado, **um esmagador relatório do IPCC, o Painel Intergovernamental para as Alterações Climáticas, a entidade criada dentro das Nações Unidas e que reúne os melhores cientistas de todo o mundo em matéria de alterações climáticas, veio traçar um cenário aterrador sobre o que nos espera adiante, ali ao virar do século, se nada fizermos já. Não é já, como quem diz daqui a uns anos. É já, JÁ! Nesta década.**

“Este relatório é um banho de realidade”, disse Masson-Delmotte, a responsável pelo documento. Face aos quatro relatórios anteriores, e sobretudo ao último de 2013, é mais evidente a dimensão da catástrofe anunciada e a velo-

cidade a que estão já a acontecer as mudanças, maior do que alguma vez se antecipou. Alguns exemplos: as previsões para o aumento global da temperatura até 2100 começavam em 0,3°C, agora, aconteça o que acontecer, nunca serão inferiores a 1,4°C. O aumento do nível do mar iria até 59 centímetros no pior cenário, agora pode chegar quase a dois metros.

A última década foi mais quente do que qualquer outro período dos últimos 125 mil anos. Neste momento, há mais de 50% de hipóteses de a meta de 1,5°C, o limite que os cientistas acreditam ser necessário para prevenir os impactos climáticos irreversíveis em cadeia, seja atingida ou ultrapassada entre 2021 e 2040. Só cortes muito ambiciosos nas emissões de carbono vão possibilitar manter o aumento da temperatura global abaixo dessa marca. Se as emissões se mantiverem muito altas, o relatório do IPCC traça um cenário tenebroso: um mundo que pode aquecer mais 5,7°C até 2100, com resultados nada menos do que catastróficos. Nenhuma região passará incólume aos impactos das mudanças climáticas, algo que terá enormes custos humanos.

Tudo isto são cenários científicos, tão complexos e abstratos que são muito difíceis de processar e de apreender pelos cidadãos comuns. Este banho de realidade infelizmente não é suficiente e não chega a todos. O tema das alterações climáticas e da emergência ambiental com que estamos confrontados não é uma questão de opinião, é uma evidência científica. Cabe aos média de referência explicar e passar a mensagem com cada vez mais clareza e enfoque. Mas cabe sobretudo aos governantes atuais a imensa responsabilidade de agir agora. Com visão, mas sobretudo com coragem de assumir medidas impopulares e comprar guerras. Por mais que cada um de nós contribua individualmente – ao, por exemplo, reduzir o consumo de carne, poupar recursos naturais, reciclar e reutilizar, substituir combustíveis fósseis por energias limpas –, uma mudança significativa global não acontecerá sem fortes compromissos políticos e medidas restritivas legais.

Tal como com a pandemia da Covid-19, nenhum político decente e minimamente responsável pode fazer disto matéria de luta política. Não tenhamos dúvidas: os dirigentes desta década serão julgados adiante pelo que fizeram hoje. Estarão eles de consciência tranquila para responder aos seus filhos e netos? **||**

manjos@visao.pt

HISTÓRIAS DA CAPA



1



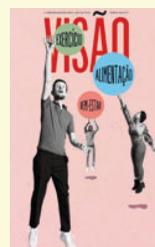
Uma capa com os três pontos para um regresso saudável funciona bem. Mas esta imagem está muito ao alto e não tem boa leitura.

2



Talvez algo assim, mais dinâmico, seja uma opção.

3



Esta solução é melhor e destaca as três áreas fundamentais de ação: alimentação, exercício físico e saúde mental.

GENEROSO. 



ÍCONE. 

ADMIRÁVEL. 

CELEBRE RUI NABEIRO,
PALAVRA POR PALAVRA EM
90AnosComendador.mydeltaq.com

CELEBRE AQUI

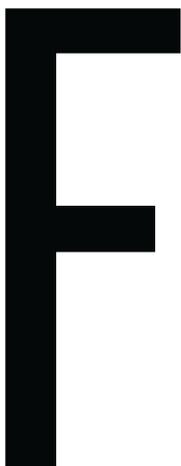


Samira Hamidi / Ativista da Amnistia Internacional para o sul da Ásia

“ É um momento muito perturbador para as mulheres e meninas afegãs, que perderam a sua paz. Estão preocupadas, temem pelas suas vidas e pelas suas famílias. Não penso que a paz seja isto ”

 PAULO ZACARIAS GOMES





Foi alvo de ameaças de morte dos talibãs no ano passado e desde janeiro que não regressa ao Afeganistão, onde nasceu, há 42 anos. Em entrevista à VISÃO, um dia depois do ataque do Estado Islâmico que fez quase duas centenas de mortos às portas do aeroporto de Cabul, Samira Hamidi partilha a sua apreensão com o regresso dos talibãs ao poder. A partir de Colombo, no Sri Lanka – onde vive agora –, a ativista diz que todos falharam, ao impedir a chegada do regime opressivo, 20 anos após a ocupação das forças ocidentais. À luz do historial de violações dos Direitos Humanos no Afeganistão, Samira teme sobretudo pelas mulheres e pelas meninas, mandadas para casa nos últimos dias.

Assistimos a uma saída apressada e atabalhoada dos EUA e seus aliados. Esta tomada de poder pelos talibãs era inevitável?

O que aconteceu no Afeganistão chocou toda a gente. As pessoas com quem consegui falar em vários pontos do país estão todas em estado de choque e incrédulas com o que aconteceu. Nos últimos anos, houve muitas conversas à volta do processo de paz, que haveria uma transição pacífica de poder, que a única solução para o conflito no Afeganistão seria esse processo e que as partes teriam de chegar a um entendimento. Houve muitos slogans e compromissos da comunidade internacional, de que apenas aceitariam um governo formado depois de uma negociação e de um acordo de paz. Foi inacreditável e um choque o facto de os talibãs terem tomado várias partes do país, mas especificamente Cabul, e a forma como [o anterior Presidente Ashraf] Ghani deixou o país.

O que deveria ter sido feito?

Talvez tenham colocado demasiada

ênfase no processo de paz, tanto o anterior governo afegão, como a comunidade internacional e até as Nações Unidas. Agora, estão todos em estado de choque, sentem-se traídos. Isto poderia ter sido evitado, podia ter sido gerido de um modo completamente diferente. Devia ter havido garantias de que as coisas não colapsariam da forma como aconteceu. Devia ter havido garantias de Direitos Humanos, dos direitos das mulheres, de liberdade de expressão, de segurança para as pessoas. Garantias de que os progressos no Afeganistão nos últimos 20 anos seriam mantidos e de que haveria apoio para o futuro – o que não aconteceu.

Falharam todos, neste processo?

Penso que sim. Honestamente, nunca apoiei o governo Ghani, sou uma pessoa neutra e uma ativista. Nunca apoiei políticos. Mas muitos dos meus amigos e dos que me acompanham eram pró-Ghani. E esta traição foi muito dura para eles, sinto-me muito mal por isso. Se Ghani ignorou o resto do país que não estava a seu favor, devia ter sido honesto para com quem estava a ajudá-lo. O mesmo se passa com a comunidade internacional.

Esteve 20 anos no Afeganistão, a proclamar slogans de Direitos Humanos e direitos das mulheres, e a dizer que não aceitava o regresso de violações dos Direitos Humanos ao Afeganistão. E, de repente, houve uma mudança na sua política e na forma de olhar para o país: “Ah, isto é um assunto do Afeganistão, o problema é vosso e têm de lidar com ele, a responsabilidade não é nossa.” Começaram a reduzir o seu trabalho, suspenderam o financiamento de várias organizações, acabaram por fechar as suas embaixadas, retiraram o seu pessoal. Tudo isto teve grande impacto no terreno, nas pessoas, no sistema e na forma como as coisas funcionam. Os talibãs vêm sempre com uma posição de poder, de exigência e, infelizmente, a comunidade internacional – especialmente os Estados Unidos da América e a NATO – legitimou-os, deu-lhes reconhecimento e poder ao assinar um acordo com eles no ano passado. E é onde estamos hoje.

Esse sentimento de abandono que refere pode reforçar os talibãs, que se aproveitam desse vazio?

Há dez dias que os talibãs estão

no poder. O que fizeram? Abriram os bancos? Deram paz de espírito às pessoas? Abriram as escolas, as universidades e os serviços governamentais? Estão recetivos às mulheres? Não! Têm a sua própria ideologia, são um grupo militante que não consegue governar um país, não são elegíveis para isso. O país que eles tomaram em 1996 estava destruído pela guerra, estava numa guerra civil. Hoje, o Afeganistão é um país completamente diferente. As pessoas têm educação, acesso à informação, havia estruturas e sistemas no terreno. Não era tudo perfeito, nem todos ganhavam muito dinheiro ou tinham uma vida luxuosa, mas a vida ia correndo. Havia pessoas com uma vida normal. E, nos últimos dez dias, perderam tudo. Confiar nos talibãs e pensar que... Acho que eles vão abandonar mais as pessoas – e já começaram a fazê-lo.

Chegam relatos do que estará a acontecer nas zonas onde eles foram ganhando controlo. Nos primeiros dias, vimos manifestações nas ruas. Há condições para uma resistência?

As pessoas estão demasiado assustadas para resistir, e eles estão por todo o país com armas e poder. É muito difícil resistir, discordar deles ou contrariá-los. Os talibãs têm de criar um ambiente de confiança, mostrar que são inclusivos, permitir representantes de grupos étnicos diferentes, de minorias, de mulheres e jovens, como parte do novo sistema que vai ser estabelecido. Até que o façam, não acredito que alguém confie neles ou que deixe de ter medo. As pessoas estão fora de si. Como diz, há relatos de atrocidades, violações de Direitos Humanos, de eles andarem à procura das pessoas nas suas casas, a baterem-lhes nas ruas. Estas coisas não aconteciam. Com este sistema, não acredito que [os talibãs] ganhem a confiança do povo.

Esta versão 2.0 que os talibãs tentam passar, de maior moderação, não corresponde à realidade...

Absolutamente! Há dias, o seu porta-voz disse que iam respeitar os direitos das mulheres, que são uma parte importante da sociedade, que iam ter acesso à educação e ao trabalho. Mais tarde, disse aos jornalistas que pediram a todas as mulheres para voltarem para casa, porque não



confiam no seu grupo militante. Por agora, usam esta linguagem para garantir à comunidade internacional que acolhem a participação das mulheres. Mas, depois de 31 de agosto, quando a comunidade internacional e os EUA saírem, penso que voltaremos a 1996. A menos que transformem as suas palavras em atos, que as mulheres voltem ao emprego, possam fazer o que faziam, que não lhes digam o que vestir, como falar e o que dizer, que não lhes imponham trabalhos. Os talibãs não são nossos donos. As mulheres afegãs têm a sua independência, o seu direito à igualdade e a contribuir para o desenvolvimento do país. Como mulher afegã, não confio neles. Têm de passar das palavras aos atos.

Que relatos ou testemunhos tem, especificamente, desses ataques aos direitos das mulheres, especialmente crianças e jovens?

Pela informação que tenho, as ONG e os ministérios em que mulheres têm posição de liderança estão todos encerrados. Disseram-lhes para ficarem em casa e não saírem até ordem em contrário. Também ouvi que há listas de mulheres ativistas de que estão à procura, vão às suas casas e aos seus locais de trabalho. Porque estão a fazê-lo? É a grande questão. Qual o objetivo de criar medo e ansiedade, se acreditam realmente nos direitos das mulheres? Muitas jornalistas, ativistas e políticas esconderam-se, temem pelas suas vidas. Infelizmente, não foram retiradas do país, não são consideradas pessoas em risco, a comunidade internacional falhou em protegê-las. Temos informação muito limitada sobre a situação de mulheres e raparigas nas províncias. Além de terem medo de falar, as ligações são difíceis, os telemóveis e a internet não funcionam. Pelo menos, há mulheres ainda representadas nos média, mas há relatos de que algumas não estão a ser autorizadas a entrar nos seus empregos. A uma jornalista que estava a trabalhar na rua pediram-lhe que se fosse embora, tiraram-lhe a câmara e humilharam-na. É um momento muito perturbador para as mulheres e meninas afegãs, que perderam a sua paz. Estão preocupadas, temem pelas suas vidas e pelas suas famílias. Não penso que a paz seja isto.

Em relação às meninas, já houve casos de os talibãs as proibirem de estudar, por exemplo?

A União Europeia pode retirar estes refugiados para países europeus e tem de trabalhar numa cultura de aceitação. Eles já passaram por muito, estão traumatizados e precisam de uma população que os acolha e lhes dê uma sensação de segurança

As escolas e as universidades estão fechadas. Honestamente, não sabemos. Quando abrirem, teremos de esperar para ver qual será o seu comportamento e a sua política, e como será tratada a educação.

Houve cuidado em priorizar a retirada de mulheres e meninas?

Não sei quem é que eles retiraram. Pelas pessoas com quem estou em contacto, mulheres, meninas, jovens, grupos minoritários, jornalistas – estão todos retidos em Cabul. Não sei qual foi o seu mecanismo de evacuação. É ótimo que tenham retirado pessoas, que pelo menos uma parte das que se sentiam inseguras tenha tido acesso a essa retirada. Não estou a minimizar, mas isso podia ter sido feito de forma mais estratégica e prioritária.

Há também relatos de ataques aos hazaras, o terceiro maior grupo étnico no Afeganistão.

Temos um relatório das atrocidades sobre essa comunidade, na província de Ghazni. Os meus colegas em Cabul, que estiveram com testemunhas e com famílias das vítimas, dizem que muitas dessas pessoas foram mortas, humilhadas pelos talibãs, na maioria civis da comunidade hazara. Temos relatos de ataques e agressões em várias partes do país. Soubemos que havia pessoas das comunidades hindu

e sikh que estavam a tentar obter o apoio da embaixada da Índia para serem retiradas e que desapareceram a caminho do aeroporto.

Aparentemente, os talibãs disseram que foi um erro e reenviaram-nas. Não temos informação do que lhes aconteceu, se foram humilhadas ou torturadas. Estas outras minorias étnicas estão também expostas à violência e atrocidade talibãs.

Temos visto alguns países retirarem os cidadãos afegãos que colaboraram com eles, incluindo Portugal. Como vê, especificamente, o papel da União Europeia (UE) nesta crise?

A maioria das pessoas em perigo foi deixada para trás, por sua conta e risco. A UE e outros atores internacionais deviam tê-las retirado de uma forma mais estratégica, podiam estender o prazo de 31 de agosto, para que houvesse uma passagem tranquila e segura. Quando ouvimos os talibãs dizerem que deixam passar pessoas com passaportes e documentação válidos, não sabemos como funcionará e se será seguro. A UE deve falar com os talibãs para garantir passagens seguras de quem precisa de ser retirado, dar apoio a rotas de evacuação – o que pode ser facilmente feito com o Paquistão, que deve abrir as portas e remover as exigências de visto para estes grupos de risco. A UE pode retirar estes refugiados para países europeus e tem de trabalhar numa cultura de aceitação. Eles já passaram por muito, estão traumatizados e precisam de uma população que os acolha e lhes dê uma sensação de segurança. A UE deve fazer depender o apoio aos talibãs da situação de Direitos Humanos e da proteção dos defensores e ativistas no Afeganistão. Se isso não acontecer, a vida pode tornar-se terrível para estes grupos.

Como prevê que venham a ser as próximas semanas e os próximos anos?

Honestamente, não sei. Normalmente, não comento estas questões, é muito cedo. Temo que, se a comunidade internacional virar costas no prazo de 31 de agosto, esteja a trair-se a si própria e a dar por desperdiçados os esforços de 20 anos em prol do povo. Deve ser honesta, fiel aos compromissos que assumiu e à defesa da paz no Afeganistão. E passar das palavras à ação.  visao@visao.pt

ISCSPINSTITUTO SUPERIOR DE
CIÊNCIAS SOCIAIS E POLÍTICAS
UNIVERSIDADE DE LISBOA**IEPG**INSTITUTO DE ESTUDOS
PÓS-GRADUADOS

A ESCOLHA CERTA PARA
REFORÇAR COMPETÊNCIAS.

CONHEÇA O ISCSP. DECIDA MELHOR.

UMA
ETAPA
PARA
A
VIDA

PÓS-GRADUAÇÕES

ADMINISTRAÇÃO E GESTÃO DE SAÚDE 7.º ED.

**ADMINISTRAÇÃO E GESTÃO
FINANCEIRA PÚBLICA** 4.º ED.

ANTROPOLOGIA BIOLÓGICA E FORENSE 11.º ED.

COMUNICAÇÃO E MARKETING POLÍTICO 16.º ED.

COMUNICAÇÃO ESTRATÉGICA DIGITAL 8.º ED.

CONTABILIDADE E GESTÃO PÚBLICA 6.º ED.

CONTRATAÇÃO PÚBLICA 3.º ED.

CORPORATE DIPLOMACY 4.º ED.

CRIMINOLOGIA E REINserÇÃO SOCIAL 8.º ED.

CRISE E AÇÃO HUMANITÁRIA 7.º ED.

**DEFICIÊNCIA, CIDADANIA
E INCLUSÃO SOCIAL** 1.º ED.

**EMPREENDEDORISMO
E DESENVOLVIMENTO DO NEGÓCIO** 4.º ED.

ÉTICA NA VIDA PÚBLICA 1.º ED.

GESTÃO DE PESSOAS NA SAÚDE 1.º ED.

**GESTÃO E DESENVOLVIMENTO
DE ORGANIZAÇÕES
DE ECONOMIA SOCIAL** 2.º ED.

**GOVERNAÇÃO E DESENVOLVIMENTO
REGIONAL E LOCAL** 1.º ED.

IGUALDADE DE GÉNERO 3.º ED.

INFORMAÇÕES E SEGURANÇA 16.º ED.

PSICOLOGIA POSITIVA APLICADA 10.º ED.

**SERVIÇO SOCIAL EM SAÚDE,
INTERVENÇÃO E INOVAÇÃO** 3.º ED.

| Não dispensa a consulta dos regulamentos disponíveis [online](#).

Os outros aliados do PS

POR PEDRO MARQUES LOPES / Colunista



Embora não falado pelos congressistas, o tema central do Congresso do PS foi quem será o próximo líder. Sendo isso, face às circunstâncias, normal, o problema é a sensação de que quando os militantes escolherem o sucessor de António Costa (que sairá, mas que só não diz já que sai porque tem uma remodelação para fazer e não quer assustar mais os novos ministros) estarão também a escolher quem será o próximo primeiro-ministro.

O próprio clima em que decorreu o evento mostrou o quanto os socialistas pensam que são os donos disto tudo: umas críticas pouco entusiasmadas à direita, um sorriso complacente à esquerda, anúncios de dinheiro a rodos e umas palmadinhas de autocongratulação.

Mesmo as críticas dos analistas à ausência de uma visão reformista, ao desinteresse em mudar aspetos fundamentais da nossa comunidade denunciam a ideia de que parece não haver alternativa à continuação da governação do PS por muito tempo.

Convenhamos, e por muito errado que seja, pedir a um partido que está no poder e que não o vê ameaçado que se reinvente e procure novas soluções é como pedir a um talibã que respeite os direitos das mulheres.

No fundo, esses lamentos mostram o quão confundido está o PS com o Estado e assumem que só os socialistas podem mudar o que quer que seja. Talvez seja melhor esperar sentado.

Esta segurança do PS e a sensação generalizada de que não há alternativas, que faz com que a guerra pela sucessão tenha mais palco do que a possibilidade de a oposição chegar ao poder, é um sinal claro de pouca saúde do nosso sistema político-partidário. A falta de alternativa deixa espaço para todos os abusos, para uma rápida deterioração das instituições, para o lodaçal político.

Primeiro, a recuperação económica (que já estava em curso), depois a pandemia (que leva sempre a que se olhe para o poder como uma segurança), agora o advento da bazuca. **Tudo isto deu ao PS as condições objetivas para manter a hegemonia política. Mas também nunca tantos fora da esfera socialista fizeram tanto por este reinado – e não só à direita, mas isso fica para outra ocasião.**

Rui Rio é apontado como o grande responsável pela falta de oposição. Não negarei que o seu mandato não correu nada bem e que, no fundo, ajudou ao atual estado de coisas. Cometeu demasiados erros, não conseguiu mostrar uma linha coerente e as suas propostas foram por culpa sua ignoradas, perdidas no meio dos tiros nos pés que ia dando (a guerra às empresas de sondagens e candidatos como Susana Garcia são dois exemplos). Mas era uma tarefa hercúlea, talvez mesmo impossível, que tinha pela frente.

O PSD está exangue de gente com valor, a sua tradicional força autárquica foi-se esvaindo – e foi definitivamente

aniquilada por Passos Coelho – e a oposição interna não lhe deu um segundo de descanso.

Seja como for, Rui Rio já é passado e o resultado das autárquicas apenas oficializará o fim do seu mandato.

A diabolização do PS e um discurso delirante sobre as opções políticas e a promoção de uma realidade paralela fizeram bem mais pela centralidade e a preponderância dos socialistas do que a incapacidade de Rui Rio em se assumir como oposição forte e coerente. Em favor do ainda líder do PSD tem que ser dito que não foi ele o promotor dessa linha – apesar de gente próxima dele não a ter repudiado, pelo contrário.

O problema é que esse tipo de narrativa se sobrepôs à de Rio. O tremendismo é sempre mais audível do que a racionalidade e a moderação e, claro, a desorientação de Rio não ajudou.

É comum ouvirmos que estamos a caminho de sermos uma nova Venezuela, que somos governados pela extrema-esquerda e até já li uma recente estrela da direita delirante, Nuno Palma, a garantir que já não vivíamos numa democracia liberal.

Digamos que não é preciso explicar que nem vivemos na Venezuela, nem há uma única medida deste Governo que cheire ou tenha cheirado sequer a extrema-esquerda, nem que a nossa democracia está nos antípodas do regime húngaro ou polaco.

Este tipo de discurso, acarinhado por muita gente da direita e mesmo no PSD, em primeiro lugar é a exibição clara da incapacidade de construir alternativa e depois descredibiliza completamente quem o faz.

É verdade que o poder se perde e que ainda está para aparecer oposição que ganhe pela força das suas propostas – é a triste realidade da história da nossa democracia –, mas convém haver o mínimo de adesão à realidade. **Tentar convencer as pessoas de coisas que elas percebem imediatamente que não fazem sentido apenas contribuiu para dar uma imagem de seriedade ao alvo das teorias lunáticas.**

Pior, a promoção dessas teorias só ajuda partidos como o Chega. Um cidadão convencido de que somos dominados por trotskistas e de que Costa é uma espécie de Nicolás Maduro nunca irá optar por soluções dentro do sistema.

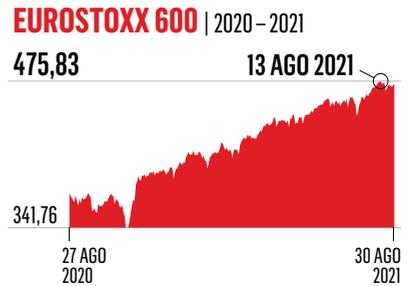
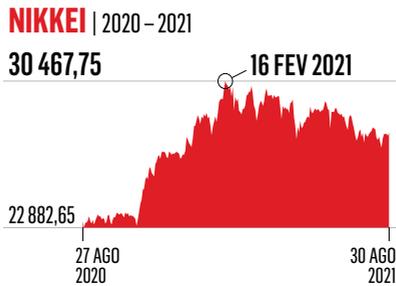
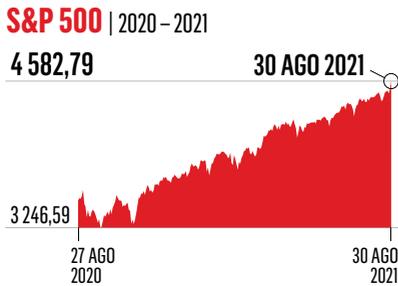
Paulo Rangel, o próximo líder do PSD, tem sido ao longo da sua carreira política demasiadas vezes um exemplo deste tipo de discurso. Estranhamente, diga-se. É inexplicável que alguém com a capacidade, a cultura e o instinto político de Rangel caia tantas vezes numa conversa chocante e replique teses como a da extrema-esquerda e a da democracia ameaçada.

Sendo que a tarefa dele vai ser talvez mais difícil do que a de Rio, seria aconselhável que deixasse essa linha. É que se a manter, os congressos em que o PS apenas se concentra em escolher o próximo primeiro-ministro repetir-se-ão. visao@visao.pt

Euforia nas bolsas

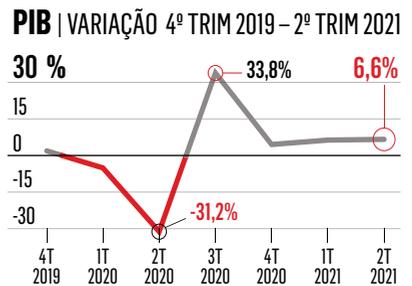
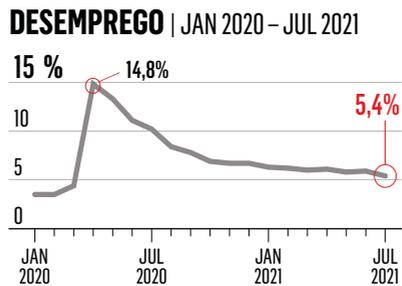
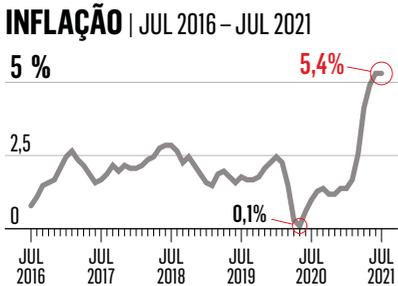
Os mercados responderam com ganhos ao anúncio de que a Reserva Federal norte-americana vai continuar a injetar dinheiro na economia

PAULO ZACARIAS GOMES pzgomes@exame.pt



Recordes nos EUA, ganhos no mundo

A generalidade dos índices bolsistas – em particular os norte-americanos, como o S&P 500 que renovou recordes – reagiu com ganhos à decisão da Reserva Federal norte-americana de continuar a comprar dívida a um ritmo de 120 mil milhões de dólares por mês, embora possa estar para breve a redução dessa injeção de liquidez nos mercados



A incógnita da variante Delta

Nos EUA, a maior economia do mundo, a economia recupera e a inflação dispara (efeito que a Reserva Federal diz ser temporário e resultante da reabertura súbita da economia no pós-confinamento). Enquanto se procuram mais sinais de pleno emprego, paira a sombra do impacto da pandemia na economia real, incluindo o da variante Delta do vírus

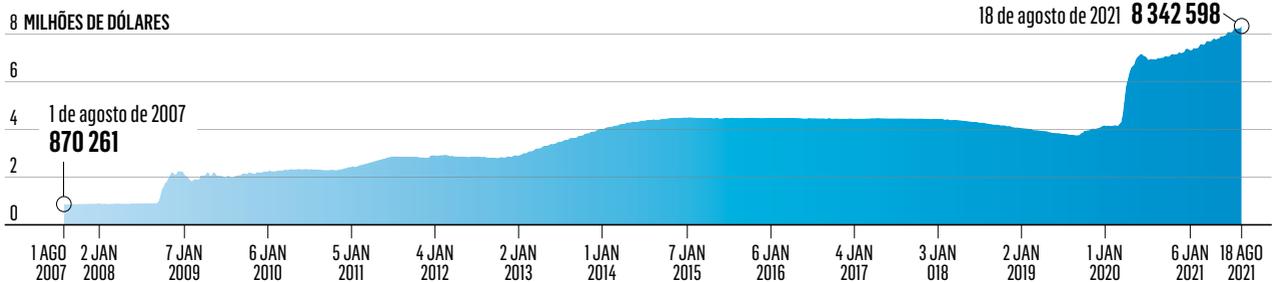


Jerome Powell
Presidente da Reserva Federal norte-americana



O mês que passou trouxe mais avanços – como fortes números do emprego em julho – mas também uma maior dispersão da variante Delta. Avaliaremos cuidadosamente os dados e a evolução dos riscos

COMPRA DE ATIVOS | FED COM BALANÇO RECORDE SUPERIOR A 8 BILIÕES DE DÓLARES | 2007-2021



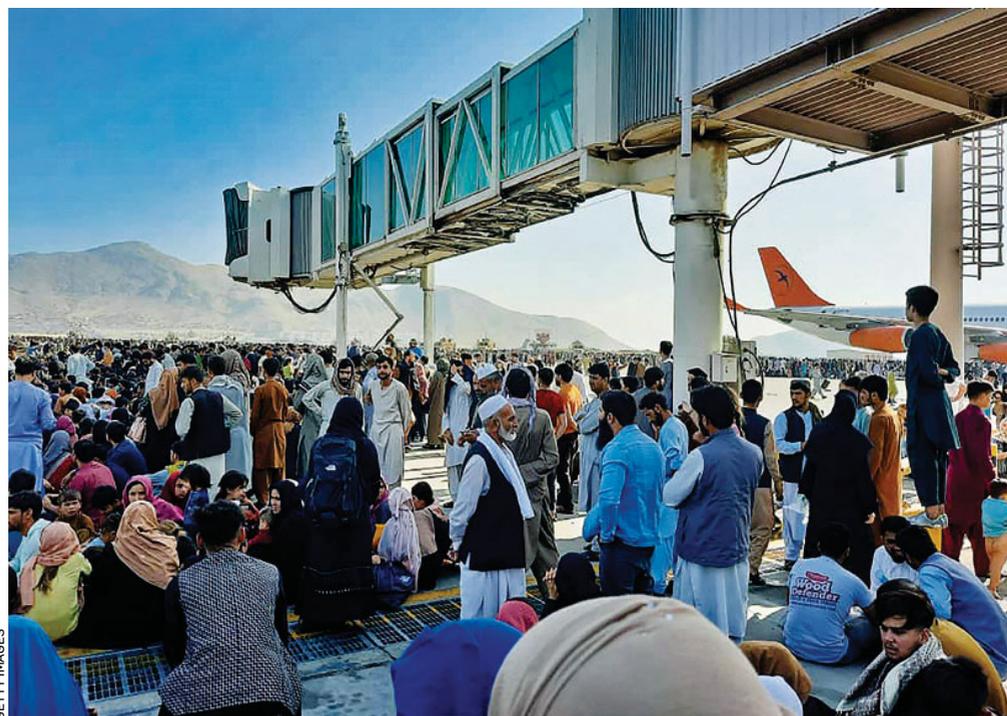
PONTOS DA SEMANA

POR
CATARINA GUERREIRO*



*Editora-executiva

cguerreiro@visao.pt



GETTY IMAGES

AEROPORTO DE CABUL: DIAS DE TERROR

Na última semana, o mundo inteiro teve os olhos postos no Afeganistão. Mais precisamente num local que fica a 16 quilómetros da capital, Cabul, e onde nos últimos dias cidadãos e políticos assistiam, em direto, a uma enorme crise política e humanitária: o Aeroporto Internacional de Cabul. Na segunda-feira, o Pentágono anunciou que os militares norte-americanos tinham deixado o Afeganistão ao fim de 20 anos.

Durante muitos dias, viveram-se ali, naquele aeroporto, horas, dias de contrarrelógio que davam conta de histórias dramáticas de refugiados. Sentiu-se o medo de milhares de pessoas, viu-se desespero e assistiu-se a um braço de ferro entre o governo dos EUA e os talibãs, com estes a garantirem graves consequências caso os norte-americanos não abandonassem o local até 31 de agosto, como combinado. Biden desistiu de manter os militares para lá dessa data e quando na segunda-feira o último avião abandonou o Afeganistão, admitiu que alguns cidadãos americanos tinham ficado para trás – pelo menos 100, segundo disse depois Antony Blinken, secretário de Estado norte-americano. Pelo meio desta luta de poder, sucederam-se muitas outras, assim como demonstrações de poder em pleno aeroporto. Na última quinta-feira, enquanto os EUA e os

talibãs mediam forças, o grupo jihadista Estado Islâmico (o grande rival dos talibãs, que agora com a saída das forças internacionais quer ganhar poder no território) decidiu entrar na crise e lançou um atentado suicida. Morreram 170 pessoas, entre elas 13 militares norte-americanos, e 150 ficaram feridas. O caso assustou ainda mais os afegãos, que começaram em maior número a tentar sair do país, em desespero. E desde aí, a retirada de refugiados transformou-se num verdadeiro caos. O que veio até reforçar a “cooperação” entre talibãs e EUA para garantir a segurança do aeroporto. Por outro lado, Biden deixou um aviso ao Estado Islâmico: “Não perdoamos, não esqueceremos. Vamos perseguir-vos e fazer-vos pagar.” Poucos dias depois, os EUA conseguiram evitar mais um atentado deste grupo, matando com um drone os terroristas que iram efetuar um outro ataque suicida. Na segunda-feira, ainda antes do fim do prazo para a retirada, os EUA saíram da capital afegã. Segundo dados do general Hank Taylor, desde 14 de agosto mais de 122 mil pessoas foram retiradas de Cabul – onde neste momento, e pela primeira vez em duas décadas, o poder voltou às mãos dos talibãs. Foi o fim daquilo a que os jornais norte-americanos chamaram “a guerra mais longa dos EUA”.

NÚMERO

6,6%

É a queda da natalidade bruta em Portugal

Um estudo da Universidade Bocconi de Itália confirma que a pandemia teve grande impacto nos nascimentos, em especial em alguns países de alto rendimento europeus. De acordo com esta análise, além de Portugal, registaram-se descidas acentuadas da taxa de natalidade em Itália (-9,1%) e em Espanha (-8,4%). No estudo, os autores comparam a situação à que sucedeu com a gripe espanhola.

EUA

Furacão “Ida”

Com a imagem bem viva do que sucedeu, em agosto de 2005, em Nova Orleães, após a passagem do furacão *Katrina*, a chegada de uma tempestade tropical deixa todos em alerta máximo. Foi o que aconteceu agora com o furacão *Ida*, vindo do golfo do México, que atingiu o estado do Louisiana no domingo – os ventos atingiram os 240 km/h. O furacão, de categoria 4, gerou um apagão em toda a cidade de Nova Orleães e causou um morto. Joe Biden já garantiu que vai providenciar a ajuda necessária para a recuperação dos danos.

FRASE

Não vamos ficar à espera de que eles [autoridades nacionais de Saúde] demorem uma eternidade para decidir coisas que são óbvias – a terceira vacinação”

Miguel Albuquerque, presidente do Governo Regional da Madeira, onde a terceira dose da vacina contra a Covid-19 já está a ser preparada



CONGRESSO PS

Sucessão e promessas

Em tom morno, o 23º congresso do PS decorreu em Portimão, sem grandes surpresas, tendo-se resumido a duas grandes questões: a sucessão de António Costa como líder do partido e o anúncio de algumas promessas para o novo Orçamento do Estado, como mais apoios para crianças e jovens. Quanto ao sucessor do líder do PS, aos quatro nomes mais falados (Pedro Nuno Santos, Fernando Medina, Ana Catarina Mendes e Mariana Vieira da Silva) que estavam, aliás, todos na mesma mesa, surgiu mais um: a atual ministra da Saúde. “Sim, Marta Temido pode ser sucessora. Daqui a dois anos, já tem tempo de militância suficiente para se candidatar”, disse António Costa.

COVID-19

UE com 70% dos adultos vacinados

A União Europeia atingiu na terça-feira a meta de 70% da população adulta totalmente vacinada, anunciou a comissária europeia da Saúde, Stella Kyriakides, considerando ser um marco histórico. O anúncio chegou um dia depois de a Organização Mundial da Saúde ter alertado para a

necessidade de se continuar a vacinar em massa, tendo o diretor regional da instituição, e baseando-se no aumento de 11% de fatalidades verificadas na semana passada, dito que se previa que até ao final do ano se registassem mais 236 mil mortes por Covid-19 na Europa.

DESPORTO

Ronaldo de volta ao Manchester

Cristiano Ronaldo está de regresso ao Manchester United e aos relvados de um dos campeonatos mais importantes do mundo. Depois de ter estado três anos na Juventus – tendo conquistado dois campeonatos, duas supertaças e uma Coppa da Itália –, volta ao clube em que começou a carreira internacional, em 2003, quando saiu do Sporting. No comunicado oficial, os responsáveis do novo clube do jogador português não pouparam elogios e lembram que Ronaldo “foi cinco vezes vencedor da Bola de Ouro, ganhou mais de 30 troféus, incluindo cinco títulos da Liga dos Campeões da UEFA, quatro Mundiais, sete campeonatos em Inglaterra, Espanha e Itália, e o Campeonato Europeu por Portugal”.



Rúben Semedo Outra vez nas malhas da Justiça



Abusador?

A notícia caiu como uma bomba às primeiras horas da manhã de segunda-feira, 30. Rúben Semedo, 27 anos, futebolista português que representa o Olympiakos, foi detido em sua casa, nos arredores de Atenas, por suspeitas de ter abusado sexualmente de uma jovem de 17 anos. De acordo com a queixa apresentada pela alegada vítima, o jogador e outro homem tê-la-ão fechado num quarto e forçado a manter relações sexuais, depois de a terem alcoolizado. O advogado de Semedo desmentou as acusações, diz que o sexo foi consentido e insinua que a jovem se fez passar por mais velha: "Quando a virem, vocês vão dizer-me se ela parece que tem 17 ou 23-24 anos."

Registo criminal

Esta não é a primeira vez que Rúben Semedo tem problemas com a Justiça. Entre fevereiro e julho de 2018, o defesa que, na altura, representava os espanhóis do Villarreal, esteve detido por suspeitas de ter sequestrado, agredido e ameaçado um homem, com uma arma de fogo. Acabou por sair em liberdade sob fiança e, mais tarde, confessou os crimes. Pagou uma multa e foi proibido de viver em Espanha por um período de oito anos. O registo criminal, porém, não foi apagado e acabou por impedir, ainda há poucas semanas, a sua transferência para o futebol inglês, com as autoridades britânicas a recusarem-lhe o visto laboral.

DEPOIS DE JÁ TER ESTADO PRESO EM 2018, EM ESPANHA, O FUTEBOLISTA INTERNACIONAL PORTUGUÊS FOI AGORA ACUSADO DE ABUSO SEXUAL DE UMA JOVEM DE 17 ANOS, NA GRÉCIA, ONDE JOGA

✍️ MANUEL BARROS MOURA



Futebolistas acusados

Estas acusações contra o defesa central português surgem poucos dias depois de outro caso idêntico ter abalado o futebol inglês. O jogador francês do Manchester City, Benjamin Mendy, 27 anos, foi preso preventivamente na sexta-feira, 27, por estar acusado de quatro crimes de violação e um de abuso sexual, alegadamente ocorridos entre outubro de 2020 e agosto de 2021, tendo esta última acusação surgido já com o jogador em liberdade condicional. Em julho passado, fora a vez de o internacional islandês Gylfi Sigurdsson, 31 anos, capitão do Everton, ter sido detido por acusações de abuso sexual de menores.

Promessa adiada

Rúben Semedo formou-se como jogador nas escolas do Sporting Clube de Portugal, depois de passagens pelo Sacavenense e pelo Futebol Benfica. Fez parte dos escalões de formação das seleções nacionais e acabou por chegar, em 2014, à equipa principal do Sporting, que acabaria por vendê-lo, três anos depois, ao Villarreal de Espanha. Após resolver os problemas com a Justiça espanhola, em 2019, o jogador assinou pelo Olympiakos, da Grécia, clube pelo qual foi duas vezes campeão nacional e disputou uma edição da Liga dos Campeões. Na época passada, foi chamado à Seleção e chegou a falar-se da hipótese de representar o Benfica. No último fim de semana, a Imprensa desportiva dava conta do interesse do FC Porto. Agora, com esta nova acusação, o futuro de Semedo voltou a complicar-se.

MODÉSTIA À PARTE

*A primeira
bebedeira da
minha vida foi
quando Salazar
morreu*

ANTÓNIO MACEDO

Uma das maiores figuras da rádio em Portugal diz que não se cala enquanto não se "fizer justiça" ao papel de Emídio Rangel



*Quando um Papa está
doente, sopra uma
brisa ou um furacão
de conclave*

PAPA FRANCISCO

Francisco Bergoglio responde aos boatos sobre uma possível renúncia, na sequência de uma recente cirurgia ao cólon

*Tenho certeza de
que vamos precisar
da terceira dose, de
acordo com os dados
que vamos recebendo*

ANTHONY FAUCI

O principal consultor médico da Casa Branca diz que a vacinação com uma terceira dose dos que foram duplamente inoculados há oito meses contra a Covid-19 pode começar já a 20 de setembro

*Passos Coelho
tem condições únicas
para ser o próximo
líder do PSD*

JOSÉ EDUARDO MARTINS

O advogado e comentador político considera que o PSD de Rui Rio "não tem salvação nenhuma"



CHOQUE FRONTAL



*O futuro é uma
coisa que é sempre
ampla e nunca
se sabe o que nos
pode trazer*

MARTA TEMIDO

A ministra da Saúde, que acaba de se filiar no PS, foi apontada como possível sucessora de António Costa na liderança do partido

*Fica a sensação de
que, para António
Costa, o futuro líder
do PS pode ser
qualquer um, desde
que não seja Pedro
Nuno Santos*

MARQUES MENDES

O comentador fala em "coligação negativa contra o ministro das Infraestruturas"

**Não é uma
personagem
que salva a
democracia,
porque isso
cheira a
outra coisa**

HENRIQUE DE GOUVEIA E MELO

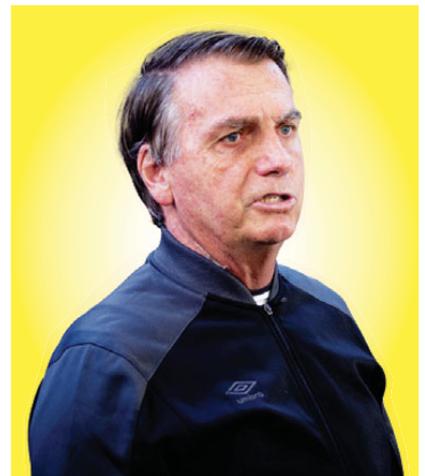
Questionado sobre a possibilidade de tentar uma carreira política, o vice-almirante, coordenador da task force para a vacinação contra a Covid-19, foi muito claro: "Qualquer ser que apareça como o salvador da pátria é mau para a democracia, porque a democracia salva-se em conjunto com todos os atores do sistema democrático."

FRASE DA SEMANA

*Tenho três
alternativas para
o meu futuro: ser
preso, ser morto
ou ser vitorioso*

JAIR BOLSONARO

Num encontro com evangélicos, o Presidente do Brasil dramatizou o discurso, mas garante que "a primeira alternativa não existe", acrescentando: "Estou a fazer a coisa certa e não devo nada a ninguém."





Contra a especulação, expropriar?

Os cidadãos de Berlim vão referendar uma proposta que visa baixar os preços das rendas de casa. Perante aumentos de 43%, a ideia é de que o município retire 240 mil casas aos grandes proprietários

Para o próximo dia 26 de setembro estão marcadas as determinantes eleições gerais na Alemanha, nas quais o povo germânico vai ser chamado a escolher o novo parlamento e o sucessor da chanceler Angela Merkel. Mas, em Berlim, esse será também o dia em que os eleitores vão eleger o próximo presidente da câmara da capital, os representantes dos 12 distritos e, ainda, participar num referendo que promete abanar o futuro da cidade. A pergunta, simples e direta, é a seguinte: “Você quer que o governo de Berlim exproprie 240 000 casas de grandes proprietários?” Em Berlim, mais de 85% dos habitantes vivem em

casas arrendadas. Acontece que, nos últimos cinco anos, os preços das rendas subiram 43%. Os inquilinos acusam as grandes imobiliárias – a iniciativa afeta apenas aquelas que possuem mais de 3 000 andares – de lucrar em demasia com o aumento dos arrendamentos. Embora a consulta não seja vinculativa, o seu resultado promete abrir uma acesa discussão, sobre uma medida cujos custos são ainda uma incógnita: o governo de Berlim calculou 36 mil milhões de euros; os ativistas dizem que se situarão entre 8 000 e 11 000 milhões; e um estudo recente de dois cientistas aponta para uma verba entre 14 500 e 22 800 milhões.

BRASIL

Cidades governadas por mulheres resistiram melhor à pandemia

Os municípios brasileiros que contam com mulheres na presidência registaram 43,7% menos mortes causadas pela Covid-19 por cada grupo de 100 mil habitantes do que os que são liderados por homens, constatou o estudo “Sob pressão: Liderança feminina durante a crise da Covid-19”, que foi desenvolvido por investigadores da Universidade de São Paulo, do Instituto Insper e da Universidade de Barcelona, tendo abrangido 700 cidades brasileiras. Concluiu-se que os municípios governados por mulheres

registaram, em média, menos 25,5 mortes por 100 mil habitantes do que os que são presididos por homens, ou seja, houve uma diferença de 43,7% na mortalidade durante a pandemia. No que se refere a internamentos de pessoas infetadas, os dados revelaram uma redução média de 33 por cento.



NÚMEROS DA SEMANA

35,8%

A época 2020/21 registou 2 335 incidentes, uma subida de quase 36% face aos 1 719 de 2019/20, apesar da ausência de público devido à pandemia, indica o “Relatório de Análise da Violência Associada ao Desporto”.

30 km/hora

Na segunda-feira, 30, Paris começou a aplicar um limite de velocidade de apenas 30 quilómetros por hora no tráfego na maioria das suas ruas, com o objetivo de aumentar a segurança e qualidade de vida na cidade.

140

A Autoridade Nacional de Segurança Rodoviária registou 11 815 acidentes nas estradas do continente durante o primeiro semestre do ano, de que resultaram 140 mortos, 837 feridos graves e 13 568 de menor gravidade. Comparativamente com o período homólogo de 2020, registaram-se menos 27 vítimas mortais (-16,2%), mais 56 feridos graves (+7,2%), mais 144 feridos leves (+1,1%) e mais 251 acidentes com vítimas (+2,2%).

539

Um total de 539 pessoas chegou, no sábado, 28, ao porto de Lampedusa numa embarcação pesqueira sobrelotada, que foi localizada pelas autoridades italianas, sendo este um dos maiores desembarques registados na ilha. Na véspera, um barco com 25 pessoas e outro com 100 já tinham sido localizados e encaminhados até ao porto.

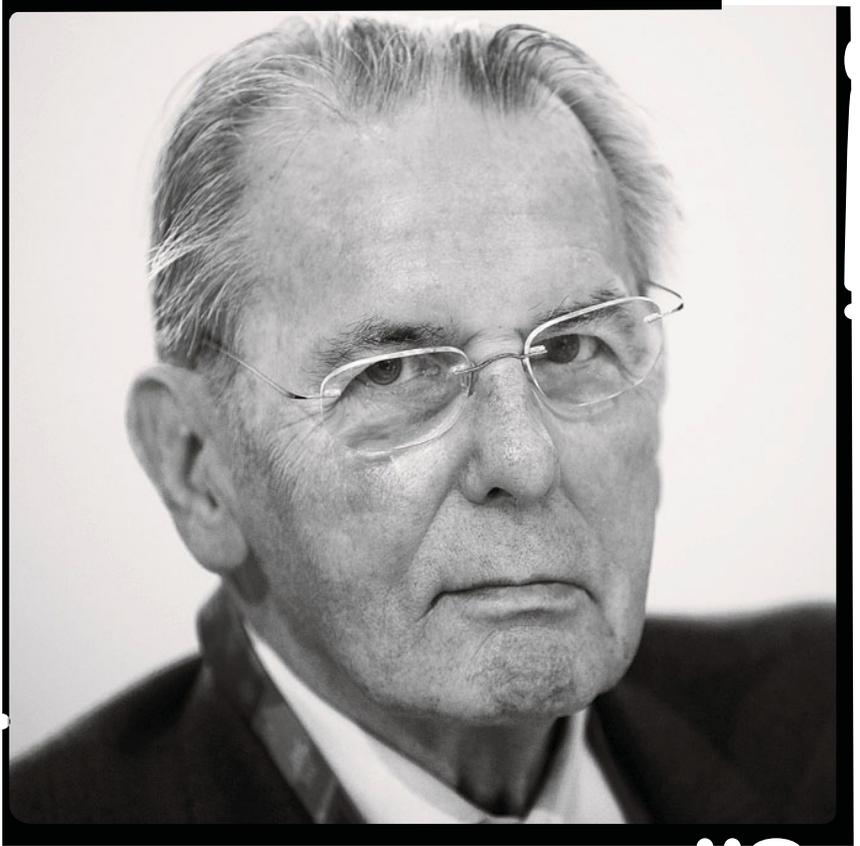


MORTES

O músico e produtor jamaicano **Lee “Scratch” Perry**, nome histórico do reggae e dub, morreu no domingo, 29, aos 85 anos, no hospital Noel Holmes, na localidade de Lucea, perto de onde nasceu. Ao longo de mais de 60 anos de carreira, o artista ajudou a criar o reggae como estilo musical e produziu centenas de discos de músicos como Max Romeo, Junior Murvin ou Bob Marley. Colaborou com muitos artistas não jamaicanos, como os norte-americanos Beastie Boys, The Clash, o produtor britânico Adrian Sherwood ou o grupo de eletrônica inglês The Orb. O guitarrista dos Rolling Stones, Keith Richards, chamava-lhe “o Salvador Dali da música”.

O ator norte-americano **Ed Asner** morreu no domingo, 29, em Los Angeles, aos 91 anos. Asner alcançou grande popularidade no papel de editor Lou Grant, na sitcom *The Mary Tyler Moore Show*, exibida entre 1970 e 1977. O sucesso foi tanto que o ator protagonizou o segundo *spin-off* da série, *Lou Grant*, que se desviou da comédia para o drama e contou com cinco temporadas, entre 1977 e 1982. Também emblemático, décadas mais tarde, foi Carl Fredricksen, protagonista do filme de animação *Up – Altamente* (2009), da Pixar, à qual deu voz. A personagem vai regressar na série *Dug Days*, que se estreia ainda em 2021 no Disney+.

Morreu na segunda-feira, 30, **Alexandre Pais do Amaral**, antigo vice-presidente da Federação Portuguesa de Futebol, aos 92 anos. Esteve ainda ligado à Associação de Futebol do Porto e ao Boavista.



JACQUES ROGGE 1942 – 2021

Disciplinador olímpico

Jogou rúguebi e fazia vela. Participou em três edições dos Jogos Olímpicos. Entre 2001 e 2013, presidiu, credibilizou e modernizou o COI, tendo decretado “tolerância zero” ao doping e à corrupção

A missão não era fácil: assumir a presidência do Comité Olímpico Internacional (COI) depois dos 21 anos de mandato do espanhol Juan Antonio Samaranch. Herdou uma organização manchada por acusações de nepotismo, corrupção e pelo autoritarismo do antecessor. Em 2001, quando assumiu funções, logo teve de enfrentar o escândalo dos alegados subornos na atribuição dos Jogos Olímpicos de Inverno de 2002 à cidade norte-americana de Salt Lake City. Para estancar a crise, Jacques Rogge, o oitavo presidente do COI, operou uma profunda reorganização da instituição, de maneira a discipliná-la e a modernizá-la. Declarou guerra à corrupção, ao doping e aos resultados combinados. Por sua vontade, mudaram as regras de atribuição e organização dos grandes eventos e foi possível escolher novos continentes e países, nomeadamente com os primeiros Jogos Olímpicos de Verão na América do Sul (Rio de Janeiro 2016) e os primeiros Jogos de Inverno na Rússia (Sochi 2014) e na Coreia do Sul (Pyeongchang 2018). Cumpriu também o sonho de criar

os Jogos Olímpicos da Juventude, em 2010. Fez igualmente questão de colocar um ponto final na imagem de luxo e desperdício que vinha sendo dada pelos seus antecessores, optando por se hospedar nas aldeias olímpicas, junto dos atletas, em vez de pernoitar em hotéis luxuosos, repleto de mordomias. Por outro lado, foi durante os seus mandatos que o COI viu as suas receitas comerciais e televisivas crescerem de forma exponencial. Apaixonado pelo desporto – além de jogador de rúguebi, foi campeão mundial de vela e participou nos Jogos Olímpicos do México 68, Munique 72 e Montreal 76 –, este belga nascido em Gent, que viria a formar-se em Cirurgia Ortopédica, foi presidente do Comité Olímpico Belga entre 1989 e 1992 e presidiu o Comité Olímpico Europeu entre 1989 e 2001. Daí até 2013 comandou o COI, período durante o qual se realizaram Salt Lake City 2002, Atenas 2004, Turim 2006, Pequim 2008, Vancouver 2010 e Londres 2012. Morreu no domingo, 29. Tinha 79 anos e deixa a mulher, Anne, dois filhos e dois netos. **M.B.M.**

Costa usou Congresso do PS para acenar com milhões de euros em promessas



MARCOS BORGIA

ORÇAMENTO PARA 2022

Que comecem os jogos

Costa mostrou vontade de abrir os cordões à bolsa, mas BE e PCP querem mais, incluindo mexidas no Código Laboral. Reuniões regressam na semana que vem

Nas próximas semanas, António Costa saberá se conseguiu convencer BE e PCP a darem luz verde ao Orçamento do Estado (OE) para 2022 com promessas de milhões de euros, principalmente em apoios sociais, e mudanças nos direitos laborais com que acenou no encerramento da reunião magna dos socialistas, no Portimão Arena, no último domingo. Tendo em conta as reações a quente dos antigos parceiros da Geringonça, nenhum cenário está afastado: desde a repetição do voto contra dos bloquistas, como aconteceu em relação ao OE de 2021, até ao endurecer da posição do PCP.

Com o fim da pausa política, e as linhas vermelhas a ficarem claras nas *rentrées* políticas (ainda falta a Festa do *Avante!*, este fim de semana), as negociações para a elaboração da proposta orçamental recomeçam já na próxima semana. Ainda nos finais de junho, houve uns primeiros encontros do PS com o BE, PCP, PEV, PAV e as deputadas não inscritas Cristina Rodrigues e Joacine Katar Moreira. E, no primeiro semestre, o Governo foi reunindo com todos os que se abstiveram no OE de 2021 – o BE ficou à margem destes encontros e acusou desconforto quanto a isso.

Costa comprometeu-se em aumentar a assistência às famílias com crianças, quer através do IRS, quer através de apoios sociais, a par da ampliação das verbas destinadas à educação, formação e SNS. Além disso, mostrou vontade de reforçar os direitos dos trabalhadores temporários e das plataformas digitais – algo que, por ser relativo a leis laborais, não entra no OE, mas que pode ditar sentidos de voto à esquerda. Porém, o BE continua a exigir a reversão das mudanças que Passos Coelho fez, entre as quais o corte nas férias e o reforço dos apoios sociais. Assim como o PCP, que ainda espera a concretização de algumas medidas acordadas para 2021, nomeadamente o subsídio de risco para as polícias.

Nuno Miguel Ropio

“ É ESTE
POUCOCHINHO
DAS MUITAS
MEDIDAS
E POUCAS
SOLUÇÕES QUE O
BE NÃO ACEITA.
TEMOS PRESSA DE
MUDAR

CATARINA MARTINS
Coordenadora do BE

PERISCÓPIO

▼ BELÉM

Sem tempo para um adeus

Marcelo Rebelo de Sousa não deu hipótese a uma assessora que, por lapso, teve uma tirada infeliz num grupo do WhatsApp, constituído por quem acompanha o noticiário em Belém. Aquele elemento do gabinete de comunicação escreveu um comentário infeliz sobre a responsável no Palácio de Belém pela área da ação social, a antiga jornalista Maria João Ruela. A reação foi imediata e a tal assessora, que percebeu assim o quão complicado é estar em vários grupos daquela aplicação de telemóvel, nem sequer teve tempo para se despedir do pessoal da Casa Civil...

▼ QUERELA

Apoiantes apanhados na curva

António Costa convenceu o seu opositor interno, Daniel Adrião, a não apresentar uma lista à Comissão Nacional do PS (o Parlamento do partido), ao contrário do que sucedeu em 2016 e 2018, em que os contestatários da liderança socialista conquistaram quase 30 lugares. O acordo para uma lista única foi firmado no sábado de manhã, com Costa a oferecer o mesmo número de lugares a Adrião, sendo que os apoiantes deste último só souberam da aliança durante a tarde. Depois, foi vê-los fora do Portimão Arena, entre umas cigarradas, a acusar de

traição Adrião – que, quando interveio, no púlpito, conseguiu ser mais morno do que o próprio congresso.

▼ PERCALÇO

Sinais nas pequenas coisas



MARCOS BORGIA

Pedro Nuno Santos chegou atrasado ao Congresso do PS, no sábado de manhã – ainda assim, um pouquinho antes de Costa intervir. Depois, durante o primeiro dia da reunião magna, parecia caminhar com dificuldade. Já no domingo, à entrada do Arena, ia perdendo uma alpercata (sim, o apontado sucessor de Costa tinha uma indumentária para um *sun-set*). Serão estes sinais de que Nuno Santos terá o “caminho das pedras” para chegar à liderança do PS?

▼ INSÓLITO

Magina anda a despachar demais

A direção nacional da PSP, liderada por Magina da Silva, notificou 33 vezes um idoso de Bragança para apresentar um atestado médico na renovação do uso de arma. Na primeira vez, mandaram 12 notificações ao mesmo tempo; mais 15, numa segunda vez; e ainda mais oito depois. Todas iguais, num espaço de dias. “A mim, bastava-me uma carta, não precisava de tantas”, confessou o idoso.

N.M.R.

Morfina ou penicilina

POR JOSÉ EDUARDO MARTINS / Advogado e ex-deputado do PSD



Foi, está a ser, um verão fértil para o espetáculo bíblico das alterações climáticas ao vivo que preenche, na televisão, os intervalos da pandemia e da bola.

Cheias, incêndios, furacões, inundações, e já não é só nos fusos horários distantes: um fartote. E já agora, com menos cinismo, felizmente isto acontece aos olhos de uma geração muito baralhada, de exigências diferentes e justas, num tempo em que as respostas da sociedade e da política não estão preparadas para enfrentar sequer um problema que se resolve com uma vacina quanto mais com a ação concertada de blocos políticos antagónicos que dependem de energia barata para competir.

O impacto que suscitou o último relatório do Painel Intergovernamental das Alterações Climáticas não tem novidade nenhuma. Não tem nada que quem saiba ler – presume-se que alguns políticos sabem e quase todos têm quem o faça –, apenas a confirmação do que já dizia o relatório de 1991... a Ciência não mudou, o que mudou foi apenas a constatação de que o problema existe mesmo. Soluções é que ainda não temos nenhuma.

A União Europeia faz o que pode, mas, convenhamos, mesmo que fizesse tudo o que diz, era como se bastasse resolver com 10% de vacinados o problema da Covid-19, já que a União emite menos de 10% das emissões mundiais (cerca de um terço da China).

Toda a gente está de acordo, mas ninguém quer ou sabe o que fazer, porque a coisa ainda não está nos hospitais do mundo inteiro, como a pandemia.

A recentemente publicada Lei Europeia do Clima é um dos mais importantes pacotes legislativos europeus da década e, para já, a propaganda de uma alteração profunda no modo de vida dos europeus, obrigando ao cumprimento das metas da neutralidade carbónica em 2050 e da redução das emissões em 55% até 2030, foi por cá celebrada com a alegria do bobo pelo banquete do rei.

A propaganda de uma alteração profunda no modo de vida dos europeus, obrigando ao cumprimento das metas da neutralidade carbónica em 2050 e da redução das emissões em 55% até 2030, foi por cá celebrada com a alegria do bobo pelo banquete do rei

O conjunto de propostas legislativas apresentado pela Comissão Europeia terá ainda de ser discutido e aprovado, mas, a avançar, promete ter um impacto brutal em todos os setores, desde a agricultura e florestas à indústria ou energia, e agitar o paradigma económico mundial, as cadeias de produção e as prioridades de investimento.

Más notícias: para nós, agitar é eufemismo. O que vai acontecer é que desta dose que falta dos fundos estruturais, depois de estragado o PRR em obras para o Estado, outra vez, é que ou mudamos de vida ou ficamos mesmo atrás da Bulgária.

O que se prevê de mudança em cada um dos setores acima elencados choca de tal maneira com

o que é a produção nacional que, olhando com frieza para o que temos e para o que aí vem, se tudo ficar como previsto, é mesmo preocupante olhar para o PSI 20, para o emprego que representa e para os ricos que corre.

A produção de cimento e papel, a construção, floresta e agricultura – enfim tudo o que mexe – vão ser obrigadas a uma necessidade de adaptação tão grande nos métodos e, sobretudo, em equipamentos e combustível que só o mais entusiasta dos ingénuos pode esperar que isto corra bem num país tão sem capital como é o nosso.

Isto dito, se for para bater a bota com a perdigota, ou seja, se, apesar de sermos um país da periferia que produz mais caro e que precisa de mais reformas que os outros para cumprir, formos de peito feito heróis deste combate global, convém reservar para ele todos os cêntimos do próximo pacote de fundos comunitários. Todos, mas todos. Tudo tem de ser dado às empresas e ao emprego, senão será o colapso. Não há mais onde ir buscar e não há outra maneira de o fazer. Se a oposição tem outro combate, não sabe o que está a fazer.

Ponham-se, outra vez, com rotundas e vão ver: desta vez, ou vem penicilina ou é morfina de vez.

visao@visao.pt

UM ADEUS AMERICANO

O plano foi cumprido à risca. As forças militares norte-americanas abandonaram o Afeganistão, como estava determinado, às primeiras horas do dia 31 de agosto. Vinte anos depois de aí terem aterrado, terão deixado um país diferente daquele que encontraram?



GETTYIMAGES



CABUL, AFGANISTÃO

Faltava um minuto para as oito e meia da noite (hora de Portugal continental) de segunda-feira, 30 de agosto de 2021, já uma da manhã de dia 31, em Cabul, quando o último avião C-17 da Força Aérea dos Estados Unidos da América descolou da pista do aeroporto internacional da capital afegã. O general Chris Donahue, comandante da 82ª Divisão Aerotransportada, XVIII Corpo Aerotransportado, foi o último soldado norte-americano a pisar a pista do Aeroporto Internacional Hamid Karzai. Para trás ficaram 20 anos de intervenção militar, na sequência dos atentados a 11 de setembro de 2001. Em terra ficam milhões de afegãos desesperados, entregues à sua sorte, perante um regime talibã que voltou a tomar, com mão de ferro, as rédeas do poder.





IMPLACÁVEL FÚRIA DA NATUREZA

Com a Humanidade a continuar a revelar-se incapaz de inverter os efeitos das alterações climáticas, os fenómenos naturais extremos repetem-se com mais frequência e com acrescidas consequências, como se viu na passagem do furacão Ida pelos Estados Unidos da América



GETTYIMAGES



LOUISIANA E MISSISSÍPI, EUA

Mais de um milhão de casas no Luisiana e no Mississípi, incluindo toda a cidade de Nova Orleães, ficou sem energia elétrica quando o *Ida*, que, com ventos na ordem dos 230 km/hora, era um dos furacões mais fortes que já atingiram o continente americano, avançou sobre estes dois estados, no domingo, 29, e segunda-feira, 30, antes de perder força, transformando-se numa tempestade tropical. Um condutor que morreu afogado em Nova Orleães, depois de a sua viatura ser 'engolida' pelas águas, e uma pessoa atingida pela queda de uma árvore, em Baton Rouge, são as duas vítimas confirmadas.

Ao longo desta semana, as tempestades repetir-se-ão no Tennessee e Ohio, devendo atingir na sexta-feira, 3, a costa de Nova Inglaterra.



Um Homem Maior



“Faz o bem sem olhar a quem.” Um ditado antigo que ilustra bem a forma de estar de Rui Nabeiro. Um homem que não esquece as origens e que nunca quis deixar Campo Maior, nem vender a Delta, porque as pessoas merecem o seu apoio. Em 2021, o Comendador faz 90 anos e a Delta, 60. É tempo de recordar, celebrar e partilhar em 90AnosComendador.mydeltaq.com

É ano de festa para toda a família Delta. Calharam dois aniversários redondos na mesma altura: o sexagésimo do grupo Delta e o nonagésimo do seu fundador: Rui Nabeiro. O único azar foi o tempo ser de pandemia. Não fosse isso e haveria abraços, festas, talvez até uns passos de dança... Mas criatividade para resolver problemas é coisa que não falta na Delta, ou não fosse isto o grupo de Rui Nabeiro – já lá vamos. A Delta Q (empresa do grupo dedicada ao segmento do café em cápsulas) preparou uma homenagem especial em duas

partes. Por um lado, criou o blend Comendador Collection, feito ao gosto de Rui Nabeiro, com grãos originários da região costa-riquenha de Tarrazu e em Java, na Indonésia, e que resulta num café encorpado, rico em notas de cacau, chocolate e avelãs torradas. Por outro lado, a empresa pensou numa forma de fazer chegar a Rui Nabeiro o carinho das pessoas: criou o site 90AnosComendador.mydeltaq.com, onde qualquer pessoa poderá deixar uma palavra de apreço pelo homem que fundou a Delta. Uma celebração palavra por palavra que, ao jeito do Comen-



SARA MATOS

dador, promove a empatia e a partilha. Para que nenhuma palavra fique por dizer e nenhuma história fique por contar. E histórias é o que não falta. Quando era pequeno, a mãe dizia às vizinhas que podiam chamá-lo sempre que precisassem de ajuda ou de um recado feito. Até o peixeiro o recrutava quando tinha mais trabalho que mãos. Às vezes ganhava uns tostões que guardava num mealheiro. Esse mealheiro ainda existe e hoje, quando os bolsos pesam e chocam mais que o necessário, é para lá que o Comendador os esvazia. Quando fica cheio, o valor vai para alguém que precise. Este espírito de serviço e de partilha é um dos muitos aspectos da vida e do carácter de Rui Nabeiro que se celebra em 2021.

A vida, não é segredo para ninguém, começou modesta. Para ele e para quase todos os que nasceram e viveram em Campo Maior na década de 1930. O pai trabalhava de dia como motorista, e de noite tomava conta do filho do patrão, com problemas psiquiátricos. Passava meses sem ver os filhos. Mas, por conta disso, quando muitos ainda andavam descalços, as crianças Nabeiro tinham sapatos. E com o fruto do trabalho

do marido, a mãe também conseguiu abrir uma pequena mercearia e charcutaria. O pequeno Rui começou a trabalhar aos nove anos. Primeiro a ajudar a mãe (e quem mais dele precisasse) e depois o tio, irmão do pai, que transportava e negociava café em Espanha.

O tio foi fazendo contas à vida e percebeu que em vez de vender café verde, podia torrá-lo em Portugal e fazia mais dinheiro. Um dia trouxe de Madrid um encarregado de uma torrefacção que o ajudou a montar uma pequena fábrica. Começou num quintal, mas foi o início de um império. O pai de Rui Nabeiro entrou no negócio com o irmão, mas morreu novo e, aos 17 anos, o futuro Comendador teve de assumir a quota da família. A produção ia toda para Espanha, mas Rui Nabeiro acreditava que havia mercado em Portugal e foi acalentando essa ideia. Criou a Delta em 1961, com três funcionários que estavam a receber da reforma, o que calhava bem porque Nabeiro não podia pagar muito. Ele próprio sustentava a sua casa com o cargo que mantinha na Camelo, a empresa da família, e acumulou funções na Delta até conseguir dedicar-se a 100%. Como as horas não esticam, levantava-se às três e meia da manhã todos os dias. Hoje tem quase quatro mil empregados, sabe o nome de todos e nunca despediu ninguém.

Entre uma coisa e outra, não faltam episódios audaciosos. Em 1975, quando toda a gente regressava de Angola, Rui Nabeiro foi lá e comprou todo o café que conseguiu. Ao mesmo tempo que o fazia, passava despercebido, debaixo do radar dos grandes negociantes. Subvalorizavam-no. Era só um alentejano, não ia muito longe. Engaram-se. Mais tarde houve falta de café, mas Nabeiro tinha o armazém cheio. Quiseram comprar-lho, e com grande margem, mas ele não vendeu. Aproveitou o momento para impulsionar a sua marca.

A FORÇA DA EMPATIA

Em todas as entrevistas que dá, Rui Nabeiro reforça a importância de se aproximar das pessoas, de as ouvir e de se compadecer com os seus problemas. E porque a empatia é como um boomerang, isso ajudou-o em Angola, num momento em que para outros teria sido difícil lá entrar, para ele foi fácil porque quando visitava as fazendas dormia lá, no meio dos cafezais, com os trabalhadores. Sempre tratou bem as pessoas e elas não se esqueceram.

A facilidade com que cria laços de confiança serviu-o múltiplas vezes ao longo da vida. Certa noite recebeu um telefonema de um indivíduo que tinha trabalhado no Banco Nacional Ultramarino de Campo Maior. Disse-lhe que tinha acabado de sair de uma reunião com Xanana Gusmão e que este tinha café que queria vender, mas não sabia como. Nabeiro pediu amostras, mas, como não lhas conseguiam fazer chegar, decidiu ir ele a Timor. Dessa viagem guarda um episódio que o diverte: quando o jornalista da VISÃO chegou ao território, pouco depois da libertação, estava convencido que era o primeiro e ficou atónito quando deu de caras com o Comendador, de mangas arregaçadas.

É frequente ouvi-lo desabafar que quase todos os dias lhe pedem emprego. E nunca diz não a ninguém. Também não pode dizer que sim a todos, note-se. Mas ouve-os, dá-lhes coragem, ânimo, diz-lhes que vão conseguir construir o seu próprio caminho. Numa cerimónia de celebração do seu 90^o aniversário, a 28 de Março, disse o seguinte: “O mundo só é possível se conseguirmos todos, e cada um, dar o que se pode. Uns darão trabalho, outros darão meios, outros seguirão da forma mais capaz. Mas sempre com um sorriso e sempre com um dever cumprido.”

ANGELA MERKEL PODER SEM VAIDADE

A MENOS DE UM MÊS DAS IMPREVISÍVEIS ELEIÇÕES PARA A CHANCELARIA ALEMÃ, SAI DE CENA A MULHER FORTE QUE DEIXA INSCRITAS MARCAS PROFUNDAS NA ALEMANHA E NA EUROPA.

O QUE FICA DO SEU LEGADO? UM ENSAIO

POR BERNARDO PIRES DE LIMA



Investigador do IPRI/NOVA
Especialista em Relações Internacionais
Conselheiro político do Presidente da República





Foi a primeira mulher chanceler alemã, a primeira vinda da antiga Alemanha de Leste, a mais nova de sempre a ocupar o cargo e por pouco não irá bater os 16 anos de longevidade de Helmut Kohl na chefia do governo federal. Angela Merkel venceu quatro legislativas, governou sempre em coligação, e será também a primeira chanceler a sair de cena pelo seu pé. Não tem Twitter, gere prolongados silêncios, usa a palavra com parcimónia e tem um estilo de vida frugal que a generalidade dos alemães aprecia e em que se revê. É popularmente conhecida por *Mutti* (mãe) e o incómodo com o mediatismo, o anti-histrionismo discursivo, a permanente intermediação política e o estilo sóbrio são marcas que destoam do ar destes tempos tribalizados e a prova de que é possível ter sucesso sem recorrer à banalidade contemporânea das técnicas populares de afirmação política. Merkel é, provavelmente, a única política mundial com direito a um verbo (*merkeln*), cunhado há uns anos para definir alguém que evita tomar grandes decisões ou dar opiniões assertivas publicamente, preferindo deixar correr os acontecimentos. A gestão de crises permanentes que marcou os seus mandatos contraria essa definição, embora seja justo dizer que Merkel nunca foi uma grande estratega nem uma promotora de uma visão de longo prazo para a Alemanha ou para a União Europeia.

Contudo, há dez anos consecutivos que a revista *Forbes* a elege como a mulher mais poderosa do mundo, e sucessivas sondagens confirmam ser a mais confiável entre os principais líderes globais. Ao longo destes quase 16 anos, conheceu nove primeiros-ministros italianos e outros tantos japoneses, cinco britânicos, quatro sul-coreanos, quatro Presidentes norte-americanos e franceses. Só Putin está há mais tempo no poder, pese embora a injustiça da comparação. O que explica, então, a longevidade de Angela Merkel? Que marcas políticas deixa na Alemanha e na Europa? Que desafios podem surgir com a sua saída, num pano de fundo marcado pela pandemia, o caos no Afeganistão e a competição estratégica sino-americana? A poucos dias das mais imprevisíveis eleições alemãs de que há memória, vale a pena olharmos com atenção para essas questões.

UMA VOCAÇÃO TARDIA

Nascida em Hamburgo, Angela Kasner logo rumou a leste para acompanhar o pai, pastor protestante, numa vila dos arredores de Berlim. A mãe, nascida na Polónia, era professora de Inglês e Latim e militante social-democrata. Angela seguiu as pisadas



dos dois. Do pai, herdou uma disciplina metódica; da mãe, o gosto pelas línguas. Aplicou-se no russo e é hoje fluente para conversar com Putin. Barra a Matemática e pouco sociável na juventude, formou-se em Física, doutorou-se em Química Quântica e exerceu investigação na Academia de Ciências nos arredores de Berlim, durante a longa década de 1980. Na noite em que o Muro foi derrubado, Angela seguiu a sua rotina e rumou à sauna. A política, a democracia ocidental e a luta por uma Alemanha diferente da que conheceu até aos 36 anos nunca lhe despertaram uma vocação política. Angela Merkel estava destinada a passar ao lado da História. Em 2009, diria: “Nunca fui

ANNALENA BAERBOCK Verdes

É deputada federal desde 2013 e colíder dos Verdes. Tem tido altos e baixos na corrida

OLAF SCHOLZ SPD

É vice-chanceler federal da Alemanha e ministro das Finanças. Segue à frente nas sondagens

ARMIN LASCHET CDU

Em janeiro foi eleito líder da União Democrata-Cristã, sucedendo a Annegret Kramp-Karrenbauer. É o atual governador da Renânia do Norte-Vestefália, mas está com dificuldades em impor-se





GETTY IMAGES

O rosto de um bloco
Frau Merkel enfrenta Donald Trump durante a quente cimeira dos G7, em 2018

apolítica, só estive politicamente inativa por muito tempo.” O turbilhão alemão de 1989 mudou-lhe o rumo. Aderiu a um novo partido, o Despertar Alemão, um movimento conservador na Alemanha de Leste, criado no período da “Revolução Pacífica” (1989-1990) e que viria a fundir-se na CDU após a reunificação. Merkel foi porta-voz do partido e braço-direito de Lothar de Maizière, o primeiro-ministro eleito na Alemanha de Leste que assegurou a transição pré-reunificação. Ao contrário do que muitas vezes se diz, não foi Helmut Kohl quem apadrinhou os seus primeiros passos na grande família da direita alemã.

Durante o tirocínio político, não consta que Merkel fosse particularmente acesa em discussões partidárias ou nos círculos mais altos do poder. A sua postura é descrita muito mais como de “esperar e observar” do que de “agressividade crítica”. Eleita deputada nas primeiras eleições da Alemanha reunificada, chega a ministra para as Mulheres e Juventude em 1991. A queda de Maizière, por suspeitas de ligações antigas à Stasi, leva-a nesse mesmo ano à vice-presidência da CDU em sua substituição, tornando-se uma das figuras mais próximas de Helmut Kohl. Até 1994, quando é nomeada ministra do Ambiente com a tutela do dossier nuclear, passa ainda pela presidência do Estado de Mecklemburgo-Pomerânia Ocidental e ganha experiência em todos os níveis da política federal alemã.

Quando Kohl e a CDU são arrastados para o escândalo do financiamento partidário e vivem a pesada derrota contra Gerhard Schröder, em 1998, Merkel é tão fria com o seu ídolo como pragmática com as consequências, pedindo na primeira página do conservador *Frankfurter Allgemeine Zeitung* a demissão do antigo chanceler. Nenhum dos seus outros delfins se atreveu a tanto. Eleita presidente do partido em 2000, não mereceu a confiança dos militantes para ser a candidata nas legislativas de 2002, perdendo a luta interna para o líder bávaro da CSU, Edmund Stoiber.

A UNIÃO MONETÁRIA FORJADA EM MAASTRICHT NÃO FOI UM “DIKTAT” ALEMÃO PARA DOMINAR A EUROPA, FOI UMA ESTRATÉGIA EUROPEIA PARA CONTER A ALEMANHA UNIFICADA

Não foi revés que a transtornasse. Stoiber foi derrotado por Schröder e regressou ao Sul da Alemanha para não mais importunar Angela. Em 2005, torna-se finalmente chanceler da Alemanha. Observadora e cuidadosa nas solidariedades políticas, Merkel foi nadando com conforto na alta política, apurando um tardio instinto furtivo, num estilo desprovido de exuberâncias ou de estados de alma, numa Alemanha em profunda transformação, progressivamente confiante na Europa e com um potencial económico globalmente competitivo. Talvez pudesse ter sido possível existir uma Angela Merkel num outro governo europeu, mas dificilmente teríamos esta Angela Merkel sem ser nesta Alemanha.

A ÚLTIMA CHANCELER DO PÓS-GUERRA FRIA

Um trajeto de vida pode ser um pré-retrato das características políticas. Conhecê-lo ajuda a interpretar comportamentos, ideias, estilo de liderança e exercício do poder. Só que, no caso de Merkel, não chega. Para lá da chanceler está uma realidade permanente, geograficamente imponente e politicamente impactante chamada Alemanha. Dissociá-la da Alemanha reerguida depois da reunificação é ver a árvore sem olhar para a floresta, é pessoalizar em demasia o que tem tanto de geopolítico, é reduzir esta Europa a passageiros em trânsito, em vez de olhar para ela como um entroncamento de velhas nações à procura de uma vivência comum tendencialmente maximizadora de poder.

A Alemanha que Angela Merkel lidera a partir de 2005 é marcada por duas importantes dimensões. A primeira é consequência direta da entrada em vigor do euro, o instrumento federalista mais avançado na integração europeia e um dos dois elementos que serviram de garantia aos europeus (principalmente à França e ao Reino Unido) para que a reunificação alemã fosse feita de forma controlada e não ameaçadora – o outro foi fazê-la sob o chapéu da NATO. A união monetária forjada em Maastricht não foi um *diktat* alemão para dominar a Europa, foi uma estratégia europeia para conter a Alemanha unificada. Mitterrand, que se opunha à reunificação, amarrou assim Berlim ao banco da integração onde Paris já marcara lugar. Mas se a origem teve contornos políticos, o euro acabou por ser o fator preponderante da ascensão económica alemã, da sua capacidade exportadora e do seu excedente comercial, bases do músculo político que tem usado na Europa e na competição global.

A segunda dimensão está diretamente associada às reformas estruturais promovidas pelo governo SPD/Verdes (1998-2005) e que permitiram, entre outros aspetos, flexibilizar o mercado de trabalho, reformar a Segurança Social, reduzir impostos mas também cortar pensões e subsídios de desemprego. Não vale a pena recordar a polémica que causou esta Agenda 2010, acusada por muitos alemães de ser a maior machadada no “Estado Social” do pós-guerra. Sindicatos e

massivas manifestações percorreram as principais cidades alemãs, e o impacto das medidas foi sentido com violência. Para gerir este quadro, os resultados das legislativas de 2005 acabaram por ser o melhor dos desfechos, obrigando a CDU/CSU e o SPD a uma grande coligação capaz de conduzir o rumo das reformas. Neste sentido, a liderança alemã de Merkel só tem sido possível porque essas reformas acabaram por adaptar a economia alemã ao impacto do grande alargamento da União Europeia a Leste, aos efeitos da entrada da China na OMC, à expansão da globalização económica, à emergência de potências fora da Europa e à cristalização de muitas economias da Zona Euro. O mérito de Merkel, reeleita em 2009, 2013 e 2017 (embora já com o pior resultado da CDU no pós-Guerra, partilhado, aliás, pelo SPD), resulta da construção de uma base alargada que vai muito para lá do centro-direita clássico, mas que tem sido capaz de consolidar uma grande coligação social-democrata mais abrangente, que vai do eleitorado da CDU ao FDP, passando pelo SPD e os Verdes. Dificilmente alguém conseguirá repetir este arco eleitoral, não tendo Merkel por isso qualquer substituto político, ideológico ou temperamental.

A História da Alemanha no pós-Guerra é marcada por recorrentes coligações. Desde então, só por uma ocasião houve um governo de maioria absoluta de um só partido (CDU, entre 1957 e 1961), e mesmo assim o partido de Adenauer foi, como habitualmente, a votos com a CSU bávara numa coligação pré-eleitoral. Saltando novamente para Merkel, desde 2005 a chanceler esteve 12 dos quase 16 anos a governar em “grande coligação”, ou seja, com o SPD. Antes disso, já as reformas de Schröder, que curaram o “doente europeu” (como lhe chamou a *The Economist*), foram apoiadas pela CDU e, a partir de 2009, mesmo fora do governo, o SPD apoiou mais a política europeia da sra. Merkel do que o FDP, com o qual esteve coligada até 2013. Também não surpreende que a “grande coligação” dure formalmente até hoje: na política interna, europeia ou no relacionamento com a Rússia, China ou EUA, há muito mais pontos em comum do que divergências de fundo.

Esta dimensão partidária não pode, no entanto, passar ao lado das mutações sistémicas que o sistema internacional viveu ao longo dos últimos 20 anos. A hegemonia norte-americana triunfalista da Guerra Fria teve uma série de travões que condicionaram as suas decisões e minaram o seu “momento unipolar”. Os ataques do 11 de Setembro revelaram fragilidades de segurança interna e empurraram Washington e aliados para as longas guerras no Grande Médio Oriente, com resultados humanos, estratégicos e militares desastrosos. O caos atual no Afeganistão resulta dessa avaliação e da impaciência em retirar sem planos à altura. No meio desse percurso, a crise financeira de Wall Street que atinge a Main Street abalou o liberalismo económico triunfal do Ocidente e abriu margem à consolidação de capitalismo de Estado como modelo alternativo apetecível. A evolução imperial da China de Xi Jinping e a agressividade de Putin, na Geórgia e na Ucrânia, criaram uma perceção cristalizada de equilíbrio com os EUA, abriram divisões entre europeus e norte-americanos e fomentaram novas fraturas identitárias ainda por resolver na Europa. A Alemanha de Merkel tem estado no meio de tudo isto. Em 2015, na defesa inflexível do humanitarismo na grande crise dos refugiados, Merkel antecipou as clivagens iminentes entre sociedades abertas e fechadas, entre mecanismos conjuntos transfronteiriços na UE e



o contraponto nacionalista. Nos dois anos seguintes, o Brexit dava início ao primeiro choque tectónico na União Europeia, Trump era eleito para a Casa Branca e a extrema-direita da AfD passaria a maior partido da oposição com assento no Bundestag.

Claro que a acertada decisão de Merkel não explica tudo, mas o ambiente mudou desde então. A perda de confiança alemã no grande aliado norte-americano caiu a pique e a atual situação no Afeganistão só a veio deteriorar. Berlim foi consolidando uma autonomia estratégica com a China (demonstrada na pressa em aprovar um acordo de investimento com a UE) e a Rússia (espelhada na manutenção do gasoduto Nord Stream 2, apesar da pressão dos EUA), e só uma vitória dos Verdes nas legislativas poderá alterar esta dupla equação. A continentalização da política europeia pós-Brexit elevou a preponderância de Berlim, sem meios ou vontade política para exercer um suposto “momento unipolar” alemão, apesar das frustradas tentativas de equilíbrio entre Paris e Roma. A demora na transição tecnológica europeia tem feito perder competitividade e relevância geopolítica a todos os protagonistas. A Covid-19

**A POLÍTICA ALEMÃ PARECE
CRISTALIZADA NUMA ANSIEDADE
PÓS-MERKEL. NENHUM DOS
CANDIDATOS A CHANCELER TEM
CARACTERÍSTICAS APROXIMADAS
A ALGUÉM QUE PREENCHEU A
POLÍTICA ALEMÃ E EUROPEIA
NA ÚLTIMA DÉCADA E MEIA**



GETTY IMAGES

Mutações sistêmicas A hegemonia norte-americana triunfalista da Guerra Fria já não existe, e o caos atual no Afeganistão é mais uma prova disso

expôs muito mais uma ausência de governação concertada global (G zero) do que uma autêntica bipolaridade sino-america (G2) ou mesmo a centralidade de um fórum mais alargado que preserve antigos equilíbrios (G7) ou reflita outros mais recentes (G20).

É nesta fase em que estamos: de transição entre uma era com uma grande potência tendencialmente hegemónica (e vista por muitos como benigna e insubstituível) e múltiplas variáveis que há duas décadas desconstroem essa inevitabilidade. Angela Merkel, apesar de convictamente transatlantista, contribuiu para aprofundar as incertezas estratégicas da Alemanha e, por via disso, da Europa, num momento em que se pedia outra clareza e capacidade mobilizadoras. Merkel pode ter sido a última chanceler da ressaca triunfalista do Ocidente no pós-Guerra Fria.

O MUNDO DE AMANHÃ JÁ DESPERTOU

Não é só a ordem internacional que está em mutação, também a política europeia mudou substancialmente no último ano. Os efeitos avassaladores da pandemia forçaram os europeus a acordar, em tempo recorde, um mecanismo conjunto de emissão de dívida impensável antes da atual crise. Podemos ainda dizer que o debate sobre novos instrumentos e competências para a UE ganhou tração no último ano, seja na saúde pública, na dimensão fiscal, na autonomia estratégica, na ambição climática ou no papel do BCE. Em boa verdade, se acrescentarmos ainda a abertura aos refugiados, concluímos que todas aquelas dinâmicas são caras aos Verdes alemães, o mais federalista dos partidos no Bundestag, o que não só valida a pertinência das suas posições junto de mais eleitores como acomoda a sua real acuidade na primeira linha da política europeia. Certamente sem querer, Merkel acabou por abrir caminho ao crescimento sustentável dos Verdes dos últimos anos, alterando assim a correlação de forças numa futura solução governativa.

Numa outra linha, aproveitando a saída do Reino Unido, desalinhamentos com a Polónia e a incerteza sobre a governação na Alemanha, Paris e Roma têm assumido uma ambição bilateral na tentativa de equilibrar o xa-

dre europeu. Por exemplo, favorecendo a revisão das regras do Pacto de Estabilidade e Crescimento e acelerando a célebre “autonomia estratégica europeia”, com mais meios ao dispor de decisões menos condicionadas por Washington, Pequim ou Moscovo. No entanto, nem Emmanuel Macron tem a reeleição garantida em 2022 nem Mario Draghi terá um horizonte muito alargado à frente de um governo multipartidário, podendo mesmo subir a Presidente da República, diminuindo assim o seu espaço de execução.

Mas há mais debates no horizonte próximo: tornar permanentes os instrumentos financeiros de emergência à pandemia, como o SURE; alargar as votações por maioria no Conselho Europeu em mais matérias comunitárias; aumentar o salário mínimo e generalizar o rendimento básico universal; diminuir horas de trabalho semanais e articular com a vida privada; acelerar investimento em defesa e segurança conjunto; desconfiar dos méritos da Belt and Road Initiative chinesa e da sua passada no 5G; encontrar um roteiro alternativo para as infraestruturas, redes logísticas e comerciais já proposto pelo G7, em sintonia com a proteção ambiental e a defesa dos direitos humanos nos países recetores; articular os milionários pacotes comunitários de investimento público para a década, reconfigurando a Europa da mobilidade eletrificada, da reindustrialização verde e da transformação tecnológica regulada. Nenhum Estado-membro conseguirá fugir destes debates e todos terão de fazer escolhas, decidir sob pressão de terceiros, e preservar a saúde das suas democracias, muitas delas com sintomas alarmantes de deterioração. Há, contudo, duas certezas no meio deste nevoeiro: a atual década será absolutamente decisiva para a longevidade das democracias europeias e em nenhum momento Angela Merkel estará aos comandos da maior de todas.

Também a política alemã parece cristalizada numa ansiedade pós-Merkel. Nenhum dos candidatos a chanceler tem características aproximadas a alguém que preencheu a política alemã e europeia na última década e meia. Talvez por isso o candidato do SPD, Olaf Scholz, já use cartazes com a expressão – “ele pode ser chancelerina” – tal a necessidade de forçar uma continuidade com Merkel. O duplo fracasso da transição de poder na CDU (Annegret Kramp-Karrenbauer e Armin Laschet), e que tem afundado o partido nas sondagens, mostra como é magnânima a omnipresença de Merkel e como foi desvalorizada por si a renovação interna da CDU. A intromissão dos Verdes numa solução governativa com capacidade de obter pastas relevantes espelha a validade de algumas das heranças programáticas de Merkel, cujo peso também define o nível de contraponto desejado pela candidata Annalena Baerbock. Já os liberais do FDP, a quarta força política a ter em conta em soluções governativas, tem adotado nesta última transformação uma aproximação ao ideário macroniano, à direita numas áreas, à esquerda noutras, acomodando-se assim ao posicionamento de Merkel ao longo dos anos. Apesar disto, o tipo de coligação que governar a Alemanha no próximo ciclo político terá impacto noutros partidos e países europeus, ditando regenerações, ruturas e declínios. Por outras palavras, pode-se assistir à saída de Merkel da política alemã, mas dificilmente esta conseguirá fazer um corte epistemológico com o legado da chanceler.

Não há maior manifestação de poder do que o que é exercido de forma omnipresente. visao@visao.pt



SELEÇÃO DE ESPERANÇAS CONTRA A COVID-19

Há mais de 1 200 medicamentos em estudo para combater o SARS-CoV-2. Corticoides, anticorpos monoclonais ou o antivírico remdesivir são, atualmente, os mais usados no tratamento da doença. Os médicos dizem que foi o “desespero” da pandemia global que levou à experimentação de demasiados fármacos que puseram, até, a vida dos doentes em risco. Agora, pede-se bom senso e muita cautela

D

Dexametasona, tocilizumab, baricitinib ou remdesivir. Parecem nomes de medicamentos e são mesmo. Usados para tratar a Covid-19, são fármacos corticoides, anticorpos monoclonais (produzidos em laboratório para atacar uma parte específica do processo inflamatório), inibidores seletivos e antivíricos. Fazem parte do atual cocktail que está a ser utilizado para tratar os doentes infetados, mas até chegarmos aqui muitos outros foram experimentados. E outros tantos estão em investigação.

Neste momento, há 1 266 terapêuticas em estudo, diz a Federação Internacional de Fabricantes e Associações Farmacêuticas (IFPMA, na sigla em inglês) em resposta à VISÃO. Destes, 312 estão nas fases III/IV de investigação, 354 nas fases I/II e mais 600 em estudos pré-clínicos (ainda não usados em humanos). De acordo com esta associação, que representa empresas farmacêuticas de todo o mundo, tanto se estudam “medicamentos novos para a Covid-19 como outros já existentes” para outras patologias.

Em 20 meses de pandemia, é muito difícil dizer quantos fármacos já foram administrados para tratar doentes infetados pelo vírus. O facto de ser uma doença nova, e global, não existindo ainda nenhum medicamento específico para a travar, levou a que se usassem substâncias já no mercado, na esperança de que tivessem resultados positivos. “Tenho uma lista com mais de 30 nomes e que já está desatualizada”, reflete Pedro Póvoa, responsável pelos Cuidados Intensivos do Hospital São Francisco Xavier, em Lisboa. “Quando existem muitos significa que nenhum é muito bom.”

Medicamentos como a hidroxicloroquina “puseram os doentes Covid em risco” e as reações adversas foram “violentas” (ver caixa *De promessa a desilusão*). Esta lista perigosa, que o médico partilhou com a VISÃO, inclui, além da hidroxicloroquina, as vitaminas C e D, células estaminais, oxigénio hiperbárico, ozono ou ibuprofeno.



Ciência nacional
Margarida Saramago e Rute Matos, do Instituto de Tecnologia Química e Biológica da Universidade Nova de Lisboa, são parte da equipa que encontrou um novo tratamento, a aguardar patente

A coordenadora de uma das unidades de medicina intensiva do Hospital Fernando Fonseca (Amadora-Sintra), Sílvia Coelho, conta que a hidroxicloroquina foi a “pior experiência” que teve devido aos efeitos secundários nos pacientes. Acredita que, daqui para a frente, haverá “bom senso e muita cautela” porque é “cada vez menos lícito experimentar” fármacos. Os que vão chegar “terão de ter benefícios concretos”.

DO ÉBOLA PARA A COVID-19

O remdesivir (desenvolvido para tratar o ébola) é o único medicamento com autorização da Agência Europeia dos Medicamentos (EMA) e do regulador norte-americano FDA; os restantes têm autorização para uso de emergência. Este antivírico “pode ter vantagem nos casos mais leves” da doença, nota José Artur Paiva, diretor de Medicina Intensiva do Hospital São João, no Porto. “Reduz o tempo de doença, mas não de doença grave.” O intensivista foi o coordenador nacional de um dos ensaios clínicos aprovados pelo Infarmed – o DisCoVery – em que se investigou o remdesivir.

No entanto, e com o evoluir da Ciência e da experiência clínica, o antivírico “deixou de ser consensual”, diz Inês Pintassilgo, especialista em Medicina Interna no Hospital Garcia de Orta, em Almada. “Estamos a usá-lo menos; os estudos que foram saindo revelam uma eficácia pouco significativa.” O mesmo acontece com outros fármacos – há hospitais que

312

O NÚMERO DE MEDICAMENTOS

em fase final de investigação, entre os 1 266 que estão em estudo, segundo a Federação Internacional de Fabricantes e Associações Farmacêuticas



MARCOS BORGIA

De promessa a desilusão

Alguns fármacos para travar a Covid-19 administrados sob utilização de emergência das autoridades de saúde não se revelaram eficazes. Alguns pioraram o estado dos doentes. Aqui ficam cinco exemplos



LOPINAVIR+RITONAVIR

É uma combinação de dois antivirais, vendida comercialmente com o nome Kaletra, usados no tratamento do VIH/sida. Os resultados dos ensaios clínicos revelaram não ter nenhum efeito no tratamento da Covid-19. Houve doentes que tiveram reações adversas graves.



HIDROXICLOROQUINA

Foi umas das primeiras grandes promessas no tratamento da Covid-19, mas rapidamente se tornou um problema. Utilizada no tratamento da malária ou das doenças autoimunes, como a lúpus ou a artrite reumatoide, a hidroxicloroquina revelou efeitos muito adversos nos doentes, como arritmia e um aumento da mortalidade. Sucessivos estudos científicos mostraram não ser eficaz para combater o SARS-CoV-2 e levaram à suspensão da sua utilização. No entanto, o Presidente do Brasil, Jair Bolsonaro, continua a afirmar categoricamente que

a hidroxicloroquina o salvou. “Eu tomei a hidroxicloroquina, outros tomaram a ivermectina, outros tomaram Annita (nita-zoxanida), e deu certo. E, pelo que tudo indica, todo o mundo que tratou precocemente com uma dessas três alternativas aí foi curado”, afirmou. Qualquer uma destas substâncias não tem evidências científicas eficazes no tratamento da Covid-19.



IVERMECTINA

Este antiparasitário usado, por exemplo, no tratamento dos piolhos ou das lombrigas, não revelou eficácia. Aliás, nos Estados Unidos da América, e como também é utilizado em animais de grande porte em doses mais concentradas para controlo de pragas, levou a que a FDA (a reguladora dos medicamentos) escrevesse um aviso na rede Twitter: “Vocês não são cavalos. Vocês não são vacas. A sério, pessoal. Parem com isso.” Isto porque a agência recebeu relatos de pessoas que foram hospitalizadas por se terem automedicado com doses de ivermectina para cavalos. “São exemplos de adultos que, na ideia de prevenir a Covid-19,

beberam ivermectina que deveria ser de uso injetável em gado. Os pacientes apresentam confusão, tonturas, alucinações, apneia e tremores”, descreve o jornal especializado em medicina *Medpage-Today*.



AZITROMICINA

Este antibiótico para tratar a pneumonia foi alvo de ensaio clínico no Recovery (Randomized Evaluation of COVID-19 Therapy) – uma plataforma de 176 hospitais britânicos que investiga o tratamento com diversos medicamentos em pacientes Covid-19 com infeção grave. A conclusão foi que não é eficaz.



NITAZOXANIDA

O Presidente brasileiro chegou a apresentá-la como útil depois de um ensaio feito no país e outro nos EUA. No entanto, os resultados deste antiparasitário foram postos em causa por vários cientistas dada a sua fraca qualidade estatística. A FDA não recomenda o seu uso, exceto para ensaios clínicos.

usam determinados medicamentos, mesmo que noutra instituição não sejam utilizados.

Já os corticoides, como o dexametasona (para tratar a artrite reumatoide), são administrados tanto em enfermaria como nos cuidados intensivos. “São eficazes na redução do processo inflamatório, principalmente a partir dos sete ou oito dias de infeção”, explica Fernando Maltez, infeciologista do Hospital Curry Cabral, em Lisboa. Atuam na “segunda fase da infeção que é o processo de inflamação”, descreve Inês Pintassilgo que faz uso da prednisolona, também um corticoide, nos doentes Covid.

Para o pneumologista Filipe Froes, o futuro “vai passar pelo tratamento com anticorpos monoclonais”, como o tocilizumab (para a artrite reumatoide), já em uso também em Portugal. Este fármaco produzido a partir de células vivas “ataca um único alvo”, nota o imunologista Luís Graça, e “bloqueia a capacidade de reprodução da interleucina 6 com o intuito de reduzir a inflamação”. Ou seja, quando há uma resposta exagerada do sistema imunológico a um agente estranho, o vírus, acontece aquilo a que se chama de “tempestade de citocinas”, uma resposta inflamatória excessiva que é preciso travar. Atualmente, adianta Luís Graça, estão em estudo anticorpos monoclonais “dirigidos à proteína Spike”, a responsável pela entrada do SARS-CoV-2 nas nossas células.

O intensivista Pedro Póvoa tem algumas dúvidas em relação aos anticorpos. “Se ma-

PARA FILIPE FROES, O FUTURO “VAI PASSAR PELO TRATAMENTO COM ANTICORPOS MONOCLONAIS”, COMO O TOCILIZUMAB

nipularmos um único fator, conseguimos manipular a doença?” Administrou apenas “pontualmente” o tocilizumab. A FDA (reguladora dos medicamentos nos EUA) recomenda remdesivir, dexametasona e tocilizumab para o tratamento da Covid-19.

A DESCOBERTA PORTUGUESA

Quando Portugal enfrentava o seu primeiro confinamento, em abril de 2020, Margarida Saramago, investigadora do Instituto de Tecnologia Química e Biológica (ITQB) da Universidade Nova de Lisboa, pôs-se a pensar. “Se a nossa especialidade são as ribonucleases, proteínas que degradam e controlam os níveis de RNA, e este vírus é de RNA e tem ribonucleases para a sua replicação, então podemos fazer alguma coisa.”

Margarida pediu à coordenadora do laboratório, Cecília Arraiano, para pôr mãos à obra. E assim começou a investigação que juntou cientistas do ITQB e virologistas do Instituto Nacional de Investigação Agrária e Veterinária, que culminou há semanas com a descoberta de três compostos que diminuem “em 60% a 70% a capacidade de replicação do vírus”, diz a coordenadora do laboratório de Oeiras. O primeiro pedido de patente já foi feito e os dois seguintes estão quase a ser enviados.

O nome dos fármacos já existentes para outras patologias – “dois estão aprovados pelas autoridades do medicamento internacionais, nomeadamente pela FDA, e já são usados para outras doenças completamente diferentes, e o outro está em vias disso”, garante Cecília Arraiano – está no segredo dos deuses mas, à VISÃO, a investigadora confirmou que não são antivíricos e um deles é “usado para tratar uma doença que tem alguns dos sintomas da Covid-19”. O que estes medicamentos vão fazer é “bloquear as ribonucleases do vírus e tornar a doença menos grave”, explica.

TERAPÊUTICA DE SUPORTE

Além dos medicamentos que foram sendo deixados para trás, também outras expe-



Urgência As vacinas são extremamente eficazes, mas não a 100 por cento. Continua a existir doença grave

52

O NÚMERO DE
PAÍSES, INCLUINDO
PORTUGAL,

que vão participar no Solidarity Plus, o próximo ensaio da Organização Mundial da Saúde para testar novos tratamentos em 14 mil pacientes

riências ficaram pelo caminho. A utilização de plasma convalescente (plasma/sangue de pessoas que já foram infetadas e têm grande quantidade de anticorpos) é um desses casos. “Foi usado de forma pontual. Os estudos que saíram, entretanto, não mostraram grande evidência na melhoria dos doentes”, atesta o intensivista Pedro Póvoa.

Para José Artur Paiva, é muito importante que apareçam formas de tratar os doentes graves. “Precisamos de armas para combater a Covid-19.” As vacinas “são muito eficazes”, mas também é verdade que continua a “haver doença grave”. O intensivista acredita que vão surgir “medicamentos diferentes para variados tipos de doentes e até para fases diversas da doença”.

O milagre pode estar num comprimido? A corrida está lançada, como se vê pelas mais de 1 200 substâncias que estão em estudo, algumas já com resultados promissores, como o anticorpo Sotrovimab, da GSK e Vir Biotechnology, e o AZD7442 (combinação de dois anticorpos), da AstraZeneca, que “vão proximamente ser submetidos à autorização para uso de emergência da FDA”, revela a IFPMA, não arriscando nenhuma previsão para ter um tratamento específico para a Covid-19.

O próximo ensaio da Organização Mundial da Saúde para testar novos tratamentos está quase a começar. O Solidarity Plus envolve



LUCÍLIA MONTEIRO

hospitais de 52 países, entre os quais Portugal. “Vamos testar três já existentes, um monoclonal, outro para a malária e o terceiro para neoplasias”, conta Fernando Maltez, infeciologista do Hospital Curry Cabral, em Lisboa, onde vai decorrer o ensaio.

O artesunate (para a malária), o imatinib (para algumas doenças autoimunes) e o infliximab (para alguns tumores cancerígenos) – que foram doados pelas farmacêuticas que os fabricam, a Ipca, a Novartis e a Johnson & Johnson – vão ser testados em cerca de 14 mil pacientes.

Pedro Póvoa acredita que o tratamento não passa apenas por um medicamento. Se não houver terapêutica de suporte, não há milagres. “Se eu tiver o melhor fármaco do mundo e o der a um doente em Lisboa e a outro em São Tomé e Príncipe, onde há falta de água, de soro e de oxigénio, o resultado não vai ser o mesmo.”

Os fármacos anticoagulantes para evitar eventos trombóticos, a sedação ou o bloqueio neuromuscular para permitir uma ventilação adequada fazem parte do protocolo médico para tratar os doentes, dependendo da gravidade da situação. E a terapêutica “também evoluiu muito”, diz Sílvia Coelho. E continuará a evoluir. srodrigues@visao.pt

O ISAG DÁ-TE MUNDO!

ANO LETIVO 2021/2022



LICENCIATURAS

Gestão de Empresas
Gestão Hoteleira
Management (Lecionada em inglês)
Relações Empresariais
Turismo

MESTRADOS

Direção Comercial e Marketing
Gestão de Empresas

PÓS-GRADUAÇÕES

Comunicação e Sustentabilidade
Data Science and Business Intelligence
Digital Marketing Strategy
Direção Comercial e Marketing
Fiscalidade
Gestão de Recursos Humanos
Gestão do Turismo e Hotelaria
Gestão Empresarial
Organização de Eventos

TeSP

Contabilidade e Fiscalidade
Desenvolvimento de Produtos Turísticos
Gestão de Marketing Digital
Gestão e Comércio Internacional
Restauração e Bebidas

CURSOS DE ESPECIALIZAÇÃO

Cooking Skills ISAG by Chefe Cordeiro Signature
Design Thinking with LEGO® Serious Play
Expertise in Wine Management
Gestão de Projetos
Leadership & Team Intelligence
NeuroMarketing nos Negócios

MBA EXECUTIVO

MBA EXECUTIVE PROGRAMME
ENGLISH - ONLINE

FORMAÇÃO IN-COMPANY

ENSINO PRESENCIAL E À DISTÂNCIA

Cofinanciado por:



isag.porto



isagporto



school/isagporto



ingressos@isag.pt



isag.pt



REGRESSO

MAIS SAUDAVEL

Ano e meio de pandemia fez moosa na saúde dos portugueses. Um quarto da população aumentou de peso e mais de metade diminuiu a atividade física. Há mais depressões, ansiedades, irritações e intolerâncias. Agora que as vacinas vão permitir ter uma vida mais ou menos “normal”, ouvimos especialistas em alimentação, exercício físico e saúde mental para um recomeço equilibrado

ALIMENTAÇÃO

EXERCÍCIO

SAÚDE MENTAL





Hora de mudar o prato

Um quarto da população portuguesa diz que aumentou de peso durante a pandemia. Como (re)começar a comer bem

 SÓNIA CALHEIROS

Sempre que subia escadas, Carla Cabral cansava-se muito. Na roupa, teve de trocar o M pelo L, por causa dos três a quatro quilos ganhos nos diversos períodos de confinamento. Não conseguia acompanhar de forma regular as aulas de ginástica online, e o tempo que esta professora de Educação Especial passou sentada a dar aulas, em frente ao computador, era incomparável com o ritmo de vida agitado no pré-pandemia. Com 48 anos e a medir 1,60 metros, Carla estava longe da “magricela com 50 e poucos quilos” que fora na juventude.

Determinada a alterar hábitos, começou a fazer caminhadas perto de casa, em abril, e agora já percorre seis quilómetros por dia. Em simultâneo, planeou mudanças à mesa, adotando um conceito que serve a família. Deixou de comer carne vermelha, até porque lhe causava sensação de enfiamento, tal como o leite meio-gordo; cortou nos hidratos de carbono, mas de vez em quando coze massa para os filhos adolescentes; acompanha as refeições com saladas ou legumes salteados; prefere o pão escuro, com menos trigo e mais centeio; aprendeu a ler os rótulos das embalagens, preterindo glúten, açúcar e alimentos processados; quando quer bolachas, fá-las em casa com farinha de amêndoa ou de coco e açúcar mascavado.

Com o início do ano letivo à porta, voltam as preparações da marmita, mas, se for preciso, Carla almoça no restaurante e opta por peixe grelhado com salada; à sexta-feira, faz uma boa panela de sopa e ao sábado de manhã vai às compras, ao Mercado de Oeiras, com tudo pensado: leva a lista dos alimentos necessários para as refeições que quer confeccionar e só compra o indispensável. Boas práticas com resultados à vista: menos seis quilos, corpo e mente revigorados.

Mesmo nas dietas com alto teor proteico – tão em voga nos dias de hoje –, os vegetais são a chave do equilíbrio. É que substituir os hidratos de carbono por altas quantidades de carne ou peixe não é solução nem para a perda de peso, nem para a saúde – muito menos para o ambiente. “As proteínas de origem animal são mais biodisponíveis, mas as pessoas vegetarianas e vegans conseguem ter o aporte proteico com proteínas de origem vegetal, como os cereais e as leguminosas”, explica a nutricionista Ana Ni Ribeiro.

Reduzir o consumo de carne é uma urgência ao nível da saúde (para prevenir doenças cardiovasculares e cancro), mas também do ambiente, pois a sua produção em grande escala é responsável pela emissão de gases poluentes. Além das proteínas vegetais, a alternativa recomendada pela FAO – Organização para a Alimentação e Agricultura das Nações Unidas passa por integrar os insetos na alimentação. Agora, com a sua comercialização legislada, Portugal tem, para já, aprovado o consumo de sete espécies. Por cada 100 gramas de insetos, 38 são de proteína. “A proteína é um nutriente essencial, fundamental,

MESMO NAS DIETAS COM ALTO TEOR PROTEICO – TÃO EM VOGA NOS DIAS DE HOJE –, OS VEGETAIS SÃO A CHAVE DO EQUILÍBRIO



por exemplo, para a manutenção da massa magra, de digestão lenta, pelo que poderá aumentar a sensação de saciedade”, explica Ana Ni Ribeiro.

FRESCOS OU CONGELADOS

Para o bem e para o mal, ficar mais tempo em casa levou a que as pessoas mudassem os hábitos alimentares, e Carla Cabral faz parte de uma maioria (58,2%) que alterou a alimentação para melhor, segundo o React-Covid 2020, inquérito nacional conduzido pela Direção-Geral da Saúde em parceria com o Instituto de Saúde Ambiental da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, com respostas de 5 874 pessoas com mais de 16 anos. Modificados os padrões alimentares, 18,2% aderiram a um modelo saudável, com o aumento do consumo de fruta (29,7%), hortícolas (21%) e pescado (14,5%), enquanto 10,8% adotaram práticas menos recomendáveis, com o aumento de refeições takeaway (43,8%) ou pré-preparadas (40,7%), refrigerantes (32,8%) e snacks salgados (29,5%). A maioria passou a cozinhar mais (56,9%), mas também a petiscar mais ao longo do dia (31,4%), fator que, associado ao sedentarismo, pode ex-



MARCOS BORGHA

Alterar hábitos Saladas ou legumes salteados estão sempre presentes no prato de Carla Cabral, que deixou de comer carne vermelha

plicar a perceção de peso aumentado reportado por 26,4% da população.

“Houve um conjunto de fatores que poderá ter contribuído para piores estilos de vida. Estivemos mais sedentários e, provavelmente, o nosso estado de ansiedade e de stresse muitas vezes também levou ao consumo de alimentos que não têm o perfil nutricional mais adequado. Mas o contrário também pode acontecer. Estar em casa permitiu um melhor planeamento da nossa alimentação, estando menos sujeitos a estímulos que nos levam à escolha errada”, analisa Maria João Gregório, diretora do Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável (PNPAS).

Com mais de metade (53,6%) da população adulta portuguesa com excesso de peso e 16,9% com obesidade (1,5 milhões de pessoas), dados do último Inquérito Nacional de Saúde (2019), faz sentido continuar a alertar para os principais erros cometidos à mesa e de que forma os podemos combater. Saberão as pessoas onde pecam às refeições?

Os principais erros prendem-se sobretudo com “o baixo consumo de hortícolas e fruta – quase 50% dos portugueses não ingerem as doses recomendadas pela Organização Mundial da Saúde (de, pelo menos, 400 gramas diárias ou de cinco porções por dia). Baixo consumo de leguminosas, uma das áreas em que os portugueses se distanciam muito do que diz a Roda dos Alimentos. Temos uma elevada ingestão de açúcar – é preciso identificar os grupos de alimentos que contribuem para tal, como refrigerantes e outras bebidas açucaradas. Consome-se carne em quantidade superior à dose recomendada e numa frequência acima do peixe”, elenca Maria João Gregório.

Para a diretora do PNPAS, “mesmo quando cozinhamos em casa, temos alguma incapacidade de saber confeccionar os alimentos de forma saudável e dando refeições saborosas”. Mas, para Ana Ni Ribeiro, o ritmo de vida moderna, dito acelerado, é compatível com uma alimentação rica em frescos. “Cada vez mais há entrega de cabazes em casa, o que facilita muito o ter sempre frescos no frigorífico.

DICAS PRÁTICAS À MESA

ABUSAR DA DIETA MEDITERRÂNIC

Classificada como Património Cultural Imaterial da Humanidade, tem uma base rica em hortícolas, fruta, leguminosas (feijão, grão, ervilha, lentilha), pão e azeite. Consumo moderado de laticínios e pescado, ocasionalmente complementado com pequenas quantidades de carne. A água é a bebida principal.

COMEÇAR O DIA

O pequeno-almoço deve conter laticínios (leite, iogurte, queijo), cereais pouco açucarados ou pão (de preferência escuro ou de mistura), fruta

fresca (da época) ou sumo natural de fruta (200 ml ou um copo), ou seja, hidratos de carbono (55% a 75%), lípidos (15% a 30%) e proteínas (10% a 15%).

NA DOSE CERTA

A OMS recomenda o consumo diário de, pelo menos, 400 gramas de hortofrutícolas, o equivalente a cinco porções de fruta e legumes. Comer sopa a todas as refeições ajuda a cumprir o objetivo.

PROIBIDOS

Bebidas açucaradas, refrigerantes, águas com sabores, enchidos, snacks salgados e doces, cereais de pequeno-

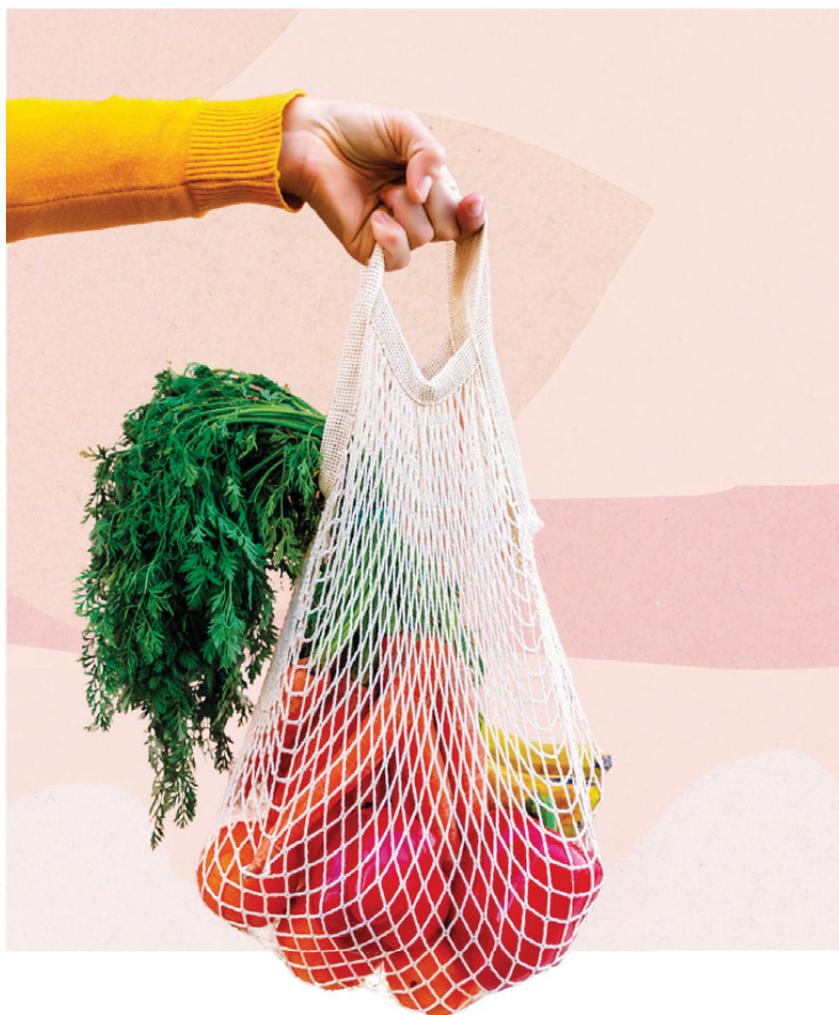
almoço, molhos (ketchup, maionese e mostarda), refeições pré-cozinhadas. Só cozinhando em casa se evita a 100% os alimentos processados.

INFORMAÇÃO

Aprender as ler os rótulos das embalagens e preferir alimentos com uma lista de ingredientes pequena, evitando os que têm adição de açúcar e gorduras.

NO SUPERMERCADO

Dar preferência aos produtos frescos nacionais, locais e da época. Nos ovos, os de galinhas criadas no solo ou ao ar livre são os ideais.



Não sendo de todo possível, há hipótese de comprar frutas e vegetais ultracongelados, que podem ser uma opção saudável”, aconselha a autora do blogue *A Nitricionista*.

Opinião partilhada por Elisabete Ramos, nutricionista e investigadora no Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto: “Tem de haver um equilíbrio entre o preço dos alimentos e o tempo para os comprar. E os congelados podem ser uma excelente opção. Quando não se tem legumes frescos, os congelados são uma alternativa saudável. O peixe fresco é caro, mas há opções mais acessíveis, como a cavala ou o carapau e boas promoções de peixe congelado, ideal para guardar por um maior período de tempo.”

CUIDADO COM O ÁLCOOL

Outro fator de risco de grande preocupação entre os maus hábitos alimentares é o consumo de bebidas alcoólicas. Em maio deste ano, o estudo “Prevenir a Utilização Nociva do Álcool”, da OCDE, contabilizava

12 litros anuais bebidos por pessoa, o que corresponde a duas garrafas e meia de vinho ou a 4,6 de cerveja por semana (a média dos países da OCDE é de dez litros). O mesmo relatório adiantava ainda que 26,6% dos adultos ficam embriagados, pelo menos, uma vez por mês. Estima-se, por isso, que nos próximos 30 anos os portugueses vejam a sua esperança média de vida reduzida em um ano.

Cada ação tem uma consequência e, já em 2019, os hábitos alimentares inadequados dos portugueses foram o quinto fator de risco que mais contribuiu para a perda de anos de vida saudável e o quarto fator de risco a contar para o total de mortes (11,4%), de acordo com o estudo “Global Burden of Disease”.

Aprovados os conhecimentos, basta pô-los em prática. Mas as oportunidades não são iguais para todos. Além de os confinamentos terem incrementado o sedentarismo, também geraram uma nova crise social, com intervenientes que, pela primeira vez, se viram em situação de precariedade. “A Covid-19 obrigou a um maior hiato e desigualdade social. Quem teve maior rendimento teve mais aprendizagem. Há um estrato de famílias que, por terem possibilidades financeiras, tiveram mais probabilidade de serem mais informadas – logo, serão mais saudáveis”, explica Ana Rito, investigadora do Departamento de Alimentação e Nutrição do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge. “O problema está nos que têm menos formação, menos dinheiro e entraram em processo de restrições. É aqui que o foco se deve acender, para ultrapassarem a desorientação. O que a literatura nos diz, de uma forma geral, é que quem teve maiores rendimentos cozinhou mais em casa, passou mais tempo com a família”, acrescenta.

No conceito de insegurança alimentar, como explica a nutricionista Elisabete Ramos, entram todos os que se sentem condicionados pelos fatores externos, como os económicos, sobretudo quando estes condicionam a variedade desejável e perpetuam os erros de comprar alimentos ricos em sal, gordura e açúcar, por serem mais baratos. “Mesmo com pouco rendimento, as pessoas precisam de fazer um esforço maior para encontrar as opções saudáveis, mas não têm de ser necessariamente as mais caras. Por exemplo, valorizar a produção local.”

scalheiros@visao.pt

**MAIS DE METADE
(53,6%) DOS
ADULTOS TEM
EXCESSO DE PESO
E 16,9% SÃO OBESOS
(1,5 MILHÕES
DE PORTUGUESES)**



Para uma mente “fit”

Como sair da segurança e do conforto do lar, ultrapassando o “síndrome da caverna”, sem perturbações de maior

 CLARA SOARES

A chegada indesejada do SARS-CoV-2, há ano e meio, impôs alterações drásticas nos estilos de vida. Para muitos, isso representou níveis aumentados de ansiedade, de depressão e de solidão, mas também trouxe novas perceções de conforto. Agora, com a maioria da população vacinada e a sociedade a dar sinais de abertura, o regresso à normalidade – voltar ao local de trabalho, ao ginásio, aos convívios e atividades sociais – dependerá da avaliação do grau de risco, o que gera algum desassossego.

Embora programados para condutas gregárias, os seres humanos ficam mais propensos a entrar em modo de alerta face a perigos potenciais, a desenvolver estados ansiosos, mas também a sofrer perdas de memória e a experimentar algum declínio cognitivo se forem privados delas. Assim, pode levar algum tempo a sair daquilo que o *The Wall Street Journal* designou de “síndrome da caverna”, ou seja, da segurança e do conforto do lar.

“Há muita irritação, menos tolerância, algum descontrolo dos impulsos e uma certa atrofia no plano cognitivo”, observa a psiquiatra Teresa Leonardo, baseando-se na sua experiência em consultório. Parece que o cérebro está enferrujado, esquecido e confuso,

sem saber como fazer, “ao andar no metro, no aeroporto”, mas também “nos cumprimentos, nas conversas de circunstância ou na tendência para repetir perguntas”. Como afinar a nossa bússola mental?

ANGÚSTIA PANDÉMICA

O regresso saudável vai depender da forma como o temperamento de cada um ficou impregnado pela perceção de insegurança e de perda de controlo, ou a “angústia existencial pandémica”. A expressão é do psiquiatra Vítor Coto-vio. Afirmando que “a contingência é a mãe da ansiedade e a perda de controlo é o pai”, o médico esclarece que a resiliência psicológica, contrariamente à física, “não é voltar ao estado anterior, já que envolve uma transformação pós-traumática” e, para alguns, “mais fóbicos, obsessivos, desconfiados ou que sofreram perdas, a pandemia foi como um tiro no porta-aviões, comprometendo o regresso à socialização”.

Estas inquietações parecem afetar menos os jovens: “A necessidade de pertença e de reconhecimento dos pares é tão forte que ultrapassa a de controlar o risco, até pelo facto de o córtex pré-frontal dos adolescentes, responsável pela tomada de decisões,



Você não precisa de um seguro de saúde. Até precisar.

Só quando precisamos de saúde é que lhe damos o devido valor. Com o **SafeCare Saúde módulos 1, 2 e 3 da AEGON Santander**, tem Médico ao Domicílio, Segunda Opinião Médica Internacional e Consultas Gratuitas 24 horas na app.

Saiba mais em aegon-santander.pt ou informe-se num balcão Santander.





não estar tão desenvolvido.” Assim se explicam os aglomerados como os do Bairro Alto, em Lisboa, aos primeiros sinais de abertura: “A geração digital tinha saudades da presença física e ativou todos os canais sensoriais.”

Um inquérito a 2 500 pessoas realizado pelo William James Center for Research, do ISPA – Instituto Universitário, e cujos dados ainda não foram divulgados, permitiu identificar uma tendência inesperada: as medidas restritivas foram positivas para uma parte da amostra. Nas palavras do investigador Rui Miguel Costa, “alguns relataram melhorias na vida íntima e outros sentiram-se mais protegidos no registo digital”, embora a maioria se tenha sentido mais só, dada a pobreza sensorial da comunicação online. “O virtual é como a comida processada, prática e cómoda, mas não deve substituir-se ao saudável face a face.” A prová-lo, o sentimento “murcho”, sem euforia nem trocas de olhares e sorrisos após a defesa das teses à distância e a adesão dos alunos às aulas presenciais: “As alegrias e a riqueza de estímulos vão compensar a ansiedade inicial.”

DESCONFINAR A CABEÇA

Filipa Pereira, 44 anos, é mãe de um adolescente e diretora de unidade de negócio numa empresa de software, em Lisboa, e recorda o efeito de panela de pressão associado ao primeiro confinamento: “Sentia-me encurralada; gerir 30 pessoas a partir de casa, com o meu filho a ter aulas à distância e sem fazer desporto trouxe-me ansiedade, insónias e irritabilidade.” As caminhadas, dia sim, dia não, voltar a cozinhar como escape e o convívio virtual com amigas não bastaram para colmatar “o stresse das reuniões online, umas atrás das outras, o estar sempre a ouvir notícias dos infetados e o querer ir a todas sem falhar”. Foi deixando passar os sinais de alarme: “Cheguei a trabalhar 12 horas diárias, vivia em piloto automático e pensava ‘é só mais um dia’, sem controlo da situação.” Em agosto do ano passado, a uma semana das férias, teve um susto. “Estava a trabalhar e tive uma crise ansiosa tão séria que me levou a ficar de baixa durante algum tempo.”

Há pouco mais de um ano iniciou uma psicoterapia e vai continuar na transição pós-férias. “Tem sido um processo duro”, assume. “Dei-me conta de ser muito exigente comigo mesma e percebi que ninguém é insubstituível.” Hoje, Filipa tem 20 pessoas a seu cargo



VOLTAR À NORMALIDADE DE FORMA TRANQUILA

DIVERSIFICAR

Comece por fazer pequenas variações no quotidiano, saindo do mesmo espaço no período de almoço, por exemplo, fazendo uma caminhada ou um passeio ou experimentando uma aula no ginásio.

AJUSTAR ROTINAS

Adaptar gradualmente os hábitos de sono e reservar tempo para preparar refeições, exercitar o corpo, meditar ou fazer atividades que lhe deem prazer e calma, a solo e na companhia dos seus.

IR AO SEU RITMO

Procure organizar a agenda por blocos, seja ir às compras, tratar de assuntos

pendentes no trabalho (emails, marcação de reuniões e tarefas) ou levar e trazer os filhos à escola e a atividades extracurriculares sem querer ser perfeito.

ANTECIPAR O BOM

Lembre-se do tempo em que ficou privado de rituais que apreciava e que vai poder retomar: desfrutar de um tempo só seu na viagem para o local de trabalho, conversar cara a cara com os colegas nas reuniões e pausas para café e confraternizar com amigos ao vivo, mesmo com máscara.

GERIR EMOÇÕES

Agradáveis ou nem por isso, é normal sentilas. O equilíbrio está em não as reprimir

nem exagerar na dose. Conhecê-las, aceitá-las e aprender a regulá-las é a via para o equilíbrio e uma maior resiliência.

DEFINIR LIMITES

Se é incapaz de parar ou dizer não, esforçando-se além do recomendável por receio de ser malvisto, esta é a oportunidade para definir o que é para si aceitável na hora de responder a solicitações que considere excessivas.

FLEXIBILIZAR

Se pensa que antes é que era bom, lhe falta jogo de cintura para lidar com imprevistos e mudanças de planos e sofre com sentimentos de insegurança ou desconfiança, não se isole e procure ajuda.



ANA BRIGIDA

e adota “uma postura mais disciplinada e tranquila, menos ansiosa, sem tanta pressão para corresponder às expectativas”. Deve-o ao que aprendeu no processo: “Identificar sinais de stresse, definir limites e dizer não, repor rotinas de bem-estar; se não cuidar de mim, tudo o resto vai falhar.” No regresso ao escritório, planeia o máximo para acabar o trabalho a horas e é uma das voluntárias da empresa que, num registo confidencial, prestam apoio a colaboradores. A ideia é combater o estigma na hora de pedir ajuda.

Embora o retomar da proximidade física seja algo desejado e possa contribuir para a diminuição de quadros

**QUEM TINHA
HÁBITOS
SAUDÁVEIS ANTES
DA PANDEMIA
PODE VER A SUA
RESILIÊNCIA
AUMENTADA**

Saber dizer “não” Depois de um “processo duro”, Filipa Pereira conseguiu gerir a ansiedade e o stresse, impondo limites e rotinas

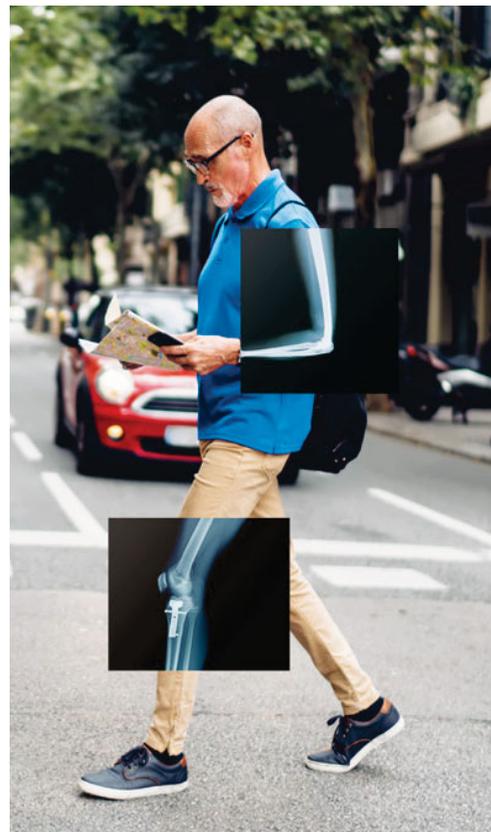
ansiosos e depressivos – a Linha SNS24 recebeu, desde abril de 2020, mais de 100 000 pedidos de ajuda –, “o regresso à normalidade deverá ser feito por etapas”, adverte Renata Benavente, vice-presidente da Ordem dos Psicólogos. São de prever algumas dificuldades, “para alguns, ainda não será o momento de trocar beijos, por exemplo”, mas “olhar o lado positivo da socialização e focar-se naquilo que pode controlar e geri-lo” é algo que facilita o regresso às rotinas prévias, um processo que “pode levar um a dois meses”.

TAL COMO SALTAR À CORDA

“A ansiedade é uma emoção adaptativa”, avança a psicóloga e psicoterapeuta Filipa Jardim da Silva. “As escolhas e os recursos emocionais é que determinam se ela vai, ou não, converter-se numa perturbação ansiosa.” Nas sessões surgem preocupações como “já não sei se consigo estar tanto tempo com várias pessoas”, próprias de quem se confronta com o regresso às filas de trânsito ou tem de repensar opções após ter saído dos grandes centros urbanos. O que fazer? “Aceitar a imprevisibilidade com uma atitude flexível e contemplar escolhas diferentes, a fim de não cair em estados de revolta e impotência”, mas isso requer “autoconhecimento para lidar com o risco, o erro e o desconforto, sem deprimir ou adoecer”. Quanto aos receios de perder o ritmo por falta de prática, a ciência sossega-nos. “Na presença dos estímulos certos, o que se aprendeu e armazenou na memória implícita, que resiste ao tempo, ativa-se sem esforço, como andar de bicicleta”, explica Jaime Grácio, psicólogo e investigador na Fundação Champalimaud e docente na NOVA Medical School, em Lisboa. Aqui entram os rituais: “Ouvir o programa de rádio habitual no caminho para o trabalho, fazer o mesmo percurso e tomar café como antes, atento às pistas sensoriais, vai facilitar o regresso.”

Quem tinha hábitos saudáveis antes da pandemia pode ver a sua resiliência aumentada e “reenquadrar positivamente os momentos difíceis que superou, antecipando as atividades gratificantes que irá retomar no futuro”. csoares@visao.pt

 **SafeCare**
SAÚDE



Ninguém precisa dos melhores especialistas. Até precisar.

Só quando precisamos de saúde é que lhe damos o devido valor. Com o **SafeCare Saúde módulos 1, 2 e 3 da AEGON Santander**, tem Médico ao Domicílio, Segunda Opinião Médica Internacional e Consultas Gratuitas 24 horas na app.

Saiba mais em aegon-santander.pt ou informe-se num balcão Santander.



SEGUROS NÃO VIDA



O SafeCare Saúde é um seguro de saúde da Aegon Santander Portugal Não Vida – Companhia de Seguros, S.A.. Não dispensa a consulta da informação pré-contratual e contratual legalmente exigida.



Todos os movimentos contam

O corpo humano não foi feito para passar tantas horas sentado. Os treinos online são a grande tendência

 SÓNIA CALHEIROS*

A vida de Maria João Nunes mudou da noite para o dia desde que, no ano passado, começou a fazer treino personalizado online de Fascial Fitness, uma modalidade de exercícios que combina respiração e movimento conscientes, coordenação e flexibilidade. Aos 39 anos, a técnica administrativa e mãe de duas crianças tinha dores ligadas a problemas de coluna e sofria de enxaquecas. Embora frequentasse o ginásio e tivesse um *personal trainer*, nunca se sentiu integrada. “Custava-me estar dependente de máquinas e sentia-me exposta, só ficava tranquila quando íamos para um canto”, recorda.

Durante a pandemia foi submetida a uma cirurgia delicada. Quando a sua professora de yoga e Pilates, Cristina Coelho, lhe falou do Fascial Fitness, adequado para o seu caso – atua no tecido conjuntivo que reveste músculos, ossos, nervos e órgãos internos –, decidiu experimentar uma aula de grupo virtual. Gostou tanto que avançou para aulas personalizadas online, três vezes por semana, e não vai prescindir delas, adaptando o horário da prática ao sistema híbrido no trabalho: “Alterno entre a hora de almoço e o final do dia, no conforto de casa, sem perdas de tempo com deslocações.” Além disso, basta o tapete de yoga e, em vez de máquinas, pode usar a cadeira, o cabo da esfregona e a parede da sala. O treino ajudou-a na recuperação dos tecidos, no pós-cirurgia, e trouxe-lhe um estado de equilíbrio que desconhecia: “Ganhei mobilidade,



MARCOS BORGIA

Cura para a dor O treino online de Fascial Fitness deu a Maria João Nunes mobilidade e energia

energia e bem-estar físico e psicológico. E tenho outra disposição para fazer atividades com os filhos.”

Cristina Coelho, 49 anos, tem-se deparado com os dilemas dos alunos neste regresso ao ritmo da vida normal: os que estão ansiosos pelas aulas presenciais e os que querem continuar a fazer online, como Maria João. “Nos ginásios, a obrigatoriedade do certificado digital à entrada faz com que as pessoas fiquem mais reticentes em ir”, explica. Perceções que vão ao encontro das tendências de atividades fitness definidas para 2021 pelo relatório anual da Academia Americana de Medicina Desportiva. A encabeçar a lista está o treino online (subiu 26 lugares da lista de 2020), seguido da utilização de novas tecnologias, o treino com peso corporal e as atividades outdoor (em 2020 ocupavam a 13ª posição).

TREINAR CÉREBROS

Nos últimos 18 meses, foram muitas as pessoas que contactaram Cristina Coelho à procura de alguma atividade física, motivadas principalmente pela má postura (provocada pelo trabalho em casa, em mesas e cadeiras sem condições), aumento de peso, alívio do

stress e dores de costas, sobretudo da cervical e da região lombar.

“O nosso corpo não foi estruturado para estar tantas horas sentado. As pessoas têm de perceber que ou usam o corpo ou este desintegra-se e as patologias e as morbilidades aumentam”, avisa Luís Cerca, 56 anos, professor auxiliar da Universidade Lusófona e fisiologista do exercício. A experiência permite-lhe perceber que, em 100 pessoas com a intenção de praticar exercício, só metade passa à ação. “Nós treinamos cérebros, não treinamos corpos. É urgente uma mudança comportamental”, alerta.

**NOVAS TENDÊNCIAS:
TREINO ONLINE,
TREINO COM PESO
CORPORAL E
ATIVIDADES AO AR
LIVRE**

DICAS PRÁTICAS DE EXERCÍCIO FÍSICO

MEXA-SE

Para os adultos, a Organização Mundial da Saúde recomenda os seguintes tempos mínimos de exercício: 150 a 300 minutos por semana de atividade física aeróbia de intensidade moderada ou 75 a 150 minutos de atividade vigorosa. Duas vezes por semana, no mínimo, incorporar atividades de fortalecimento muscular de intensidade moderada ou superior.

CAMINHAR É FÁCIL

Inicialmente, pode começar com dez minutos de caminhada de forma contínua, três vezes por dia. Meia hora de segunda a sexta perfaz os mínimos 150 minutos semanais.

COM O PESO DO CORPO

Aproveite o peso do corpo para intensificar o treino, fazendo flexões, agachamentos, ponte, prancha, burpees, abdominais, entre outros exercícios, para tonificar os músculos e ganhar mais mobilidade articular.

PELO BEM DA COLUNA

Atividades menos extenuantes, como o Pilates ou a natação são as que mais impacto têm na prevenção de dores nas costas, porque são formas relativamente simples de promover o fortalecimento dos músculos que dão suporte à coluna.

EFEITO AGREGADOR

O conceito existe e aplica-se a quem faz exercício – ganha a tendência para comer melhor, não fumar, dormir as horas adequadas. Os mais ativos tendem a agregar comportamentos saudáveis.

ANTI-INFLAMATÓRIO

O tecido adiposo dos inativos pode ser mais inflamatório e libertar mais substâncias pró-inflamatórias do que o dos ativos, porque a contração muscular liberta substâncias anti-inflamatórias. Entre duas pessoas, em que ambas aumentem dez quilos, quem se mexe tem mais proteção anti-inflamatória.

E se antes da pandemia os portugueses já eram pouco ativos, após vários meses de confinamento a situação não melhorou. Em 2019, dados do Inquérito Nacional de Saúde indicavam que 65% da população com 15 anos ou mais nunca praticava nenhum tipo de exercício físico e só apenas 9% respondeu fazê-lo, pelo menos, cinco dias por semana. Depois do primeiro confinamento, em 2020, o estudo React-Covid, conduzido pela Direção-Geral da Saúde, com respostas de 5 874 inquiridos com 16 anos ou mais, contabilizava que 53,6% tinham diminuído a prática de atividade física. Enquanto 18,5% relataram ter aumentado e 28% mantiveram-se no mesmo nível. Entre as principais atividades praticadas estão a caminhada (32,3%), atividades de fitness (25,4%), treino de força (18%) e corrida (14,1 por cento).

Nos últimos 18 meses, os corpos sofreram alterações, perdendo tonificação muscular, ganhando mais tecido adiposo (por consumir mais calorias e gastar menos), aumentando os índices de massa gorda. “Com o aumento do sedentarismo há diminuição da massa muscular que se reflete em outras

dores articulares. No primeiro confinamento houve um aumento de peso, mas no de 2021 já houve uma maior consciência e alguma marcha à ré nas opções alimentares”, analisa Teresa Branco, fisiologista na gestão do peso.

Mesmo as pequenas atividades do dia a dia, como vestir, descer as escadas, correr para apanhar o transporte público, ir trabalhar e depois às compras, apanhar os filhos na escola e fazer as tarefas domésticas ajudam a queimar calorias. “O nosso organismo está preparado para se mexer e pontualmente parar”, resume Teresa Branco. A boa nova é que o corpo humano tem memória e com persistência e esforço é possível voltar ao ponto em que estávamos antes da pandemia. “Se realizei um movimento durante muito tempo, não vou desaprendê-lo, é como andar de bicicleta. Há uma memória cognitiva, mas também do ponto de vista fisiológico e mecânico do corpo, em que algumas atividades conferem proteção. O exercício é um potente anti-inflamatório, diminui o colesterol, os triglicéridos e a resistência à insulina.” Fica o conselho, é só começar a pô-lo em prática. scalheiros@visao.pt *com Clara Soares



Temos mais de 32 mil médicos que não precisa. Até precisar.

Só quando precisamos de saúde é que lhe damos o devido valor. Com o **SafeCare Saúde módulos 1, 2 e 3 da AEGON Santander**, tem Médico ao Domicílio, Segunda Opinião Médica Internacional e Consultas Gratuitas 24 horas na app.

Saiba mais em aegon-santander.pt ou informe-se num balcão Santander.





O poder do exemplo

Mais exercício físico e menos pizzas nas escolas, determina o Governo. Mas como fazer as crianças comer legumes?

 SÓNIA CALHEIROS

No ano letivo que, em breve, terá início, os bares das escolas, bem como as máquinas de venda automática por lá instaladas, não poderão vender sandes de chouriço, pizzas, rissóis, bolas de Berlim, refrigerantes, gelados, chupa-chupas, chocolates ou batatas fritas, entre muitos outros alimentos que integram a lista de “restrições à oferta a disponibilizar”, que consta do despacho nº 8127/2021.

Mas será no grau de detalhe desta enumeração que está a novidade neste regresso às aulas? Não, pois há 14 anos que as escolas públicas do País – abrangendo todos os níveis de ensino, desde o pré-escolar até ao Ensino Secundário – recebem recomendações do Ministério da Educação para que a oferta das ementas dos refeitórios e das opções dos bufetes se rejam pelos “princípios de uma alimentação equilibrada”, de forma a proporcionar refeições saudáveis às crianças e aos adolescentes.

A grande diferença é que o novo despacho governamental vem dar força legal às orientações prévias, visto existirem ainda incumprimentos por parte das instituições e empresas, como sublinha Maria João Gregório, diretora do PNPAS. Mas proibir será a forma mais eficaz de educar pais e filhos? “Não estamos a proibir, estamos a promover a saúde. Só modifica a oferta disponível, com escolhas mais saudáveis”, reforça a especialista em nutrição.

Uma tarefa educativa que tem de ser continuada pelos pais em casa, pois só assim são alcançados bons resultados a longo prazo. E para os progenitores que não sabem como acabar com a aversão natural das crianças “aos verdes”, a nutricionista Ana Ni Ribeiro ajuda: “Introduzir os legumes desde o início da diversificação alimentar. Os pais devem comê-los a todas as refeições, estando sempre presentes na mesa, quer em forma de sopa quer de saladas. Não falem dos

legumes como algo negativo nem lhes deem recompensas por os comerem, pois as crianças associam a algo mau.”

OBESIDADE PREOCUPA

Apesar de uma tendência decrescente, os dados relativos à obesidade infantil ainda são preocupantes. Em 11 anos, entre 2008 e 2019, Portugal tem vindo a verificar uma redução tanto na prevalência do excesso de peso infantil (de 37,9% para 29,6%) como na obesidade infantil (de 15,3% para 12%), segundo o COSI – sistema de vigilância nutricional.



6 REGRAS PARA O DIA A DIA

EQUILÍBRIO

O prato ideal é composto por metade com legumes (quanto mais diversificados e coloridos melhor) e a outra metade dividida em hidratos e proteínas.

EXERCÍCIO FÍSICO

Recomendação da OMS para as crianças e jovens, dos 5 aos 17 anos: 60 minutos por dia, no mínimo, de atividade física de intensidade moderada a vigorosa, maioritariamente aeróbica. Três vezes por semana, no mínimo, incorporar atividades de fortalecimento muscular e ósseo.

LANCHES SAUDÁVEIS

Fáceis de comprar, de fazer ou de

transportar: ovos cozidos, frutos secos, iogurtes magros 0% de gordura, fruta (de preferência a da época), pão (preferir o de fermentação lenta) com queijo fresco magro, cereais não açucarados com iogurte ou leite magro, iogurtes proteicos.

VERDE, SEMPRE VERDE

Todas as refeições devem ter legumes, ora em saladas (mais adequadas ao verão), ora em sopas (mais substanciais no inverno). Nunca falar dos vegetais como algo negativo ou dar recompensas por serem comidos, pois as crianças vão associá-los a algo mau.

PRATO PRINCIPAL

Aos vegetais é aconselhável juntar cereais e leguminosas para ter todo o aporte proteico. Além de vitaminas, minerais e fibras, desta forma teremos hidratos de carbono complexos e proteínas.

PROIBIDO

Para fugir do açúcar refinado, do sal e de elevados teores de gorduras devem evitar-se bebidas açucaradas como refrigerantes ou águas com sabores, cereais de pequeno-almoço, snacks como enchidos ou batatas fritas e molhos como ketchup, maionese e mostarda.



nal de crianças entre os 6 e os 8 anos. Contudo, a prevalência de obesidade aumenta com a idade. No período de 2018-2019, 15,3% de crianças de 8 anos tinham obesidade, incluindo 5,4% com obesidade severa, comparativamente com as crianças de 6 anos que apresentaram 10,8% de obesidade, incluindo 2,7% com obesidade severa.

Em 2019, Portugal ocupava o 9º lugar do ranking mundial de obesidade e excesso de peso infantil, com uma percentagem de 37,1% de prevalência nas crianças entre 5 e 9 anos. Atualmente, a APCOI – Associação Portuguesa

A ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE RECOMENDA 60 MINUTOS POR DIA, NO MÍNIMO, DE ATIVIDADE FÍSICA MODERADA A VIGOROSA

Muitos verdes O gosto pela sopa e pelos vegetais deve ser adquirido logo em bebé, com a diversificação alimentar, avisam os nutricionistas

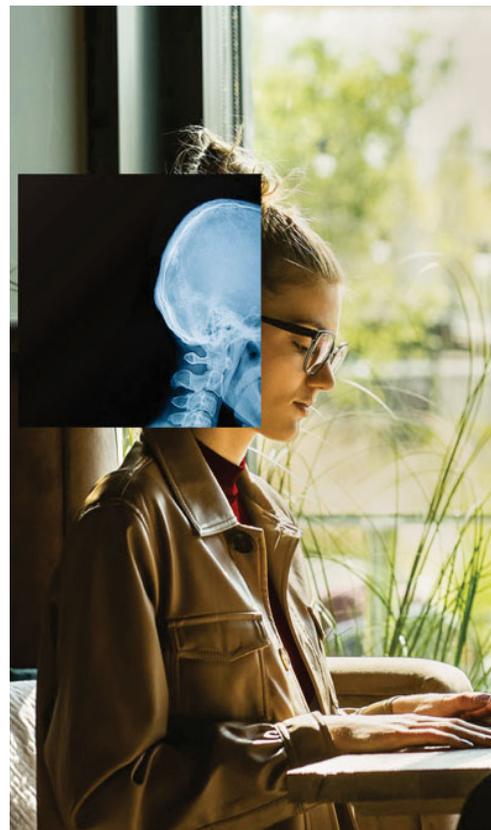
Contra a Obesidade Infantil estima o aumento de 10% no peso das crianças portuguesas devido aos confinamentos gerados pela pandemia. Se cada criança, por dia, tiver ingerido em média cerca de 200 a 300 calorias extra – por exemplo, através do consumo adicional de doces – sem ter aumentado na mesma proporção o seu gasto energético diário através de atividade física, isso significa que nos últimos dois meses, aproximadamente, terão sido acumuladas 12 mil a 18 mil kcal a mais, o que corresponde a um aumento de peso de, pelo menos, dois quilos.

Mas, afinal, qual é o problema de comer pão com chouriço ou de consumir enchidos, por exemplo, se forem caseiros? “Se comido com moderação e não de forma recorrente, poderá não ter qualquer mal. Já comer de forma regular não é uma boa opção, pois é um alimento rico em gordura saturada. Os enchidos, mesmo caseiros, se forem feitos com carnes com muita gordura não são saudáveis. Há no mercado outras opções mais saudáveis, como charcutaria feita 100% de peru”, esclarece a nutricionista Ana Ni Ribeiro.

As crianças devem também voltar a fazer atividade física normal para as suas idades, integrada na rotina escolar. A escola deve apostar em espaços adaptados para que os alunos tenham mais tempo de recreios. “Mais do que nunca e depois do que vivemos, devem apreciar o poderem estar ao ar livre e a brincar com os seus pares, evitando ao máximo a continuidade do sedentarismo”, reforça Ana Rito, investigadora do Departamento de Alimentação e Nutrição do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge.

Para fomentar o exercício físico entre a comunidade mais jovem, o Ministério da Educação vai utilizar cerca de três milhões de euros provenientes da “bazuca” europeia para comprar, por fases, bicicletas de diferentes tamanhos que serão depois distribuídas nas escolas. O objetivo é ensinar os estudantes do 2º ciclo do Ensino Básico (5º e 6º anos), dos 10 aos 12 anos, a pedalar, seja de forma competitiva (para modalidade olímpica, por exemplo) ou como meio de transporte sustentável.

|| scalheiros@visao.pt



Ninguém precisa de cobertura para doenças graves. Até precisar.

Só quando precisamos de saúde é que lhe damos o devido valor. Com o **SafeCare Saúde Viva Mais da AEGON Santander**, pode acrescentar ao seu seguro de saúde 1.000.000€ de cobertura adicional para doenças graves numa rede médica internacional.

Saiba mais em aegon-santander.pt ou informe-se num balcão Santander.



42° 50'E

42° 60'E

15° 30'N

15° 20'N

15° 10'N



4,8 MILHAS



42° 70'E

42° 80'E

Ponto de alto risco
Há três décadas que o FSO Safer
está fundeado a meros
oito quilômetros a sul
da península de Ras Isa

IÉMEN

UMA CATÁSTROFE IMINENTE

UM PETROLEIRO ENFERRUJADO, AO LARGO DA COSTA
DO IÉMEN, AMEAÇA TORNAR-SE, A QUALQUER INSTANTE,
UM DESASTRE HUMANO E AMBIENTAL

Ninguém conhece o FSO Safer melhor do que Ahmed Kulaib. O ano em que foi trabalhar para a Hunt Oil Co. como mestre de carga foi o mesmo, 1988, em que esta companhia petrolífera com sede em Dallas, Texas, EUA, instalou, a poucas milhas da costa do Iêmen, um antigo petroleiro que havia convertido em navio flutuante de armazenamento e de descarga de petróleo (FSO, *floating oil storage and off-loading*).

O navio, com capacidade para 3,1 milhões de barris, recebia petróleo bombeado de campos de hidrocarbonetos da região de Marib, armazenando-o no mar, para depois ser descarregado em navios-tanque para exportação.

O acordo de partilha de produção que os texanos haviam estabelecido com o governo do Iêmen expirou em 2005, deixando o controle do navio nas mãos da Safer Exploration and Production Exploration Company (SEPOC). Ao longo dos anos, Kulaib foi progredindo na hierarquia ao serviço da estrutura de ferro, com 576 metros de comprimento, que é o FSO Safer.

“Conheço-o muito bem, conheço-o peça a peça”, salienta Kulaib em declarações à TIME, no Cairo, onde agora vive. Ele fala do Safer com uma nostalgia paternal. “Em tempos, foi um bom navio, mas, agora, já não o é.”

Kulaib era diretor-geral da SEPOC, em 2014, quando membros do movimento xiita Houthi conquistaram o Norte do Iêmen e precipitaram uma guerra civil que ainda hoje continua. Exasperado com a corrupção e com o caos que se seguiram, Kulaib deixou o país. O seu cargueiro, o Safer, continua no mesmo lugar, ligado umbilicalmente à costa iemenita do mar Vermelho, através de um oleoduto submarino de sete quilómetros.

O gigantesco navio não tem tido praticamente qualquer manutenção desde que Kulaib partiu. As válvulas das caixas de mar, que em tempos alimentavam o sistema de refrigeração, enferrujaram e já não é possível vedá-las completamente, diz ele. O sistema de extinção de incêndios já não funciona. E a energia provém de um pequeno gerador no convés que fornece a iluminação



Sinais de alerta

Sem manutenção apropriada desde 2015, são cada vez mais frequentes as fugas de crude

e o aquecimento necessários à equipa mínima de trabalhadores da SEPOC.

A 27 de maio de 2020, a rotura de um tubo fez com que a água do mar inundasse a sala das máquinas. Um serviço de reparação que, em circunstâncias normais, demoraria quatro horas acabou por durar cinco dias de esforços ininterruptos, segundo um relatório sobre a situação de emergência consultado pela TIME. Foi necessária uma equipa de mergulhadores locais para selar as aberturas externas das caixas de mar, debaixo de água. Só então é que a tripulação da SEPOC, a bordo, conseguiu consertar o tubo danificado na sufocante sala das máquinas.

Essa obra de reparação é quase segura, refere Kulaib. Mais perigoso é o oxigénio que poderá estar a acumular-se nos 34 tanques do Safer e a misturar-se com gases voláteis de petróleo bruto, devido aos gases inertes que escapam das vedações corroídas, acrescenta. “Qualquer faísca, acredite em mim, resultará numa grande explosão naquele navio.”

As consequências são impossíveis de determinar. Contendo 1,14 milhões de barris de crude, o Safer poderá derramar uma quantidade de petróleo quatro

vezes superior à que o cargueiro Exxon Valdez verteu no Alasca, em 1989. Poderá também agravar a dimensão da catástrofe no Iêmen, um país que já enfrenta a maior crise humana, depois de seis anos de uma guerra cada vez mais complexa.

O TEMPO ESCASSEIA

O impacto de tal desastre dependerá das variações sazonais das condições climáticas e marítimas. A agência humanitária ACAPS, com sede em Genebra, estima que, se o Safer derramar petróleo entre abril e junho, isso afetaria 31 500 pescadores e 235 mil outros trabalhadores de indústrias relacionadas com a pesca, além de encerrar, provavelmente, durante um mínimo de três meses, o vital porto de Hodeida, principal entrada de uma nação onde a maioria da população passa fome.

A limpeza de um potencial derrame custaria 20 mil milhões de dólares [mais de 16 mil milhões de euros], segundo cálculos da ACAPS, em que a consultora RiskAware, com sede no Reino Unido, se baseou para informar o governo britânico. Isso equivale ao total do Produto Interno Bruto (PIB) do Iêmen, em 2019.

“QUALQUER FAÍSCA, ACREDITE EM MIM, RESULTARÁ NUMA GRANDE EXPLOSÃO NAQUELE NAVIO”

AHMED KULAIB

Um incêndio a bordo poderá ser ainda pior. Mais de 5,9 milhões de pessoas no Iémen, e um milhão de outras na Arábia Saudita, correm o risco de exposição a elevadíssimos níveis de poluição atmosférica – esmagando um sistema de saúde que já está de rastos devido à Covid-19. Cerca de 500 quilômetros quadrados de terras agrícolas no Iémen poderão ficar cobertos de fuligem, fazendo com que quase 10 milhões de iemenitas e 1,5 milhões de sauditas percam as colheitas.

Se se concretizarem, os piores cenários “constituirão o maior desastre petrolífero causado pelo Homem jamais registado, segundo as nossas estimativas”, salienta Belal al-Mazwwda, analista de informação da ACAPS. No entanto, apesar do aviso feito no ano passado pela diretora do Programa das Nações Unidas para o Ambiente, Inger Andersen, de que “o tempo escasseia” para se evitar uma “iminente catástrofe humana”, as várias tentativas de equipas de recuperação da ONU para negociarem com os houthis que controlam o acesso ao FSO Safer têm fracassado.

Para alguns, a massa podre do Safer é emblemática da inércia da comunidade internacional perante uma guerra que dura há seis anos. “Eles estão sempre a tentar fazer a mesma coisa”, critica Raphael Veicht, chefe de missão no Iémen da organização Médicos sem Fronteiras (MSF), referindo-se aos participantes nas negociações de paz patrocinadas pela ONU. “Não são capazes de mudar os mecanismos de mediação e de apresentar algo de novo – e isto só faz com que o conflito se arraste.”

É difícil fazer soar o alarme para um desastre que ainda não aconteceu. Mas, para dar um exemplo do preço da inação, destaca Ian Ralby, perito da consultora IR Consilium, basta olhar bem perto, para Beirute. Em agosto do ano passado, 2 750 toneladas de nitrato de amónio explodiram no porto da capital libanesa, causando mais de 200 mortos, apesar de as autoridades locais terem sido avisadas dos riscos que o armazenamento representava. Ralby vê a história a repetir-se com o FSO Safer.

AINDA MAIS FOME

Antes de se tornar um país unificado, em 1990, sob a liderança de Ali Abdullah Saleh, o Iémen dividia-se entre a República Árabe do Iémen [mais tribal e próxima dos sauditas], no Norte, e a República

Popular, no Sul, [marxista e] aliada da União Soviética. Como Presidente, Saleh gastou todo o capital político a consolidar o seu poder, em vez de unir o país. Apoiado por monarcas que enriqueceram graças ao petróleo da vizinha Arábia Saudita, a administração de Saleh ficou marcada por corrupção, pobreza e desigualdade.

Um mês após as manifestações populares terem derrubado o Presidente da Tunísia, Zine al-Abidine Ben Ali, em janeiro de 2011, muitos iemenitas viram ali uma oportunidade para lançar a própria “Revolução de Jasmim”. Depois de meses de protestos e de ter sido ferido num ataque bombista ao seu palácio, Saleh fugiu para a Arábia Saudita e

entregou o poder ao vice-presidente, Abd Rabbuh Mansur al-Hadi.

Quando o movimento pró-democracia no Iémen começava a recompor-se, o seu trabalho foi desfeito por “uma contrarrevolução, uma conspiração regional, uma guerra da Arábia Saudita e dos Emirados Árabes Unidos e um golpe financiado pelo Irão”, acusa a jornalista Tawakkol Karman, colaureada com o Nobel da Paz 2011.

O golpe foi da autoria dos houthis, que assumiram o controlo de Sana, a capital, no início de 2015, e que forçaram a fuga de Hadi e das suas tropas para sul. Seguiu-se a guerra, quando uma coligação chefiada pela Arábia Saudita interveio com ataques aéreos sobre território houthi. Esta *Operação Tempestade Decisiva* foi tudo menos decisiva. Dos quase 23 mil ataques aéreos levados a cabo por esta aliança, nos últimos seis anos – usando munições norte-americanas, britânicas e francesas –, 6 673 visaram alvos não militares e 8 760 civis foram mortos, segundo o Yemen Data Project [ligado à Fundação Soros].

Em fevereiro, o Presidente dos EUA, Joe Biden, no seu primeiro discurso de política externa perante o Departamento de Estado, anunciou que iria deixar de vender armas “ofensivas” à Arábia Saudita para uso no Iémen.

Ainda que o conflito seja frequentemente identificado como uma “guerra por procuração” entre a Arábia Saudita e o seu arqui-inimigo Irão, que tem apoiado os houthis, o Iémen é, na realidade, anfitrião de várias guerras complicadas dentro de uma guerra. As forças anti-houthis estão divididas quanto aos seus objetivos; a coligação inclui rebeldes separatistas, no Sul, que combatem o governo pró-saudita em Áden e milícias financiadas pelos Emirados Árabes Unidos na região oeste que lutam entre si. Depois, há os grupos jihadistas, incluindo o autoproclamado Estado Islâmico [Daesh].

Os civis do Iémen, com poucos alimentos e água potável, são os que pagam o preço mais elevado. Até fevereiro de 2020, segundo o chefe de assuntos humanitários da ONU, Mark Lowcock, 16 milhões de pessoas passavam fome, “incluindo cinco milhões que estão no limiar da fome”. E alerta para o facto de pelo menos 400 mil crianças iemenitas poderem morrer só neste ano.

Risco de contaminação após o derrame



FONTE RiskAware, análise de impacto entre julho e setembro de 2021



Um desastre no FSO Safer tornaria as coisas ainda piores. Neste momento, o Iémen já importa 90% dos seus produtos alimentares. Cerca de 3/4 das importações de alimentos sólidos entram no país pelo porto de Hodeida, controlado pelos houthis. É este porto que o Safer agora ameaça, assim como o porto vizinho de Saleef.

FORÇAS DE BLOQUEIO

Redirecionar as importações de combustível e de alimentos para o porto de Áden, no Sul, constituiria um grande desafio num país cuja guerra civil já impede o movimento de bens, e poderia conduzir a um aumento abrupto dos preços, indicam as projeções da ACAPS. O conflito também ajuda a explicar porque tão pouco tem sido feito para se enfrentar esta bomba-relógio no seu Litoral. Os houthis retêm o controlo do navio e têm rejeitado as tentativas de avaliação do estado do Safer por parte da comunidade internacional e nem sequer aceitam que se retire o petróleo que ele contém.

Em agosto de 2019, a ONU chegou ao ponto de adquirir um navio de recuperação, estacionado na costa do Djibuti [no corno de África]. Na noite anterior à sua planeada partida, as autoridades houthis retiraram-lhe a licença. Em novembro de 2020, os houthis concordaram, mais uma vez, em permitir que uma equipa da ONU entrasse no Safer, durante um mês, para efetuar reparações ligeiras. Mas a visita, programada para fevereiro, foi adiada por tempo indeterminado, porque os houthis se recusaram a assinar os documentos dessa missão. “As negociações têm estado num impasse, devido a questões logísticas, como o local onde navio de recuperação vai atracar, embora estas estejam à beira de resolução”, assegura uma fonte da ONU familiarizada com as negociações.

Em todo o caso, mesmo antes do último impasse, alguns especialistas já estavam convencidos de que a tão demorada avaliação da ONU nunca iria concretizar-se. “Dou à missão da ONU menos de 1% de probabilidade de avançar”, vaticina o perito em lei marítima, Ian Ralby, que tem defendido uma resolução do Conselho de Segurança da ONU no sentido de autorizar uma intervenção militar para resolver a crise. “Os houthis até podem assinar acordos com sangue, mas o seu histórico mostra que renegarão qualquer compromisso antes que algo aconteça.”

Em 2015, quando os houthis se apoderaram de Sana, recorda Kulaib,



Incidente grave

Em maio do ano passado, na sequência de uma rotura, a velha casa das máquinas ficou praticamente inundada

mostravam-se ansiosos por saber mais sobre como exportar petróleo. “Queriam obter informações sobre como vender a carga, para onde ia o dinheiro, quanto é que vendíamos.” Isso nunca aconteceu, e Kulaib realça que retomar as exportações do petróleo do Safer está fora de questão. Embora os houthis e até a equipa da ONU estejam a discutir questões de reparação e de manutenção, “isso nunca poderá acontecer, porque [os danos] são irreparáveis. A sala das máquinas está fora de serviço e não tem arranjo”.

Se o Safer serve apenas para ferro-velho, por que razão os houthis estão a bloquear o seu acesso? A resposta mais plausível é: porque é um raro instrumento de pressão para um movimento que quase não tem aliados. Os houthis estão a “usar o ambiente e o sustento de centenas, se não milhares, de pescadores como arma negocial... para chantagear a comunidade internacional”, acusou o ministro dos Negócios Estrangeiros da Arábia Saudita, príncipe Faisal bin Farhan, em declarações ao diário Arab News, de Riade.

Estas declarações a exprimem preocupação pelos pescadores iemenitas soam a vazio: ataques navais da co-

ligação liderada pelos sauditas já mataram dezenas de pescadores. A verdade é que os EUA utilizam um argumento semelhante. “As persistentes desculpas e a obstrução por parte dos houthis impedem [que a equipa da ONU conclua o] trabalho, declarou à TIME um porta-voz do Departamento de Estado, em 16 de abril. “Ao politizarem o petroleiro, os houthis arriscam-se a infligir ainda mais sofrimento ao povo do Iémen e a criar danos ambientais enormes à região.”

PERIGO NO MAR VERMELHO

Mohamed Abdulsalam e Ahmed al-Shami, dois responsáveis houthis contactados pela TIME, não quiseram responder sobre o estado das negociações relativas à segurança do pessoal da SEPOC, a bordo do Safer. Publicamente, as autoridades houthis têm responsabilizado a comunidade internacional pelos atrasos. “Provámos ao mundo que os seus slogans são falsos e que apenas estão ao serviço da agressão dos norte-americanos, dos britânicos, dos sauditas e dos emiradenses contra a República do Iémen”, escreveu no Twitter, no dia 4 de abril, o líder do grupo, Mohammed Ali al-Houthi.

OS HOUTHIS ESTÃO A “USAR O AMBIENTE E O SUSTENTO DE MILHARES DE PESCADORES COMO ARMA NEGOCIAL...

ACUSAÇÕES DO MINISTRO DOS NEGÓCIOS ESTRANGEIROS DA ARÁBIA SAUDITA, PRÍNCIPE FAISAL BIN FARHAN

“TODOS CONFIRMAM QUE O DESASTRE É IMINENTE, MAS QUANDO IRÁ ACONTECER SÓ ALÁ SABE”

YASSER AL-QUTABI

É difícil visualizar a escala global de um derrame de um milhão de barris de petróleo. Em fevereiro de 2021, quando vazaram mil toneladas de crude no Mediterrâneo, um antigo petroleiro líbio causou “um dos mais graves desastres ecológicos que afetou Israel”, segundo registros da Agência Israelita de Parques e Natureza. E quando o petroleiro japonês *MV Wakashio* despejou mil toneladas de crude perto da ilha Maurícia, em agosto de 2020, enegrecceu praias imaculadas, expondo dezenas de milhares de voluntários a poluentes tóxicos, tendo sido, provavelmente, a causa de morte de 50 golfinhos e baleias que deram à costa. “Estes dois derrames juntos representam menos de 1% do que estamos a falar em relação ao *Safer*”, realçou Ian Ralby. Além de um desastre humano imediato, poderá ser inevitável uma catástrofe ambiental de longa duração. O mar Vermelho é um dos ecossistemas marinhos mais ricos e com maior diversidade: lar de espécies endêmicas de peixes, de mangais e dos únicos recifes de coral que se conhecem resistentes ao aumento da temperatura do mar.

Segundo a ONG iemenita Green Dream, um derrame do *Safer* poderá ter impacto em 115 ilhas do Iémen

no mar Vermelho. Também poderá obstruir o estreito de Bab el-Mandeb, a rota para o canal do Suez, por onde flui cerca de 12% do comércio mundial.

Foi a extraordinária ecologia do mar Vermelho que cativou Maoz Fine, quando o pai o levou, pela primeira vez, era ele ainda criança, a fazer snorkelling. A poucos passos da água, Fine foi transportado da vastidão castanha e opaca do deserto israelita do Negev para um mundo rico e colorido. Nessa altura, confessa, “[eu] já tinha a certeza de que era aquilo que queria estudar e compreender.” Do mergulho com *snorkel* ao mergulho autónomo [com um cilindro de ar para respirar debaixo de água] e depois para uma carreira como biólogo marinho, Fine foi parar à Grande Barreira de Coral da Austrália. Mas foi o seu regresso a casa que o lançou na investigação que o tornou famoso. Esperando observar os mesmos padrões de branqueamento de cortar o coração que transformaram outros recifes em fossos submarinos sem vida, Fine ficou impressionado com o facto de os corais do Norte do mar Vermelho permanecerem tão vibrantes como ele os recordava.

A maioria dos corais sofre um branqueamento depois de um aumento da

temperatura do mar de 1 ou 2 graus centígrados. Mas os do Norte do mar Vermelho retêm uma espécie de memória biológica dos seus antepassados que migraram de águas mais cálidas. Os que Fine estudou conseguem suportar uma subida de temperatura até 7 graus centígrados. E prevendo-se que apenas 10% dos recifes de coral sobrevivam até 2050, estes supercorais poderão revelar-se cruciais.

“O RISCO É REAL”

Isso poderá não acontecer na eventualidade de um derrame. A maioria dos recifes situa-se em águas rasas, perto da costa, e corre o risco de ficar coberta de petróleo durante as marés baixas, porque alguns químicos do *Marib Light* – o tipo de crude a bordo do *Safer* – são solúveis em água, e um derrame afetaria também os corais entre as marés e as profundezas do mar.

É esse o caso, embora os supercorais estejam a centenas de milhas a norte das águas iemenitas. Viviane Menezes, cientista marinha no Instituto Oceanográfico de Wood Hole, em Massachusetts, descreve o mar Vermelho como uma “grande lagoa” em que tudo está ligado. Um derrame de petróleo em qualquer altura do ano seria desastroso, alerta, mas o clima sazonalmente variável e os padrões das marés dificultam planos de contingência. No verão, as correntes do mar Vermelho podem arrastar uma mancha de petróleo para sul, ameaçando a Eritreia e o Djibuti, e entrar, potencialmente, no golfo de Áden. No inverno, correntes circulares poderão levar o petróleo para norte.

O cenário de inverno constitui uma particular ameaça para a Arábia Saudita, onde centrais de dessalinização pontilham a costa, desde a cidade de Jizar, no Sul, perto da fronteira com o Iémen, até à foz do golfo de Aqaba, que separa a Arábia Saudita do Egipto. O reino é tão dependente de água dessalinizada – cerca de metade das suas necessidades – que, em 2018, a companhia estatal Saudi Saline Water Conservation Corporation encomendou a construção de mais nove centrais ao longo da costa do mar Vermelho.

“O risco é real”, declara Manal Shehabi, especialista em economias petrolíferas do Golfo, no Instituto de Estudos Energéticos da Universidade de Oxford, no Reino Unido. “Basta olhar para os anteriores derrames petrolíferos, no Golfo Pérsico e em Israel, que provocaram o encerramento de várias centrais de dessalinização.” – No entanto, tal como acontece com a

Risco global

A corroída estrutura do *Safer* é uma enorme ameaça para o mar Vermelho, um dos ecossistemas marinhos mais ricos do planeta



guerra, as pessoas que mais poderão ser afetadas por um derrame são os civis iemenitas. Todos os dias, depois das orações, Akram (identificado com um pseudônimo para sua proteção) e sete amigos vão com o seu esquife para a praia de Al Khokha até ao mar Vermelho. Às vezes, Akram regressa a terra ao pôr do Sol, carregado de tilápias, cavalas e garoupas, para serem leiloadas na povoação. Noutras ocasiões, é forçado a permanecer no mar durante uma semana. Nas noites sem luar, conta ele à TIME com a ajuda de um intérprete, “[trazemos] um pequeno gerador e lanternas para [nos] ajudar a pescar até de manhã”.

Outrora, era possível ganhar uma vida miserável com a pesca, que substituíra, antes da guerra, a terceira maior indústria de exportação do Iémen. Desde 2015, porém, tornou-se uma atividade cada vez mais perigosa. Há um assédio constante por parte de guardas costeiros eritreus, encorajados pela falta de supervisão do governo do Iémen. Os preços dos combustíveis e dos alimentos dispararam. Barreiras na estrada e restrições à faina aumentam o tempo de entrega do pescado nos mercados, obrigando a reduzir os preços.

Depois, há os perigos mortais. “Os navios de guerra impedem os nossos movimentos”, queixa-se Akram. “Não temos autorização para ir a muitas ilhas, porque são consideradas [instalações] militares. E agora há minas marítimas por toda a parte. Mas é a nossa única fonte de rendimento. Ou morremos das minas ou da fome.”

“UM CENÁRIO DE HORROR”

Cerca de um terço da população ao longo desta faixa do mar Vermelho está em situação de “deslocados internos”. Grande parte não tem acesso a cuidados de saúde e os únicos produtos que chegam da costa ao Norte do Iémen são peixes e pequenas quantidades de cebola-roxa. Em determinados pontos, a linha da frente está tão próxima da estrada costeira que os camiões são forçados a circular, durante quilómetros, ao longo da praia. Aqui, pescadores como Akram continuam a exercer o seu ofício apesar dos riscos.

Um cenário de derrame de petróleo projetado pela RiskAware para o governo britânico, em 2020, mostra a inundação de toda a zona pesqueira na costa iemenita, representando uma perda de receitas de 1 500 milhões de dólares [mais de 122 mil milhões de euros] num período de 25 anos. Se a pobreza forçar as pessoas a pescar,

OS MAIORES DERRAMES DE NAVIOS PETROLÍFEROS, NOS ÚLTIMOS 25 ANOS

(em milhares de toneladas)

11

Hebei

COREIA DO SUL, 2008

20

Erika

FRANÇA, 1999

63

Prestige

ESPAÑHA-PORTUGAL, 2002

A 13 de novembro, este navio liberiano com bandeira das Bahamas, com 77 mil toneladas de fuelóleo a bordo, foi apanhado numa tempestade ao largo do cabo Finisterra e sofreu um rombo de 35 metros no casco. No dia 16, chegou à Costa da Morte, na Galiza, a primeira maré negra, numa extensão de 200 quilómetros. A 19, o *Prestige* partiu-se em dois e afundou-se, provocando uma segunda mancha de óleo. Três meses depois do acidente, foram recolhidas em Portugal 439 aves marinhas atingidas pela maré negra. A pesca foi também prejudicada, quer em Espanha quer em Portugal, porque as pessoas temiam comer peixe poluído. Para esta que foi uma das maiores catástrofes ambientais na Europa, mobilizaram-se “cerca de 330 mil voluntários e 35 mil soldados”, para recolher “mais de 50 mil toneladas de combustível misturado com água, no mar, e 43 mil toneladas misturadas com areia e outros resíduos, nas praias e rochas”.

72

M.V. Sea Empress

REINO UNIDO, 1996

113

Suezmax Sanchi

CHINA, 2018

160

FSO Safer

Potencial derrame

por muito irrisória que seja a apanha, Raphael Veicht, o chefe de missão dos Médicos sem Fronteiras, adverte que “vamos ter de lidar com veneno – é um cenário de horror”. E acrescenta: “Ao longo da costa do mar Vermelho, não há mitigação possível. Não há preparação, nem planos de contingência.”

O Conselho Norueguês para os Refugiados [NRC, na sigla inglesa] é uma das poucas ONG's que trabalham com comunidades pesqueiras na região. Entre outras iniciativas, esta agência humanitária tem ajudado a reconstruir cais de descarga de pesca, mercados e centros de testagem de peixe, danificados pela guerra civil. Oferece também empréstimos em dinheiro aos pescadores impedidos de aceder às áreas de pesca e equipamento para reparar redes e esquifes.

Embora um derrame do *Safer* possa destruir a sua obra, os trabalhadores humanitários anotam que esta é uma questão demasiado política para eles resolverem. “Não creio que ninguém, na área humanitária, esteja pronto para enfrentar um desastre desta proporção”, reconhece Sultana Begum, porta-voz do NRC residente no Iémen.

Ainda assim, acrescenta, os apelos para que o Conselho de Segurança da ONU autorize uma ação militar são “a pior recomendação possível”. Uma intervenção “destruiria tudo e dificultaria a provisão de ajuda e a manutenção da segurança das pessoas.” Para os trabalhadores da SEPOC no *Safer*, não há ajuda nem segurança. O contingente a bordo foi reduzido de um máximo de 100 para uma tripulação mínima de sete ou oito. São monitorizados 24 horas por dia por um esquadrão de militantes houthis “que nada percebem sobre hidrocarbonetos”, afirma Kulaib. “Só sabem como usar as armas.”

Ocasionalmente, um barco de pesca visita o *Safer*, levando comida, peças sobressalentes e bidões de gasóleo para o gerador. E quase todos os meses, os tripulantes obtêm uma licença para ir a terra, sendo substituídos por uma nova equipa rotativa. “Todos confirmam que o desastre é iminente, mas quando é que irá acontecer só Alá sabe”, escreveu o engenheiro Yasser al-Qutabi, no relatório visto pela TIME relativo à situação de emergência, em maio de 2020. ■

visao@visao.pt

*com Alkhatib Alrawhani, no Cairo, e Madeline Roache, em Londres

TIME

© 2021, TIME Inc. Todos os direitos reservados. Traduzido da TIME Magazine e publicado com autorização da TIME Inc.

RELAXE



LEIA DURANTE 1 ANO E RECEBA
+ 6 MESES SEM PAGAR NADA



Conheça todas as opções em loja.trustinnews.pt
ou ligue 21 870 50 50

(Dias úteis das 9h às 19h. Indique o código promocional: COCA5)

Campanha válida até 15/09/2021, na versão impressa ou digital, salvo erro de digitação. Os preços da versão impressa são válidos apenas para Portugal. Assinatura paga na totalidade ou em prestações mensais sem juros, TAEG 0%. Consulte todas as opções em loja.trustinnews.pt

JOVENS ATIRADOS AO LAGO DOS TUBARÕES

São candidatos a câmaras municipais, estão na casa dos 20 anos e defendem que está na altura de a sua voz ser reconhecida

 ANA ADRIANO MOTA



MARCOS GOMES
INICIATIVA LIBERAL



GONÇALO SANTOS
CDU



MÁRIO BETTENCOURT
AMARO
CDS



ANA ISABEL SILVA
BLOCO DE ESQUERDA



DIOGO CHINQUELHO
PAN



"MISHA" SHEMLIY
VOLT



“MISHA” SHEMLIY **VOLT** | TOMAR

Candidato com dois países no coração, finalista em Gestão, tem como referência o Presidente da Ucrânia, seu país de origem



ANA ISABEL SILVA **BE** | SANTO TIROSO

Em 2017, a investigadora de Bioneurologia não tinha um candidato do BE, em quem votar, na sua terra. Agora, é ela

M

“Mas tens 20 anos e vais ser candidato à Câmara Municipal?” foi a reação de incredulidade, quando Mário Bettencourt Amaro, aluno do mestrado integrado em Engenharia Aeroespacial, contou aos colegas do Instituto Superior Técnico que era candidato à Câmara Municipal de Alenquer. A semanas de mais umas eleições autárquicas, a surpresa é justificável, quando, segundo os dados mais recentes da Direção-Geral da Administração Interna (DGAI) sobre o perfil dos autarcas eleitos em 2013, a média de idades ronda os 49 anos.

Mário está agora no terceiro ano de um dos cursos com a média mais alta do País e o envolvimento na política pode não parecer um passo óbvio. Mas as surpresas não acabam aqui – e o ambiente familiar explica alguma coisa: “A minha mãe foi comunista, em jovem, e o meu pai chegou a ser segurança de Álvaro Cunhal”, conta.

O que torna ainda mais improvável a posterior filiação dos membros do seu núcleo duro familiar... no CDS.

A filiação partidária vem, assim, dos 17 anos, tendo-se iniciado à boia da reativação da Juventude Popular (JP) de Alenquer. Aos 18 anos, transitou para o partido e no último Congresso do CDS-PP, em janeiro de 2020, que elegeu Francisco Rodrigues dos Santos para líder, foi-lhe proposta a liderança da Distrital de Alenquer. Tinha 19 anos. Um ano depois, ao apresentar uma das candidaturas mais jovens desta corrida às autárquicas, o presidente “Chicão” já chamava “Marão” a Mário. Agora, o futuro engenheiro aeroespacial é cabeça de lista pela coligação Fazer Cumprir Alenquer, que integra cinco partidos: CDS-PP, Nós, Cidadãos! (NC), Aliança, PPM e MPT e ainda cidadãos independentes.

ATIVISMO É NA POLÍTICA

Se, entre os amigos de Mário, já habituados a vê-lo envolvido numa “panóplia de coisas”, música, desporto e o pelouro de política educativa na Associação de Estudantes da sua universidade, a reação passou da incredulidade ao respeito, entre os próximos de Diogo Chiquelho as reações não terão sido muito diferentes. Diogo, 22 anos, viu o associativismo estudantil “impulsionar a veia política”, e já integra o Núcleo de Estudantes de Direito e Solicitadoria e a Associação

Académica da Universidade Lusíada do Porto. “Não é à toa que quase todos os nossos políticos tiveram uma bagagem associativista muito grande, é algo muito semelhante à atividade política”, afirma. Recém-licenciado em Direito, é a aposta do PAN para a Câmara Municipal de Viseu. Quando comunicou a decisão aos pais, a reação foi de cautela. “Estamos a falar de um jovem que está a entrar num mundo de tubarões e obviamente eles têm receio de que seja comido vivo. Mas, apesar de ter 22 anos, já mostrei capacidade para que confiem em mim e para dar a cara por uma candidatura.

O jovem jurista é natural da freguesia do Campo, em Viseu, lugar que parece encaixar na perfeição num candidato que afirma uma grande ligação ao ambiente, à ecologia e à questão animal. “Sempre fui muito crítico e desde pequeno que tive atenção às questões políticas. Na escola, era aquele aluno com quem o professor se chateava porque me insurgia contra o que achava errado. Depois acabava por ‘levar por tabela’”, conta.

Recorda como aos 13 anos já tinha interesse pelos telejornais, pelos debates da Assembleia da República. Aos 18 anos decidiu que era a sua vez. “Entendi que uma das melhores formas para exprimir o nosso ativismo é a política, é por aqui que tudo se consegue. Ora, não me identificando com ideologias de esquerda ou direita, conceitos que considero



MARCOS GOMES // | SANTARÉM

Aos 20 anos, foi “mandar vir” para a Assembleia da República. Hoje, este gestor de produtos sabe o valor de fazer ouvir a sua voz

caducos e castradores, acabei por me filiar no PAN.”

FILHO DO “EUROMAIDAN”

Aos 22 anos, não é a primeira vez que Diogo representa o PAN em eleições – já nas autárquicas de 2017, com apenas 18 anos, integrou a lista à Assembleia e à Câmara Municipal de Viseu, e em 2019, nas legislativas foi o nº 3 pelo círculo eleitoral de Viseu à Assembleia da República. Já Mykhaylo Shemliy, mais conhecido pelo diminutivo Misha, candidata-se à Câmara Municipal de Tomar nas suas primeiras eleições – e nas do próprio partido, o Volt.

Misha é natural da Ucrânia. “Mas, para mim Portugal já é como o meu país, tenho dois países que são meus”, diz entre risos. O jovem não esquece o passado do seu país que o despertou para a política. “A Revolução Ucrainiana de 2014 [movimento conhecido por “Euromaidan”] teve impacto na minha mentalidade e levou-me a prestar mais atenção a movimentos políticos”, explica. O seu país de origem continua a inspirá-lo, apontando como referência o atual Presidente, Volodymyr Zelensky. “Era um comediante e agora está a sair-se bem, o que só nos mostra que a democracia pode levar qualquer cidadão a qualquer cargo”, anota.

Tal como Zelensky, também Misha não tem qualquer *background* político: aluno do último ano da licenciatura em Gestão de Empresas no Politécnico de Tomar, foi há apenas três anos,



GONÇALO SANTOS CDU | SERNANCELHE

Estudante de mestrado de Ensino de Filosofia, ofereceu-se para avançar como candidato. E a sua juventude é um trunfo

O exemplo de Assis

Em 1989, o candidato socialista à Câmara de Amarante tinha apenas 24 anos. **Francisco Assis**, já licenciado em Filosofia, ganhou, com 45,6% dos votos e maioria absoluta em número de vereadores. Poucos auguravam um grande mandato para o então mais jovem presidente de câmara do País. Mas, em 1993, Assis seria reeleito com 58,8% dos votos e cinco em sete vereadores possíveis. Não admira que, dois anos depois, António Guterres o tenha ido buscar para integrar as listas de candidatos a deputados, tendo sido eleito pelo círculo do Porto.

Daí para cá, é o que se sabe:

Assis, atual presidente do Conselho Económico e Social (CES), foi líder parlamentar, deputado europeu e candidato a secretário-geral do PS.



em 2019, que começou o seu envolvimento. Entrou para o Volt, dois anos após ser fundado como movimento em Portugal, começando como vice-coordenador da distrital de Santarém. A falta de experiência é uma crítica à qual Misha já está habituado. No entanto, encara-a como algo positivo. “De experiência já todos estamos fartos. Na maioria do País as caras não mudam e esse é que é o problema.” Vê numa câmara municipal jovem a oportunidade de “inovação, mudança, motivação e entusiasmo”, como explicou na apresentação da candidatura, num discurso iniciado com “algum nervosismo”, mas que acabou confiante.

APRESENTAÇÃO “FOI BRUTAL”

Também Gonçalo Santos, 24 anos, recorda com emoção o dia em que apresentou a sua candidatura pela CDU à Câmara Municipal de Sernancelhe. “Foi brutal”, afirma. Congratula-se de ter conseguido reunir 50 pessoas no bar da “praia”, não o dos famosos *Morangos com Açúcar*, mas da sua terra, o Freixinho, perto do rio Távora, que “tem muita água, mas não tem praia fluvial”. “Nesse dia até comi menos. Inverti a pirâmide de Maslow”, afirma, divertido, explicando como colocou a realização pessoal à frente das necessidades físicas, subvertendo a teoria do psicólogo Abraham Maslow. As referências a grandes autores não poderiam faltar ao estudante do mestrado em Ensino de Filosofia no



MÁRIO BETTENCOURT AMARO CDS | ALENQUER

Até o “Chicão” já chama “Marão” a este futuro engenheiro aeroespacial. Os amigos passaram da incredulidade ao respeito...



DIOGO CHIQUELHO PAN | VISEU

Recém-licenciado em Direito, considera os catálogos ideológicos de esquerda e direita caducos e castradores

Ensino Secundário, na Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra, onde também se licenciou em Filosofia, e onde teve a oportunidade de dar algumas aulas.

O jovem comunista rejeita ser tratado pelo termo millennial ou geração z, nomes que considera que “não ficam bem [aos jovens]” pelas dificuldades que enfrentam, “quer a tentar arranjar emprego, nos baixos salários ou a concretizar os seus sonhos”. Pelo contrário, vê-se como alguém cujo objetivo é “fazer renascer a força de Abril”, mês que desempenha um grande significado na sua vida. Tem 24 anos, feitos “antes de abril”, em março, e, foi também no mês dos cravos que decidiu propor ao partido a sua candidatura. “Disse que estava interessado em participar e em dar extensão ao projeto. Eles aceitaram e chegaram a acordo facilmente, porque viram que estava muito empenhado”, conta.

“CARREIRA” DESVIRTUA POLÍTICA

Nas redes sociais, os comentários são positivos, evidenciando que a juventude é “o futuro” e “a força motriz”, qualidades que também ressaltam entre as pessoas da sua lista. “Convidei um senhor que se declarou feliz – ele já não via a hora em que apareceria uma candidatura da CDU forte e válida e disse-me que lhe nasceu uma alma nova. Também um professor, que adorei ter como docente, afirmou que eu era um jovem dinâmico e que era um grande erro se não me ajudasse. Eu vibro com isto e eles veem isso”, explica. E conclui,

citando Ortega y Gasset: “O homem não pode fugir à sua circunstância.”

Tal como Gonçalo, também Marcos Gomes rejeita a ideia de uma carreira na política. Encarando esta atividade como uma forma de fazer a diferença na vida das pessoas. Marcos tem 24 anos e é filiado na Iniciativa Liberal (IL) desde o final de 2019. O jovem lembra como recebeu com surpresa o convite para ser o candidato do partido à Câmara Municipal de Santarém. “Uma questão que coloquei foi se a idade não podia ser um obstáculo, e a resposta foi clara: ‘São os jovens que vão continuar Portugal e precisam de espaço para trabalhar e ter voz ativa.’” Agora, só vê vantagens numa equipa mais jovem: “Somos jovens, conscientes, qualificados e com espírito crítico, portanto esta idade traz vantagens que a experiência não garante”, afirma, confiante.

Aos 20 anos, foi à Assembleia da República defender a continuação dos apoios financeiros às escolas privadas, nomeadamente ao Colégio Infante Santo, onde estudou, apesar de na altura já não o frequentar. Não conseguiu levar a sua avante, mas percebeu a importância de se fazer ouvir. Defende que existe hipocrisia quando se fala do envolvimento dos jovens na política. “Se não se interessam pela política, estão alheados. Se querem envolver-se, não têm experiência...” A terminar o mestrado em Controlo de Gestão, no Instituto Politécnico de Leiria, Marcos trabalha como gestor de produtos e orgulha-se de “não depender da política para viver”. “Não tenho

a perceção da vida política como uma profissão, isso desvirtua o conceito.”

A PRIMEIRA VEZ, EM SANTO TIRSO

Ana Isabel Silva orgulha-se da herança familiar, que só recentemente ficou a conhecer. “O meu avô foi filiado num partido político de esquerda, depois do 25 de Abril, e chegou a ser deputado municipal em Santo Tirso. Só tomei consciência da importância disso depois de ele ter falecido”, conta, saudosa.

Aos 26 anos, nascida e criada em Santo Tirso, numa “família de esquerda”, Ana Isabel Silva é conhecida como ativista pelo fim da precariedade na ciência – um dos motivos que incentivaram a filiação partidária. Ana está a fazer o doutoramento na Universidade do Porto, onde também realizou a licenciatura em Bioquímica e o mestrado em Neurobiologia e é investigadora no i3S – Instituto de Investigação e Inovação em Saúde.

Hoje, orgulha-se de representar pela primeira vez o BE na sua terra como candidata à Câmara Municipal de Santo Tirso. Na apresentação da candidatura recordou ter sentido uma “sensação amarga” nas autárquicas de 2017: tinha exercido o dever de voto, mas não se sentiu representada. “Sempre votei no BE e naquela altura não tinha sequer essa opção. Tenho recebido imensas mensagens a agradecer, de pessoas que vão pela primeira vez votar no BE e numa mulher jovem”, conta. Segundo a candidata bloqueada a Santo Tirso, “está na altura de a geração mais velha da política olhar para aquilo que os mais novos estão a trazer para cima da mesa” ■■ visao@visao.pt



OS MELHORES DESTINOS | GUIAS DE REFERÊNCIA | MEMÓRIAS INESQUECÍVEIS

ESTÁ NA HORA DE PARTIR À AVENTURA

Experiências e viagens únicas escolhidas pela VISÃO



- ▶ **AVENTURA NA SERRA DA FREITA** do Merujal a Chão D'Ave
COM **JOÃO AMORIM**
PVP. €220 | 3 dias (29 a 31 de outubro)
- ▶ **CABO VERDE** Ilhas de cultura e trekking
COM **MIGUEL JUDAS**
PVP. €980 | 9 dias (13 a 21 de novembro)
- ▶ **MADEIRA** das Desertas ao Pico Ruivo
COM **GABEL OLIVEIRA**
PVP. €900 | 8 dias (20 a 27 de novembro)

Todas as viagens têm um desconto de **10%** para os assinantes da VISÃO

Faça já a sua reserva em www.landescape.pt/visaoexplora

VISÃO EXPLORA, uma parceria entre a VISÃO e a Landescape. Desconto válido para os assinantes de toda a gama VISÃO. Inclui os assinantes da VISÃO História, VISÃO Júnior, VISÃO Saúde e VISÃO Biografia.

VISÃO





FOCAR

“Um negócio que não rende nada além de dinheiro é um mau negócio”

Henry Ford
Empresário
norte-americano
(1863-1947)



ENERGIA

Principal candidato à compra da Efacec investigado por corrupção

O grupo DST, em Braga, está bem posicionado para ficar com parte da Efacec que pertencia a Isabel dos Santos, mas o seu presidente, José Teixeira, tem à perna uma investigação do MP, que acredita que o empresário conseguiu, durante anos, adjudicar ilegalmente várias empreitadas para a sua empresa

 JOÃO AMARAL SANTOS



Reprivatização O empresário José Teixeira, que lidera o grupo de Braga DST, poderá tomar o lugar que já foi de Isabel dos Santos



O Governo português estará decidido a entregar parte dos 71,73% do capital da Efacec, que pertenciam à empresária angolana Isabel dos Santos, ao grupo DST, que se mantém no epicentro de uma investigação do Ministério Público (MP), devido à alegada prática dos crimes de corrupção passiva e ativa e de participação económica em negócio.

O alerta surgiu no âmbito de um contrato entre o DST e a Câmara de Gondomar, assinado em 2016, para a construção de um interceptor de esgotos em Rio Tinto – projeto que também envolveu a Câmara do Porto –, no valor de cerca de oito milhões de euros. Na mira do MP está José Teixeira, presidente do Conselho de Administração do grupo DST, que também liderou a Aquapor, uma das principais acionistas da Águas de Gondomar, entre 2009 e 2017. A investigação, nas mãos do Departamento de Investigação e Ação Penal (DIAP) do Porto, acredita que o empresário se terá feito valer dos cargos que ocupou para assegurar, de forma ilegal, a adjudicação de várias empreitadas para a sua empresa, entre 2011 e 2017.

Em outubro de 2020, a Polícia Judiciária fez buscas nas instalações da Criar Vantagens, empresa do universo DST, da qual José Teixeira é gerente, recolhendo diversos documentos, datados do período em investigação. O processo, que nasceu na sequência de uma denúncia que chegou ao DIAP do Porto, continua em aberto, o que, para já, não parece causar qualquer embaraço ao Executivo de António Costa – como ficou demonstrado, recentemente, na apresentação do projeto Baterias 2030, que contou com a presença do ministro do Ambiente, João Pedro Matos Fernandes, e do secretário de Estado da Energia, João Galamba (ver caixa).

Contactado pela VISÃO, o grupo DST não faz comentários, nem sobre o processo para a compra da Efacec nem sobre a investigação em curso, justificando o silêncio com “motivos de confidencialidade de propostas”. “Existem acordos instituídos que não nos permitem falar”, informou. Já o Ministério da Economia, tutelado por Pedro Siza Vieira – responsável pela nacionalização da empresa –, quando questionado sobre o tema, remeteu esclarecimentos para o Ministério das Finanças, que tutela a Parpública (sociedade estatal que gere o processo de reprivatização).

Governo ligado à bateria

No dia 21 de julho, a Parpública confirmou ter recebido “duas propostas vinculativas”, por parte das entidades DST e Sing, para a compra dos 71,73% da Efacec que pertenciam a Isabel dos Santos. Passados apenas cinco dias, a 26 de julho, o grupo DST anunciava, no seu site, que a apresentação pública do projeto Baterias 2030 contaria com presença de peso do Governo português – que continua a ignorar as suspeitas sobre a empresa de José Teixeira. A cerimónia, no dia 30 de julho, decorreria no espaço *gnration*, em Braga, com participação do ministro do Ambiente, **João Pedro Matos Fernandes**, e do secretário de Estado da Energia, João Galamba. O Baterias 2030, liderado pela DST Solar, empresa do grupo DST, integra 23 parceiros e tem coordenação científica do INL – Laboratório Ibérico Internacional de Nanotecnologia. O projeto, que está previsto decorrer até março de 2023, está orçado em 8,3 milhões de euros e tem como principal objetivo criar um laboratório que permita desenvolver formas alternativas de gerar, armazenar, gerir e distribuir energia, através de baterias estacionárias.



João Leão e Pedro Siza Vieira Ministério das Finanças tutela a Parpública, entidade que gere a reprivatização, depois de o ministro da Economia ter nacionalizado a Efacec



Mas, do lado do gabinete do ministro das Finanças, João Leão, também não surgiu nenhuma resposta até ao fecho da edição.

DE BRAÇO DADO COM POLÉMICAS

Esta não é, aliás, a primeira vez que o grupo DST se vê envolvido numa polémica. Em 2009, a empresa integrou o consórcio criado para salvar a Qimonda Solar, unidade em Vila do Conde, que pretendia constituir a Itarion Solar, para a produção de células fotovoltaicas, em risco devido à falência da casa-mãe, a Qimonda Portugal. Em junho desse ano, a salvação do projeto – liderado pela sociedade estatal de capital de risco InovCapital, e que contava ainda com a participação da EDP, da Visabeira e de várias instituições bancárias (como o Banco Privado Atlântico, o BES, o BCP e a Caixa Geral de Depósitos) – seria anunciada pelo então ministro da Economia, Manuel Pinho, que prometia investimentos de 150 milhões de euros e a criação de 400 postos de trabalho. Pouco mais de dois meses depois, porém, a Qimonda Solar entraria mesmo em situação de insolvência, com o Estado a perder milhões.

Em 2018, foi a vez de o banco Santander apresentar, em tribunal, uma ação judicial para reclamar uma dívida superior a 3,51 milhões de euros à Tombigbee, empresa do grupo DST, cuja insolvência tinha sido decretada no ano anterior. A instituição bancária acusava o DST de criar um “plano fraudulento” de “dissipação de património” da Tombigbee, para fugir aos

credores (onde se incluía o fisco). O esquema consistiria em reduzir o capital social da Tombigbee, com o único propósito de distribuir o seu ativo relevante, por um valor residual, por outras empresas de José Teixeira – como o DST, que era acionista único da Tombigbee, a DST Real Estate e a DST Engenharia e Construção.

O grupo DST, fundado na década de 1940, tem cerca de 1 600 trabalhadores e presença em diversos continentes. A empresa aposta, principalmente, em projetos internacionais nas áreas da engenharia e da construção, mas, mais recentemente, tem vindo a alargar a sua atividade a energias renováveis, ambiente, telecomunicações e imobiliário – a DST Solar, que preside a Associação Portuguesa para o Cluster das Baterias, é uma das entidades do grupo que apontam ao

**O GRUPO DST MANTÉM
RELAÇÃO DE PROXIMIDADE
COM O GOVERNO. EM
JULHO, JOÃO PEDRO
MATOS FERNANDES E JOÃO
GALAMBA MARCARAM
PRESENÇA EM BRAGA**

Moção e autocelebração

POR JOSÉ CARLOS DE VASCONCELOS



futuro. E explica a corrida para a compra da Efacec.

VENDA DA EFACEC EM STANDBY

Fonte que tem acompanhado de perto o processo de reprivatização da Efacec confirmou à VISÃO que as propostas vinculativas, apresentadas à Parública, pelo DST e pelo Sing – Investimentos Globais (ligado à empresa industrial Sodecia), “ficaram muito aquém do esperado”.

Com a saída de cena dos três candidatos estrangeiros – Chint Group Corporation, da China, Elsewedy Electric, do Egipto, e Iberdrola, de Espanha –, o Governo pondera agora uma nova estratégia para concluir o processo de venda, que pode passar por dividir a Efacec pelos interessados. Existe, entre todos os envolvidos, plena consciência da rápida deterioração financeira que, no último ano, a empresa sofreu – agravada com um empréstimo de 70 milhões de euros com garantia do Estado. E, sobretudo, das necessidades de investimento (que podem chegar a centenas de milhões) para a recuperar.

Os grupos portugueses (e finalistas) não têm, no entanto, disponibilidade para investir demasiado; enquanto o Governo pretende libertar-se dos riscos que a empresa ainda pode representar para o Estado no futuro. A opção deverá passar por uma terceira fase do concurso, em que Governo, DST e Sing se vão sentar à mesa para tentar viabilizar um acordo. ■ visao@visao.pt

No Congresso do PS não houve novidade nenhuma. Nem sequer a novidade de não a haver, pois era o que já se esperava. O partido está unido. Satisfeito consigo próprio, com o Governo e sua ação. E feliz, decerto sobretudo com a previsibilidade de continuação no poder. Tendo um líder hoje indiscutido e indiscutível. Justamente, diga-se, dada a sua competência, experiência e talentos políticos. Sem prejuízo, para lá de alguma questão mais de fundo, das críticas aqui feitas, por exemplo, à forma de relacionamento (a certa altura) com o PSD e ao “tratamento” dado a Rui Rio.

Tal unidade e satisfação são usuais, pelo menos à superfície, sempre que um partido governa e tudo indica que o continuará a fazer. Em tais circunstâncias os congressos são mornos, mais de autocelebração do que de discussão. Como aconteceu neste. Que, ocorrendo a poucas semanas do sufrágio para as autárquicas, como é compreensível, teve ainda o sabor de jornada de propaganda eleitoral. No entanto, pareceu-me que mesmo à autocelebração faltaram a liturgia e o (aparente?) entusiasmo de congressos anteriores, talvez pela falta de preparação/encenação habitual para o efeito, devido à pandemia e suas consequências.

Tendo sido o próprio António Costa quem mais “puxou” pelos delegados, creio ter ficado patente que o PS precisa de um suplemento de alma, de uma específica grande causa concreta e mobilizadora, como foi e é a do Serviço Nacional de Saúde (tendo sido merecida, e significativa, a espécie de “consagração” de Marta Temido). E entre os principais objetivos

propostos, vejo como mais adequado para o efeito o do combate à chamada “pobreza infantil”, não ignorando que, além do resto, ela é indissociável da pobreza em geral.

A moção aprovada no Congresso aborda questões essenciais do País e tem muitos aspetos positivos. Julgo, porém, haver outras questões importantes a tratar, inclusive a reforma do sistema eleitoral. Dir-se-á que neste momento não são “prioritárias”. Mas quando é que o são ou o serão? – e continua sempre tudo na mesma... Aliás, volto a chamar a atenção para a conveniência ou a necessidade de o PS visitar e ter em consideração as conclusões do mais significativo

conclave de reflexão e debate por si promovido, tendo como líder António Guterres, com larga soma de independentes: os Estados-Gerais para uma Nova Maioria.

Face à realidade sugerida, com pouca matéria propícia a alimentar aquilo a que certos *media* dão mais relevo, falou-se muito de “tabus”. Isto dos tabus já é velho no jornalismo que não prima pela qualidade e imaginação,

como tal classificando de natural a não resposta de políticos a certas perguntas sobre o que irão fazer no futuro. Foi assim com a recandidatura de Marcelo, que nunca foi um tabu; é assim agora com António Costa, que tem só 60 anos, e seu futuro político.

A isto ligada aparece a novela dos possíveis “sucessores”. Saliento só, como facto mais insólito do Congresso, o terem (as)sentado na mesa da presidência os presumíveis ou putativos candidatos a sucessores de uma sucessão que neste momento não existe, não se anuncia nem se prevê. Porquê e para quê? Mistério. Mas ao menos, depois, não se queixem dos jornalistas. ■ visao@visao.pt

O PS precisa de um suplemento de alma, de uma específica grande causa concreta e mobilizadora, sendo a mais adequada a do combate à chamada “pobreza infantil”

Ameaças No final de 2019, centenas de combatentes do ISIS-K foram capturados pelo exército afegão. Muitos foram, entretanto, libertados e vão lutar contra os talibãs



GETTY IMAGES

Caça ao “novo” inimigo público

Os fanáticos do Daesh-K querem instaurar um califado na Ásia Central e, depois de reivindicarem o ataque ao aeroporto de Cabul, são agora alvo da vingança simultânea dos talibãs e dos EUA

 FILIPE FIALHO

Na última semana, Donald Trump, o ex-Presidente dos EUA, descreveu os talibãs com uns “fulanos inteligentes” e “excelentes negociadores”. Não foi o único. Muitos dos seus apoiantes até descrevem os novos donos do Afeganistão como *chadliban*, neologismo que resulta da combinação de “taliban” com “chad”, os homens que se acham o máximo, os machos alfa. Matt Gaetz, congressista republicano da Flórida, tem igualmente enaltecido a forma como o movimento fundamentalista conseguiu derrotar o exército do seu país e, na última segunda-feira, 30, poucas horas antes de o último soldado norte-americano abandonar Cabul, recorreu às redes sociais para escrever o seguinte:

“O Afeganistão vai agora ser palco de uma guerra civil. Os EUA vão apoiar os talibãs contra o ISIS. Tal como antes apoiámos o ISIS contra Assad [Presidente da Síria], durante o tempo de Obama [Presidente dos EUA entre 2009-2017].”

APÓSTATAS NA TERRA DO SOL

Ao invocar o ISIS, o populista Matt Gaetz refere-se de modo genérico ao movimento radical que se autodenomina Estado Islâmico para o Iraque e o Levante, também conhecido pelo seu acrónimo em árabe, Daesh. No entanto, o seu comentário recai especificamente sobre a filial afegã deste grupo, o ISIS-K ou Daesk-K, sendo que o K identifica Khorasan, a “Terra do Sol”, região que se estende do Nordeste do Irão a toda a Ásia Central, onde pretendem instaurar a sede de um califado global.

Por estranho que pareça, esta organização de fanáticos islâmicos considera que os talibãs há muito deixaram de ser verdadeiros muçulmanos, não passando de meros laicos do Ocidente. Ou melhor, considera-os *takfiri*, infieis por terem violado os seus compromissos perante o Islão, tornando-se apóstatas, um crime punido com a pena de morte, de acordo com a sharia (a lei islâmica); logo, inimigos a abater, sem piedade e quanto antes.

Criado no início de 2015, por talibãs paquistaneses a que se somou uma amálgama de células jihadistas de outras proveniências (Síria, Iraque, Uzbequistão...), o ISIS-K é desde então responsável por centenas de ataques em território afegão. O mais recente e mediático ocorreu a 26 de agosto, junto ao aeroporto de Cabul, em que morreu centena e meia de civis afe-

gãos, uma trintena de talibãs e 13 militares norte-americanos. Nesse mesmo dia, o Presidente dos EUA, Joe Biden, prometeu vingança contra os autores da carnificina: “Não vamos perdoar. Não vamos esquecer. Vamos perseguir-vos e fazer-vos pagar.”

Um sério aviso a Shahab al-Muhajir, o misterioso iraquiano que, na primavera de 2020, assumiu a liderança da organização. É que os quatro homens que o precederam no cargo perderam a vida na sequência de ofensivas com drones ou de tropas especiais norte-americanas, à semelhança do que ocorreu com Bin Laden (em 2011) e de muitos outros dirigentes de topo da Al-Qaeda, nas duas últimas décadas, devido aos atentados de 11 de setembro de 2001.

Há quatro anos, quando o ISIS-K contava com três a quatro mil combatentes e se encontrava no auge do seu poder, foi também alvo do primeiro ataque externo ordenado por Donald Trump – e logo com a GBU-43/B, “a mãe de todas as bombas”, a maior e mais potente do arsenal bélico norte-americano (com exceção das armas nucleares). O engenho, com mais de 11 toneladas, criou uma gigantesca bola de fogo que destruiu a rede de túneis e de esconderijos do grupo, na província de Nangarhar, na parte oriental do Afeganistão, e matou uns 90 guerrilheiros.

Na altura, a Casa Branca acreditou que isso seria o bastante para acabar com o ISIS-K e concentrar esforços na eliminação da figura maior do Estado Islâmico, o (falso) emir Abu Bakr al-Baghdadi. Enganou-se. Em outubro de 2019, Trump anunciou que o fundador da “mais implacável e violenta organização terrorista do planeta” tinha sido abatido e que o califado estava “100 por cento aniquilado”. A realidade demonstrou que não era bem assim. Baghdadi podia estar morto e enterrado, mas o ISIS-K continuava a ser uma ameaça.

É a partir daí que estes mujahidin, acosados e diminuídos na sua capacidade ope-

NAS CONTAS DO PENTÁGONO, O MOVIMENTO LIDERADO PELO IRAQUIANO SHAHAB AL-MUHAJIR CONTA COM DOIS MIL COMBATENTES

Diferenças terroristas

Glossário básico para ajudar a compreender quem é quem no universo fundamentalista do Afeganistão

Mujahidin Designação atribuída aos milhares de combatentes islâmicos que receberam apoio dos EUA, do Paquistão e da Arábia Saudita para se oporem à invasão soviética do Afeganistão, entre 1979-1989. Muitos deles converteram-se em verdadeiros senhores da guerra.

Al-Qaeda Criada em 1988, no Paquistão, pelo saudita Osama bin Laden, com o propósito de travar uma Guerra Santa contra os inimigos do Islão. Tornou-se a primeira organização terrorista global, com filiais em vários continentes. Entre outros, é responsável pelos atentados de 11 de setembro de 2001, nos EUA, que vitimaram quase três mil pessoas.

Talibãs Movimento fundamentalista fundado em 1994 por estudantes mujahidin afegãos, maioritariamente de etnia pashtun, com o objetivo de acabar com a guerra civil no país, após a retirada dos soviéticos. Governou entre 1996 e 2001, preparando-se agora para fazer o mesmo.

ISIS Organização de guerrilha jihadista criada após a invasão do Iraque, em 2003. Onze anos depois, proclamou um novo Califado, sob a liderança de Abu Bakr al-Baghdadi, que se estendia da cidade iraquiana de Mossul até à Síria. Chegou a contar com mais de 50 mil combatentes, incluindo milhares de europeus.

ISIS-K Grupo fundamentalista criado em 2015 por dissidentes talibãs que se consideram os verdadeiros combatentes do Islão. Opera em diferentes pontos do Afeganistão, e o iraquiano Shabah al-Muhajir é o seu atual líder. Aposta nos ataques suicidas e também recorre ao narcotráfico para se financiar.

racional, apostam num conflito sem tréguas contra a América e respetivos “colaboradores” – o governo de Cabul (apoiado pela comunidade internacional e pela NATO) e, claro, os talibãs (por terem negociado com os EUA, em Doha, no Qatar) e ainda a Al-Qaeda (protegida pelos talibãs e cujo líder, o egípcio Ayman al-Zawahiri, jurou fidelidade eterna ao mullah Haibatullah Akhundzada, chefe supremo dos talibãs).

Os atentados, quase sempre suicidas, sucedem-se com o objetivo de demonstrar que o ISIS-K é o único movimento com legitimidade, religiosa e política, para dar luta aos estrangeiros e aos *takfiri*. Os resultados têm sido notoriamente trágicos. “As maiores atrocidades foram cometidas por eles”, afirmou ao diário britânico *The Telegraph* Raffaello Pantucci, investigador no Royal United Services Institute, um dos mais antigos *think tanks* do mundo. Dois exemplos recentes: em maio de 2020, em Cabul, atacaram o hospital Dasht-e-Barchi e nem a ala da maternidade foi poupada, com três bebés e 16 mulheres a perderem a vida. No mesmo mês e no mesmo bairro da capital afegã, mas este ano, foi a vez do colégio Sayed al-Shuhada, frequentado sobretudo por adolescentes de etnia hazara (xiitas). As três bombas aí colocadas provocaram 85 mortos, a maioria alunas.

Após a retirada dos EUA da base aérea de Bagram, no início de julho, que precipitou a conquista do poder pelos talibãs, estes últimos abriram as portas das prisões em vários pontos do país, e o ISIS-K aproveitou de imediato a oportunidade, apesar da execução de um dos seus veteranos, o comandante Abu Omar Khorasani. Na madrugada da última segunda-feira, o general Kenneth McKenzie, chefe do comando central das forças dos EUA (CENTCOM), esperou que todos os seus homens levantassem voo de Cabul para reconhecer que o Pentágono, a CIA e a Casa Branca passaram as últimas semanas a negociar com os talibãs, mas que, “pelo menos, dois mil combatentes *hardcore*” do ISIS-K vão impedir que haja paz no país. No dia anterior, nas páginas do *El País*, Olivier Roy, prestigiado académico francês, explicara de forma lapidar o que está agora em jogo: “Para os talibãs, é vital neutralizarem o ISIS (...), têm de impor a sua autoridade se querem ser credíveis, dentro do Afeganistão e na cena internacional. (...) Estão agora no mesmo lado que a Europa e o Ocidente (e também os russos e os chineses). Para seu pesar, empurrados pelo fanatismo do ISIS, uniram-se ao campo da luta antiterrorista.”  visao@visao.pt

Os milhões do FMI de que ninguém fala

O FMI acionou um mecanismo obscuro, que permitirá reforçar as reservas de países mais frágeis, durante a crise. Ao mesmo tempo, será também um foco de pressão sobre o governo talibã

 NUNO AGUIAR

Quase 650 mil milhões de dólares. Foi esse o valor que o Fundo Monetário Internacional (FMI) injetou, no final de agosto, nas reservas de todos os países do mundo. Embora seja um montante muito elevado – quase o triplo do PIB português –, a operação praticamente passou despercebida. Isso explica-se pela sua complexidade e pela pouca utilidade para países como Portugal ou os Estados Unidos da América. No entanto, ela poderá ser determinante para os países mais pobres enfrentarem os desafios da crise pandémica. E pode até ser relevante no campo geopolítico, na capacidade de pressionar o futuro governo talibã, no Afeganistão.

Em causa está aquilo que se chama “direitos especiais de saque”, SDR na sigla original em inglês. Os SDR são os ativos de reserva do FMI, constituídos por um cabaz das cinco maiores divisas mundiais. Criados em 1969, funcionam como uma espécie de moeda artificial do FMI. Embora não possam ser usados para comprar coisas, eles ajudam as reservas dos países, ao poderem ser trocados por outras moedas, como dólares ou euros. A 27 de agosto, um SDR valia cerca de 1,2 euros.

As reservas internacionais de um país são como a sua conta-poupança, garantindo que este tem divisas suficientes, por exemplo, para pagar as importações, sejam elas alimentos ou vacinas. Nestas novas circunstâncias, um Estado com contas externas fragilizadas ou reservas esgotadas passará a ter mais liquidez disponível. Não são transferências orça-

mentais diretas (como o PRR), mas também não têm de ser devolvidas ao FMI. Há lugar a pagamento de juros, mas eles estão em mínimos muito perto de zero.

É “a maior alocação de SDR na História”, notou a diretora-geral do FMI, Kristalina Georgieva. “É um estímulo significativo para o mundo e, se for usado de forma prudente, uma oportunidade única para combater esta crise sem precedentes.”

A líder da instituição defende que a operação traz mais liquidez ao sistema económico internacional, reforçando as reservas de divisas dos países, o que permite que dependam menos do endividamento externo. “Os países podem usar o espaço providenciado pela alocação de SDR para apoiar as suas economias e reforçar a luta contra a crise”, acrescentou.

Esta alocação é especialmente ambiciosa e muito superior às realizadas no passado. Nos seus 50 anos de história, foram apenas feitas cinco alocações, e esta é duas vezes maior do que todas

“É UM ESTÍMULO SIGNIFICATIVO PARA O MUNDO E UMA OPORTUNIDADE ÚNICA PARA COMBATER ESTA CRISE SEM PRECEDENTES”

KRISTALINA GEORGIEVA
Diretora-geral do FMI



as outras somadas. Compare-se, por exemplo, os 457 mil milhões de SDR com os 161 mil milhões de 2009, colocados durante a crise financeira internacional.

Neste caso mais recente, o dinheiro foi distribuído no dia 23 de agosto, respeitando a quota de cada país no FMI, que é determinada essencialmente pelo peso de cada nação na economia internacional. Na prática, isso significa que a maior fatia das verbas acabará nos países mais ricos, que são os que menos precisam delas.

Portugal receberá 2,8 mil milhões de dólares (ou 2,4 mil milhões de euros), Angola mil milhões e Moçambique 310 milhões de dólares. Um gigante como o Brasil terá direito a 15 mil milhões, enquanto Cabo Verde 32 milhões.

Ainda assim, 275 mil milhões de dólares estão destinados a economias emergentes e de baixo rendimento, dos quais 21 mil milhões irão para os países pobres. Segundo o FMI, nalguns casos, estamos a falar de montantes equivalentes a 6% do PIB destes países.

Os críticos apontam que o FMI e a comunidade internacional deveriam

Kristalina Georgieva Diretora-geral do FMI conseguiu a maior alocação de sempre de “direitos especiais de saque” ou SDR



GETTY IMAGES

fazer muito mais para ajudar os países mais pobres. Perante uma crise desta dimensão, reforçar reservas é um pequeno contributo. Uma crítica que se intensificou com o falhanço na distribuição internacional de vacinas, exemplificado por taxas de vacinação inferiores a 5% em muitos países africanos. Por cada país como Portugal e Dinamarca, com 84% e 76% da população com pelo menos uma dose de vacina administrada, há uma Tanzânia com 0,4%, uma Nigéria com 1,2% ou uma Angola com 3,3 por cento.

O Covax – a bazuca das vacinas para os países mais pobres – está com 500 milhões de doses atrasadas e, mesmo quando elas chegarem, dificuldades administrativas e de organização dificultarão a sua utilização. Enquanto em Israel mais de meio milhão de pessoas já levou uma terceira dose, alguns países africanos mal conseguem vacinar poucas centenas por dia. O FMI já defendeu que os países com mais recursos devem transferir a sua fatia de SDR para os mais pobres.

Do outro lado das trincheiras das críticas estão aqueles que acham que este

650

mil milhões de dólares

Foi quanto o FMI injetou nas reservas de tesouro de todo o mundo

440

milhões de dólares

O Afeganistão deveria receber, com esta operação, mais de 400 milhões nas suas reservas, mas essa injeção está suspensa

alívio financeiro não deverá ser concedido sem condições, citando casos de governos que adiam há muito tempo reformas, como o Líbano ou a Venezuela.

PRESSÃO SOBRE CABUL

E é aqui que esta operação se torna relevante para o Afeganistão. Ela coincidiu com a retirada das tropas norte-americanas do país, acabando por ganhar relevância na relação que será estabelecida entre o novo governo talibã e a comunidade internacional. O FMI anunciou que decidiu suspender o acesso dos afegãos a qualquer recurso da instituição, incluindo os 440 milhões de dólares de reservas que lhes seriam transferidos, o que é dez vezes mais do que os SDR que detêm atualmente.

“Existe falta de clareza junto da comunidade internacional em relação ao reconhecimento do governo do Afeganistão, o que tem como consequência o facto de o país não poder aceder aos SDR e a outros recursos do FMI”, anunciou o porta-voz do fundo. “Como acontece sempre, o FMI é guiado pela opinião da comunidade internacional.”

Não é a primeira vez que algo deste género acontece. Em 2019, o acesso da Venezuela também foi suspenso, após vários países se recusarem a reconhecer a vitória de Nicolás Maduro nas eleições. O mesmo aconteceu com Myanmar, após o golpe militar deste ano.

A posição financeira do Afeganistão é altamente frágil. Ajmal Ahmady, que até agosto ocupava a pasta de governador do banco central do país, explicou no Twitter que Cabul tinha 9 mil milhões de dólares em reservas, mas que 7 mil milhões delas estão aplicados em ativos da Reserva Federal norte-americana. E os ativos que estão nos EUA ficaram congelados. Na prática, isto significa que o governo talibã só deverá conseguir mobilizar de 0,1% a 0,2% das reservas internacionais do país, explicava Ahmady.

A sua previsão é que o Tesouro norte-americano irá manter estes ativos congelados, o que forçará os talibãs a implementar controlos de capital e limitar o acesso aos dólares. A moeda afegã irá desvalorizar nos mercados cambiais e a inflação deve disparar.

Recorde-se que quase metade do país vive abaixo do limiar da pobreza e que a taxa de desemprego já estava perto de 12%, antes de começarem os despedimentos de mulheres e as fugas do país.

visao@visao.pt

O esquecido herói da aviação portuguesa

Um livro resgata agora os feitos de Carlos Bleck, nas décadas de 1920 e 1930, quando pilotar um avião significava sempre risco de vida. Fervoroso salazarista, acumulou à época honrarias

 J. PLÁCIDO JÚNIOR



Esta é uma história portuguesa, com certeza. Começa até com uma cunha, daquelas que roçam a maior desfaçatez. Em 1922, alguém no Ministério da Guerra foi recuperar uma lei que ganhava pó numa gaveta há quatro anos, para dar suporte legal ao desejo do filho de uma das famílias mais ricas do País de se tornar o primeiro civil a obter o *brevet* de piloto em Portugal. A referida lei, aprovada pelo Ministério de Manuel de Arriaga em maio de 1915, em plena Primeira Guerra Mundial, em que Portugal estava envolvido, criava a Escola de Aeronáutica Militar e abria a porta à formação de reservistas civis – o que nunca aconteceu. Mas serviu para aquele rapaz rico, de 19 anos, ser o primeiro e único civil a ingressar no curso de pilotos da Escola de Aeronáutica Militar, em Sintra.

O episódio está contado no livro *Carlos Bleck – O herói esquecido da aviação portuguesa* (ed. Lua de Papel, 248 págs., €15), do comandante José Correia Guedes, e que chega às livrarias no próximo dia 14, com prefácio de Jaime Nogueira Pinto. Também autor da obra *O Aviador*, que vai já na 5ª edição e que reúne dezenas de histórias divertidas que 36 anos a pilotar aviões da TAP lhe renderam, José

Guedes trabalhou três anos no livro sobre Carlos Bleck, conseguindo aceder a abundante documentação privada. “Ele não se limitou a ser um menino rico”, diz à VISÃO o comandante. “Quis deixar a sua marca e fê-lo, arriscando a vida, nos anos 1920 e 1930”, acrescenta.

Em 1934, protagonizou a primeira ligação aérea entre Lisboa e Goa, voando sozinho. Antes, em duo com o tenente Humberto da Cruz, fez, em 1931, o voo mais extenso até então realizado pela aviação nacional, o primeiro com regresso ao ponto de partida: Lisboa-Guiné-Angola-Guiné-Lisboa. “Foi uma completa loucura, que comparo à dos marinheiros das caravelas quinhentistas: partir às cegas, sem recursos, à descoberta de um mundo novo”, sublinha José Guedes, 74 anos. “Aqueles aviões, feitos de madeira e revestidos a lona, eram muito frágeis do ponto de vista estrutural, e a fiabilidade dos motores deixava muito a desejar”, descreve. “A navegação era rudimentar e fazia-se à vista, enquanto as previsões meteorológicas eram um luxo de difícil acesso; raramente existiam”, lembra.

RECORDE NACIONAL

Em 1925, Bleck completou a formação e tornou-se o primeiro piloto civil a ser brevetado em Portugal. Os receios da fa-

Cronologia de um pioneiro

1925 Torna-se o primeiro civil português a obter o *brevet* de piloto.

1928 Em janeiro, compra em Inglaterra o primeiro avião civil a ser matriculado em Portugal. Em fevereiro, faz a primeira tentativa de ligação aérea Lisboa-Goa. Sofre um acidente na Palestina, mas bate o recorde português de distância em voo a solo.

1931 Realiza a viagem aérea Lisboa-Guiné-Angola-Guiné-Lisboa, com Humberto da Cruz, no avião batizado como *Jorge de Castilho*.

1934 Concretiza o primeiro voo a solo entre Lisboa e Goa.

1935 Falha a tentativa de estabelecer o recorde da viagem entre Lisboa e o Rio de Janeiro, tendo Costa Macedo por companhia, e num avião chamado *Salazar*.

Juventude aventureosa Destemido, o aviador Carlos Bleck bateu, em 1928, o recorde português de distância de voo a solo



mília foram abafados pelo desejo de Bleck de “levar a Cruz de Cristo pelo mundo nas asas de um avião”.

Face às resistências familiares, Bleck tinha um financiador seguro e a fundo perdido num amigo do peito: D. José de Saldanha e Daun, descendente do Marquês de Pombal e dono de uma fortuna imensa. E foi assim que, às 11 da manhã de 9 de fevereiro de 1928, Bleck, então com 24 anos, descolou do campo de aviação de Alverca aos comandos de um pequeno DH60 Cirrus Moth, com um motor de 80 cavalos, fabricado pela inglesa De Havilland. Batizou o avião como *Portugal* e, claro, levava amarrada num dos montantes das asas uma bandeira com a Cruz de Cristo. Destino: Goa. Para lá chegar, seria necessário percorrer 10 396 quilómetros em 87 horas de voo distribuídas por 18 etapas.

Esteve quase a atingir o objetivo – mas, perto de Jerusalém, o motor parou e Bleck viu-se obrigado a fazer uma aterragem de emergência em Gaza, na Palestina, num terreno enlameado pela chuva. Ao tocar no solo, o trem de aterragem enterrou-se na lama e o avião capotou, mas Bleck saiu incólume do acidente. Apesar do objetivo falhado, o piloto foi recebido por uma enorme multidão na estação do Rossio, ao sair do Sud-Express que o trouxe de Paris a Lisboa, e seria condecorado pelo Presidente da República, Óscar Carmona: nunca nenhum português tinha percorrido sete mil quilómetros, sozinho, aos comandos de um pequeno avião de turismo. Batera um recorde.

Ao princípio da manhã de 30 de dezembro de 1930, Bleck estava aos comandos de um Havilland Moth, com um motor Gipsy Mark II, de 120 cavalos. Em duo de pilotagem com o tenente Humberto

da Cruz, dono de larga experiência de voo, iam começar, no campo de aviação da Amadora, a viagem de ida e volta às colónias portuguesas da Guiné e Angola. Cumpriram a impensável missão em 22 dias, superando muitíssimas adversidades. Só um exemplo: quando voavam sobre o Sara Ocidental a baixa altitude, uma caravana de mouros deu-lhes as boas-vindas, alvejando o avião com as suas espingardas. Houve que ganhar altura, e depressa.

Baixo, franzino e insistente, Bleck fez uma segunda tentativa de ligação aérea entre Lisboa e Goa – esta bem-sucedida. Quinze dias e quase 11 mil quilómetros depois de ter descolado, a 19 de fevereiro de 1934, da Granja do Marquês, em Sintra, num pequeno De Havilland DH60 GIII Moth Major, o grande sonho do pioneiro, então com 30 anos, estava prestes a cumprir-se. Aterrou às 15 e 57, e os festejos e as cerimónias em honra do herói sucederam-se. Mas, do Presidente do Conselho, Oliveira Salazar, nem um bilhete de felicitações. E se Bleck era salazarista: em 1937, alistou-se na Legião Portuguesa e serviu

QUANDO VOAVA SOBRE O SARA OCIDENTAL A BAIXA ALTITUDE, UMA CARAVANA DE MOUROS DEU-LHE AS BOAS-VINDAS, ALVEJANDO O AVIÃO COM AS SUAS ESPINGARDAS

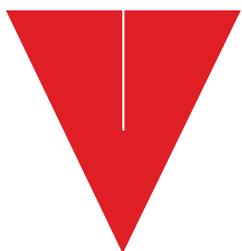
no Serviço de Segurança e Vigilância do Comando Geral, destinado ao “controlo e monitorização de atividades subversivas”.

SALAZAR FURIOSO

Convencido por Bleck, António Ferro enviou, a 13 de dezembro de 1934, um memorando ao ditador, em que elogiava o projeto que lhe fora apresentado. “Um raid Lisboa-Rio de Janeiro, mesmo em três etapas mas apenas com 40 horas de voo, seria hoje ainda um feito glorioso (...). Constituiria um novo recorde entre os grandes recordes mundiais e tornar-se-ia (...) um fator da mais eficaz e elevada propaganda”, escreveu Ferro a Salazar. Os aviões para tais recordes já eram fabricados, com uma estrutura aerodinâmica levíssima, para atingirem velocidades superiores a 300 km/h. “Estes verdadeiros Fórmula 1 da aviação dos anos 1930 custavam caro”, nota José Guedes. Mas o somítico Salazar, para espanto geral, autorizou a compra de um desses aparelhos e a execução do projeto.

Como é óbvio, o avião recebeu o nome de Salazar e a partida ficou marcada para 14 de março de 1935. Juntou-se desde cedo uma enorme multidão, e às 8 e 37 iniciou-se a descolagem na Granja do Marquês, em Sintra, manobra entregue a Costa Macedo. Os 450 cavalos dos motores começaram a dar velocidade ao muito carregado avião na “pista”, esburacada e pedregosa, e Costa Macedo notou que o *Salazar* se estava a desviar para a direita. “Para o evitar, acelerou mais o motor do lado direito e menos o do lado esquerdo para compensar o desvio”, diz José Guedes. “O avião ficou equilibrado e ele, então, meteu potência máxima para descolar e, aí, o *Salazar* virou por completo à direita e apontou à multidão que estava a assistir à descolagem. Partiu uma perna do trem e afocinou, com os motores a trabalhar”, relata o comandante. Ainda hoje ninguém consegue explicar como o avião não explodiu, carregado com tanto combustível.

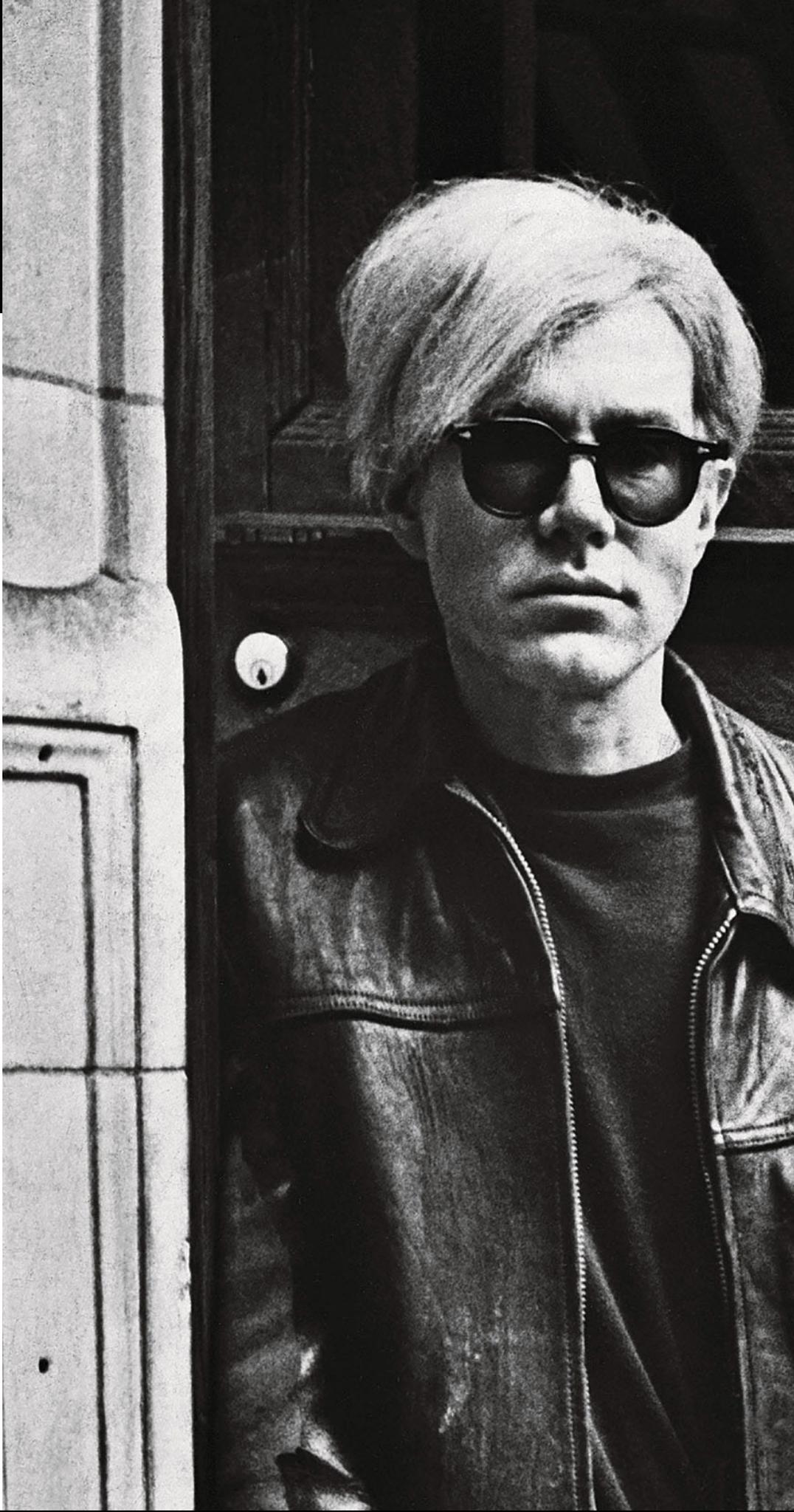
“Foi uma tragédia política. Salazar ficou furioso”, diz José Guedes. E, para Bleck, foi o fim da carreira como piloto. Mas continuou a ser fervoroso salazarista, a ponto de não ter sobrevivido ao golpe militar do 25 de Abril de 1974, que derrubou a ditadura do Estado Novo. “Nunca se adaptou – foi o desmoronar de tudo em que acreditava, sobretudo com o fim do Império e as independências das colónias, a que ainda assistiu”, resume o comandante. Pouco mais de um ano depois, em dezembro de 1975, morreu de ataque cardíaco, na sua quinta de Sintra. Tinha 72 anos. jjunior@visao.pt



VAGAR

“A fama
evapora-se, a
popularidade é
um acidente, a
riqueza tem asas.
Apenas uma
coisa perdura,
o caráter”

Horace Greeley
Jornalista e abolicionista
(1811-1872)



Andy Warhol Figura incontornável da *pop art* americana, o também realizador de cinema escolheu o mítico hotel nova-iorquino para filmar as divas de *Chelsea Girls* (1966), sucesso inequívoco de bilheteiras

MEMÓRIA

Chelsea Hotel

Se as paredes falassem...

ABRIGOU GÉNIOS E LOUCOS, INSPIROU ARTISTAS E ESCRITORES, FOI PALCO DE PAIXÕES BOÉMIAS E DE ASSASSÍNIOS FAMOSOS. HOJE A LUTAR CONTRA A GENTRIFICAÇÃO, ESTE MARCO CULTURAL NOVA-IORQUINO DO SÉCULO XX TEM MUITAS HISTÓRIAS FASCINANTES PARA CONTAR

 ALEXANDRE ABRANTES NEVES



“As empresas e as pessoas chegam e partem, mas a herança do Chelsea, as suas paredes e emoções, essas, vão perdurar muito depois de eu morrer.” Foi assim que Stanley Bard (1935–2017) se referiu ao edifício que geriu durante mais de 50 anos, enquanto mirava as ruas de Nova Iorque por uma das janelas do Chelsea Hotel. Mas já lá iremos, ao presente e ao futuro deste hotel de quinhentas estrelas. Por agora, recuemos a 1884, quando o orgulhoso arquiteto Philip Hubert olhou por essa mesma janela: foi sua a ideia ambiciosa de erguer, no número 222W da Rua 23 de Nova Iorque, o maior edifício da cidade, com 12 andares. Vinte e um anos depois, e já sem esse título (perdido em 1889 para a sede de *The New York Times*), o sofisticado prédio, com raízes na arquitetura gótica vitoriana do século XIX, reabriu como um hotel que se tornaria uma extraordinária incubadora de artistas.

Calçado e bem-comportado, ao contrário do seu famoso personagem Tom Sawyer, o escritor Mark Twain foi o primeiro notável a tocar à campainha da receção do Chelsea Hotel. Nas décadas seguintes, um pelotão de famosos pisou o tapete da entrada do prédio de tijolo vermelho nova-iorquino, reinventando este lugar como um paraíso boémio, criativo e livre. As paredes do Chelsea Hotel, transformadas em autênticas galerias de arte pelos moradores – que incluíram Yves Klein, Christo, Niki de Saint Phalle, Jasper Johns ou Julian Schnabel –, foram igualmente cenários de feitos literários: a maratona de escrita de William S. Burroughs, em *Naked Lunch / Alucinações de um Drogado – Refeição Nua* (1959); a epifania futurista (e certeira, por sinal) de 2001: *Odisseia no Espaço* (1968), de Arthur C. Clark; a ode de Arthur Miller dedicada ao quarto 614, onde se refugiou durante seis anos, após o divórcio com Marilyn Monroe, quando se apercebeu de que um hotel “sem aspiradores, regras ou vergonha (...) não pertence à América”, tal era o grau de liberdade aí vivido. Patti Smith também escreveu, mais tarde, sobre o lugar onde foi feliz: o livro de memórias *Just Kids / Apenas Miúdos* (2010), distinguido com o National Book Award, recorda a atmosfera eletrizante do Chelsea e a paixão cúmplice aí vivida com o fotógrafo Robert Mapplethorpe.

CHELSEA HALL OF FAME

Numa noite de primavera em 1968, Janis Joplin procurava, incansável, pelo ator e cantor Kris Kristofferson. Depois de um



Músicos e posteridade
Janis Joplin (em cima), então com 25 anos e ocupada com a gravação do segundo álbum *Cheap Thrills*, era a ocupante do quarto 411; Sid Vicious e Nancy Spungen (à esq.) marcaram a história do hotel pelas piores razões, quando o músico dos Sex Pistols esfaqueou a namorada; em 1976, no quarto 211, Bob Dylan escreveu o tema Sara (1976), dedicado à mulher



Hotel da liberdade O lobby, os quartos, as escadas até à claraboia do Chelsea Hotel têm sido tela para esculturas, pinturas e desenhos, muitos deles oferecidos por hóspedes e residentes como pagamento das rendas em atraso



Uma portuguesa no Chelsea

Vive há quase 40 anos no Chelsea Hotel e é neste que baseia grande parte da sua obra. A fotógrafa **Rita Barros** é a única portuguesa a residir permanentemente no mítico edifício de Nova Iorque, e o seu corpo de trabalho, aí criado nos últimos anos, pode ser visto no Centro Cultural de Cascais até 10 de outubro. “*Room 1008: The Last Days* narra a remodelação que eu própria tive de fazer ao meu apartamento desde 2011. Para salvaguardar os meus bens, perante o estado de degradação do hotel, tenho vindo a guardar muitos dos meus pertences num armazém. Só que, ao aperceber-me do quão vazias ficavam as paredes, fotografei todas as minhas coisas e coloquei os retratos nos lugares originalmente ocupados pelos objetos. E é isso que esta exposição retrata: como a minha casa é agora uma galeria dos meus próprios objetos pessoais”, explica a fotógrafa à VISÃO. Mas nem sempre foi assim. Rita recorda as festas, os jantares, a energia única que se sentia no hotel e que resultava da mistura de pessoas com experiências de vida tão díspares umas das outras. “A liberdade do hotel, criada pelo Stanley [Bard] e que unia atores, escritores, cantores e artistas plásticos, já não existe.” Assumidamente nostálgica, a artista declara: “O que existe hoje é uma zona cinzenta, constituída tanto por azares da vida como por atos que nos fazem suspeitar se são ou não premeditados. Até 2011, as inundações eram raríssimas no edifício. Hoje em dia são uma constante, acontecem três e quatro vezes ao ano...”



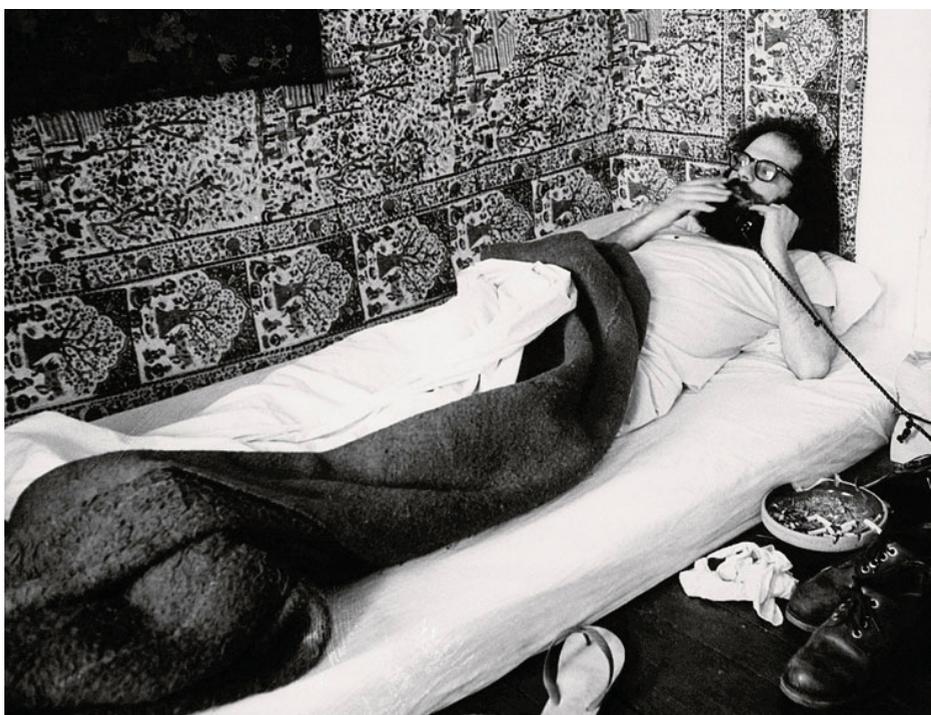


O TEMA “CHelsea HOTEL NR. 2” (1974), DE LEONARD COHEN, ETERNIZOU A NOITE DE AMOR ENTRE O MÚSICO E JANIS JOPLIN, NO QUARTO 411

rápido encontro no elevador com Leonard Cohen, a vocalista de *Big Brother and the Big Company* acabou por convidar o compositor canadiano a acompanhá-la até ao quarto 411. O encontro amoroso seria eternizado por Cohen, três anos mais tarde, no tema *Chelsea Hotel Nr. 2*, a versão aperfeiçoada e sóbria (e, por isso, batizada como segunda) dos famosos versos “*I remember you well in the Chelsea Hotel / You were famous, your heart was a legend*” (“Eu lembro-me bem de ti no Chelsea Hotel / Eras famosa, o teu coração era uma lenda”). Um ano depois, Joni Mitchell lançou igualmente *Chelsea Morning*, canção inspirada no quarto onde viveu.

Já na década de 1980, quem descesse até à sala do pequeno-almoço do Chelsea Hotel poderia ter a companhia da euforia opiada do trompetista Chet Baker ou da excentricidade desregrada de Madonna. Esta última regressaria ao quarto 822, em 1992, para ali serem captadas muitas das fotografias de *Sex*, volume em que a *material girl* encenou as suas fantasias sexuais para a câmara de Steven Meisel, escandalizando os puritanos.

Nem só de finais felizes se fazem as histórias vividas nos quartos do Chelsea Hotel. Corria o ano de 1953 quando o poeta galês Dylan Thomas demorou a rodar a chave na fechadura do 205: tinha bebido, numa só noite, 18 copos de uísque. A intoxicação por álcool provocou a sua morte prematura aos 39 anos. Décadas depois, num piso abaixo, ocorria o último tiro da banda *Sex Pistols*: a 18 de outubro de 1978, Nancy Spungen, namorada do baixista da banda Sid Vicious, foi esfaqueada até à morte no quarto 100. Com as impressões digitais do músico identificadas na arma do crime, as pistas deram-no como culpado, mas, a 4 de fevereiro do ano seguinte, Vicious seria encontrado sem vida no mesmo quarto, devido a uma overdose de heroína.



Um artista em cada quarto Ao longo de mais de 100 anos de funcionamento, o Chelsea Hotel recebeu centenas de artistas, como o dramaturgo Arthur Miller (em cima, acompanhado por Stanley Bard), o poeta beat Allen Ginsberg – fotografado na sua cama no chão, ao lado de um cinzeiro cheio de beatas e em que a parede surge forrada por um tapete persa – que passou temporadas no edifício tal como o amigo Jack Kerouac; e Patti Smith (à dir.), cantora, compositora e autora, cuja passagem pelo Chelsea foi marcada pela relação de grande cumplicidade com o fotógrafo norte-americano Robert Mapplethorpe





Stanley Bard Homem de poucas palavras, apaixonou-se pelo negócio no momento exato em que o pai o comprou, na década de 1940. Durante os 50 anos em que geriu o hotel, colecionou, numa estante do escritório, todos os livros escritos entre as quatro paredes do Chelsea

“Anita! Em breve este Chelsea Hotel / Desaparecerá diante da ganância mercantil da cidade.” É assim que começa *The Hotel Chelsea*, poema escrito em 1936 por Edgar Lee Masters. Quase um século depois, estas palavras não andam longe da verdade. Em 2007, a família Bard abandonou a gerência do hotel e, desde então, o edifício tem sido alvo de acasas disputas entre sucessivos investidores imobiliários, que alegam querer reavivar o espírito do hotel, e os moradores que não acreditam nas suas intenções. Encerrado desde 2011, o estado de degradação do Chelsea Hotel acentuou-se, e as obras de arte que decoravam as paredes do edifício foram realojadas num armazém. Em 2018, houve sinais de esperança: as obras de recuperação do lobby avançavam a bom ritmo, com uma parte dos residentes satisfeita com a promessa de que lhe seriam atribuídos novos e espaçosos apartamentos. Mas um novo obstáculo surgiu, parando tudo: a pandemia Covid-19. A profecia do poema de Masters cumprir-se-á? Esperemos que não, em nome de todos os livros, filmes, obras de arte, histórias à espera de serem criados. aneves.est@visao.pt

SER LIVRE. TER OPINIÃO.

DESCUBRA OS TEMAS QUE MARCAM A REALIDADE PORTUGUESA NOS ENSAIOS, RETRATOS E ESTUDOS DA FUNDAÇÃO.

FUNDAÇÃO
FRANCISCO MANUEL DOS SANTOS

FEIRA
DO LIVRO
DE LISBOA
ATÉ 12 DE SETEMBRO

PRACA DA
FUNDAÇÃO



Descubra as diferenças
O Corto original de Hugo Pratt,
vestido de marinheiro, e o
falcão Maltese contemporâneo
agora revelado



Corto Maltese, quem és tu?

O aventureiro melancólico criado por Hugo Pratt, referência maior da banda desenhada, regressa desenhado por novos autores e transportado para o mundo contemporâneo do 11 de Setembro, no álbum *Océan Noir*

 SÍLVIA SOUTO CUNHA

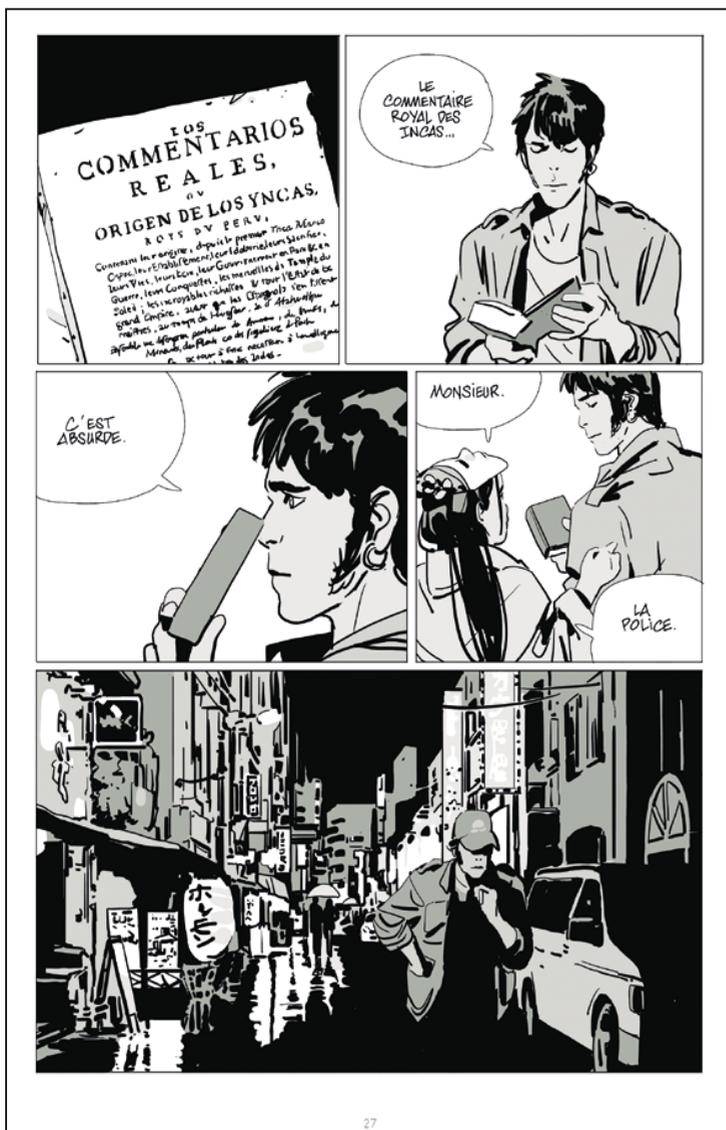
Poderia dizer-se que era uma crise de meia-idade, isto de uma personagem amada pendurar o fato de marinheiro no sótão, envergar roupas e vícios juvenis e romper com hábitos de uma vida inteira. Corto Maltese, o cavalheiro da fortuna que Hugo Pratt fez navegar por mares salgados, *laqunas* venezianas, desertos e cidades exóticas, cruzando

palavras ou espadas com Rasputin, Butch Cassidy, mães-de-santo ou fadas celtas, foi criado em 1967 e, ao longo de 12 álbuns assinados por Hugo Pratt (1927-1995), manteve-se fiel a si próprio: o seu livro preferido era *Utopia* de Thomas More mas... nunca o terminou. Citava Rimbaud, mas envolveu-se em todas as grandes guerras e revoluções da História humana. Viajava pelo mundo sem mapas a não ser o da sua vontade. Sonhava acordado até os sonhos se transformarem em miragens que diluíam a realidade, mas

abdicou do amor por Pandora Grosvenore, a rapariga a quem disse isto: “É precisamente por não te pareceres com ninguém que gostaria de te encontrar sempre. Em toda a parte.”

Corto Maltese ressuscitou, transfigurado. O álbum *Océan Noir* (*Oceano Negro*, em tradução portuguesa), editado pela Casterman com o beneplácito da colorista Patrizia Zanotti (colaboradora próxima e viúva de Pratt), chegou nesta quarta-feira, dia 1 de setembro, às livrarias francesas, revelando mudanças

Autores franceses Bastien Vivès, 37 anos (em cima), e Martin Quenehen (em baixo), 43, criaram um Corto Maltese para o século XXI



Noir situa-se em 2001, no mundo dos atentados às Torres Gémeas, e em que o protagonista pergunta, provocatório, se alguém acha que ele tem “cara de fascista”. Bastien Vivès declarou: “Perante o exotismo do universo de Corto Maltese, tive de interrogar-me se este ainda fazia sentido em 2020, em plena era da internet, quando acreditamos ter visto tudo. Se ainda é possível ter encontros fortuitos, se a fraternidade ainda quer dizer algo... Acredito que sim.” E nesta aventura de Corto Maltese ainda há tesouros e enigmas, pranchas expressionistas, viagens e mulheres inesquecíveis – aliás, a capa de *Océan Noir* revela um Corto de olhar no horizonte, acompanhado de uma rapariga ruiva. Nas primeiras páginas deste livro-acontecimento (cuja tradução portuguesa sairá no outono, affiança a editora Arte de Autor), o jovem Maltese perde-se nos néons do Japão e vê um espetáculo de Kabuki. “Em *Océan Noir*, tentámos regressar à profundidade narrativa, à indagação das zonas de sombra da História da Humanidade”, disse Martin Quenehen, fã do Corto original, à BFMTV. E acrescentou: “Corto é, de certa maneira, um ronin: um samurai sem mestre, sem causa própria, mas que continua a avançar. E mesmo que viva num mundo que já não existe, no meio de uma Humanidade enlouquecida, desregulada, vai pelo seu caminho sem amargura, sem cinismo. Corto nunca renuncia, e isso é algo que acho maravilhoso nele.” scunha@visao.pt

drásticas no desenho e na identidade deste mito de BD. O Corto criado pelo desenhador Bastien Vivès e pelo argumentista Martin Quenehen é jovem, um pirata em más companhias e com a aparência de qualquer rapaz da aldeia global: figura esguia, vestida com parca e calças justas, e um boné nos cabelos despenteados. E que revela o corpo, nu, numa cena de intimidade amorosa explícita num barco no meio do oceano. Da romântica farda de marinheiro, criada por Hugo Pratt, só resta um símbolo: a argola na orelha esquerda. “Perguntei-me se conseguiria criar o desejo, a sensualidade desta personagem, um ícone da masculinidade sexy. Tive atenção ao seu riso, à sua maneira de fumar, tudo o que faz parte do seu charme. Desenhei o rapaz que gostaria de ser, algo fantasmático, mas sempre à vontade consigo e com os outros”, confessou Vivès.

O tempo deste anti-herói já não é o dos inícios do século XX que Hugo Pratt concebeu: Corto vive agora a contemporaneidade assolada por telemóveis, novas tecnologias e terrorismos. *Océan*



ESTE CORTO É JOVEM, UM PIRATA PARECIDO COM QUALQUER RAPAZ DA ALDEIA GLOBAL: UMA FIGURA ESGUIA, DE PARCA E CALÇAS JUSTAS



ABBA PROVA DE VIDA

O sucesso dos suecos ABBA, entre 1972 e 1983, foi tanto que ainda há, em 2021, um pouco por todo o mundo, quem saiba soletrar de cor os nomes e apelidos dos seus quatro integrantes: Agnetha Fältskog, Björn Ulvæus, Benny Andersson e Anni-Frid Lyngstad. Convenhamos que não é uma tarefa fácil. Uma hipotética reunião do grupo foi esbarrando sempre, ao longo dos anos, na intransigência absoluta dos seus membros: “Não, nunca.”

Até que, em 2016, começou a falar-se numa possível digressão virtual e, em 2018, soube-se que o quarteto tinha entrado em estúdio para gravar duas canções novas que nunca chegaram a fazer-se ouvir. Ao que parece, chegou agora o momento de estes magos da pop – autores de vários hits que, goste-se mais ou menos, nunca se esquecem e são ainda cantarolados em todo o mundo – voltarem à vida. Björn Ulvæus garantiu que as duas canções ainda inéditas, *I Still Have Faith In You* e *Don't Shut Me Down*, serão conhecidas

este ano, e acredita-se que até pode haver mais temas novos. Mas o sinal mais inequívoco de que há grandes novidades a caminho aconteceu na semana passada, quando ficou acessível o site abbavoyage.com. Aí, a informação era praticamente nula, mas a única mensagem disponível não deixa grandes dúvidas quanto a um qualquer regresso: “Obrigado por ter esperado, a viagem está quase a começar.” Os pormenores devem ser conhecidos esta quinta-feira, 2, mas os especialistas no assunto especulam, com alto grau de certeza, que se deve tratar da concretização do tal projeto, discutido em 2016: um espetáculo dos ABBA recriado digitalmente com hologramas. Ulvæus até já tinha adiantado alguns pormenores, em declarações à BBC, dizendo que este formato *hi-tech* lhes foi proposto por Simon Fuller (produtor conhecido, sobretudo, pelo êxito, nos anos 90, das Spice Girls), prometendo uma digressão de “cópias digitais idênticas” dos músicos, cantando virtualmente os êxitos dos ABBA. A grande questão que agora se vai colocar aos fãs da banda sueca é: queremos mesmo isso? **Voulez-vous? P.D.A.**

JON STEWART UM TRUNFO PARA A APPLE TV+

Cumpriu uma espécie de autoimposta travessia do deserto durante os anos da presidência de Donald Trump nos EUA – e tanto que ele teria a dizer sobre o assunto...

Jon Stewart deixou o *The Daily Show* em 2015, depois de 15 anos a definir um novo padrão na mistura televisiva de informação, comentário político e humor. O regresso a esse formato está marcado para o dia 30 de setembro na plataforma de streaming Apple TV+. Durante uma hora, *The Problem with Jon Stewart*, com uma periodicidade quinzenal, vai dedicar-se a um tema da atualidade, contando com várias intervenções, entre sátira, comédia e jornalismo. Semanalmente, estará disponível um podcast com o mesmo título.



De volta à escola: de novo, o mundo



POR PEDRO STRECHT / Médico pedopsiquiatra

Não sei, meus filhos, que mundo será o vosso/ É possível, por-que tudo é possível, que ele seja/ aquele que eu desejo para vós. Um simples mundo/ onde tudo tenha apenas a dificuldade que advém/ de nada haver que não seja simples e natural.” (Jorge de Sena)

Setembro é o mês de regresso à escola. Ao outro mundo em que as crianças e os adolescentes habitam um imenso número de dias e horas por cada ano, onde crescem, aprendem e, sobretudo, se relacionam com tudo o que está para além das suas casas, descobrindo, assim, o que podemos chamar “mundo”.

Não sei que mundo esperar agora em mais um ano letivo que se inicia. Só desejo que seja mais simples do que os dois anteriores, marcados por factos tão difíceis e inesperados para os mais novos, para todos, para a Humanidade: a pandemia Covid-19. Como o poeta, não quero mais do que as dificuldades naturais – e elas já são tantas – de que se revestem o crescimento, a aprendizagem, o relacionamento. Gostava ainda que, este ano, na escola, houvesse, de forma mais presente, “um mundo em que tudo seja permitido/ conforme o vosso gosto/ o vosso anseio/ o vosso prazer/ o vosso respeito pelos outros, o respeito dos outros por vós”, sobretudo daqueles para quem aprender não é tarefa fácil.

Um mundo, uma escola, onde fosse possível manter viva a curiosidade, cuja morte tão precoce num sem-número de crianças e adolescentes me inquieta bastante. E que existisse mais contacto, de novo, face a face, e, com ele, mais e uma melhor relação com os outros (adultos e grupo de pares). Um mundo, uma escola que exaltasse a força genuína da dúvida, aceitando um “não sei” com o louvor de quem honestamente deseja aprender ousando experimentar e, sem medo, errar.

Um mundo, uma escola, conforme “o vosso gosto”, pois qualquer um, felizmente, é singular enquanto pessoa, enquanto aluno, e ainda bem que nem todos gostamos dos mesmos assuntos ou pos-

suímos (desenvolvemos) iguais capacidades para ler, contar, escrever, pintar ou até, simplesmente, correr e brincar. Uma escola em que cada qual pudes-se satisfazer o anseio infantil e juvenil de abertura ao desconhecido, ao mundo, quer este seja o nosso ou o do outro. E “anseio de ser”, claro, o prazer de existir, prosseguindo sem grilhetas nestes primeiros e determinantes anos de vida, eliminando pesos que prendam ao passado ou fardos cheios de visões negativas do futuro.

Uma escola de “respeito por vós”, em que falar seja sempre possível, sem medo ou condicionamentos, e, dentro do falar, o ousar perguntar. E “respeito pelo outro”, que também se fomenta e deve ser expres-

so no difícil ato de ouvir, saber ouvir, colocando-se no lugar alheio. Porque o mundo, a escola, pode tornar fracos os fortes, normalizar e empobrecer os mais inteligentes ou os que estão em lugares mal situados, fora da rigidez de algumas normas, como as que atualmente, por exemplo, menosprezam artes e humanidades em detrimento de ciências e tecnologias.

A escola, esse local onde os nossos filhos passam mais tempo do que em casa, connosco, devia ser (acima de tudo) uma boa preparação para o mundo, que quase nunca faz parte da “matéria” porque, na realidade, ele é uma questão de “espírito”. Diz ainda Jorge de Sena no mesmo

poema: “Acreditai que nenhum mundo, que nada nem ninguém/ vale mais que uma vida ou alegria de tê-la./ É isto o que mais importa – essa alegria.” A vida. Não sei, mas pessoalmente desejava que essa alegria no mundo se tornasse um traço, e que cada traço se tornasse uma inscrição que, como cada risco de tinta num caderno, pudesse permanecer para que, mais tarde recordada, fosse ainda algo de útil ou funcionasse como breve chama ou luz do querer sempre continuar a aprender. Porque, de verdade, como termina o mesmo poema:

“Um dia, sabereis que a Humanidade/ não tem em conta os que pensavam assim/ amaram o seu semelhante no que ele tinha de único.” ■ visao@visao.pt

A escola, esse local onde os nossos filhos passam mais tempo do que em casa, connosco, devia ser (acima de tudo) uma boa preparação para o mundo, que quase nunca faz parte da “matéria” porque, na realidade, ele é uma questão de “espírito”



A febre da natação livre

O fecho das piscinas e dos ginásios durante os confinamentos levou os portugueses para o mar. São cada vez mais os que procuram companhia para nadar em águas abertas

 RUI ANTUNES

A enfermeira Catarina Pinheiro da Cunha não tem rotina certa e, há pouco mais de um mês, encaixou uma nova atividade na agenda. Uma vez que trabalha por turnos, no Hospital de Santa Maria, em Lisboa, tanto vai nadar após uma noite inteira de serviço como inicia o dia com umas braçadas, antes de ir tratar os doentes. O importante é aquela hora a deslizar na água, entre o Tejo e o Atlântico, “em comunhão com a Natureza”, num exercício “ótimo para desanuviar do trabalho”.

“Sinto uma paz e serenidade que não se consegue na piscina”, constata a jovem de 25 anos, que fez natação dos 5 aos 21 e não experimentava estas sensações há cerca de uma década, quando se aventurou durante uns meses no triatlo. Agora, ninguém lhe tira as duas sessões

semanais de natação em águas abertas (mar, rios, lagoas...), nas praias da linha de Cascais. “Não existem barreiras físicas como as paredes de uma piscina. Temos o mar todo só para nós”, salienta, convicta de que não irá parar tão cedo, “seja verão ou inverno, de dia ou de noite”.

Já “desenferrujada”, após alguns anos afastada do ofício, Catarina consegue nadar três quilómetros seguidos com facilidade, mas não abdica de o fazer acompanhada, por uma questão de segurança. Como ela, são cada vez mais os portugueses a aderir a esta modalidade ao ar livre, incentivados pela possibilidade de levarem companhia para dentro de água.

“O boom está a acontecer este ano”, nota André Santos, que desde 2014 gere um grupo no Facebook com o objetivo de promover a natação conjunta entre os membros. Em 2019, o grupo deu origem à empresa SwimTogether, então “muito fo-

cada no cliente internacional e nas aventuras de turismo e lazer através da natação”, até que os confinamentos interromperam o fluxo de estrangeiros e trouxeram os portugueses para as águas abertas. “O fecho das piscinas ajudou a acelerar o processo”, explica André, fundador e guia da SwimTogether, hoje muito mais uma escola dedicada a formar nadadores, apesar de as aventuras começarem a recuperar o fôlego. “As pessoas sentem-se preparadas depois de algum tempo de aprendizagem e querem experimentar coisas novas”, justifica o jovem de 26 anos.

A costa da Arrábida é um local de excelência para os passeios exploratórios. “Há grutas, arcos marinhos e por baixo de nós passam cardumes de tainhas, de peixe-rei, e até um polvo já vimos. Além disso, existem autênticas florestas debaixo de água que são uma coisa fenomenal de se ver”, destaca André, que diz já ter

Sem medos A enfermeira Catarina da Cunha faz-se ao mar, em Carcavelos, na companhia de outros nadadores



NADAR EM SEGURANÇA

As condições no mar (ou no rio) não são iguais às da piscina. Por isso, assegure-se de que está preparado

SER AUTÓNOMO

Só deve nadar em águas abertas quem não depender de terceiros para superar dificuldades inesperadas, como correntes

TER COMPANHIA

Nadar acompanhado aumenta a segurança e, em última instância, ter alguém a observar em terra pode ser ajuda preciosa

ESTAR VISÍVEL

A boia de sinalização é um acessório importante para que outros o possam ver – por exemplo, tripulantes de barcos a passar

EQUIPAR-SE BEM

Nos últimos anos, tornou-se quase obrigatório. Um bom equipamento protege do frio e evita situações de hipotermia

CONHECER O MEIO

Antes de entrar na água, informe-se sobre o estado do mar, no que respeita a correntes e ondulação

visto um peixe-lua a saltar-lhe à frente, na Praia da Baleeira, próxima do cabo Espichel. “Tenho a impressão de que a pandemia trouxe mais vida ao nosso mar.”

Não muito longe, no Parque Urbano de Albarquel, a câmara de Setúbal abriu, no passado mês de abril, um centro de natação em águas abertas para dar apoio logístico aos praticantes. Ao mesmo tempo, está a ser estudada a realização de um circuito regional na zona e também em Lisboa. São sinais do crescente interesse na modalidade, como refere Daniel Viegas, diretor técnico nacional da Federação Portuguesa de Natação. “Temos cada vez mais treinadores e crianças a querer experimentar”, adianta, ressaltando que este entusiasmo “ainda vai demorar alguns anos a notar-se ao nível do alto rendimento”.

As distâncias oficiais são as de cinco, dez e 25 quilómetros, as chamadas maratonas da natação. O que se vê, agora, é “uma grande procura pelas provas mais curtas”, com dois quilómetros ou menos. “A malta vai uma vez ao mar, começa a gostar, depois quer fazer uma prova de mil metros, a seguir de dois mil, e é isso que se observa cada vez mais”, ilustra.

VENDAS A SUBIR

Nas lojas, sente-se o impacto da procura. Fatos, toucas, luvas, meias e proteções para o pescoço – há de tudo para

combater o frio. As boias de sinalização, em cores vivas para tornarem o nadador mais visível, têm tanta saída como os imprescindíveis fatos. “Este ano, intensificou-se bastante a prática da natação em águas abertas e, com isso, têm aumentado as vendas”, diz João Ruas, um dos responsáveis da Aqualoja, especializada em artigos de natação. Bruno Serra, da Decathlon Portugal, afirma que “a procura é cada vez mais elevada” no que toca a fatos, acessórios e até a produtos de nutrição e hidratação, a que corresponde “um natural aumento de vendas”.

Mais do que a competição, o puro lazer parece ser a verdadeira locomotiva do fenómeno. Há praticantes de todas as idades, a maioria com um passado ligado à natação, como é o caso das primas (e vizinhas) Dina Oliveira e Cláudia Cardoso, ambas na casa dos 50 anos. Neste verão, a primeira convenceu a segunda a juntar-se a um grupo de nadadores no WhatsApp que, desde o ano passado, já vai em 25 membros.

“O ginásio fechou durante a pandemia e, agora, faço bicicleta em casa durante o inverno e tenho conseguido ir nadar com eles às 7h30, antes do trabalho. São boa onda, e a água sempre foi a minha perdição”, partilha Cláudia, acrescentando que o convívio dá-lhe motivação extra. “Quando vamos ao fim

de semana, muitas vezes ainda fazemos praia a seguir, para aquecer o corpo”, brinca a funcionária pública. Para enganar o frio, comprou quase o equipamento completo – fato, touca e meias de neoprene, além da boia de sinalização –, num investimento a rondar os 170 euros.

Dina reconhece que a temperatura da água pode ser um entrave, mas, por outro lado, está convencida de que nunca mais lhe doeram as costas por causa disso. “Também já há dois anos que não tenho uma constipação ou gripe, e não havia um inverno em que não as tivesse”, sublinha.

As duas primas costumam nadar em Caxias, onde os pontões distam 500 metros. Em julho, quando começou, Cláudia não conseguia fazer uma “viagem” sem parar; agora, já faz três das quatro que o resto do grupo completa, num total de dois quilómetros. Satisfeita com a sua evolução, diz nunca ter sentido medo, nem mesmo quando se cruzou com uma alforreca: “Toquei-lhe com a mão, vi que não tinha borbulhas e continuei.”

Dina é arquiteta e sai da praia para o trabalho, ali perto. Toma um duche e troca de roupa no carro. Sempre fez desporto, mas agora não quer outro. Não é a única. “Há dias em que há tantos nadadores na água, que corremos o risco de chocar”, conta, divertida. [r antunes@visao.pt](mailto:rantunes@visao.pt)



POR **CAPIÇUA** / Rapper

A Tralha



BRUNO SIMÃO

Chegado o dia da estreia (garganta seca e pânico), confesso que não estando curada da síndrome do impostor, estou muito feliz por me ter metido nisto.

Quando, no início da pandemia, percebi que ia ficar sem concertos por tempo indeterminado, decidi que havia que pôr em prática uma resolução pendente – diversificar o meu trabalho, desmultiplicar a minha escrita e as suas possibilidades e abrir o leque de formatos. Não era apenas uma questão estratégica e de sobrevivência, era uma necessidade artística anterior, que acabou por se precipitar perante os factos e suas frustrações, como também perante as oportunidades que (providencialmente) foram aparecendo.

Ora, aquilo que começou como uma resolução tem-me levado para bem longe da minha praia. E na minha mais recente exploração por mares nunca dantes navegados, é chegada (rufos em crescendo) a véspera da estreia da minha primeira peça de teatro (frio na barriga)! Foi por um irrecusável convite da Boca Bial que me atirei à escrita de um texto para encenar, pela primeira vez na vida. Escrever foi “fácil”, senti eu num misto de autoestima-das-infâncias-felizes e alguma inconsciência. Duro foi depois (mas já lá vamos).

Convidei o Tiago Barbosa, ator experimentado e amigo de longa data, não apenas pelo seu talento e por achar que seria o corpo-espírito ideal para vestir o texto que tinha em mente, mas também porque sabia que sempre me seria sincero. Que me diria a verdade se o texto fosse fraco, se as minhas ideias fossem batidas ou absurdas, e se estivesse a fazer as escolhas erradas. O processo de trabalho provou que a minha intuição estava certa. A sua exigência foi sempre do tamanho da sua franqueza. Sugeriu leituras, reviu comigo o texto inúmeras vezes, fez muitas sugestões, sendo certo que a ideia de que com ele a meu lado teria as costas quentes verificou-se, não só pelo conforto de quem está em família, mas pelo incansável rigor.

Estivemos várias semanas em residência artística e, no processo, definimos duas linhas de interpretação. A dele, num monólogo triste e irónico que mistura a história de um homem solitário com reflexões mais ensaísticas sobre acumulação, desperdício e obsolescência. E a minha, totalmente performativa, na manipulação e na organização de objetos, para aquilo que parece ser um processo de construção cenográfica. Em suma, um ator que diz o texto e a autora que, calada, se relaciona com o espaço cénico.

Foi precisamente essa a parte mais difícil. Desde logo pelas escolhas estéticas e teátricas, muitas delas paradigmáticas, que é preciso fazer antes de tudo e ao longo do processo. Pelos avanços e recuos, cheios de dúvidas. Pela gestão dos condicionamentos logísticos. Pelo que é preciso dizer de outra forma, sugerir, não dizer de todo, enxugar e afinar. Pela experimentação, exaustiva, com o corpo todo, sempre em relação com o espaço. Por isso de pensar no gesto e na sua leitura minuciosamente. Mas, acima de tudo, porque me é incrivelmente difícil performar.

Preparar o gesto entorpece-me. Rouba-me a espontaneidade onde sempre depus a minha expressividade. Além de que tenho uma profunda incapacidade para fazer de conta. Apesar de tudo (e por isso mesmo), no fim de todo o processo de criação e ensaio encontrei um lugar de conforto, dentro do desconforto da performance e da novidade. E aprendi muitíssimo. Não só nesse duro confronto entre o meu despreparo e a exigência do trabalho, mas também na observação do Tiago. Chegado o dia da estreia (garganta seca e pânico), confesso que não estando curada da síndrome do impostor, estou muito feliz por me ter metido nisto.

A *Tralha* é uma reflexão sobre os objetos que nos rodeiam e onde depositamos as nossas memórias. Sobre os objetos que nos servem de extensão e com os quais definimos as coreografias que inscrevemos no espaço nas nossas rotinas. Sobre as coisas em que nos afundamos, num planeta afogado em plástico e em que o que tomamos como descartável é afinal indestrutível. Sobre as coisas cujo peso é muito maior do que o que podemos carregar. Uma dissertação emocional que parte da história de um homem que fica sozinho, nos longos meses de confinamento, rodeado de matéria inerte, entulho e recordações. ■■ visao@visao.pt