

humanitas

NADA DO QUE É HUMANO NOS É ALHEIO

entrevista

Sónia Esperto
Presidente do INR –
Instituto Nacional de
Reabilitação

descomplicar

**Mais do que números:
a Lei das Quotas**
por Filipa Pereira Silva e
Filomena Girão

artigo científico

**Educação financeira:
Programas adaptados
para pessoas com
dificuldades intelectuais
e desenvolvimentais**
por Mónica Silveira-Maia e
Bruno Vieira de Melo



opinião

Corpos invisíveis:

**Mulheres com deficiência,
corpo e arte**

por Maria Inácia Campaniço e
Ana Beatriz Cardoso

ficha técnica

Coordenação — Helena Albuquerque, Luís Amaral, Rosa Moreira, Susana Simões e Teresa Guimarães

Apoio Técnico — Maria Helena Colaço

Colaboradores

Mónica Maia – Investigadora no Centro de Investigação e Inovação em Educação
I Escola Superior de Educação I Instituto Politécnico do Porto

Bruno Leitão – APPACDM de Santarém

Sónia Esperto – Presidente do Instituto Nacional para a Reabilitação

Pedro Nuno, Joana Mateus, Sónia Andreia, Fabrício Leal e Bruna Oliveira -
APPACDM Coimbra I CACI de São Silvestre

Filipa Pereira Silva e Filomena Girão – FAF Advogados

Maria Inácia Campaniço e Ana Beatriz Cardoso – APPACDM de Évora

Design e Paginação — Raquel Vinhas

Data de Publicação — outubro 2025

Todos os artigos publicados são de exclusiva responsabilidade dos autores. É permitida a reprodução dos artigos publicados, para fins não comerciais, desde que indicada a fonte e informada a revista

contactos



humanitas.org.pt



humanitas@humanitas.org.pt



(+351) 21 8453510 (Chamada para a rede fixa nacional)



facebook.com/humanitasfederacao



instagram.com/humanitasfederacao



Praça de Londres, 9 – 4º Esq.
1000-192 Lisboa



editorial

p — 3



entrevista

p — 5

Sónia Esperto
Presidente do INR –
Instituto Nacional de
Reabilitação
Entrevista por
Pedro Nuno, Joana
Mateus, Sónia Andreia,
Fabrício Leal e Bruna
Oliveira (APPACDM
Coimbra / CACI de São
Silvestre)



já aconteceu

p — 12

... até outubro de
2025

p — 19

Bruno Leitão
APPACDM de Santarém



descomplicar

p — 17

Mais do que números:
a Lei das Quotas
por Filipa Pereira Silva e
Filomena Girão



opinião

p — 13

Corpos invisíveis:
Mulheres com
deficiência, corpo e arte
por Maria Inácia
Campaniço e Ana Beatriz
Cardoso



artigo científico

p — 23

Educação financeira:
Programas adaptados
para pessoas com
dificuldades intelectuais
e desenvolvimentais
por Mónica Silveira-Maia e
Bruno Vieira de Melo



editorial

O envelhecimento das pessoas com deficiência constitui um dos temas mais atuais que urge analisar. Sabemos que a esperança média de vida das pessoas com deficiência tem vindo a aumentar significativamente nos últimos anos (mais do que na população em geral), o que se deve a dois fatores fundamentais: o avanço da medicina e as melhores condições de vida de que as pessoas com deficiência usufruem. Mas tal levanta, muitas vezes, novos problemas sociais e humanos numa sociedade que está impreparada para tal.

Se as situações de demência acontecem em maior ou menor percentagem na população com deficiência intelectual, é nos casos de síndrome de Down que a situação se torna mais evidente. Está provada uma correlação positiva entre o Síndrome de Down e a doença de Alzheimer. Podemos estranhar esta correlação entre a condição genética dos três cromossomas 21 e uma doença neurodegenerativa progressiva que causa perda de memória e problemas comportamentais. Mas tal ocorre porque o gene que codifica a proteína precursora do amiloide (APP), envolvida nas placas senis do Alzheimer, está localizado justamente no cromossoma 21. Com a trissomia, há superprodução dessa proteína, favorecendo a acumulação de placas beta-amiloide no cérebro. Estima-se que 75% das pessoas com Síndrome de Down venham a sofrer de Alzheimer precocemente.



Cientes da importância do nosso conhecimento sobre o envelhecimento das pessoas com deficiência intelectual, nomeadamente na deteção e diagnóstico das situações de demência, a Direção da Humanitas mandou traduzir um dos artigos de referência nesta área, que descreve um estudo que procura identificar os sintomas observáveis de demência em adultos com deficiências intelectuais severas/profundas. Esta publicação encontra-se disponível na [página da Humanitas](#).

O envelhecimento das pessoas com deficiência intelectual apresenta-se como um desafio para todos nós e os órgãos governamentais deviam olhar para este tema com uma atenção redobrada. É difícil para as nossas Instituições saírem dos apoios típicos permitidos pela nossa tutela (e que muitas vezes não respondem dignamente às situações que enfrentamos diariamente segundo o paradigma de apoio em que hoje acreditamos - cada pessoa é única e especial). As nossas Instituições vivem no “fio da navalha”, com uma gestão exigente de sustentabilidade financeira e económica difíceis, conciliando o financiamento insuficiente que recebemos do Estado através dos acordos de cooperação com a qualidade do apoio que queremos e devemos prestar aos nossos clientes.

É urgente que a tutela encare esta área com outros olhos. Os valores dos acordos de cooperação devem ser ajustados e em concordância com um modelo de respeito pela proteção e promoção dos direitos da pessoa com deficiência de forma a dar o salto para um apoio diferenciado, individualizado

e competente. As pessoas com deficiência intelectual com demência não podem continuar a ir para locais e espaços onde a sua dignidade humana, devido à sua especificidade, não é respeitada. É premente repensar o apoio que proporcionamos às pessoas com deficiência intelectual em situação de demência.



SÓNIA ESPERTO

Presidente do
INR – Instituto
Nacional de
Reabilitação

Entrevista por

Pedro Nuno, Joana Mateus,
Sónia Andreia, Fabrício Leal
e Bruna Oliveira

Clientes da APPACDM Coimbra /
CACI de São Silvestre

O que é o INR e o que faz para ajudar as pessoas com deficiência intelectual em Portugal?

Desde já, dizer que é muito bom receber-vos, é um gosto, e as portas desta casa estão sempre abertas para vocês. Sintam-se à vontade. Quanto à pergunta, o INR existe para promover os direitos das pessoas com deficiência, independentemente da sua condição, do tipo de deficiência. No caso da deficiência intelectual, o que fazemos mais é apoiar as organizações que trabalham diretamente com essas pessoas. Para dar um exemplo prático, nós temos um programa de financiamento de projetos aos quais as

organizações se candidatam com ideias muito engraçadas e atividades para fazer com os seus clientes ou os seus utentes jovens, independentemente da idade, como colónias de férias ou passeios, mas também projetos de auto-representação. Ou seja, no fundo para ensinar e para que as pessoas com deficiência intelectual possam exercitar o saberem fazer escolhas, exigirem respeito por parte dos outros ou pensarem o que querem fazer da sua vida.



Como é que o INR ajuda as pessoas com deficiência intelectual a escolher o que querem para a sua vida?

Nós não trabalhamos diretamente, como a APPACDM, com jovens com deficiência intelectual. Também o poderíamos fazer, mas não da forma como vocês estão a fazer a pergunta. Por isso, aquilo que nós mais fazemos para apoiar os jovens nas escolhas de vida é trabalhar, por exemplo, também com as escolas para que estas sejam sensíveis e, mais do que isso, percebam que cada um tem as suas características e pode ter escolhas diferentes a fazer. O INR trabalha com outros serviços, é um trabalho que não

é difícil, mas leva tempo porque temos que convencer outros serviços e a dificuldade é essa. O nosso trabalho é estar próximo das escolas, das organizações, não das APPACDM ou das CERCIs, porque essas estão sensibilizadas e sabem, mas dos outros organismos públicos, as escolas, a Segurança Social, o IEFP, que é onde há formação profissional. O INR sensibiliza todos esses serviços para que possam ajudar e apoiar as pessoas com deficiência intelectual a fazer escolhas na sua vida.

O que é que o INR faz para que as pessoas com deficiência intelectual se sintam mais incluídas na sociedade?

Esse é um trabalho que demora tempo a fazer porque a sociedade é muita gente e somos todos nós. O meu compromisso como presidente do INR, acima de tudo, é explicar à sociedade que as pessoas com deficiência, não só com deficiência intelectual, que

as pessoas com deficiência, de uma forma geral, têm que ter as mesmas oportunidades, com respeito por aquilo que cada uma é. Esse é o grande trabalho do INR, um trabalho que não tem fim. Mas é para aí que nós temos que caminhar junto da sociedade.





Considera que na nossa sociedade existe estigma contra as pessoas com deficiência intelectual? Como é que o INR o combate?

Preferia responder outra coisa, mas acho que ainda há estigma. Não sei se vocês sentem esse estigma. Há estigma porque as pessoas na sociedade em geral têm, quase todas ou muitas, dificuldade em se meter nos sapatos do outro, têm dificuldade de pensar: e se fosse eu? Porque as pessoas querem todas ser perfeitas. Não estão muito preocupadas com o outro e por isso é que há o estigma. Se nós conseguirmos combater o estigma, se nós conseguirmos explicar às pessoas que isto de ser diferente até é bom. Porquê? Porquanto dar-mo-nos

com pessoas diferentes de nós só nos torna seres humanos mais ricos. Não ricos em dinheiro, mas em sonhos e como pessoas. É importante e isso ajudaria a aceitação. Porque o que a sociedade tem que fazer é aceitar aquilo que é diferente de si. É mais simples, mas as pessoas insistem em não aceitar o que é diferente e nós cá estaremos sempre, para explicar de uma forma correta, empática, pedagógica, que aceitarmos o que é diferente é bom e faz bem a toda a gente.

Quais são as oportunidades que o INR cria para as pessoas com deficiência intelectual, como por exemplo ter um emprego ou aprender coisas novas?

O INR apoia tudo o que são projetos que visam a inclusão de pessoas com deficiência intelectual, todas as iniciativas. O INR não trabalha diretamente com os projetos, como já referi, porque nós temos uma competência de coordenação transversal com os outros serviços da administração pública. No INR fazemos um trabalho que às vezes é invisível, entre aspas. Não se vê, porquê? O nosso trabalho é muito de falar com os outros serviços da administração pública, com o Emprego, a Saúde, a Segurança Social, as Escolas, as Autarquias. Para que estas entidades possam promover iniciativas que ajudem a integrar pessoas com deficiência. Por exemplo, no IEPF

haver cada vez mais formação ajustada às necessidades das pessoas com deficiência. Mas também termos prémios para dar, a Universidades, a pessoas individuais ou a Organizações que desenvolvam estudos ou projetos que ajudem a empregabilidade das pessoas com deficiência. E também articulamos com as entidades que fiscalizam os empregadores por causa das quotas que a Lei do Trabalho determina, para ver se são ou não cumpridas. Tem que haver quotas para as pessoas com deficiência integrem as empresas, sejam privadas ou serviços públicos. Também trabalhamos com esses serviços que fiscalizam se o número de pessoas com deficiência a serem contratadas está a ser cumprido.



De que forma é que o INR garante que os direitos das pessoas com deficiência são respeitados?

Os direitos das pessoas com deficiência estão consagrados, identificados, na Convenção dos Direitos das Pessoas com Deficiência, na Constituição da República Portuguesa e também temos uma lei de bases para a reabilitação em Portugal. Toda a ação, todo o trabalho dos serviços da administração pública deve respeitar, primeiro que tudo, os direitos humanos e o que está na convenção e na Constituição da República Portuguesa. E sendo o Instituto Nacional para a Reabilitação um organismo da administração pública que tem como missão promover os direitos das pessoas com deficiência, todo o seu trabalho tem como princípio aquilo que está estabelecido na Convenção dos Direitos das Pessoas com Deficiência. O que está lá estabelecido? São coisas que dizem respeito à vida de qualquer pessoa, como o direito ao Trabalho, à Escola, à Habitação, à Segurança Social, à Saúde. É o direito de as pessoas com deficiência fazerem parte da sociedade e de terem as mesmas oportunidades de qualquer outra pessoa. Por isso o

INR tem sempre presente isto em toda a sua ação. Quer seja nos projetos, programas e prémios que apoia, quer seja na coordenação da Estratégia Nacional para a Inclusão das Pessoas com Deficiência. Esta Estratégia Nacional é um compromisso que o nosso país tem com a sociedade, que o Estado tem com a sociedade de, durante um período de tempo, normalmente são três ou quatro anos, desenvolver um conjunto de medidas. Para quê? Para que os direitos das pessoas com deficiência sejam garantidos, no Trabalho, na Saúde, na Segurança Social... Isto faz com que todos os serviços da administração pública ou das organizações civis trabalhem todos para que as pessoas com deficiência tenham os seus direitos reconhecidos. Os direitos não são ganhos, têm que ser reconhecidos e têm sempre uma responsabilidade. Cada direito que tenho, que vocês tenham individualmente, acarreta uma responsabilidade. São coisas que nós temos que cumprir também como parte de uma sociedade.

E quanto aos deveres, quais são os nossos deveres?

Os vossos deveres são os de qualquer outro cidadão, nem mais nem menos, ajustados àquilo que cada um pode dar e participar. Ou seja, a mim, Sónia, a sociedade não me deve exigir aquilo que eu não tenho capacidade para dar porque não está em mim. É isto que a sociedade devia perceber, que nos deve ajudar a todos sem exceção, pessoas com deficiência e sem deficiência, a darem o melhor que têm. Por isso, quando falamos nos deveres, são os de qualquer cidadão ajustados àquilo que cada um pode

dar. Não vamos exigir de quem nunca tem a possibilidade de fazer uma coisa, que o faça. Mas devemos sempre dar o nosso melhor, nunca desistir, até porque é muito mais giro. Em tudo o que faço tenho uma máxima: gosto de dar sempre o meu melhor. Nunca é perfeito, não há nada perfeito e ser perfeito também deve ser muito aborrecido. Em tudo o que faço, antes de o fazer, muitas vezes penso: Sónia, tu vais ser só tu e vais dar o teu melhor, se deres o teu melhor está bom e é o que devemos fazer em tudo.



Há algo de novo que o INR esteja a fazer para ajudar ainda mais as pessoas com deficiência intelectual?

Para responder bem a essa pergunta, digo-vos que ambiciono e sonho poder dar tudo à medida que as pessoas com deficiência intelectual e deficiência em geral precisam. Às vezes temos de trabalhar muito para conseguir ter aquilo que é razoável porque, lá está, não conseguimos atingir a perfeição. O INR tem algumas iniciativas e projetos, que ainda está a desenvolver, porque não conseguimos fazer tudo por varinha mágica. Há um programa, uma iniciativa do INR que está em desenvolvimento e a articularmos nomeadamente com algumas autarquias. Chama-se Kit Intervir para Incluir. É uma aproximação que o INR está a fazer dos contextos de vida das pessoas, da comunidade, das escolas porque é aí que tudo acontece, não é na secretária, embora tenhamos também que fazer coisas à secretária. Cada um tem que fazer o seu trabalho, mas nós queremos aproximar-nos mais da sociedade. Nas perguntas lá atrás, dizia-vos que queria muito que a sociedade olhasse para as pessoas com deficiência com mais aceitação e mais empatia. Fala-se muito em empatia, exercitá-la é mais difícil, mas nós temos que tentar sempre. E este programa que estamos a desenhar é uma forma de, nas comunidades, criar dinâmicas, com as escolas também, com quem quiser aderir, para que as outras pessoas possam perceber que é muito fácil relacionar-nos com pessoas com deficiência e é muito fácil fazer

parte do crescimento das pessoas com deficiência. Interagir, ter amigos que tenham alguma deficiência. Gosto de dizer pessoas que têm características diferentes. Eu também tenho as minhas dificuldades e acho que todos temos. Mas percebo que tenhamos de dizer pessoas com deficiência, pessoas com deficiência intelectual para se perceber melhor do que é que estamos a falar. Se pensarmos bem, toda a gente vive a vida de forma diferente. Não há nada escrito a dizer como é que a vida tem que ser vivida e é só nos respeitarmos uns aos outros. Claro, há regras. A sociedade tem que ter regras. Mas o respeito por cada um é muito importante. Por isso temos um trabalho conjunto a fazer para sensibilizar as pessoas e temos que ser cada vez mais criativos e também bondosos na forma como explicamos às pessoas que não sabem respeitar a diferença. Às vezes não é preciso explicarmos à força, de uma forma agressiva nas palavras. Temos que ter também um bocadinho de compaixão. Nós é que temos que lhes explicar que a vida não se vive só da forma como eles vivem. E mais: que ninguém tem o controlo sobre a vida. E quem pensa que pode criticar o outro ou pode ter preconceitos relativamente às pessoas com deficiência não sabe o que a vida pode trazer amanhã. E temos que saber lidar com isto, aprender.



O que podemos fazer para ajudar o INR no seu trabalho?

Gosto desta pergunta porque significa que vocês também querem fazer parte da solução. E isso é o melhor que nós INR poderíamos receber. Quem vive as coisas na primeira pessoa disponibilizar-se também para fazer parte da solução para nos ajudar a explicar aos outros que devem aceitar quem é diferente. Nós às vezes na administração pública falamos de uma forma muito complicada, tudo muito elaborado. Mas o simples é o melhor e o que faz mais efeito. Nomeadamente, na sensibilização e na explicação às pessoas sobre a necessidade e a importância de respeitarem os outros como são. Acho que vocês podem ajudar muito nisso, na sensibilização dos outros, ao falarem na primeira pessoa, dizerem de uma forma pedagógica que têm quereres, vontades, sonhos e também dizerem o que é que gostavam de fazer da vossa vida, que escolhas é que gostavam de ter, explicá-las e serem um exemplo. Porque às vezes as pessoas só através do exemplo é que conseguem ficar sensibilizadas. Vou dizer outra coisa que não é segredo, mas que nunca disse de forma objetiva. Em abril de 2025 organizámos o encontro de jovens “Ser Cool, Ser Inclusão”. Éramos 50 pessoas, não só jovens com deficiência, também havia sem, e pessoas do INR. Foi um momento maravilhoso porque tivemos um tempo de palestra em que vários jovens falaram daquilo que queriam para a sua vida, de experiências. Falaram de si à vontade e o que mais desejo é que vocês possam falar sobre o que ambicionam, aquilo que sentem. Isso é que é o mais rico. Depois vamos trabalhando para ir ao encontro daquilo que vocês precisam. Mas vocês têm que ter mais momentos de poderem estar a falar daquilo que querem e, mais, de se divertirem. Neste encontro tivemos uma manhã de partilha, almoçámos todos, e à tarde tivemos um momento de música com um DJ, em que estivemos todos a dançar. Foi tão bom e senti-me tão feliz

que até me emocionei. Porque senti, naquele momento, que o INR também estava a cumprir a sua missão, que é promover direitos e o direito a divertir-se, conviver e fazer amigos é super importante. Da minha experiência, sou Assistente Social de formação, comecei a trabalhar numa CERCi de Lisboa há muitos anos. Trabalhava e dinamizava um grupo de jovens. Acompanhava os jovens nas experiências de trabalho, ia ver se as coisas corriam bem, ajudava, apoiava. Senti-me super feliz naquele emprego. E também me senti super feliz naquele encontro, em que estávamos todos numa relação de proximidade, a divertir-nos. Tive jovens como vocês (e como eu, que também me sinto jovem) que disseram: este encontro é espetacular porque tem música e também é muito bom nos divertirmos. Achei que isto também é uma coisa que nós podemos fazer pelos jovens. Proporcionar momentos de lazer em que todos podem usufruir, uns com os outros, independentemente daquilo que somos. Para terminar esta pergunta sobre o que é que vocês podem fazer, podem estar presentes nas iniciativas que o INR faça com jovens, fiquem atentos e cheguem à instituição e dizerem à equipa: olha, se eu me esquecer, vocês estejam atentos às iniciativas que o INR promover para os jovens, para nós podermos também participar. Por favor ponham isto no plano de atividades, que é para nós podermos também participar, darmos o nosso testemunho e falar na primeira pessoa. Para além de que nós queremos constituir um grupo de jovens para, de vez em quando, o INR falar com jovens com deficiência. Ainda estamos a organizar, ainda não conseguimos bem organizar isso, mas é uma grande vontade que tenho. E essa também é uma forma de vocês nos ajudarem. É participarem nessas reuniões em que vocês vão dizer ao INR também o que precisam e a vossa opinião. Vocês também têm que levar este desafio para os vossos colegas.



Qual é a sua maior esperança para o futuro das pessoas com deficiência em Portugal?

A maior esperança é que as pessoas com deficiência em Portugal possam viver verdadeiramente a inclusão e, mais do que viver, também sentirem-se verdadeiramente incluídas e aceites tal como são. Esta é a minha maior esperança no futuro. Relativamente ao meu mandato, um objetivo que impus a mim própria, é o de o instituto ter uma maior proximidade com os jovens. Porque de uma forma simples há muita coisa que pode ser dita e ninguém melhor do que os jovens – isto não é acreditar, é um saber de experiência vivida – independentemente da característica, seja deficiência intelectual ou do que for, ninguém melhor do que os próprios dizerem

aquilo que querem, que sentem, duma forma muito simples e o simples é que é bom. Todos nós temos a aprender com as pessoas com deficiência, e da minha experiência há uma particularidade das pessoas com deficiência intelectual, que têm muito a ensinar a todas as outras pessoas, sabem dizer as coisas mais importantes da forma mais simples. Outras pessoas, com outro tipo de características, têm outros, mas vocês têm este dom, claramente. Se nós seguirmos um bocadinho este rumo, seria mais fácil chegarmos aos objetivos. É um bocadinho desse saber ou dessa inspiração que trago todos os dias para o meu trabalho.



Realização de intervenções formativas sob os seguintes temas:

– **Férias, faltas e horários**

maio 2025

– **Como construir um projeto de Inovação Social**

junho 2025

– **Comunicação alternativa e aumentativa: barreiras à participação**

julho 2025

– **Construir equipas de alto rendimento**

setembro 2025

Realização de sessão para esclarecimento de dúvidas e partilha de questões sobre a **Plataforma SIGO**

maio 2025

Eventos designados **Conversar é preciso...**

– **Acesso à Justiça na Deficiência Intelectual**

setembro 2025

Realização do **1º Encontro de CRI – Associadas da HUMANITAS**

junho 2025



opinião

CORPOS INVISÍVEIS: MULHERES COM DEFICIÊNCIA, CORPO E ARTE

Maria Inácia Campaniço
Ana Beatriz Cardoso



As múltiplas discriminações sofridas por mulheres com deficiência

Ser mulher acarreta inúmeros desafios na sociedade atual e, quando se trata de uma mulher com deficiência, seja ela física, intelectual ou mental temos uma realidade muitas vezes invisibilizada. As mulheres com deficiência enfrentam diversos tipos de exclusão e preconceito, resultado de uma sociedade que, ao longo do tempo, ignorou as interseções entre gênero, deficiência e direitos humanos.

A sociedade em que vivemos prioriza a cultura de padrões rígidos de beleza, funcionalidade e feminilidade, na qual as mulheres com deficiência são frequentemente invisibilizadas e infantilizadas. Esta cultura associa sensualidade à juventude e ao corpo “perfeito” e, neste sentido, qualquer corpo que fuja dessa norma é imediatamente dessexualizado.

As mulheres com deficiência são frequentemente vistas como incapazes de amar, de sentir prazer ou de despertar desejo, enfrentando uma combinação de preconceitos: por serem mulheres e viverem com deficiência, fugindo ao que a sociedade define como “normal”. Como consequência desta invisibilidade, as mulheres com deficiência são afetadas quer na forma como os outros as percebem, quer na percepção de si mesmas, originando realidades enviesadas e negação da sua autonomia, autodeterminação e da sua própria sensualidade.

Ultra-vulnerabilidade das mulheres com deficiência

Apesar de muitos países, incluindo Portugal, terem ratificado diversas convenções internacionais, tal como a Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, na realidade os direitos das mulheres

com deficiência continuam a ser sistematicamente violados. Muitas mulheres não têm acesso à educação, ao emprego digno, à saúde reprodutiva, à vida independente e ao sistema de justiça.

De acordo com dados do Observatório da Deficiência e Direitos Humanos (ODDH), as mulheres com deficiência enfrentam taxas mais elevadas de violência de gênero, abuso sexual e pobreza do que as suas pares sem deficiência, referindo-se ainda que **“as mulheres com deficiência têm maior probabilidade de sofrer violência doméstica e abuso sexual, muitas vezes por parte dos cuidadores, parceiros e familiares”**. Com base num inquérito de 2022, que envolveu 270 mulheres de seis países (França, Hungria, Lituânia, Polónia, Portugal, e Espanha) **8 em cada 10 mulheres com deficiência foram vítimas de violência**. Esta violência é invisibilizada principalmente quando se trata de mulheres com deficiência intelectual, que são as menos ouvidas e que apresentam maior dificuldade em perceber os atos que são violência e a conduta manipuladora dos agressores.

A falta de autonomia, autodeterminação e controle sobre os seus corpos e até, muitas vezes, sobre as suas vidas e sobre aspetos correntes, tal como a falta de contactos sociais e de redes de apoio, fazem crescer a dominação por parte do agressor e o silenciamento destas mulheres. Muitas delas ficam reféns do desconhecimento da lei, do medo de serem desacreditadas, vistas como desmerecedoras do “afeto” de quem as cuida e do medo de ficar sem ninguém que as apoie. Esta ultra-vulnerabilidade à violência das mulheres com deficiência está repleta de dúvidas, sofrimento, desamparo e solidão, e tudo isso contribui para escassas denúncias por violência doméstica.



Escutar, reconhecer, apoiar: parceria APPACDM de Évora e Ser Mulher

De facto, as mulheres com deficiência têm dificuldade em ter acesso à informação sobre os seus direitos e como os exercer, em aceder aos serviços para apresentar a denúncia e, ainda, dificuldades em aceder aos serviços que existem de apoio a vítimas de violência doméstica. A APPACDM de Évora, reconhecendo a emergência desta situação, celebrou um protocolo de colaboração com a Associação Ser Mulher, entidade que presta apoio enquanto estrutura de atendimento a vítimas de violência doméstica no distrito de Évora.

Desta parceria resultou o seminário que decorreu no passado dia 9 de abril, sob o tema “Retratos de Mulheres com deficiência: perspetivas e desafios” e a exposição em fotografias da artista Di Barros “Desejos de mim”. Com este protocolo, além da realização de eventos como seminários ou tertúlias, previu-se a formação recíproca nas respetivas áreas de intervenção (deficiência, violência, direitos das mulheres e igualdade entre mulheres e homens), passando a assegurar-se atendimentos sociais, psicológicos e jurídicos nas instalações da APPACDM de Évora a mulheres com deficiência que sejam vítimas de violência doméstica.

“Desejos de mim” – o começo

A Ser Mulher tem uma atividade cultural contínua que inclui diversas exposições, colaborações com diferentes artistas e a constituição de um coletivo artístico composto por vítimas de violência doméstica e a respetiva equipa designado como “Digitálias”. Este coletivo tem sido apoiado pela Escola de Artes e pelo Centro de História de Arte e Investigação Artística (CHAIA) da Universidade de Évora. A artista Di Barros realizou duas exposições em colaboração com a Ser Mulher em que as modelos foram mulheres vítimas de violência doméstica.

Conhecendo as obras destas exposições, foi lançado o repto, pela APPACDM, para a realização de uma outra exposição sob o tema da vivência do corpo, da sensualidade e do desejo pelas mulheres com deficiência. No total, a artista Di Barros fez 1500 fotografias. Cada uma das mulheres envolvidas participou em todo o processo, tanto artístico como expositivo: foram elas as “co-autoras” das fotografias, na escolha de cenário, de poses, de adereços, como foram elas mesmas, cada uma por si, que escolheram quais as suas fotografias a expôr. Pode mesmo dizer-se que cada uma foi e se sentiu como “co-criadora” e também “curadora” da exposição. A esta exposição foi dado o título expressivo: “Desejos de mim”, retirado do texto poético de uma de “nós”. Esta exposição foi, inicialmente, apresentada no dia do seminário e, desde 1 de julho até 10 de agosto, esteve patente nas instalações do Centro Distrital de Évora da Segurança Social.

O seminário realizado contou, igualmente, com um painel inteiramente dedicado à intervenção pela Arte, em que participaram, além de outras oradoras, a artista Di Barros e as mulheres que participaram na exposição, dando o seu testemunho sobre o processo, o resultado e o impacto que teve em si. Junto a este texto estão algumas das fotografias expostas.

A exposição “Desejos de mim” será itinerante e, brevemente, poderá ser vista em Lisboa. Ficou certo, neste percurso, que a intervenção através da Arte é para continuar. Está já prevista a realização de um mural no próximo ano, com inspiração numa das fotografias da exposição, no Centro Histórico da cidade de Évora. Assim, espera-se que, em 2027, ano em que Évora será Capital Europeia da Cultura e em que se espera que haja 1 milhão de visitantes, este mural possa cumprir a missão de, pela Arte, sensibilizar para as causas da deficiência e dos direitos das mulheres.

opinião





descomplicar

A Lei n.º 4/2019, de 10 de janeiro, em vigor desde 2019, estabelece um sistema de quotas de emprego para pessoas com deficiência, com um grau de incapacidade igual ou superior a 60%.

MAIS DO QUE NÚMEROS: A LEI DAS QUOTAS

**POR FILIPA PEREIRA SILVA E
FILOMENA GIRÃO**

FAF ADVOGADOS

Na prática, tal significa que as empresas devem contratar pessoas com deficiência – aquelas que, por motivo de perda ou anomalia, congénita ou adquirida, de funções ou de estruturas do corpo, incluindo as funções psicológicas, apresentem dificuldades específicas suscetíveis de, em conjugação com os fatores do meio, lhe limitar ou dificultar a atividade e a participação em condições de igualdade com as demais pessoas, abrangendo as áreas da paralisia cerebral, orgânica, motora, visual, auditiva e intelectual – em determinadas percentagens, consoante o número de trabalhadores ao seu serviço.



Ora, uma empresa média, que mantenha um número igual ou superior a 75 trabalhadores deve admitir trabalhadores com deficiência em número não inferior a 1% do pessoal ao seu serviço; uma grande empresa, por sua vez, deve admitir trabalhadores com deficiência, em número não inferior a 2 % do pessoal ao seu serviço, arredondando-se o número não inteiro que resulte dessa operação para a unidade seguinte.

Ainda que se tenha estipulado um período de transição de cinco anos para as empresas com 75 a 100 trabalhadores e um período de quatro anos para aquelas com mais de 100, a contar da entrada em vigor da Lei n.º 4/2019, de 10 de janeiro – a partir de 2019, portanto - estas entidades têm vindo a revelar alguma dificuldade no cumprimento da referida Lei e, nessa medida, têm vindo a ser surpreendidas com visitas inspetivas da Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT), que resultam coimas avultadas.

Isto dito, a Lei das Quotas veio afirmar um princípio fundamental: o direito de as pessoas com deficiência não ficarem à margem da vida profissional, integrando o mercado de trabalho. Ora, o intuito do legislador foi quebrar resistências históricas e abrir portas que, muitas vezes, permaneciam fechadas, promovendo, assim, a diversidade nas equipas.

Não obstante, a realidade é outra. Ainda que a intenção do legislador seja a de, efetivamente, garantir condições de igualdade no mercado de trabalho para as pessoas com deficiência, a verdade é que a implementação desta Lei acaba por surtir, por vezes, o efeito contrário. Pressionadas pela necessidade de cumprir com as quotas a que ficam sujeitas quando

atingem um determinado número de colaboradores, as empresas acabam por contratar trabalhadores sem um plano estruturado de integração, olvidando o tão necessário mérito e a adequação aos postos de trabalho – o que, ulteriormente, instrumentaliza os candidatos, transformando-os num meio de cumprimento legal. De facto, verificando-se a ausência de verdadeiros mecanismos de apoio, que permitam às empresas atuar, em concertação com o Estado para reduzir, efetivamente, as desigualdades sociais que o legislador pretendeu colmatar, a contratação de pessoas com deficiência fica reduzida a um mero exercício burocrático, ao invés de configurar um verdadeiro processo de inclusão.

A imposição rígida de quotas, desacompanhada de condições estruturais asseguradas pelo Estado de Direito para garantir a plena eficácia da Lei, traduz-se, assim, a longo prazo, numa inclusão meramente formal, desprovida de substância e sensibilidade, contrária ao verdadeiro intuito do legislador: defender os candidatos mais vulneráveis e criar condições para que a diversidade seja reconhecida, valorizada e integrada de forma efetiva nas organizações.

A Lei das Quotas é, reconhecidamente, um marco na promoção da igualdade de oportunidades para os candidatos com deficiência, louvando-se o seu espírito; no entanto, não pode ser entendida como um fim em si mesma. A inclusão verdadeira não se esgota em números, exigindo compromissos sociais e institucionais sérios - só assim a imposição legal poderá converter-se numa oportunidade genuína de valorização do talento e da diversidade.



entrevista

BRUNO LEITÃO

APPACDM de
Santarém

Bruno nasceu para o atletismo aos 18 anos, após a entrada na APPACDM de Santarém. Desde então, tem colecionado medalhas e recordes nacionais, europeus e mundiais. O Síndrome de Down não é algo que o diminui, antes pelo contrário. Supera-se todos os dias e entrega-se com entusiasmo e dedicação aos treinos.

Os resultados não tardaram a chegar: em 2010, no Campeonato do Mundo de Atletismo Síndrome de Down, realizado no México, arrecadou a Medalha de Prata, nos 1500 metros Marcha e a Medalha de Bronze, nos 400 metros Marcha.

Um feito de monta para o atleta, que não esconde o orgulho enorme de levar o nome da instituição e de Portugal aos lugares cimeiros do desporto mundial.

Mas Bruno Leitão garante que é calmo durante as competições e não tem medo de andar de avião. Já fez várias deslocações ao estrangeiro para representar Portugal na marcha atlética e assegura estar preparado para continuar.

A grandeza e o mérito são maiores quanto maiores forem as adversidades que enfrentamos. E o atleta Bruno Leitão, da APPACDM de Santarém, é disto um exemplo vivo.

A sua garra e dedicação têm feito com que esteja a competir ao mais alto nível há 15 anos. A juntar à modalidade da marcha, Bruno Leitão foi desafiado a fazer o lançamento do peso. No seu entusiasmo, o jovem aceitou e a primeira experiência até nem correu muito bem.

“O peso tem quatro quilos e nos primeiros lançamentos quase que me caía aos pés”, brinca. Mas a evolução



foi muito rápida e, pouco tempo depois, já fazia bons lançamentos.

Logo em 2011, conquistou a Medalha de Prata no Lançamento de Peso. “Chegou o dia da primeira prova, estava nervoso, mas a prova até correu bem; fiquei nos primeiros lugares e ganhei mais entusiasmo”, recordou.

O brilhante atleta, capitão da seleção e porta-estandarte da bandeira nacional, tem trazido para a terra medalhas e

estrutura da APPACDM. Tudo se torna fácil quando toda uma equipa está a trabalhar para o mesmo”, sublinhou, acrescentando: “o Bruno tem sido um atleta brilhante; são 15 anos ao mais alto nível.”

Aos 45 anos, feitos em Março, este atleta é a “prova viva” de que a força de vontade e a singularidade do espírito humano “podem ultrapassar quaisquer obstáculos”, segundo afirma

Luís Amaral, presidente da APPACDM de Santarém, instituição que trabalha diariamente com o maior afinco para esbater todas as diferenças, tornando a vida destas pessoas o mais gratificante possível.

“Trabalhamos a parte da inclusão e aquilo que possa ser uma ferramenta para essa mesma inclusão e o desporto é uma ferramenta muito importante para esse desígnio”, explicita Luís Amaral.

“Apostamos muito no desporto, temos uma equipa dedicadíssima e temos obtido

muito bons resultados a esse nível. O Bruno é um símbolo e um exemplo para outros colegas que o admiram e aspiram chegar ao patamar a que ele já chegou. O que queremos é continuar a trabalhar em prol da inclusão, usando de tudo o que esteja ao nosso alcance para isso mesmo”, acrescenta o responsável da instituição.

títulos no lançamento do disco, na marcha, no dardo e no lançamento de peso.

“Nós estamos aqui para ensinar, mas também aprendemos muito. O Bruno é um ser humano fantástico e tem sido um privilégio enorme trabalhar com ele”, refere o treinador, elogiando o “compromisso, empenho e dedicação gigantes” que o atleta demonstra para com os treinos.

“O Bruno tem um enorme talento, que é fomentado e suportado por toda a





Currículo Desportivo

Medalhas em Provas Internacionais – Atletismo Síndrome Down

Campeonato do Mundo Atletismo Síndrome Down – África do Sul (Novembro, 2015)

Medalha de Bronze – Lançamento
Disco (1 kg)

Campeonato da Europa Atletismo Síndrome Down – Póvoa Varzim (Maio, 2014)

Medalha de Ouro – Lançamento Disco
(1 Kg)

Medalha de Ouro – Lançamento do
Dardo (600 gr)

Campeonato da Europa Atletismo Síndrome Down – Roma (Junho, 2013)

Medalha de Ouro –Lançamento Disco
(1 Kg)

Medalha de Ouro – Lançamento do
Dardo (600 gr)

Medalha de Bronze – 800 metros
Marcha

Medalha de Bronze – 1500 metros
Marcha

Campeonato do Mundo Atletismo Síndrome Down – Açores (Maio, 2012)

Medalha de Ouro – 1500 metros
Marcha

Campeonato da Europa Atletismo Síndrome Down – Sardenha (Junho, 2011)

Medalha de Ouro –Lançamento Disco
(1 Kg)

Medalha de Prata – 1500 metros
Marcha

Medalha de Prata – Lançamento Peso
(4Kg)

Medalha de Bronze – Lançamento do
Dardo (600 gr)

Campeonato do Mundo Atletismo Síndrome Down – México (Setembro, 2010)

Medalha de Prata – 1500 metros
Marcha

Medalha de Bronze – 400 metros
Marcha

Campeonato do Mundo Atletismo Síndrome Down – Florença, Itália (2016)

Medalha de Bronze – 800m Marcha

Campeonato da Europa Atletismo Síndrome Down – Vila Nova de Gaia (2017)

Medalha de Bronze – Disco 1kg

Medalha de Bronze – 800m Marcha

Medalha de Bronze – 1500m Marcha

**Campeonato da Europa Atletismo
Síndrome Down – Ferrara, Itália
(2021)**

Medalha de Ouro – Dardo 600gr

Medalha de Bronze – Disco 1kg

Medalha de Bronze – 800m Marcha

**Campeonato do Mundo Atletismo
Síndrome Down – República Checa
(2022)**

Medalha de Bronze – 4x400m (estafeta)

**Campeonato da Europa Atletismo
Síndrome Down – Padova, Itália
(2023)**

Medalha de Prata – Disco 1kg

Medalha de Prata – Dardo 600gr

Medalha de Prata – Peso 4kg

Medalha de Prata – 4x400m (estafeta)

**Campeonato da Europa Atletismo
Síndrome Down – Chéquia (2025)**

Medalha de Prata – Disco 1kg

**Recordes da Europa – Atletismo
Síndrome Down**

Lançamento Disco com 24,58 metros
alcançado em Roma (Junho, 2013)

**Recordes Nacionais – Atletismo
Síndrome Down**

1500 metros Marcha com 10'21"15
alcançado no Luso em Maio, 2014

800 metros Marcha com 5'08"87
alcançado no Luso em Maio, 2014

Lançamento Disco (1Kg) com 24,58
metros alcançado em Roma (Junho,
2013)

Lançamento Dardo (600gr) com 25,21
metros alcançado no Luso em Abril,
2013

Lançamento Peso (4Kg) com 8,96
metros alcançado no Luso em Maio,
2010

**Recordes Internacionais e Nacionais
– Atletismo Síndrome Down****Recordes do Mundo – Atletismo
Síndrome Down**

1500 metros Marcha com 10'21"15
alcançado no Luso em Maio, 2014

800 metros Marcha com 5'08"87
alcançado no Luso em Maio, 2014



EDUCAÇÃO FINANCEIRA

Programas adaptados para pessoas com dificuldades intelectuais e desenvolvimentais

Faz (muito) tempo – mais de cinco décadas – que a abordagem à incapacidade deixou de estar centrada no carácter extraordinário da deficiência para se focar no direito a uma vida comum com os apoios necessários (Claes, Schalock & Van Hove, 2025).

Faz tempo também que a literacia financeira é conhecida como uma condição necessária a essa vida comum, referindo-se ao conhecimento e competência para tomar decisões informadas no uso e gestão do dinheiro (OCDE, 2020).



Mónica Silveira-Maia

Centro de Investigação e Inovação em Educação, Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico do Porto

&

Bruno Vieira de Melo

Laboratório de Reabilitação Psicossocial do Centro de Investigação em Reabilitação, Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico do Porto; Escola Superior de Saúde de Santa Maria, Porto



Fortemente associada à capacidade de controlar e gerir recursos fundamentais à liberdade de escolha e participação na comunidade, a literacia financeira é tomada como uma ferramenta de empoderamento e inclusão social que atravessa todos os grupos na sua diversidade (Fundação Dr. António Cupertino de Miranda, 2021; Silveira-Maia & Melo, 2024).

Junto de quem vive barreiras ligadas a circunstâncias de deficiência e incapacidade – especificamente dificuldades intelectuais e desenvolvimentais (DID) -, a literacia

revisão scoping (Melo, Silveira-Maia & Ribeiro, 2023) que procurou identificar os objetivos, conteúdos e abordagens centrais para o desenvolvimento de programas de educação financeira para pessoas com DID. Através da análise de 7 programas integrais, datados entre 2013 e 2020, exploramos as competências chave para o uso e gestão do dinheiro como veículo de inclusão e autodeterminação, bem como os princípios e abordagens pedagógicas que parecem fundamentais para o sucesso destes programas.



financeira torna-se um imperativo ainda maior. O menor acesso ao dinheiro – por risco de desemprego e pobreza -, as barreiras no acesso a oportunidades de aprendizagem e às atividades na comunidade, somadas à linguagem complexa e cada vez mais digitalizada do mundo financeiro (e.g., Maroto & Pettinicchio, 2020), tem vindo a perpetuar uma exclusão que não se limita ao uso do dinheiro, mas que se estende à sua participação social.

Ainda assim, os programas de educação financeira adaptados às necessidades deste grupo de pessoas são frequentemente parciais e ocasionais, parcamente estruturados e baseados na evidência.

Neste texto, pretendemos trazer à discussão os resultados de uma

QUE CONHECIMENTOS E COMPETÊNCIAS SÃO CENTRAIS?

Como domínio em rápida transformação – pela digitalização, pela proliferação de meios de pagamento, e também pelo acrescido risco de abusos e fraudes... – a educação financeira tem-se revestido de diferentes camadas no que respeita aos objetivos e conteúdos abordados.

A primeira camada, mais tradicional, centra-se sobretudo em competências de execução ligadas ao pagar.

De facto, compreender o valor financeiro de notas e moedas e a sua permutabilidade por bens e serviços, a par das transações - isto é, o ato da transferência do dinheiro entre partes ou pessoas -, continuam a ser os alicerces fundamentais dos programas.



Para além do reconhecimento e do manuseio físico do dinheiro (notas e moedas), os programas visam também meios de pagamento diversos, incluindo aprender a utilizar caixas de multibanco e cartões.

Uma segunda camada fundamental dos programas e que se aproxima do domínio da escolha, planeamento e decisão, foca a competência para gerir o dinheiro atendendo aos objetivos, necessidades e desejos pessoais. A destriça entre o necessitar e o desejar, saber identificar gastos indispensáveis, evitar compras por impulso e planear os gastos são alguns dos conteúdos base e que pretendem colocar a pessoa no leme da gestão do seu dinheiro. O desenvolvimento destas competências está associado a uma diminuição da intensidade de apoio prestada por terceiros, conduzindo a uma maior independência em tarefas como fazer uma lista de compras ou manter um diário de despesas e a um maior sentido de controlo sobre o seu dia-a-dia (onde e como gastar o dinheiro e que horizontes motivam a poupança).

A terceira e emergente camada, aprofunda ainda mais o laço entre a gestão do dinheiro e o exercício da autodeterminação. Inscrevendo-se no domínio da auto-advocacia, os conteúdos visam reconhecer situações de potencial abuso financeiro, saber onde e como obter ajuda, conhecer as suas responsabilidades e os seus direitos e saber como reclamar por eles. Apesar de abordados ainda com pouca sistematicidade, estes são conteúdos considerados incontornáveis perante a evidência de que as pessoas com DID estão expostas a um risco aumentado de abusos financeiros (Williams et al., 2007).

Estas três camadas de conteúdos descrevem um gradativo que vai da execução à decisão e mostram que o uso e gestão participada do dinheiro

vai além do acesso ou manuseio (i.e., contar e pagar) e inclui o exercício de tomadas de decisões informadas e equacionadas segundo os objetivos e necessidades pessoais.

QUE PRINCÍPIOS E ABORDAGENS ESTÃO NA BASE DO SUCESSO?

A hibridez das atividades, com recurso preferencial a contextos da comunidade (e.g., supermercados, bancos...) complementados por ambientes simulados é uma característica central dos programas. Por um lado, o uso do dinheiro em contextos reais de vida e próximos do quotidiano dos participantes (e.g., o uso das ATM na vizinhança, a compra de um bilhete para uma viagem diária) permite melhor generalização das competências aprendidas; por outro lado e complementarmente, o contexto simulado permite explorar e repetir situações socialmente delicadas (e.g., pedidos de empréstimo de dinheiro, devolução errada do troco, venda agressiva...) em ambientes protegidos.

Neste alinhamento, a aprendizagem baseada em problemas reais é uma abordagem recomendada, possibilitando a conversão do conhecimento em ações concretas. Outra abordagem chave usada nos programas consiste num dos princípios definidores do Desenho Universal para a Aprendizagem (CAST, 2018), designadamente a personalização das atividades de acordo com as experiências e objetivos dos participantes. Deste modo, mapear rotinas, círculos de suporte, contextos de participação e objetivos pessoais é também o ponto de partida destes programas. A proximidade das situações trabalhadas com elementos que definem a vivência da pessoa (o que costuma comprar, o que gosta de usar, o que pretende fazer...) é a pedra angular na aquisição e significação das aprendizagens.



NOTA FINAL

A vida comum consoma-se em experiências, atividades e rotinas partilhadas com os outros e na comunidade. Traduz o exercício do direito à participação na comunidade, à educação e ao gozo de liberdades fundamentais como o de ter controlo sobre o próprio destino, desde as pequenas escolhas do dia-a-dia até à decisão e persecução de objetivos de vida. É através do uso do dinheiro – e de outras minudências do dia-a-dia – que muito frequentemente praticamos a escolha e tomamos decisões, planeando novos projetos e contornos do futuro.

A literacia financeira, tal como qualquer outro domínio de competência, exige oportunidades estruturadas de aprendizagem e que acompanhem o desenvolvimento e os contextos em que as pessoas se movem. Como tal, implica um compromisso coordenado das várias organizações e serviços de apoio, desde as escolas e as suas equipas multidisciplinares até aos outros serviços de apoio à inclusão na vida adulta, como os centros de recursos para o apoio à formação profissional e emprego ou os centros de atividades e de capacitação para a inclusão.

Hoje, em Portugal, existem recursos pedagógicos diferenciados para promover a educação financeira de pessoas com DID. Esta revisão é exemplo disso mesmo, constituindo um dos pontos de partida para a construção do Programa Inclusivo de Educação Financeira (PIEF) desenvolvido pela Fundação Dr. António Cupertino Miranda (<https://facm.pt/seducativo/ne>).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Center for Applied Special Technology. (2018). [Universal design for learning guidelines version 2.2.](#)
- Claes, C., Schalock, R. & Van Hove, G. (2025). [The Shared Citinzenship Paradigm and its measurement.](#) Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities, 22(e70017).
- Fundação Dr. António Cupertino de Miranda. (2021). Educação financeira para pessoas com necessidades adicionais de suporte: Guia de apoio ao formador. FACM.
- Maroto, M., & Pettinicchio, D. (2020). [Barriers to economic security: Disability, employment, and asset disparities in Canada.](#) Canadian Review of Sociology/ Revue Canadienne de Sociologie, 57(1), 53-79.
- Melo, B., Silveira-Maia, M. & Ribeiro, S. (2023). [Full Financial Education Programmes for People with Disabilities: a Scoping Review.](#) Rev. Bras. Ed. Esp., 29(e0222), p.277-296.
- Organização de Cooperação e de Desenvolvimento Económicos. (2020). Recommendation of the Council on Financial Literacy. Em OECD/LEGAL/0461.
- Silveira-Maia, M. & Melo, B. (2024). Programa Inclusivo de Educação Financeira: Modelo de Implementação. FACM.
- Williams, V., Abbott, D., Rodgers, J., Ward, L., & Watson, D. (2007). [Money, rights and risks: A scoping review of financial issues for people with learning disabilities in the UK.](#) Friends Provident Foundation, Norah Fry Research Centre.

humanitas

NADA DO QUE É HUMANO NOS É ALHEIO