



## Boletim Informativo dos SSAP n.º 2/2016

### Conteúdo desta edição

- [Beneficie dos nossos serviços](#)
  - [Programe as suas férias](#)
  - [Protocolos - o que há de novo](#)
  - [Formação Sénior: programa 2.º semestre](#)
- [Boas práticas para uma alimentação segura](#)
  - [Alimentação Inteligente: Coma melhor, poupe mais](#)
  - [Conheça os benefícios do consumo da sardinha](#)
- [Opinião](#)
  - [Programa Estou Aqui!](#)
  - [Serviço Público e Corrupção](#)
- [Temas jurídicos](#)
  - [Execução dos Contratos Públicos](#)

### Editorial

Caros/as beneficiários/as,

Com a aproximação do período de férias para a generalidade dos trabalhadores, entendemos oportuno apresentar sugestões de programas culturais a realizar nas regiões onde se inserem os nossos equipamentos de férias para que possa desfrutar de todas as suas potencialidades.

Fique a par das últimas novidades no que respeita, quer à celebração de protocolos com outras instituições, quer ao programa de formação sénior para o 2.º semestre.

Se tem filhos/as mais pequenos conheça as vantagens do programa "Estou aqui" da responsabilidade da Polícia de Segurança Pública.

Não deixe de ler os artigos sobre as boas práticas na alimentação, com dicas importantes sobre a melhor maneira de planear, comprar, confeccionar e conservar os alimentos. Como o mês de junho se associa naturalmente à sardinha assada, conheça os benefícios do seu consumo.

Por fim, damos continuidade, nesta edição, à rubrica "Temas jurídicos" com um artigo sobre a execução dos contratos públicos.

Votos de boas e merecidas férias,

Humberto Meirinhos

Presidente dos SSAP

### Beneficie dos nossos serviços

#### Programe as suas férias

Aproveitando as unidades de alojamento disponibilizadas pelos Serviços Sociais da Administração Pública podemos conhecer um pouco melhor o nosso país.

#### [Apartamentos em Lisboa](#)

Em **Lisboa**, as unidades situam-se na zona de Benfica, que permite acesso fácil e rápido a qualquer ponto da cidade. Propomos-lhe um itinerário para visitar alguns dos pontos mais emblemáticos. De metro a partir do Jardim Zoológico vá até à **Baixa**, o coração da cidade e passeie pelas suas ruas animadas. Continue para



**Alfama**, um dos bairros mais típicos de Lisboa que se enfeita para as festas no mês de Junho e suba até ao **Castelo de São Jorge** para apreciar as belíssimas vistas sobre as colinas e o Tejo. Depois desça e deslumbr-se com outra paisagem a partir do **Miradouro de Santa Luzia** e um pouco mais abaixo conheça a **Sé de Lisboa** e a **igreja e o Museu de Santo António**, o popular padroeiro da cidade. Aqui poderá apanhar o **elétrico 28** até ao **Chiado** e perca-se a descobrir as ruas deste bairro elegante. Se tiver tempo visite o **Museu de Arte Contemporânea** ou então opte pelo **Museu Nacional de Arte Antiga**, um dos mais importantes do País, a meio caminho para **Belém** onde poderá visitar também o **Museu dos Coches**, uma coleção única no mundo. Bem perto delicie-se com os saborosos Pastéis de Belém e visite o **Mosteiro dos Jerónimos**. No outro lado da Praça do Império, visite o **Centro Cultural de Belém** e o Museu Berardo e termine o dia com o pôr do sol na **Torre de Belém**.  
Sugestões do Turismo de Portugal: [Conhecer Lisboa](#)

### Casas do Outão



Na margem sul do Tejo, perto de Setúbal, as **Casas do Outão** são um ponto privilegiado para descobrir a belíssima **Serra da Arrábida**, um Parque Natural com praias deslumbrantes como a **Figueirinha**, **Galapos** ou o **Portinho da Arrábida**. Em **Setúbal** aproveite para passear pelas ruas desta cidade junto ao Sado, suba ao Castelo de São Filipe para apreciar a paisagem, e aprecie a deliciosa gastronomia em que se destaca o peixe fresco grelhado ou o choco frito. Atravesse o rio para conhecer **Troia** e as suas praias e durante o passeio de barco fique atento aos simpáticos golfinhos que vivem no Sado. Outra sugestão de percurso nesta região tem como primeira paragem **Palmela** cujo castelo é visita obrigatória pela vista majestosa que em dias sem nebulosidade abrange Sintra. Depois siga para **Azeitão** e delicie-se com os queijos, as tortas e o Moscatel. Sesimbra, tradicional vila piscatória, possui uma praia excelente e um castelo que vale a pena visitar. Termine o passeio no **Cabo Espichel**, um dos locais mais impressionantes da região.  
Sugestões do Turismo de Portugal: [Castelos e miradouros a sul](#)

### Pousada de Évora



Em **Évora** e com a sorte de ficar alojado em pleno centro histórico que é Património da Humanidade, o melhor será começar por fazer um passeio na cidade tendo como pontos de paragem obrigatórios: **o Jardim Dom Manuel**, **a Sé Catedral**, **o Templo Romano**, **o Museu de Évora** ou **a Igreja de São Francisco e a Capela dos Ossos**. Com tantas visitas a fazer, impõem-se uns momentos de descanso numa esplanada na Praça do Giraldo a saborear as deliciosas queijadas de Évora. Perto de Évora há outros locais interessantes a conhecer. Comece pela vila medieval de **Monsaraz** e na sede do concelho (Reguengos de Monsaraz) prove os bons vinhos da região numa das unidades que fazem parte da **Rota dos Vinhos do Alentejo**. Faça um passeio de barco na Albufeira do **Alqueva** e conheça o Museu da Aldeia da Luz (submersa pela construção da barragem), ou visite **Mourão** e aprecie a melhor vista sobre o grande lago. Conheça também **São Pedro do Corval**, um dos maiores centros de olaria da Península Ibérica e faça o passeio dos três castelos: **Alandroal**, **Terena** e **Juromenha**, ótimos miradouros sobre a região. Outra visita imperdível é o imponente **Palácio dos Duques de Bragança em Vila Viçosa**. Passe também por **Borba**, conhecida pelo excelente vinho e pelos monumentos em mármore: Chafariz das Bicas, a Igreja Matriz e Convento das Servas de Cristo. Termine o passeio visitando o castelo onde viveu a Rainha Santa Isabel na bonita cidade de **Estremoz**.  
Sugestões do Turismo de Portugal: [Évora](#), [Património da Humanidade](#)

### Estalagem do Cruzeiro



A Estalagem do Cruzeiro situa-se na vila de **Aljubarrota**, cuja fama remonta a uma importante batalha que teve lugar no século XIV. Pode ficar a saber tudo sobre esta batalha no **Centro de Interpretação** erigido no Campo de São Jorge, o exato local onde ela teve lugar e não deixe de conhecer o belíssimo **Mosteiro da Batalha** construído para celebrar a vitória portuguesa nesta luta que foi fundamental na manutenção da independência do reino. A sul de Aljubarrota, outro Mosteiro património mundial, o de **Alcobaça**, que alberga os belíssimos túmulos de D. Pedro e D. Inês. Daqui tem várias opções de visita, para Oeste a vila piscatória da **Nazaré**, de que tanto se tem falado a propósito da onda de mais de 30 metros na Praia do Norte. A sul vale a pena visitar **Caldas da Rainha**, famosa pela cerâmica, a encantadora vila muralhada de **Óbidos**, e **Peniche**, um dos melhores locais para comer peixe fresco nesta região. Se tomar a direção leste, visite o Castelo de **Porto de Mós** e o **Parque Natural das Serras de Aire e Candeeiros** que possui diversas grutas como as de **Mira de Aire**, **de Santo António ou da Moeda**. E se quiser prosseguir por mais alguns quilómetros pode visitar o **Santuário de Fátima**, **o Castelo de Ourém**, terminando em beleza o passeio com uma visita ao castelo templário e ao Convento de Cristo de **Tomar**,

cujo valor levou a que fosse reconhecido como património mundial pela UNESCO. Sugestões do Turismo de Portugal: [No Coração de Portugal](#)

#### [Casa Alice Félix](#)



Se optar pelo alojamento em **São Pedro do Sul** explore um pouco desta área no Centro de Portugal. Comece pelas **Termas** que já eram conhecidas no tempo de D. Afonso Henriques e que possuem um balneário e spa muito completos totalmente renovados recentemente. A cerca de 20 quilómetros fica **Viseu**, uma das cidades portuguesas com melhor qualidade de vida, inserida na região demarcada do Dão onde se produzem excelentes vinhos de mesa, que acompanham na perfeição a vitela de Lafões, um dos pratos mais apreciados na gastronomia regional. Para fazer a digestão passeie pelos parques e pelas ruas medievais do centro histórico que o levam ao **Adro da Sé** onde se concentram os principais monumentos da cidade: a Catedral, o Museu Grão Vasco e a Igreja da Misericórdia. A sul, duas áreas naturais muito apreciadas pelos amantes de desportos radicais – na direção oeste, a **Serra do Caramulo**, e para leste a **Serra da Estrela**, área protegida onde se encontra o ponto mais alto de Portugal continental. Mas há mais opções de visita a partir de São Pedro do Sul. Se tomar a direção noroeste poderá conhecer o **Geoparque de Arouca** e percorrer os **Passadiços do Paiva**, oito quilómetros de passeio através de um santuário natural junto ao rio Paiva. Já a estrada que se dirige para norte leva-o até ao **Douro** e às suas paisagens de beleza ímpar, com paragens pelo caminho para visitar **Ucanha** e a sua ponte medieval, o Mosteiro de **São João de Tarouca** e a cidade de **Lamego**, bem conhecida pelo Santuário de Nossa Senhora dos Remédios e pelos espumantes de qualidade.

Sugestões do Turismo de Portugal: [Passeio por Viseu](#)

Fonte:

 Turismo de Portugal

## Protocolos - o que há de novo

Aproveitamos esta oportunidade para lhe dar a conhecer os protocolos/acordos celebrados no 2.º trimestre de 2016, para que se mantenha atualizado/a.

### Apoio Domiciliário:

- [AudazAjuda](#) - Lisboa
- [Culsen Cuidados Domiciliários](#) - Maia
- [Happy Comfort](#) - Lisboa
- HumanBeing Apoio Domiciliário - Lisboa
- [Lxiscare](#) - Moscavide, Lisboa
- [Sensil Taking Care](#) - Fátima

### Comerciais:

- [Livraria Leitura](#) - Porto
- [Livrarias Bulhosa](#) - Lisboa, Linda-a-Velha, Cascais

### Educação:

- Bibinho Amarelo - Mem-Martins
- [Creche Cinco Estrelas](#) - Moscavide
- [Wise Up Academy](#) - Loures

### Restauração:

- Sabores do Lima – Ponte de Lima

### Saúde:

- BRD - Importação e Exportação Unipessoal, Lda. – Porto Salvo
  - Produtos ortopédicos/Ajudas técnicas
- [Amoena Portugal - Comercialização de Material Médico e Cirúrgico, Lda.](#) - Lisboa
  - Produtos Ortopédicos Ajudas Técnicas
- [Centro de Desenvolvimento Infantil - I.SENSE](#) - Ermesinde
  - Integração Sensorial, Sessões de Avaliação Especializada, Psicologia Clínica, Neuropsicologia, Musicoterapia, Terapia da Fala, Terapia Ocupacional
- [Centro de Enfermagem Reabilita Malhor, Lda](#)-Fazendas de Almeirim
  - Clínica Geral / Medicina Familiar, Nutrição, Psicologia Clínica, Terapia da Fala, Enfermagem
  - Exames: Urologia, Pneumologia ,Gastreenterologia
- Diana Saúde Ambulâncias e Transportes de Doentes, Lda - Évora
  - Transporte de Doentes
- [Exvitam - Clínica Médica e de Fisioterapia](#) - Valongo
  - Fisiatria / Medicina Física e de Reabilitação,Fisioterapia
- [Farmácia Algarve - Maria Graciete de Jesus Mestre do Carmo Chagas](#) - Quarteira
- Farmácia Campo Alegre - Nomination Moment Lda. - Porto
- [Farmácia Coimbra - Walk on By Lda.](#) - Coimbra
- [Farmácia do Fórum - Segmentóbvio Lda.](#) - Montijo
- [Farmácia do Shopping - Farmácia Sequeira - Sociedade Unipessoal Lda.](#) - Albufeira
- [Farmácia M. Baptista Lda.](#) - São Pedro - Faro
- [Farmácia Maio - Everlasting](#) - Leiria
- [Farmácia Porto - Carlos Oliveira e Irmã Lda.](#) - Porto
- [Farmácia Vitória - LifeJourney SA](#) - Guimarães
- [ILLIC Clínica Terapêutica Lda](#) - Fânzeres
  - Psicologia Clínica, Terapia da Fala, Terapia Ocupacional, Nutrição
- [OldCare Unipessoal Lda.](#) - Bragança
  - Produtos Ortopédicos Ajudas Técnicas
- [Óptica Reis - Óptica Médica Lda.](#) - Ponte de Sôr, Portalegre, Estremoz
- Palvidas - Transporte de Doentes, Lda. - Palmela
  - Transporte de Doentes
- TRIFAR - ORTOPÉDICOS - Viana do Castelo
  - Produtos Ortopédicos Ajudas Técnicas

Consulte [aqui](#) toda a oferta que temos para si.

## Formação Sénior: programa 2.º semestre

Com a finalidade de promover um Envelhecimento Ativo dos beneficiários seniores, os SSAP programaram para o 2º semestre, ações de formação que tiveram em conta as necessidades expressas pelos formandos durante o 1º semestre. Este plano de formação aposta nas novas tecnologias e com a instalação da Rede Wi Fi, permite que os formandos utilizem os seus equipamentos, tornando a aprendizagem mais utilitária, bem como uma formação à medida, e o desenvolvimento de novas ações nas áreas das TIC, saúde, comportamental, criatividade e de reciclagem.

Consulte o programa na [pagina do portal dos SSAP](#).

## Boas práticas para uma alimentação segura

### Alimentação Inteligente: Coma melhor, poupe mais

O acesso à alimentação adequada é, nos dias que correm, ainda muito condicionado por fatores de ordem socioeconómica.

De um modo geral, associamos a ideia de alimentação saudável a um custo mais elevado. Contudo, é possível comer de forma saudável a um preço aceitável. Não é contudo tarefa fácil e exige conhecimento, prática, tempo, paciência e uma gestão eficaz.

A receita para uma "alimentação inteligente", ou seja, uma alimentação saudável a baixo custo, assenta em 4 princípios essenciais: planear, comprar, confeccionar e conservar. Em primeiro lugar, um correto planeamento da alimentação é fundamental para a gestão da economia familiar. Saber planear e comprar, escolhendo as

opções mais económicas sem perder a qualidade nutricional das nossas escolhas alimentares, deve ser objetivo de qualquer consumidor. Saber como confeccionar os alimentos minimizando o custo das refeições sem perder o seu valor nutricional e o sabor, assim como, conservar adequadamente os alimentos de modo a evitar o desperdício alimentar, são também mais valias em tempos de crise.

Planear todas as refeições, por exemplo para um período de uma semana, e organizar uma lista de compras em função deste planeamento é essencial para comprarmos apenas aquilo que necessitamos. O momento da compra é também determinante! Os alimentos frescos devem ser sempre privilegiados em vez dos processados e os rótulos dos alimentos são uma ferramenta importante que nos ajuda a fazer escolhas alimentares mais saudáveis. No que diz respeito à confeção, os "pratos de panela" podem ser considerados como os métodos de confeção ideais para obter uma refeição saudável, com muito aroma, sabor e muita cor, tendo ainda a vantagem de serem uma opção economicamente vantajosa. Nestes pratos utiliza-se uma grande variedade de ingredientes, nomeadamente os produtos hortícolas e as leguminosas, e em contrapartida são utilizadas quantidades modestas de carne ou pescado, permitindo assim obter refeições nutricionalmente ricas e cheias de aroma e sabor.

No que diz respeito à carne e ao pescado, sabemos que estes são dos alimentos mais caros do mercado. Assim, os ovos podem ser considerados como importantes alternativas a estes alimentos, pois são tão bons fornecedores proteicos como a carne e o pescado, tendo a vantagem de serem mais baratos. Para indivíduos saudáveis, o consumo de ovos é considerado adequado até um ovo por dia, desde que integrados numa alimentação saudável, ou seja, em substituição das "carnes vermelhas", gorduras e enchidos. Por outro lado, as leguminosas (feijão, lentilha, grão) também não devem ser esquecidas, e podem igualmente ser consideradas importantes fornecedores proteicos, nomeadamente quando combinados no mesmo prato com alimentos do grupo dos cereais e derivados. Por exemplo massa com grão ou arroz com feijão. Algo que é muito frequente na nossa culinária portuguesa. Podem ser usadas pontualmente em algumas refeições, em alternativa à carne ou pescado, ou então simplesmente como forma de reduzir a quantidade de carne/pescado que adicionamos na refeição. Só teremos vantagens para a saúde pois estes alimentos possuem um efeito protetor para as doenças cardiovasculares e para certos tipos de cancro.

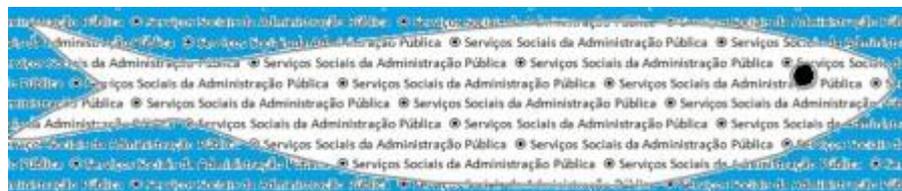
Mais ainda, a chave de uma alimentação saudável é sem dúvida a variedade e o equilíbrio entre os diferentes grupos de alimentos, presentes na Roda dos Alimentos, sendo que os grupos dos hortícolas e da fruta ocupam uma das maiores fatias da Roda dos Alimentos. De facto, a Organização Mundial da Saúde recomenda o consumo de 400g de hortofrutícolas por dia e mais uma vez a receita parece ser simples. Sopa no início das refeições principais e 3 peças de fruta por dia é o suficiente para garantir esta recomendação.

Estas são apenas algumas orientações e dicas práticas que nos podem ajudar a comer de forma saudável e ao mesmo tempo a um baixo custo. Estas e outras informações podem ser consultadas no Manual "Alimentação Inteligente – Coma melhor, poupe mais", uma publicação da Direção-Geral da Saúde que pretende ser uma ferramenta importante para quem é responsável pela alimentação familiar. O manual é de distribuição gratuita e encontra-se disponível on-line para consulta no sítio [www.alimentacaointeligente.dgs.pt](http://www.alimentacaointeligente.dgs.pt)

Pedro Graça

Maria João Gregório

## Conheça os benefícios do consumo da sardinha



Quem não conhece um ou outro dito popular aludindo à sardinha, como é o caso do "estar como sardinha em lata", "chegar a brasa à sua sardinha", ou "sardinha sem pão é comer de ladrão".

A sardinha bem pode estar a desaparecer, mas ainda assim os portugueses consomem em Junho, mês das festas dos santos populares, cerca de 13 sardinhas por segundo.

A sardinha é na cultura portuguesa muito mais do que a delícia pingando gorda sobre as brasas. A "*sardina pilchardus*", como é conhecida cientificamente, foi o sustento de muitas populações durante longos períodos da nossa história, sendo sobejamente citada na nossa literatura, enraizada nas nossas canções, contos e jogos populares, pregões, festejos, referências toponímicas e mesmo na genealogia, surgindo no nome de algumas famílias.

Desde há muito que na nossa história a sardinha vem sendo, a par do bacalhau, o fiel companheiro da mesa dos portugueses e, inclusivamente, entre os séculos XIX e XX foi mesmo o prato basilar da alimentação de

muitas populações rurais. Nem os mitos e algumas crenças que associaram a sardinha a problemas intestinais, de fígado e baço, lhe retiraram a importância à mesa de todas as classes sociais, um estatuto que se viu reforçado no início do século XX com o ímpeto que a indústria conserveira nacional trouxe à sardinha e à sua projeção além-fronteiras, rumo a outros mercados.

Muito apreciada pelos portugueses, a sardinha é um peixe gordo, saudável, nutritivo, rico em proteínas completas porque contém os nove aminoácidos essenciais de que o organismo necessita e ácidos gordos ómega-3.

Vários estudos clínicos e epidemiológicos demonstram que o consumo de ácidos gordos ómega-3 oriundos de peixes gordos exerce efeitos benéficos sobre a saúde cardiovascular, uma vez que reduzem a pressão sanguínea, tal como a presença de triglicéridos no sangue e a formação de coágulos sanguíneos, reduzindo assim o risco de trombose e aterosclerose.

Os benefícios dos ácidos gordos ómega-3 não são exclusivos da área vascular. De facto, são inúmeros os estudos que demonstram também a relação entre o seu consumo e a área cognitiva. São ainda conhecidos vários benefícios durante a gravidez pois são fundamentais para o desenvolvimento neurológico do feto e também para a composição da retina, uma vez que o tecido da retina é composto por ómega-3 e o seu consumo melhora a acuidade visual.

Para assegurar a ingestão adequada deste tipo de gorduras é fundamental consumir peixes gordos 1 a 2 vezes por semana.

A par do selénio, que combate os radicais livres, a sardinha é também uma fonte de ferro a ter em conta, sobretudo para as mulheres, que têm uma necessidade específica diferente da do homem no que se refere a este mineral, necessário para o transporte de oxigénio e para a formação de células vermelhas do sangue.

Para além das virtudes dos ácidos gordos ómega-3, os próprios peixes gordos são, como já referido, uma excelente fonte de selénio, ferro, cálcio, potássio, iodo e fósforo, um conjunto de minerais importantes para a manutenção da saúde. São também ricos em vitaminas A e D e em vitaminas do complexo B.

Uma porção de 100 g de sardinhas fornece cerca de 1 g de ómega-3, sendo a sardinha um dos seis peixes mais ricos em EPA (Ácido eicosapentaenóico) e DHA (ácido docosahexaenóico), dois dos ácidos gordos ómega-3 e apenas disponíveis nos óleos de origem marinha, juntamente com a truta, a cavala, o atum, o arenque e o salmão. O conteúdo lipídico e de ómega-3 varia, contudo, consoante a época. A sardinha é mais rica em lípidos no verão do que no inverno, daí ser sobretudo consumida em Portugal nos meses de maior calor e tradicionalmente associada aos festejos dos Santos Populares.

Fontes:

- [lifestyle.sapo.pt](http://lifestyle.sapo.pt) : [artigo 1](#) e [artigo 2](#)
- [www.publico.pt](http://www.publico.pt)
- [www.fpcardiologia.pt](http://www.fpcardiologia.pt)
- [www.bancodasaude.com](http://www.bancodasaude.com)

## Opinião

### Programa Estou Aqui!

O programa **Estou Aqui crianças** foi criado pela PSP em 2012.

Ativo apenas entre os meses de junho e dezembro (só aceitamos pedidos de activação até Setembro) de cada ano, é necessário renovar anualmente os pedidos. Neste últimos 4 anos já receberam pulseiras mais de 110.00 crianças.

Este ano, numa parceria entre a PSP, MEO, Instituto de Apoio à Criança/Missing Children Europe, Fundação PT e a RFM, teremos 90.000 pulseiras preparadas para o programa. No ano passado foram registados 69.758 pedidos, sendo que há dois anos foram registados aprox. 33.500 pedidos.

A pulseira deste ano funciona exatamente nos mesmos moldes de anos anteriores, podendo ser activada de forma bastante simples, num processo explicado em [www.psp.pt](http://www.psp.pt) ou que pode ser iniciado em



<https://estouaqui.mai.gov.pt>. Basicamente passa por aceder ao site da PSP, preencher o formulário disponível, solicitando a activação, recolher a pulseira numa das esquadras seleccionadas e colocar na criança.

O n.º da pulseira permite-nos de forma rápida, aceder ao contacto do familiar/cuidador responsável.

As pulseiras podem ser ainda requisitadas provisoriamente por instituições de ensino, sendo que este ano, a novidade deste tipo de activação é a possibilidade de, logo de início, estender essa activação após o período escolar, ficando os pais automaticamente referidos como pessoa a contactar, bastando para tal preencher os campos específicos para esse fim.

Adicionalmente, ainda este ano, iniciámos em fase piloto, restringida apenas a algumas instituições parceiras, o programa Estou Aqui Adultos que funciona em moldes semelhantes. Este foi pensado para proteger e dar apoio a quaisquer adultos que possam vir a ser encontrados na via pública em situação de especial vulnerabilidade, permitindo uma correta e rápida identificação e o contacto célere com familiar ou cuidador.

Após uma avaliação desta primeira fase, no sentido de afinar alguns detalhes sobre o processo de activação e da própria plataforma informática, prevemos alargar o programa a nível nacional, no mês de Setembro.

[Consulte o folheto da PSP .](#)

## Serviço Público e Corrupção

O homem é um ser social e cultural! É social na medida em que vive em grupo e é no seio do grupo que edifica e concretiza as suas aspirações. E é cultural porque, no contexto do grupo, tem a capacidade para produzir e sustentar todo um conjunto de técnicas, valores, conceitos e símbolos que decorrem do processo de adaptação às condições que lhe são impostas pelo meio físico onde se fixa.

A manutenção e o aprofundamento das dimensões social e cultural faz-se através de instrumentos que assegurem a concretização de um conjunto nuclear de funções que a todos interessam – o denominado interesse geral. A segurança, a defesa, a saúde, a produção e distribuição de alimentos são alguns exemplos simples dessas funções nucleares. E a sua salvaguarda é importante na medida em que dela depende a manutenção da agregação e da coesão do próprio grupo.

Nas sociedades modernas, mais complexas, nas quais nos inserimos, essa função é assegurada pelo Estado, através de um conjunto de estruturas, designadamente do Governo, que adota as estratégias e as políticas públicas para a salvaguarda do interesse geral, e a Administração Pública, executora dos programas dos Governos e das políticas públicas. E é a ação concertada do Governo e da Administração Pública que concretiza, ou deve concretizar, o Serviço Público, no sentido de assegurar a salvaguarda e a satisfação dos interesses coletivos, do interesse geral.

Deste ponto de vista, todo aquele que, de algum modo, exerce funções em qualquer ponto desta estrutura tem o dever de concretizar o Serviço Público. É uma espécie de ónus da função. Não pode de modo algum deixar que o seu interesse particular se misture com o interesse geral que deve assegurar, sobretudo quando tais interesses são divergentes ou antagónicos.

É que a corrupção, tão em voga nos tempos que atravessamos, é isso mesmo. Traduz um desvirtuar da concretização do Serviço Público. Traduz uma atitude egoísta que subverte, que desvirtua, que anula, o interesse geral para satisfação do interesse próprio. A corrupção é a decisão do político que decide edificar uma infraestrutura pública a troco de uma contrapartida oferecida pelo construtor que a edifica, independentemente da real necessidade dessa obra. Também é corrupção a decisão de um técnico de urbanismo que autoriza o licenciamento de um edifício em zona protegida a troco de uma contrapartida do promotor imobiliário. E é também corrupção a situação do funcionário que utiliza abusivamente o veículo de serviço que lhe está confiado para as suas tarefas funcionais, para se deslocar para férias com a família ou simplesmente para fazer as compras para casa ao fim de semana.

É que para lá dos custos associados a estas opções, que têm necessariamente de ser custeados pelos cidadãos através dos impostos que lhe são cobrados, a corrupção traduz um descrédito e uma desconfiança sobre o exercício do Serviço Público. Traduz uma desconfiança sobre as instituições.

Por todas estas razões se considera que as práticas de corrupção minam a confiança e, por essa via, a coesão social das sociedades.

Esta problemática foi também abordada em reflexões anteriores, designadamente em [Ética, Conduta, Integridade e Integração e Coesão Social](#), em [Ética e Gestão Pública - o problema da corrupção](#), ou ainda em [Há um risco disseminado da corrupção no Estado](#).

*António João Maia, Conselho de Prevenção da Corrupção*

## Temas Jurídicos

### Execução dos Contratos Públicos

#### **Exigência de comprovativo da situação regularizada relativamente a contribuições para a segurança social e a impostos devidos ao Estado no momento de pagamento de faturas**

Uma das obrigações da Administração Pública é zelar para que os operadores económicos que consigo contratam cumpram as suas obrigações, não só para com o Estado no que diz ao pagamento de impostos, como também com a Segurança Social quanto às respetivas contribuições;

Neste sentido, visando também garantir um mercado saudável, obviando a que os operadores económicos incumpridores se encontrem em igualdade de circunstâncias com os cumpridores, na senda do estabelecido nas diretivas comunitárias, o legislador do Código dos Contratos Públicos (CCP) estabeleceu no seu artigo 55º alíneas d) e e), que um operador económico está impedido de apresentar qualquer candidatura ou proposta se não tiver a sua situação regularizada para com o Estado e para com a Segurança Social.

Reforçando a génese desse impedimento, se antes da celebração do contrato se constatar, já em sede de documentos de habilitação, que o adjudicatário não tem a sua situação regularizada por impostos ou por contribuições à segurança social, então a adjudicação caducará e não se celebrará qualquer contrato com esse operador económico.

Mas, pode suceder que o contrato já se encontre em curso e a Administração tenha de proceder a pagamentos na sequência do mesmo.

Neste momento, também estabelece a lei (já não o CCP) que a administração deverá confirmar se o respetivo operador económico tem a sua situação regularizada, não para efeitos de resolução de contrato<sup>1</sup>, mas para retenção de uma percentagem do montante a pagar.

<sup>1</sup> Pretendo com isto dizer que a existência de "dívidas" ao Estado e à Segurança Social impede a celebração de contrato, mas a existência dessas dívidas em fase de execução contratual não determina a sua resolução

Como supra referido, a questão que se coloca é se esta confirmação da situação regularizada para com o Estado e para com a Segurança Social é obrigatória em todos os pagamentos a efetuar.

Salvo melhor opinião, entendo que não, pelas razões que passo a enunciar:

O Regime da Administração Financeira do Estado (RAFE), aprovado pelo Dec.-Lei nº 155/92, de 28 de julho, sofreu uma alteração provocada pelo Dec.-Lei nº 29-A/2011, de 01 de março, o qual veio aditar o artº 31-A ao RAFE, com a seguinte redação:

*"Confirmação da situação tributária e contributiva no âmbito dos pagamentos por entidades públicas"*

- 1. Os serviços integrados e os serviços e fundos autónomos, incluindo designadamente as instituições públicas de ensino superior universitário e politécnico e aquelas cuja gestão financeira e patrimonial se rege pelo regime jurídico das entidades públicas empresariais, antes de efectuarem pagamentos a entidades, devem verificar se a situação tributária e contributiva do beneficiário do pagamento se encontra regularizada quando:*

a) O pagamento em causa se insira na execução de um procedimento administrativo para cuja instrução ou decisão final seja exigida a apresentação de certidão comprovativa de situação tributária ou contributiva regularizada <sup>2</sup>; e

b) Já tenha decorrido o prazo de validade da certidão prevista na alínea anterior ou tenha cessado a autorização para a consulta da situação tributária e contributiva.

2. Para efeitos do disposto no número anterior, as entidades referidas no n.º 1 efectuem a consulta da situação tributária e contributiva do interessado, quando este a autorize nos termos legais, em substituição da entrega das respectivas certidões comprovativas.
3. Quando se verifique que o credor não tem a situação tributária ou contributiva regularizada, as entidades referidas no n.º 1 devem reter o montante em dívida, com o limite máximo de retenção de 25 % do valor total do pagamento a efectuar, e proceder ao seu depósito à ordem do órgão da execução fiscal."

## <sup>2</sup> sublinhado da minha responsabilidade

Claramente se depreende deste preceito que a exigência de comprovativo da situação tributária e contributiva regularizada no momento do pagamento só ocorre quando este decorrer de um contrato para cujo procedimento pré-contratual era exigida a apresentação de certidão comprovativa de situação tributária ou contributiva regularizada.

O mesmo é dizer que só nos procedimentos em que o adjudicatário, antes da celebração do contrato, seja obrigado a apresentar como documentos de habilitação, as referidas certidões serão exigíveis.

Ora, esta obrigatoriedade, sob pena de caducidade da adjudicação (cfr. art 86º do CCP) ocorre em todos os procedimentos, "ex vi" do artº 81º nº 1 alínea b) do CCP, com exceção do procedimento de ajuste direto no regime simplificado (artº 128º do CCP), o qual só pode ser adotado para aquisição de bens e serviços de valor não superior a € 5.000,00.

A não exigência da entrega destes comprovativos decorre claramente do artº 128º nº 3 do CCP, o qual prescreve que "o procedimento de ajuste direto regulado na presente sessão está dispensado de quaisquer formalidades previstas no presente Código, incluindo as relativas á celebração do contrato e à publicitação prevista no artigo anterior".

Por tudo o supra expendido, sou do parecer que sempre que o procedimento adotado tenha sido o ajuste direto no regime simplificado (repita-se, só para aquisição de bens e serviços de preço não superior a 5.000,00 €) não é necessário solicitar o comprovativo da situação regularizada para as finanças no momento do pagamento, por não ter sido necessário pedi-lo em fase procedimental.

Por outro lado, para a situação regularizada para a Segurança Social, dispõe o artº 198.º do Código Contributivo, aprovado pela Lei n.º 110/2009, de 16 de setembro, com a redação dada pela Lei n.º 119/2009, de 30 de dezembro, pela Lei n.º 64-B/2011, de 30 de dezembro, e pela Lei n.º 66-B/2012, de 31 de dezembro:

*"1 - O Estado, as outras pessoas coletivas de direito público e as entidades de capitais exclusiva ou maioritariamente públicos, só podem conceder algum subsídio ou proceder a pagamentos superiores a 5000 EUR, líquido de IVA, a contribuintes da segurança social, mediante a apresentação de declaração comprovativa da situação contributiva destes perante a segurança social. "*

Nos termos desta norma, só é obrigatório solicitar o comprovativo da situação contributiva perante a segurança social, no momento do pagamento de uma fatura, se estivermos perante preços superiores a 5.000,00 €.

Entendo que nas situações em que há pagamentos parcelares, com base em mais de uma fatura mas resultante do mesmo contrato, que para a determinação deste valor deverá ser tido em conta não cada fatura individualmente considerada, mas o preço contratual na sua globalidade.

Não obstante o acima expendido, entendo que nas situações em que haja indícios da existência de dívidas, quer por impostos ao Estado, quer por contribuições para a Segurança Social, as entidades públicas, apesar de não serem obrigadas, deverão pedir os comprovativos em causa, antes de qualquer pagamento, independentemente do valor da fatura e do procedimento que esteve na base do contrato.

Por tudo o supra exposto, sou da opinião, salvo melhor, que só é obrigatório solicitar o comprovativo da situação regularizada para as finanças e para a segurança social, no momento do pagamento das faturas, nas seguintes situações:

1. Quando o procedimento adotado não tenha sido o ajuste direto no regime simplificado e caso o documento entregue como documento de habilitação já não se encontrar dentro do prazo de validade;

2. Sempre que o preço contratual a que diz respeito a fatura for superior a 5.000,00 €, mesmo que o valor da fatura em concreto seja inferior.
3. Não obstante o referido nos pontos 1. e 2., quando haja indícios da existência de dívidas, quer por impostos ao Estado, quer por contribuições para a Segurança Social, antes de qualquer pagamento devem ser pedidos os comprovativos em causa, independentemente do valor da fatura e do procedimento que esteve na base do contrato.

*Fernando Batista*

## Ficha Técnica

**Direção:**

Humberto Meirinhos

**Coordenação e edição:**

Dionísia Rosado, Margarida Paradinha e Rosário Miranda

**Suporte técnico:**

Centro de Informática

**Colaboram neste número:**

António João Maia, Carla Carriço, Carmen Sanches,  
Cláudia Ribeiro, Fernando Batista, Maria João Gregório,  
Pedro Graça

**Contributos de:**

Turismo de Portugal, I.P.

PSP - Gabinete de Imprensa e Relações Públicas

## Espaço Beneficiário

Este espaço é seu!

Participe  
enviando o seu artigo, comentário ou  
sugestão de tema que gostaria de ver  
desenvolvidos para:

[espaco.beneficiario@ssap.gov.pt](mailto:espaco.beneficiario@ssap.gov.pt)