



## HABITAÇÕES SOCIAIS DO IASFA

### IDEIAS QUE IMPORTAM

General  
Ramalho Eanes

### ENTREVISTA: GENERAL JOSÉ NUNES DA FONSECA

Chefe de Estado-Maior-General  
das Forças Armadas

### MINISTRO DA DEFESA VISITA CAS PORTO

## ÍNDICE

---

Ministro da Defesa visita CAS Porto	04
Ideias que importam	05
Obras de Reabilitação	06
Atividades dos CAS	07
ADM	09
Entrevista: Gen. José Nunes da Fonseca	10
IASFA: casas para quem mais precisa	14
Ações na Saúde dedicadas aos CAS	19
Celebração do Natal nos CAS	22
Concurso de casas de renda económica em Ponta Delgada	24
Divulgação da Missão do IASFA	25
Naquele Tempo: CAS Tomar	27
Soluções Complementares para o seu Subsistema de saúde	29



Breves 32

Protocolos 35

## EDITORIAL

---

### Diretor

TGEN Luís Morgado Baptista

### Editora

Paula Costa

### Redação

Direções de Serviço,  
Centros de Apoio Social e GACD

### Fotografia

GACD, Centros de Apoio Social  
e Envato Elements

### Propriedade

IASFA, I.P.  
Rua Pedro Nunes, nº 8  
1069-023 Lisboa  
☎ 213194600 / Fax 213572276  
✉ infoiasfa@iasfa.pt

NIPC: 500746427

### Sede do Editor/Sede da redação:

Rua Pedro Nunes, nº 8  
1069-023 Lisboa  
☎ 213194600 / Fax 213572276

### Periodicidade

Trimestral

Registo ERC nº 127764

### Distribuição

Gratuita

### Linha Editorial

[www.iasfa.pt/publicacoes/](http://www.iasfa.pt/publicacoes/)

Na primeira edição de 2026, a InfoIASFA realça as obras de reabilitação efetuadas por novos arrendatários do IASFA que transformaram as casas que lhes foram atribuídas no âmbito do concurso de arrendamento de 200 habitações de renda económica realizado pelo IASFA, iniciado em 2024, que decorreu a pensar no bem-estar dos militares e suas famílias. Três inquilinos abriram as portas dos seus novos apartamentos para nos mostrarem as renovações. Ainda no âmbito da habitação, dois novos arrendatários receberam as chaves do concurso de Ponta Delgada, lançado em 2025.

Nesta edição, temos a honra de o artigo de opinião ser assinado por uma das figuras mais importantes da nossa democracia e da história recente de Portugal. O Exmo. Senhor General António Ramalho Eanes, primeiro Presidente da República Portuguesa eleito por sufrágio direto e universal, dá-nos a sua visão do passado e presente do IASFA, realçando os enormes desafios que cabem ao Instituto.

Na secção de Entrevista, tivemos o privilégio de entrevistar o Chefe de Estado-Maior-General das Forças Armadas (CEMGFA), principal figura da hierarquia militar portuguesa, General José Nunes da Fonseca, que nos apresenta as suas ideias sobre o papel do IASFA para a família militar e como vê as relações entre o EMGFA e o instituto.

Numa edição marcada por testemunhos importantes, relatamos a visita ao Centro de Apoio Social (CAS) do Porto pelo Ministro da Defesa Nacional, Sua Excelência o Dr. Nuno Melo, que salientou a importância do IASFA para os militares e familiares das Forças Armadas.

Em dois espaços distintos, damos conta dos novos acordos ao nível da Assistência na Doença aos Militares (ADM) e da Ação Social Complementar (ASC), que ilustram o trabalho permanente do instituto para que os beneficiários disponham das melhores condições de acesso a cuidados de saúde. Apresentamos a segunda parte do artigo técnico dedicado às soluções complementares para o subsistema de saúde ADM, com a análise de duas juristas do IASFA e damos a conhecer a nova Tabela de Regras e Preços para o Regime Convencionado da ADSE, que entra em vigor a 1 de fevereiro.

Porque o IASFA é uma instituição rica em história e implantada por todo o país, o Centro de Apoio Social (CAS) de Tomar fala-nos de cinco décadas ao serviço dos beneficiários na rubrica Naquele Tempo...

Saiba ainda onde decorreram as ações de divulgação da Missão do IASFA para informar os militares sobre as valências ao seu dispor e descubra as principais atividades realizadas pelos diversos CAS ao longo dos últimos três meses.

Votos de uma boa leitura!



Luís Morgado Baptista  
Tenente-General



## Ministro da Defesa visita CAS Porto

Em visita ao Centro de Apoio Social (CAS) do Porto, a 22 de dezembro, o Ministro da Defesa Nacional, Dr. Nuno Melo, acompanhado pelo Secretário de Estado Adjunto e da Defesa Nacional, Dr. Álvaro Castelo-Branco, referiu o IASFA como uma instituição de grande importância para os militares das Forças Armadas e seus familiares, salientando que é uma das prioridades de investimento do ministério que tutela.

Na sua intervenção, durante a visita ao CAS Porto, o Ministro da Defesa Nacional referiu o IASFA como uma das prioridades em termos de investimento, nomeadamente nas áreas do património edificado afeto às respostas sociais, da habitação e dos recursos humanos, salientando que o trabalho desenvolvido pelo Instituto é “extraordinário e insubstituível”.

O Presidente do Conselho Diretivo (CD) do IASFA, Tenente-General Luís Morgado Baptista, realçou a importância desta visita para o Instituto, sublinhando o reconhecimento e a proximidade institucional às respostas sociais desenvolvidas.

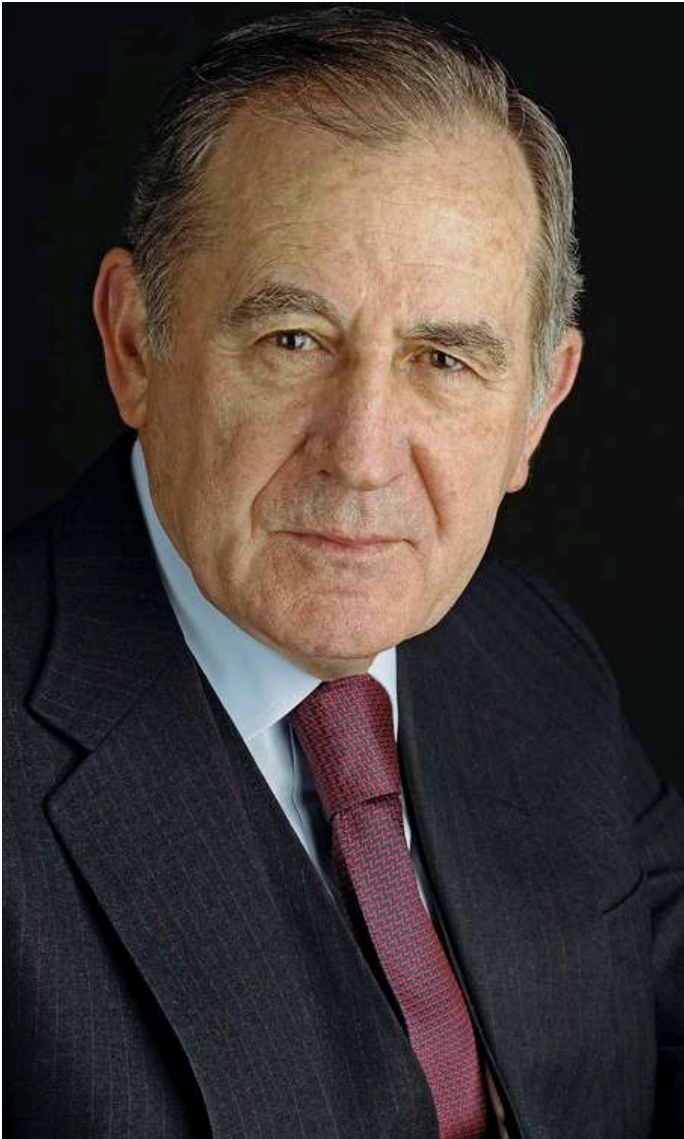
Recebidos pelo Presidente do CD do IASFA e pelo Diretor do CAS Porto, Coronel Luís Filipe de Sousa Lopes, o Ministro e o Secretário de Estado contactaram diretamente com os colaboradores e residentes que os aguardavam. A comitiva foi recebida com o Hino do CAS Porto interpretado pelo grupo coral de residentes da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI).

Após os discursos, os governantes foram convidados a percorrer as instalações do CAS Porto, numa visita que permitiu conhecerem a Unidade Funcional 1, destinada a beneficiários autónomos e/ou parcialmente dependentes, e a Unidade Funcional 2, vocacionada para beneficiários com maior grau de dependência.

A visita terminou com a apresentação de um projeto preliminar de arquitetura, com vista à recuperação do edificado e à ampliação das capacidades de resposta do CAS Porto, ocasião em que, uma vez mais, se reforçou a importância deste Centro no apoio aos beneficiários da região norte do país, bem como foi reafirmado o empenho do Ministério da Defesa Nacional no apoio ao trabalho desenvolvido pelo IASFA.

Os membros do Governo e o Presidente do Conselho Diretivo do IASFA assistiram à celebração do centenário do residente mais longevo do CAS Porto, o Sr. António Figueiredo, e do Sr. Manuel Rolo, que completou 91 anos. A passagem dos visitantes terminou com a formulação de votos de Boas Festas a todos os residentes e colaboradores do CAS Porto ■





General António Ramalho Eanes  
Ex-Presidente da República

@2008 Fotografia: Homem-Cardoso

O apoio social nas Forças Armadas é um tema, para mim, de especial relevância.

Há quase 50 anos, na sequência dos acontecimentos de 25 de Novembro de 1975, e no quadro da reorganização das Forças Armadas, tomámos a decisão de revitalizar o apoio social na Instituição Militar que, à época, era relativamente incipiente.

Em boa hora foi criada uma Comissão Directiva, liderada pelo General João António Pinheiro.

Após o estudo profundo do problema, esta Comissão levou a cabo um programa notável, inovador e dinâmico, que constituiu uma verdadeira referência nacional.

Ao longo da sua existência, os serviços sociais, que, em 1995, foram reorganizados no Instituto de Acção Social das Forças Armadas – IASFA – tiveram, como é natural em qualquer instituição, momentos bons e momentos menos bons.

Hoje, perante as necessidades crescentes de apoio social aos militares e às suas famílias, o IASFA enfrenta importantes desafios.

Estou ciente de que todos os seus elementos – desde o General Presidente do Conselho Directivo até ao mais modesto dos seus servidores – dão, em cada dia, o melhor do seu esforço para fazer chegar aos beneficiários o apoio de que tanto carecem.

A todos apresento o meu profundo e sincero reconhecimento. E, se me refiro ao passado e ao presente, é porque, hoje, aquilo que mais importa é o futuro.

E o futuro do IASFA e a continuidade do apoio social – que é a sua razão de ser – só, em parte, depende dos seus colaboradores, por mais dedicados que sejam. O futuro depende, também, do Poder Político – do Governo e, em particular, do Ministério da Defesa. Sem a continuidade do seu empenho não é possível, ao IASFA, atingir os desígnios que lhe foram atribuídos.

Estou certo de que a Nação continuará a reconhecer o papel, único, das Forças Armadas na estrutura do Estado, respondendo, com justiça, às inerentes implicações da sua Condição Militar.

É com esta esperança que desejo, para o IASFA e para todas as pessoas que, nele, trabalham, as maiores felicidades ■

*“Estou ciente de que todos os seus [do IASFA] elementos – desde o General Presidente do Conselho Directivo até ao mais modesto dos seus servidores – dão, em cada dia, o melhor do seu esforço para fazer chegar aos beneficiários o apoio de que tanto carecem.”*

# OBRAS DE REABILITAÇÃO

ANTES



DEPOIS



## PRÉDIOS DE ELVAS - VÁRIAS INTERVENÇÕES

Reparação da infiltração de água no WC, substituição de janelas, reparação do muro no corredor de acesso, Corte e remoção de árvore de grande porte, execução de novo muro de contenção de terras.

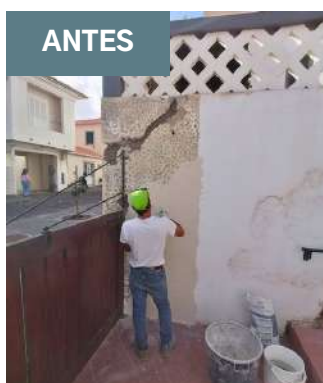
ANTES



DEPOIS



ANTES



DEPOIS



## CEREPOSA - VÁRIAS INTERVENÇÕES

Reparação das caixas e tampas do depósito de água subterrâneo, do portão de entrada e de algumas fendas no murete da entrada.



## CAS PORTO - VÁRIAS INTERVENÇÕES

Colocação de iluminação, painel com a identificação do CAS, cancela automática no portão principal, criação de gabinetes para a atendimento ao Beneficiário e Apoio Geral, tampas estanques e pavimento na cozinha.

# ATIVIDADES DOS CAS

## CULTURA

Dirigida aos seus seniores, o **CAS Funchal** realizou a 2.ª edição da iniciativa “Reencontros com a História”, que incluiu uma visita guiada ao Museu de Arte Sacra do Funchal.

No **CAS Runa**, realizou-se uma visita à área museológica deste Centro direcionada aos familiares dos residentes da ERPI.

Em **Ponta Delgada**, os beneficiários conheceram o acervo histórico e cultural da região com uma visita ao Museu Etnográfico das Capelas.



## DESPORTO

O grupo de seniores do setor cultural e recreativo do **CAS Alfeite** participou num Peddy-Paper que contemplou todos os participantes com prémios.

Inserido nas comemorações dos seus 20 anos, o **CAS Viseu** organizou o 1.º Passeio de BTT com um passeio que levou quase 50 ciclistas a percorrerem cerca de 20 km pelas Ecopistas do Vouga e do Dão.



## DIA MUNDIAL DO IDOSO

Para assinalar o Dia Mundial do Idoso, o **CAS Alfeite** juntou seniores e crianças, com o coro sénior a visitar a Cooperativa Mista do Laranjeiro para uma apresentação musical.

No **CAS Porto**, colaboradores e residentes da ERPI refletiram sobre os estereótipos do processo de envelhecimento.

O **CAS Runa** presenteou os seus residentes com um dia dedicado à música.



# ATIVIDADES DOS CAS

## MÚSICA

Durante este período, a música chegou aos CAS de Oeiras e de Runa. O auditório do **CAS Oeiras** foi palco do Concerto do Equinócio de Outono da Banda da Armada, acolheu o concerto comemorativo do 32.º aniversário da Banda Municipal de Oeiras e recebeu a Banda de Música da Força Aérea.

Em **Runa**, o grupo sénior “Dança com Amigos” animou os residentes e colaboradores com danças de salão.



CAS RUNA

## SÃO MARTINHO

O **CAS Porto** organizou a tradicional Festa de São Martinho para os colaboradores e residentes da ERPI. As crianças da Unidade Educativa do **CAS Alfeite** celebraram o São Martinho com as músicas infantis do cantor Ricardo Reis Pinto.

Uma caminhada pela Ecovia dos rios Cávado e Homem e um almoço-convívio, foi a opção do **CAS Braga** para celebrar este dia.

O **CAS Oeiras** celebrou com um Magusto marcado pela cultura e música.



CAS OEIRAS

## VISITAS

As crianças da valência educativa do **CAS Alfeite** visitaram os Bombeiros Mistos da Amora e um grupo de seniores conheceu a região do Alqueva.

O **CAS Coimbra** realizou um passeio com os beneficiários e familiares a Salvaterra de Magos e Vidigueira.

O **CAS Runa** organizou visitas ao Centro Interpretativo da Reserva Natural Local Foz Azul e ao Centro Interpretativo das Linhas de Torres.



CAS COIMBRA



## Notícias sobre o seu subsistema de saúde

### Nova versão da Tabela de Regras e Preços para o Regime Convencionado

A Tabela de Regras e Preços para o Regime Convencionado da ADSE tem uma nova versão com várias alterações à anterior, que entra em vigor a 1 de fevereiro de 2026. Para saber mais consulte a notícia em:

<https://www.iasfa.pt/noticias/nova-versao-da-tabela-de-regras-e-precos-para-o-regime-convencionado/>

### Novos Acordos

Entre outubro e dezembro de 2025, o IASFA celebrou nove novas convenções que passam a servir os distritos de Braga, Coimbra, Faro, Porto, Setúbal e Viana do Castelo, nas localidades de Albufeira, Barcelos, Braga, Figueira da Foz, Montijo, Penafiel, Porto e Viana do Castelo. Para saber mais sobre as entidades em regime convencionado, consulte o Portal do Beneficiário:

<https://iasfa.defesa.gov.pt/Servicos/Convencionados>.

Entidade	Distrito	Concelho
DR. PINTO LEITE - NUNO PINTO LEITE IMAGIOLOGIA, UNIP, LDA	Porto	Porto
CLÍNICA CENTRAL DO PORTO, LDA	Porto	Porto
TROFA SAÚDE - HOSPITAL PRIVADO DA TROFA PENAFIEL	Porto	Penafiel
M J SILVA DIAS CLINICS - SAÚDE E BEM-ESTAR, LDA - M J CLINICS	Setúbal	Montijo
CLÍNICA MÉDICA DENTÁRIA SUCESSORAL, UNIPESSOAL LDA	Coimbra	Figueira da Foz
JOÃO FORTE - MEDICINA DENTÁRIA, LDA	Braga	Braga
PLUTÃO VENCEDOR, LDA - NR DIAGNÓSTICO VIANA DO CASTELO	Viana do Castelo	Viana do Castelo
PLUTÃO VENCEDOR, LDA - NR DIAGNÓSTICO BARCELOS	Braga	Barcelos
BS - SERVIÇOS DE SAÚDE, LDA - NOVA DENTAL INSTITUTE	Faro	Albufeira



## General José Nunes da Fonseca

Chefe de Estado-Maior-General das Forças Armadas

*O General José Nunes da Fonseca é, desde 1 de março de 2023, o Chefe do Estado-Maior-General das Forças Armadas (CEMGFA), a mais alta autoridade militar portuguesa. Nesta entrevista, ficamos a conhecer a sua opinião sobre o IASFA e como vê as relações das Forças Armadas com o Instituto.*

### **Que apreciação faz do trabalho realizado pelo IASFA ao longo dos últimos anos?**

No cumprimento da sua missão, que integra a ação social complementar, a administração da Assistência na Doença aos Militares e a gestão dos regimes habitacionais atribuídos, o IASFA tem procurado assegurar respostas consistentes e equilibradas, alinhadas com as exigências próprias do serviço militar e com as legítimas expectativas dos seus beneficiários.

É perceptível uma evolução positiva na abordagem administrativa e na gestão dos seus recursos, acompanhada por uma atenção continuada à valorização do património, sob a sua responsabilidade, e por uma orientação progressiva para a modernização dos processos.

O trabalho desenvolvido pelo IASFA contribui, assim, para reforçar a coesão institucional e para consolidar, junto dos militares e das suas famílias, um sentimento de previsibilidade e de confiança relativamente ao futuro próximo.

**Atuando o IASFA em diferentes vertentes da ação social complementar, considera que estamos a responder às necessidades sociais dos militares e suas famílias?**

A condição militar comporta especificidades próprias, que não

são replicáveis noutras realidades profissionais. A mobilidade geográfica, a intensidade da atividade operacional e as ausências prolongadas projetam-se diretamente na organização da vida familiar, criando desafios que exigem respostas diferenciadas e sensíveis às várias fases do percurso de serviço.

Demonstrando sensibilidade face a este enquadramento, o IASFA tem procurado acompanhar as dinâmicas sociais e económicas, assegurando mecanismos que permitam mitigar os efeitos mais críticos dessas exigências, quer no plano assistencial, quer no acompanhamento das situações de maior vulnerabilidade social.

***“É perceptível [no IASFA] uma evolução positiva na abordagem administrativa e na gestão dos seus recursos, acompanhada por uma atenção continuada à valorização do património, sob a sua responsabilidade, e por uma orientação progressiva para a modernização dos processos.”***



**Quais as valências sociais que deveremos reforçar para contribuir para o bem-estar da família militar e apoiar a motivação de quem serve nas Forças Armadas?**

Podem identificar-se três domínios prioritários.

Em primeiro lugar, a habitação. As soluções de renda económica constituem um instrumento importante para mitigar constrangimentos financeiros. Num percurso profissional marcado por mobilidade funcional, particularmente no início de carreira, fase em que, invariavelmente, se constitui e aumenta o agregado familiar.

Em segundo lugar, a área da saúde e do bem-estar. A articulação com o Hospital das Forças Armadas, no âmbito da assistência prestada aos beneficiários da ADM, representa um elemento estruturante do sistema. A cooperação institucional e técnica entre estas entidades contribui para uma maior continuidade e coerência do acompanhamento clínico aos militares, sempre e quando necessário, ao longo do percurso de serviço.

Em terceiro lugar, o apoio à estabilidade familiar. A exigência operacional e os ritmos intensos da atividade militar projetam-se de forma direta na vida das famílias. Respostas que integrem acompanhamento especializado, orientação adequada e atenção às situações de maior fragilidade fortalecem a base humana da profissão militar e reforçam a sua disponibilidade para cumprir a missão.

**Que apreciação faz da articulação e colaboração entre o IASFA e o EMGFA? Há margem para aprofundar essa cooperação?**

No respeito pelas competências próprias de cada entidade, a articulação entre o IASFA e o EMGFA tem assentado num relacionamento institucional regular, próximo e construtivo.

Neste enquadramento, a participação do EMGFA no Conselho Consultivo do IASFA, constitui um instrumento relevante de acompanhamento e de partilha de perspetivas, a médio e longo prazo. Permite clarificar orientações gerais, antecipar tendências e garantir que as respostas desenvolvidas acompanham a evolução do dispositivo militar, das missões atribuídas e das exigências associadas à condição militar contemporânea.

***“ [...] o IASFA tem procurado acompanhar as dinâmicas sociais e económicas, assegurando mecanismos que permitam mitigar os efeitos mais críticos dessas exigências [da condição militar], quer no plano assistencial, quer no acompanhamento das situações de maior vulnerabilidade social. ”***



A cooperação existente no domínio da saúde, em particular na articulação entre o IASFA e o Hospital das Forças Armadas, ilustra e materializa a forma como a coordenação entre estruturas da área da Defesa podem reforçar a coerência da sua articulação institucional, evitando sobreposições e promovendo maior clareza no apoio prestado.

**Considera que o dispositivo geográfico do IASFA está ajustado ao dispositivo militar territorial? Que ajustamentos poderemos considerar?**

O dispositivo geográfico do IASFA acompanha, de forma geral, os principais polos militares e a configuração territorial do Sistema de Forças, permitindo assegurar a sua presença onde a concentração de efetivos é mais significativa.

Importa, contudo, reconhecer que as Forças Armadas e o próprio País se encontram em permanente transformação. A concentração de unidades, a redistribuição de capacidades e a evolução do dispositivo operacional exigem uma reavaliação permanente da adequação territorial das respostas disponíveis.

Neste contexto, a evolução do modelo assenta, sobretudo, na modernização dos processos, na digitalização dos serviços, na simplificação de procedimentos e na capacidade de garantir

uma resposta atempada, independentemente da localização geográfica do beneficiário.

**O IASFA tem um papel importante no incentivo ao recrutamento e retenção de efetivos? Que apoios considera mais relevantes?**

A atratividade da carreira militar não depende apenas da natureza das missões ou das condições remuneratórias, mas também da perceção de que existe um sistema institucional sólido, presente ao longo da carreira ou da prestação do serviço militar.

*Neste contexto, a evolução do modelo assenta, sobretudo, na modernização dos processos, na digitalização dos serviços, na simplificação de procedimentos e na capacidade de garantir uma resposta atempada, independentemente da localização geográfica do beneficiário.*



Neste contexto, os mecanismos associados à assistência na doença, às soluções habitacionais e ao acompanhamento, em momentos mais exigentes da vida pessoal e familiar, contribuem para a construção de um sentimento de segurança institucional. Estes elementos influenciam a forma como os militares projetam o seu futuro e avaliam a possibilidade de permanência na Instituição.

#### Que mensagem deixa aos jovens portugueses que ponderam ingressar nas Forças Armadas?

A quem pondera ingressar nas Forças Armadas, diria que é uma escolha exigente, que ultrapassa a dimensão profissional e assume um significado profundo, porque se passa a pensar e a atuar no coletivo. Ser militar é colocar as capacidades pessoais ao serviço de Portugal, contribuindo para a segurança do País, para a defesa da liberdade e para a proteção dos valores que estruturam a nossa comunidade.

A vida militar assenta em princípios claros: lealdade, disciplina, coragem, sentido de responsabilidade e espírito de missão. Exige esforço, carácter e disponibilidade, mas oferece, em contrapartida, oportunidades únicas de aprendizagem, de desenvolvimento humano e profissional e de participação em

missões com impacto real na vida das pessoas, dentro e fora do território nacional.

Haverá muitos jovens disponíveis para agir com sentido do dever, disponibilidade para o esforço e vontade de contribuir para algo maior do que si próprios. As Forças Armadas oferecem um espaço de realização pessoal, de serviço público e de compromisso para com o futuro, sempre para um melhor Portugal ■

*"[...] os mecanismos associados à assistência na doença, às soluções habitacionais e ao acompanhamento, em momentos mais exigentes da vida pessoal e familiar, contribuem para a construção de um sentimento de segurança institucional. Estes elementos influenciam a forma como os militares projetam o seu futuro e avaliam a possibilidade de permanência na Instituição"*



## IASFA: CASAS PARA QUEM MAIS PRECISA

A InfoIASFA foi visitar as habitações de três novos arrendatários do IASFA que participaram no Concurso para a atribuição de casas de renda económica, devolutas e carecidas de obras, que se iniciou em outubro de 2024. Conhecemos um pouco das suas vidas e o que tiveram que fazer para renovar as casas que agora são suas.

Em outubro de 2024, o IASFA deu início a um novo concurso de arrendamento para atribuir 200 habitações de renda económica a membros da família militar. Tendo contado com 417 candidaturas, foi o maior concurso de sempre, em número de casas e em número de candidatos. As cerca de 50 casas não atribuídas vão integrar o próximo concurso, a abrir em janeiro ou fevereiro de 2026.

Sendo verdade que cada uma das casas exige níveis diferentes de recuperação, o IASFA apura o valor, sem IVA, necessário para a realização das obras, que depois são ressarcidas aos arrendatários através do desconto nas rendas vincendas. Para os arrendatários é uma oportunidade de fazerem as obras à sua medida e de construírem uma casa ao seu gosto.

Os concursos para casas carecidas de obras passaram a ser possíveis com a primeira alteração ao regime jurídico do arrendamento de casas de renda económica do IASFA, aprovado em 2019 pelo Decreto-Lei n.º 83/2019. Desde então, o IASFA realizou seis concursos de arrendamento de casas de renda económica, dos quais cinco na modalidade de casas carecidas de obras.



A InfoIASFA foi conhecer as casas de três dos novos arrendatários – todos eles a precisarem urgentemente de uma casa para viver –, duas delas no Bairro da Encarnação e outra na Avenida de Roma, qualquer delas muito bem localizadas na cidade de Lisboa e onde, com os preços atuais, é quase impossível encontrar uma casa a um preço acessível.

Tendo tomado conhecimento deste concurso através dos meios de comunicação do IASFA e ouvindo as opiniões muito positivas de outros camaradas, o Sargento-Chefe da Força Aérea, Paulo Marchã, e a 1.º Sargento do Exército, Andrea Dumitru, dois dos novos inquilinos do IASFA em prédios distintos no Bairro da Encarnação, e a 2.º Sargento da Força Aérea, Mariana Silva, a viver na Avenida de Roma, abriram-nos as portas das suas casas.

Paulo Marchã encontrou a casa que lhe foi atribuída “com graves limitações ao nível de uso das capacidades e funções da cozinha”, com uma instalação elétrica “altamente ultrapassada” e uma canalização com “tubos que se encontravam altamente corroídos”, entre outras partes da casa que o deixaram preocupado. O Sargento-Chefe, que vivia na casa de uma das filhas, o investimento aplicado e os cinco meses em que acompanhou os trabalhos do T2 renovado “como uma suite de hotel”, onde vive desde dezembro, duvida que exista outro “senhorio que diz ao inquilino para fazer o que quiser a pagar uma renda de baixo valor”.

A Andrea Dumitru, mãe há dois meses, calhou-lhe um duplex de quatro assoalhadas desabitado “há bastante tempo, com aspeto datado e carecendo de várias intervenções para que reunisse as condições de habitabilidade”, o que exigiu uma profunda remodelação.

Para a Sargento, “foi uma bênção receber esta casa”, onde vive desde novembro, até porque vivia numa habitação arrendada onde pagava uma renda demasiado elevada.

Mariana Silva, a mais jovem dos arrendatários visitados e que vivia na Amadora em casa da mãe, recebeu um T1 na Avenida de Roma, uma casa que exigia menos obras. Apesar das dúvidas que teve sobre o que fazer na casa para não ultrapassar o orçamento disponível, a Sargento contou com a ajuda de amigos para renovar a casa de banho e cozinha, reparar o chão, bem como efetuar outras obras menores, aproveitando “ao máximo o que já tínhamos aqui”. Para uma pessoa jovem, o arrendamento de uma casa de baixa renda, “acaba por ser uma vantagem para juntar dinheiro”, salienta.



O facto de terem tomado grande parte das decisões relativamente às obras efetuadas nas suas habitações “torna a casa mais pessoal, ao meu gosto e com as minhas ideias aplicadas”, refere Mariana Silva, com Paulo Marchã a assumir ter executado uma renovação “onde decidi, no global e no particular, o rumo da obra, os materiais que queria, a cor que queria e onde projetava a minha atenção e maiores cuidados”. Andrea Dumitru considera-se bastante feliz “pelo facto de cada pormenor ter sido idealizado por mim e de ter participado ativamente na sua transformação, ajustando-a às nossas necessidades, que de outra forma, dificilmente seria possível”.

Ainda em comum, para além da satisfação que demonstram por possuírem habitações que lhes permitem um maior desafogo financeiro e que ajudaram a construir à sua imagem, os três novos arrendatários referem as excelentes localizações e todos os serviços que possuem à volta, que vão desde o variado comércio existente aos transportes, pois o Metro está à porta destas três habitações do IASFA.

Habitar uma casa do IASFA, como salienta o Sargento-Chefe Paulo Marchã, permite-lhe sentir-se a “viver em casa própria, num património que também é meu”, enquanto as duas sargentos referem a segurança, a estabilidade financeira e a qualidade de vida que o IASFA proporciona com as casas de arrendamento económico, num contexto de constante especulação imobiliária que dificulta arrendar ou adquirir casas em Lisboa.

Sendo os prédios do IASFA habitados apenas por beneficiários, apesar das diferenças de personalidade entre cada pessoa, o relacionamento com os vizinhos pode ser facilitado pelo facto de todos pertencerem à família militar e serem beneficiários do IASFA, referiram os três novos inquilinos. Mariana Silva

conta o caso de uma vizinha que lhe disse que “o prédio está a ganhar vida”, a que não é alheio o facto de neste prédio da Avenida de Roma estarem a entrar muitos arrendatários com menos de 30 anos.

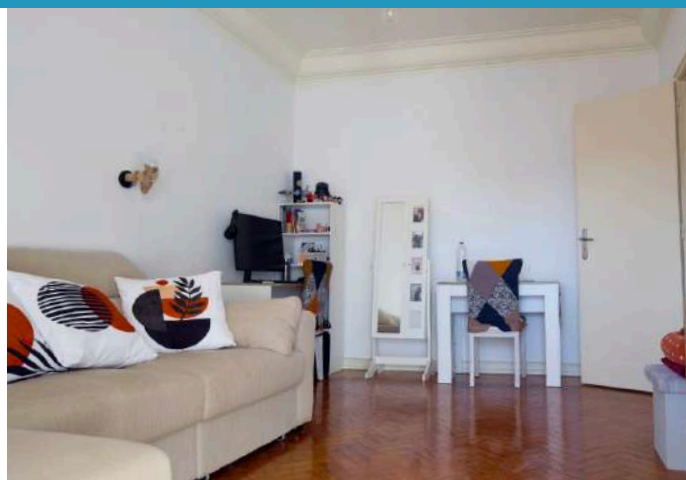
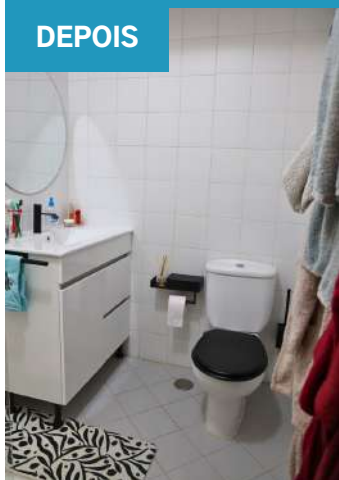
Um dos aspetos mais importantes destes concursos do IASFA, que reforçam a missão de apoio social do Instituto, é o facto de melhorar em muito a qualidade de vida e permitir a independência financeira aos arrendatários, pois muitos deles não possuem condições para arrendar ou comprar uma habitação. É por esta razão que o Sargento-Chefe Paulo Marchã apela aos “beneficiários para concorrerem aos concursos de casas do IASFA”, porque com “a crise na habitação e os valores de mercado especulativos de aquisição e arrendamento”, vejam as suas candidaturas como “uma oportunidade de moldarem uma casa à sua figura e imagem”.

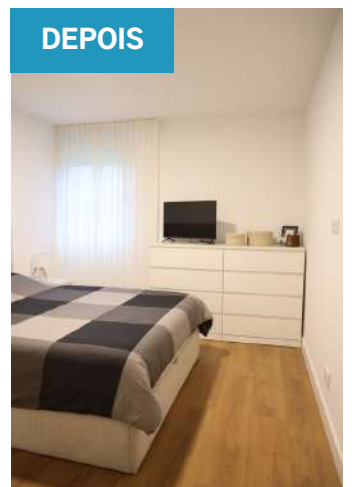
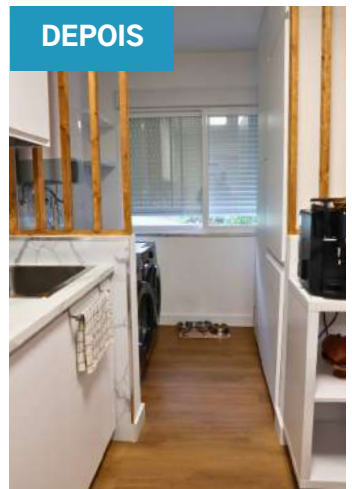
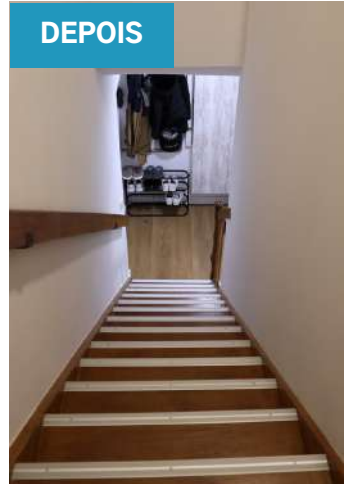
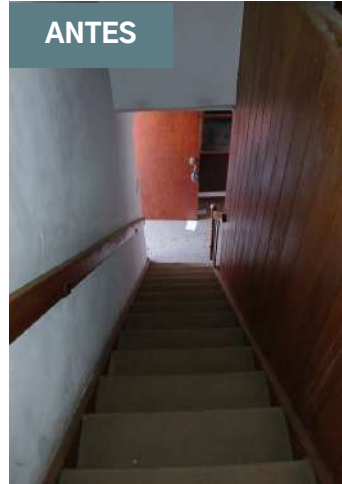
A 2.ª Sargento Mariana Silva considera que os concursos de casas carecidas de obras do IASFA são “uma mais-valia, principalmente para pessoas que estão nas mesmas circunstâncias que eu, que procuram a sua independência, quando o mercado da habitação neste momento não está favorável”.

“Da mesma forma que esta oportunidade me foi partilhada por outros beneficiários”, a 1.ª Sargento Andrea Dumitru recomenda aos beneficiários a participação nestes concursos, porque, apesar de implicar um significativo esforço financeiro inicial, é “vantajosa para os beneficiários, que passam a dispor de uma habitação digna e ajustada às suas necessidades e expectativas, contribuindo para a estabilidade familiar e para uma melhoria significativa da qualidade de vida”, salientando que o IASFA dá utilidade, valoriza e renova o seu património, “assegurando a continuidade do seu propósito social” ■

## T1 / Av. de Roma

DEPOIS









## AÇÕES DEDICADAS À SAÚDE NOS CAS

---

Tal como fazem durante todo o ano, nos últimos três meses, as unidades orgânicas do IASFA realizaram diversas ações relacionadas com a saúde e bem-estar dos seus beneficiários e familiares, que constituem a missão do Instituto.

Uma das ações desenvolvidas neste sentido foi o início das sessões de Intervisão da equipa de Serviço Social dos CAS e da Divisão de Apoio Social (DAS), a 29 de outubro, que é um espaço de partilha entre profissionais que analisam casos concretos com vista a promover a reflexão crítica e fortalecer a aprendizagem mútua, com o objetivo de obter uma melhoria contínua das práticas de intervenção social do IASFA.

Estas sessões surgiram para superar a dispersão geográfica dos CAS e mitigar o isolamento profissional que muitos técnicos experienciam no dia a dia. A Intervisão assume-se como uma resposta estruturada e ética, que fortalece a identidade profissional e a coesão das equipas, com o objetivo de promover soluções conscientes e eficazes para as pessoas e famílias acompanhadas.



# AÇÕES DEDICADAS À SAÚDE NOS CAS

O CAS Oeiras dedicou várias iniciativas à saúde, com a Unidade de Fisioterapia a realizar uma ação de rastreio de risco de queda à população residente nas suas unidades habitacionais, a 12 de novembro, Dia Nacional da Fisioterapia, efetuando também uma abordagem teórico-prática dedicada à prevenção de quedas que permitiu avaliar 91 residentes deste Centro.

Em outubro, o CAS Oeiras dedicou parte das suas atividades à Terapia Ocupacional, tendo-se realizado duas sessões na Unidade Funcional 1 (UF1), no âmbito da parceria existente com a Escola Superior de Saúde de Alcoitão (ESSA). Esta iniciativa contou com a colaboração voluntária de seis alunas finalistas do curso de Terapia Ocupacional da ESSA, que aplicaram um questionário destinado a levantar as rotinas diárias dos residentes da UF1, cujo resultado foi divulgado a 27 de outubro, Dia Mundial da Terapia Ocupacional.

Nos primeiros dias de outubro, a Unidade de Psicologia do CAS Oeiras tinha promovido uma sessão de reflexão conjunta entre residentes e profissionais com o objetivo de sensibilizar para a importância da saúde mental e combater o estigma que ainda impede muitas pessoas de procurarem ajuda. A iniciativa salientou que ter uma boa saúde mental vai além da ausência de doença, abrangendo dimensões como a autoconfiança, autorrealização, gestão emocional e capacidade de relacionamento interpessoal.

O CAS Ponta Delgada realizou um rastreio visual e de saúde que contou com a participação de 12 beneficiários e a colaboração da Optimed, a 30 de outubro. Durante o rastreio, foram identificadas situações que justificaram o encaminhamento para consultas e exames de acompanhamento na área da oftalmologia e medicina geral e familiar. Paralelamente, decorreram sessões de educação para a saúde, promovendo a sensibilização para a importância da vigilância regular.



CAS OEIRAS – RISCO DE QUEDA



CAS OEIRAS – SAÚDE MENTAL



CAS OEIRAS – ESSA



CAS PONTA DELGADA – RASTREIO VISUAL



CAS OEIRAS – DIA DA TERAPIA

# AÇÕES DEDICADAS À SAÚDE NOS CAS

Desde maio e tendo-se prolongado até dezembro, o CAS Porto participou no projeto Sênior + Ativo, uma iniciativa promovida pela Divisão Municipal de Promoção da Saúde da Câmara Municipal do Porto e que conta com a coordenação científica da Universidade Lusófona.

Com a participação neste projeto, efetuou-se um diagnóstico abrangente das capacidades cognitivas, físicas e auditivas dos residentes, o que permitiu traçar um perfil detalhado e orientar ações mais direcionadas, eficazes e centradas na pessoa, sendo uma oportunidade de capacitação das equipas técnicas, que adquiriram novas competências e metodologias de intervenção aplicáveis no quotidiano do trabalho com pessoas idosas. Este projeto decorre no âmbito da Rede Social do Porto e integra 11 instituições da cidade, envolvendo cerca de 250 participantes, entre seniores e técnicos.

A 20 de outubro, o CAS Runa recebeu o Certificado que permite a utilização de Desfibrilhação Automática Externa (DAE), incluída no Programa Nacional (PNDAE). Para a certificação, foram realizados dez cursos de Suporte Básico de Vida com DAE, incluindo recertificações, que resultaram na formação de 34 operacionais. Os cursos, acreditados pelo INEM, via Unidade de Ensino, Formação e Investigação da Saúde Militar (UEFISM), capacitam os recém formados para a atuação em paragens cardiorrespiratórias com desfibrilhador automático.

De forma a cumprir todos os requisitos e para estar preparado para qualquer eventualidade, o CAS Runa adquiriu três aparelhos, instalados na receção, entrada da Unidade Funcional 2 e junto à sala de apoio da Unidade Funcional 1.

No CAS Viseu, a 6 de outubro, teve início a 3.ª edição do Estágio de alunos do Curso de Educação Social da Escola Superior de Educação de Viseu (ESEV) do Instituto Politécnico de Viseu (IPV). Este estágio, efetuado por duas alunas, tem como objetivo o aperfeiçoamento das competências das estagiárias e, ao mesmo tempo, apoiar o CAS Viseu no cumprimento da sua missão e na melhoria no apoio aos seus beneficiários.

Finalmente, a 16 de outubro, o CAS Alfeite celebrou o Dia da Alimentação com experiências educativas para as crianças que frequentam a valência socioeducativa deste Centro, através da preparação de alimentos saudáveis para estimular a consciência alimentar ■



CAS PORTO – SÉNIOR + ATIVO



CAS RUNA – CERTIFICADO DESFIBRILHAÇÃO



CAS VISEU – ESTÁGIO ESEV



CAS VISEU – DIA DA ALIMENTAÇÃO



## Celebração do Natal nos CAS

Em época de festejos natalícios, os diversos Centros de Apoio Social (CAS) do IASFA realizaram comemoração com os seus beneficiários e colaboradores.

O **CAS Oeiras** realizou a sua Festa de Natal, a 18 de dezembro, celebrada com uma Missa e um almoço convívio. O almoço juntou os residentes da UF1 e UF2, com o Presidente e a Vogal do CD do IASFA a desejarem Boas Festas aos residentes e trabalhadores deste CAS.

No dia seguinte, o Presidente do CD participou na Festa de Natal do **CAS Runa**, totalmente idealizada e protagonizada pelos residentes e colaboradores.

Mantendo a tradição, a 19 de dezembro, o **CAS Porto** reuniu 174 participantes na sua Festa de Natal. Em **Coimbra**, o almoço de Natal deste CAS realizou-se a 12 de dezembro e a 10 de dezembro tinha decorrido o almoço do **CAS Viseu**, evento que contou com música ao vivo.

Com o objetivo de reforçar laços com outras entidades durante a época natalícia, o **CAS Braga** associou-se ao Núcleo de Braga da Liga dos Combatentes no tradicional almoço convívio

de Natal que decorreu num restaurante em Vila Verde, a 17 de dezembro. A convite da Delegação dos Açores da Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA), o **CAS Ponta Delgada** participou no Almoço de Natal desta associação, a 14 de dezembro.

No âmbito do projeto “Entre Nós” e aproveitando o período natalício, a 4 de dezembro, o **CAS Viseu** promoveu o encontro de três Sargentos com o propósito de quebrar o isolamento. Nos primeiros dias de dezembro, repetindo a tradição de anos anteriores, o Grupo de Militares e Polícias Evangélicos de Portugal, presenteou o **CAS Runa** com um Concerto de Natal e, a 19 de dezembro, uma iniciativa solidária levou a Secretária-Geral do Ministério da Defesa Nacional (SGMDN) a visitar o CAS Oeiras, sendo recebida pelos grupos musicais deste CAS que interpretaram o hino do IASFA e canções alusivas ao Natal

# Celebração do Natal nos CAS



CAS BRAGA



CAS COIMBRA



CAS VISEU



CAS P. DELGADA



CAS OEIRAS



CAS RUNA



CAS PORTO



## Concurso de casas de renda económica em Ponta Delgada

Nas instalações do Centro de Apoio Social (CAS) de Ponta Delgada, decorreram, a 10 de novembro e a 2 de dezembro, duas cerimónias de assinatura de Declaração de entrega de chaves de duas casas de renda económica do IASFA, em Ponta Delgada.

A primeira cerimónia de assinatura da Declaração de entrega de chaves, ocorrida em novembro, culminou com a entrega simbólica das chaves de uma das frações ao Primeiro-Sargento Jorge Alves, Maquinista Naval.

O militar agradeceu ao IASFA “a oportunidade de ter uma habitação, que nos dias de hoje, infelizmente, é muito difícil”, salientando que ficará “eternamente grato” ao Instituto.

Em dezembro realizou-se nova cerimónia de assinatura da Declaração de entrega de chaves, com o Primeiro-Sargento Sérgio Manuel Ribeiro Tomás a receber a chave da segunda casa de renda económica, em Ponta Delgada, na ilha de São

Miguel, nos Açores.

Com a assinatura destas declarações e a entrega simbólica das chaves, fica concluído o concurso normal por inscrição para atribuição de duas casas de renda económica do IASFA que se encontram devolutas e carecidas de obras. A abertura deste concurso, que contou com 11 candidaturas, ocorreu a 10 de julho e o prazo das inscrições terminou a 31 de julho.

Os novos arrendatários receberam as chaves das casas pelas mãos do Diretor do CAS de Ponta Delgada, Capitão-de-fragata Paulo Fernando Mendes Varela Gama, que desejou as maiores felicidades aos novos inquilinos do IASFA.

Este foi o sexto concurso e arrendamento de casas de renda económica realizado pelo IASFA desde 2019. Os concursos para casas carecidas estão previstos no regime jurídico de arrendamento de casas do IASFA desde junho de 2019, com a publicação do Decreto-Lei n.º 83/2019 ■





## Divulgação da missão do IASFA

Em novembro e dezembro, através das suas Unidades Orgânicas, o IASFA realizou sete palestras para 10 unidades militares espalhadas pelo país, dando a conhecer os seus objetivos e Missão, bem como as suas valências junto dos militares no ativo, com as temáticas abordadas a incidirem sobre as principais áreas de atuação do Instituto.

Em novembro e dezembro, através das suas Unidades Orgânicas, o IASFA realizou sete palestras para 10 unidades militares espalhadas pelo país, dando a conhecer os seus objetivos e Missão, bem como as suas valências junto dos militares no ativo, com as temáticas abordadas a incidirem sobre as principais áreas de atuação do Instituto.

Desta forma, o IASFA pretendeu apresentar, informar e esclarecer os participantes sobre os principais serviços, apoios e benefícios disponibilizados pelo IASFA, com destaque para a Assistência na Doença aos Militares das Forças Armadas (ADM) e para a Ação Social Complementar (ASC).

Nestas palestras, relativamente à ADM, explicaram-se as diferenças entre os regimes livre e convencionado, bem como o processo de registo e acesso digital através do Cartão ADM, símbolo da modernização e da equidade no acesso aos cuidados de saúde.

No que se refere à divulgação da ASC, destacou-se o papel dos subsídios e comparticipações, o apoio domiciliário e os equipamentos sociais, evidenciando-se o compromisso do Instituto em assegurar o bem-estar das famílias militares. No âmbito da

oferta habitacional do Instituto, foram apresentados os concursos de arrendamento económico e de residências assistidas, tendo sido reforçado o princípio da responsabilidade social. Já na área de Turismo e Lazer, deu-se destaque aos campos de férias nacionais e internacionais, às residências universitárias e aos programas de viagens, iniciativas que promovem a coesão e qualidade de vida da comunidade militar.



P. DELGADA

# Divulgação da Missão do IASFA



As sessões organizadas pelo Gabinete de Apoio ao Conselho Diretivo, com a participação das Direções de Serviços da ADM e da Ação Social Complementar, realizaram-se na Escola das Armas, em Mafra, a 5 de dezembro, palestra que contou com mais de uma centena de militares, e na Escola de Tecnologias Navais (ETNA) da Marinha Portuguesa, a 17 de dezembro, à qual assistiram cerca de 70 beneficiários que prestam serviço nesta Unidade.

Por seu turno, a sessão na Escola de Sargentos do Exército das Caldas da Rainha, que decorreu a 10 de dezembro, foi promovida por uma delegação do CAS Runa e o CAS Tomar deslocou-se ao Estabelecimento Prisional Militar de Tomar, a 3 de novembro, seguindo-se, a 11 de novembro, o Regimento de Infantaria n.º 15 (RI15).

O CAS Ponta Delgada teve a seu cargo duas sessões de divulgação da Missão e valências do IASFA. A primeira sessão foi dedicada aos militares do Comando da Zona Aérea dos Açores e da Base Aérea n.º 4, tendo ocorrido a 19 de novembro. A 10 de dezembro, foi a vez do Comando da Zona Marítima dos Açores, do Depósito POL NATO de Ponta Delgada e do Centro de Comunicações dos Açores assistirem à apresentação do CAS Ponta Delgada.

Estas sessões têm como objetivo aproximar ainda mais o IASFA dos seus beneficiários e respetivas famílias, fortalecendo o conhecimento sobre os apoios sociais, serviços e benefícios disponibilizados. São iniciativas que refletem os princípios de proximidade, rigor e compromisso institucional, permitindo esclarecer dúvidas, promover o acesso digital e consolidar a ligação entre o IASFA e a comunidade militar que serve com dedicação o país, reforçando o compromisso com o bem-estar da família militar que é o pilar fundamental da atuação do IASFA ■





## CAS TOMAR | Cinco Décadas de Serviço, Humanismo e Missão ao Lado da Família Militar

Ao longo de mais de meio século, o Centro de Apoio Social de Tomar (CAS) de Tomar tem sido muito mais do que uma estrutura administrativa: é um ponto de equilíbrio, um espaço de acolhimento e uma presença constante no quotidiano da família militar. A sua evolução acompanha a própria história dos serviços sociais das Forças Armadas, revelando uma capacidade contínua de adaptação, modernização e compromisso humano.

### Raízes que Atravessam Décadas

A presença formal dos serviços sociais militares em Tomar tem início em 1969, com a criação da Delegação dos Serviços Sociais das Forças Armadas (SSFA). Instalada no antigo Quartel de S. Francisco, esta primeira estrutura representou um marco decisivo na descentralização do apoio social, aproximando os serviços de quem deles mais precisava — militares no ativo, na reserva, na reforma e respetivas famílias.

Dois anos mais tarde, em 1971, a Delegação encontrou um espaço mais adequado à dimensão crescente da sua missão, mudando-se para um edifício pertencente ao Ministério do Exército, nas proximidades do antigo Tribunal Militar Territorial de Tomar. Este período ficou associado à construção de uma identidade sólida, marcada pela organização, estabilidade e proximidade.

### Um Passo Decisivo: O Nascimento do CAS Tomar

A década de 1990 trouxe uma modernização profunda aos serviços sociais militares. Em 1996, a Delegação deu lugar ao atual Centro de Apoio Social de Tomar, adotando um modelo de

funcionamento mais amplo e mais especializado. Ao mesmo tempo, o CAS Tomar transferiu-se para o Prédio Militar n.º 2, antiga Messe Militar, um edifício emblemático que marcou uma nova etapa da sua história.

Estas instalações, espaçosas e centrais, foram durante anos palco de atendimento social, atividades comunitárias, dinamização de serviços e contacto direto com centenas de beneficiários.



Antiga Messe Militar, sede do CAS Tomar entre 1996 e 2003

### Instalações provisórias que se tornaram definitivas

O ano de 2003 representou mais uma mudança: o CAS Tomar passou para instalações provisórias cedidas pelo Exército, anexas ao local onde havia funcionado nos anos 1970. Mas estas estruturas “temporárias”, pela sua funcionalidade e capacidade de adaptação, acabaram por se tornar a sede definitiva do Centro.

Foi também nestas instalações que, em setembro de 2007, o CAS Tomar assumiu o posto de atendimento da Assistência na Doença aos Militares (ADM), reforçando a sua missão na área da saúde e do apoio administrativo.

**Área de intervenção extensa, Missão Exigente**

Hoje, o CAS Tomar é responsável por uma área de intervenção com cerca de 12000 km<sup>2</sup>, abrangendo dezenas de concelhos dos distritos de Santarém, Leiria e Castelo Branco. São mais de 13 000 beneficiários que contam, direta ou indiretamente, com o apoio do Centro — famílias, idosos, jovens estudantes, pessoas com deficiência, viúvas e órfãos. A amplitude desta missão exige uma resposta diversificada, articulada e permanentemente próxima.

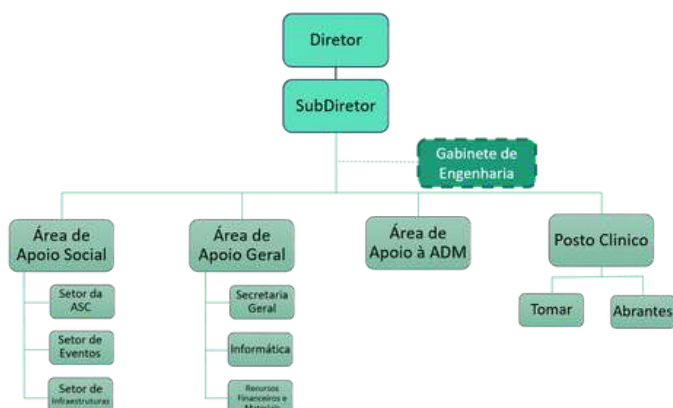
**Principais eixos de atuação:**

- Acompanhamento social de situações de carência económica
- Apoio a idosos, incluindo encaminhamento para estruturas residenciais
- Apoio a pessoas com deficiência
- Participações escolares e apoio a estudantes
- Atividades socioculturais e ocupacionais, essenciais no combate ao isolamento
- Cedência de material ortopédico
- Apoio clínico através dos postos de Tomar e Abrantes
- Gestão de habitações sociais do IASFA, localizadas em: Tomar, Leiria e Abrantes

Mais do que serviços, o CAS Tomar oferece presença, continuidade e humanidade. Como se organiza o CAS Tomar?

O funcionamento do CAS Tomar assenta numa estrutura organizada que integra as áreas social, clínica, administrativa, técnica e de apoio geral.

**Organigrama do CAS Tomar**



CAS TOMAR

**Ação Social Complementar (ASC): o Centro de Gravidade**

A Ação Social Complementar é o espaço onde se presta o apoio mais delicado e transformador.

É aqui que se avaliam situações de carência, se realizam visitas domiciliárias, se acompanham famílias fragilizadas e se constroem respostas personalizadas. Os colaboradores do CAS Tomar percorrem regularmente as áreas de Tomar, Abrantes, Castelo Branco, Leiria e Santarém, levando apoio onde ele é mais necessário.

**Gabinete de Engenharia: cuidar do Património Habitacional**

Criado no CAS Coimbra e transferido para Tomar em 2006, o Gabinete de Engenharia desempenha um papel crucial na manutenção do parque habitacional do IASFA na região centro. Este gabinete é responsável por assegurar a segurança, funcionalidade e conservação de 78 apartamentos, distribuídos por: 7 prédios em Leiria, 4 prédios em Tomar e 1 prédio em Abrantes.

Uma gestão complexa, permanente e essencial para garantir condições de vida dignas e qualidade habitacional aos beneficiários.

**CAS Tomar: Uma História de Dedicção Silenciosa**

Ao longo de mais de cinco décadas, o CAS Tomar cresceu, adaptou-se e transformou-se, mas manteve inalterado o seu propósito fundamental: servir quem serviu Portugal.

Cada visita domiciliária, cada consulta médica, cada processo social, cada habitação recuperada e cada beneficiário apoiado traduzem um compromisso profundo com valores humanos que distinguem esta instituição.

Hoje, o CAS Tomar é um símbolo de apoio, confiança e proximidade, construído dia após dia com profissionalismo, solidariedade e um profundo sentido de missão ■



## Soluções complementares para o subsistema de saúde ADM (2ª Parte)

Dra. Marília da Silva Pardal Alexandre – Jurista (GACD)  
Dra. Maria de Fátima da Silva Gonçalves Diogo – Jurista (ADM)

### Seguros de saúde e os procedimentos de submissão das respetivas despesas

Se adotou uma solução complementar ao subsistema de saúde público ADM, por recurso à contratação de um plano de saúde ou de um seguro de saúde, pode questionar-se sobre o modo adequado de submeter as despesas de saúde com vista à participação.

Através do presente artigo faremos uma abordagem simplificada dos diversos passos procedimentais para a submissão das despesas de saúde junto das entidades intervenientes neste processo, no sentido de bem esclarecer os Beneficiários da ADM, para que não se sintam sem arrimo num domínio que só aparentemente é difícil de compreender.

#### **DUAS REALIDADES DISTINTAS: OS SEGUROS DE SAÚDE E OS PLANOS DE SAÚDE**

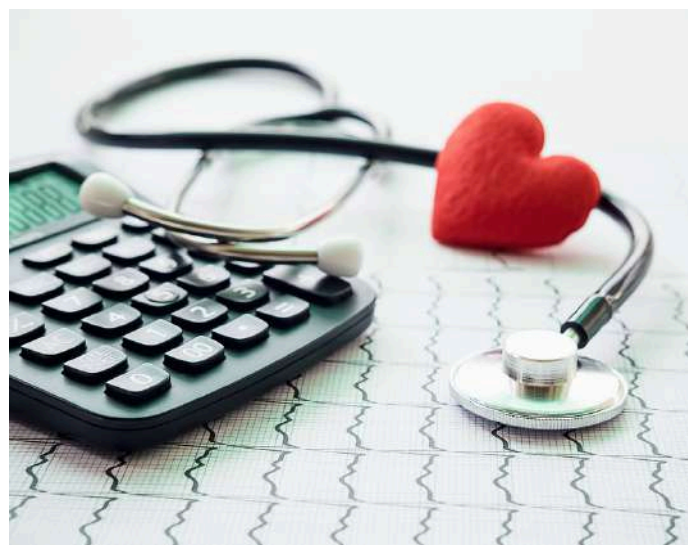
Como é do conhecimento geral e no seguimento do artigo publicado na anterior edição da Revista InfoIASFA que se centrou nas soluções complementares para o subsistema de saúde da ADM, deve recordar esta destriça.

Um plano de saúde funciona como um cartão de desconto direto para determinados atos médicos, no acesso aos cuidados de saúde do seu titular, mediante o pagamento de um preço mensal, dentro de uma rede de prestadores de cuidados de saúde, previamente definida pela entidade que o comercializa.

Deve assim esclarecer-se à partida que no caso de subscrição de planos de saúde não é necessária qualquer comunicação junto dos Ramos das Forças Armadas ou da ADM.

Realidade bem diferente é a dos seguros de saúde, que se consubstanciam em contratos celebrados com uma seguradora, mediante o pagamento de um valor mensal/prémio, para garantir o acesso aos cuidados de saúde abrangidos pelo contrato.

Nesta conformidade, os seguros de saúde, numa perspetiva prática, constituem o objeto e domínio de análise do presente artigo, isto porque, as despesas com cuidados de saúde que tenham sido objeto de participação por entidades seguradoras são reembolsadas pela ADM sobre os montantes não participados por aquelas entidades e esse reembolso é atribuído em conformidade com as regras estabelecidas nas diversas modalidades das Tabelas de Preços e Regras do Regime Livre.





### QUAIS OS PROCEDIMENTOS A ADOTAR PARA SUBMISSÃO E SUBSEQUENTE REEMBOLSO DE DESPESAS DE SAÚDE:

Definida a figura do seguro de saúde como objeto fulcral desta análise devem assim delinear-se os procedimentos de submissão das despesas de saúde.

Assim, propõe-se que, para melhor apreensão das soluções de submissão de despesas de saúde junto da ADM, os Senhores Beneficiários, subscritores de seguros de saúde, consultem atentamente o [COMUNICADO ADM/o6/2025, de 24 de novembro de 2025](#), e atendam às explicações que aqui se facultam, sendo certa a complementaridade dos seguros de saúde relativamente às comparticipações da ADM.

Em primeiro lugar, importa ter em presença que as despesas com cuidados de saúde que tenham sido objeto de comparticipação por entidades privadas são comparticipadas pela ADM apenas relativamente aos montantes não comparticipados por aquelas entidades, isto é o que resulta diretamente do n.º 2 do artigo 6.º da Portaria n.º 284/2007, de 22 de fevereiro, publicada no D.R., 2.ª Série, de 12 de março. Neste enquadramento, sobre o regime de comparticipação em geral atenda-se, ainda, ao seguinte:

- Os copagamentos são sempre de responsabilidade dos beneficiários;
- A ADM não efetuará o reembolso de despesas de saúde constantes de documentação cujo descritivo mencione “franquias, percentagens pagas, valores máximos, copagamento, excedente” ou detalhe similar.

Em segundo lugar, os procedimentos seguidos aquando da subscrição de contratos de seguros devem merecer particular atenção, lembrando-se que a subscrição deve ser comunicada ao respetivo Ramo das Forças Armadas, para que esta informação seja averbada no respetivo cadastro do beneficiário. Deste modo, desde que a informação sobre o seguro tenha

sido atualizada no cadastro, quando ocorra um reembolso de uma comparticipação de despesa com cuidados de saúde, será emitida uma “Declaração para efeitos de comparticipação complementar de seguro de saúde” que será enviada aos beneficiários, por via postal, detalhando os montantes suportados pela ADM e os montantes suportados pelos beneficiários.

Em terceiro lugar, atenda-se aos reembolsos das despesas de saúde, pois se no Regime Convencionado (RC), simplesmente os recibos dos copagamentos relativos a despesas com cuidados de saúde podem ser remetidos pelos beneficiários diretamente para a entidade seguradora, já no Regime de Livre Escolha (RLE) o reembolso de despesas de saúde, pode ser efetuado de acordo com duas opções diferenciadas:

- Opção 1 – nos seus termos os beneficiários podem iniciar o processo junto da ADM, solicitando a comparticipação das despesas com cuidados de saúde e seguidamente proceder à remessa para a entidade seguradora de uma cópia dessas despesas, com a discriminação de todos os atos praticados (sendo que previamente ao envio dos originais para a ADM, é necessário garantir que ficam na posse das respetivas cópias) e também a “Declaração para efeitos de comparticipação complementar de seguro de saúde” emitida pela ADM.
- Opção 2 - segundo a qual os beneficiários podem iniciar o processo junto da seguradora e após a solicitação das comparticipações das despesas com cuidados de saúde por parte desta entidade, devem remeter à ADM a cópia dessas despesas com a discriminação de todos os atos praticados e a declaração original, emitida pela entidade seguradora que atribuiu as comparticipações, discriminando os atos praticados e correspondentes comparticipações.

### O CUMPRIMENTO DOS PRAZOS NO CASO DE INÍCIO DO PROCESSO JUNTO DA ADM (OPÇÃO 1) - COMO PROCEDER:

Para que o direito à comparticipação do seguro não seja perdido devido ao tempo necessário para o procedimento da ADM, são necessários alguns cuidados.

Deve ter-se presente que o prazo de submissão é contado da data do evento que lhe deu origem, que, neste caso, a seguradora interpreta como sendo a data de emissão da fatura.

A questão coloca-se porque quando uma fatura é emitida por uma entidade que presta cuidados de saúde, o prazo de 6 meses ou de 180 dias sobre a emissão de faturas é o tempo máximo de que as pessoas seguras dispõem para solicitarem junto das seguradoras a comparticipação respetiva em virtude do seguro subscrito.

Constata-se assim um desfasamento entre os prazos processuais da ADM e os prazos de caducidade impostos pelas seguradoras – sublinhe-se, contudo, que o aludido prazo de 180 dias para entregar/submeter faturas é contratual, não é uma imperatividade legal.

É fundamental encontrar uma solução viável para que o direito à comparticipação do seguro não se perca devido ao tempo necessário para o procedimento da ADM; a solução pode passar por uma comunicação proativa e deste modo, assim que o beneficiário submeter uma fatura na ADM, deve imediatamente notificar a seguradora, por escrito (email ou através do portal do cliente, para que fique registado) e nomeadamente:

- Informar que foi realizada uma despesa de saúde na data indicada - juntar cópia da fatura (apólice, participação, identificação, e a prova de que submeteu essa fatura à ADM nessa mesma data);
- Explicar que a despesa foi submetida à ADM para comparticipação prévia, conforme as regras deste subsistema público de saúde;
- Declarar que o processo de comparticipação pela ADM está em curso e que, assim que a declaração da ADM for emitida, a mesma será remetida para completar o processo de reembolso;
- Solicitar formalmente a suspensão ou prorrogação ("dilação") do prazo de 180 dias, fundamentando o pedido com a demora inerente ao processo da ADM, que é alheia à sua vontade; assim, o beneficiário demonstra diligência e boa-fé, "interrompendo" simbolicamente o prazo ao dar

conhecimento à seguradora dentro do tempo estipulado, mesmo que com a documentação ainda incompleta.

A solução complementar ao subsistema de saúde público ADM, por recurso à contratação de um plano de saúde ou de um seguro de saúde, revela-se uma solução benéfica para o beneficiário que, contudo, deve atender aos procedimentos a levar a efeito, em especial, no que se refere à subscrição destes seguros e aos pedidos de reembolso.

Ainda que com o prejuízo de nos repetirmos, mas com o objetivo de bem clarificar, deve reiterar-se que quanto a planos de saúde não é necessária uma comunicação sobre a sua subscrição junto dos Ramos das Forças Armadas ou da ADM e que o reembolso das despesas de saúde apresentadas à ADM será efetuado de acordo com as tabelas e regras do RLE.

Em conclusão, com o cuidado centrado no beneficiário da ADM, pretendeu-se deixar aqui um esclarecimento completo para os subscritores de seguros de saúde. Sempre que submetam as respetivas despesas, devem permitir a agilização das diligências que se pretendem simplificadas, no sentido de respeitar os procedimentos e os prazos que derivam dos contratos, possibilitando que a respetiva comparticipação tenha lugar com celeridade, como sempre se deseja. ■





## Protocolo com a Caring Point

O IASFA e a Caring Point, que possui uma rede nacional de apoio domiciliário, assinaram um protocolo nas instalações do CAS Lisboa, a 26 de novembro. [Leia mais aqui.](#)



## Protocolo com a Criarumos

O IASFA e a Criarumos, Estrutura Residencial para Idosos (ERPI), assinaram um protocolo de colaboração nas instalações da nova entidade protocolada, a 5 de novembro. [Leia mais aqui.](#)



## Protocolo com a Hands Care

O IASFA e a Hands Care, empresa que se dedica ao apoio domiciliário, assinaram, a 4 de novembro, um protocolo de colaboração na Sala da Biblioteca do CAS Lisboa. [Leia mais aqui.](#)



## Protocolo com a PalaFra

O IASFA e a PalaFra – Clínica da Terapia da Fala assinaram um protocolo de cooperação nas instalações desta empresa, sediada em Barcelos, a 24 de outubro. [Leia mais aqui.](#)



## Protocolo com o Centro Viktorya

O IASFA e o Centro de Bem-Estar Viktoryia – Saúde, Estética e Beleza, assinaram um protocolo de colaboração na Sala da Biblioteca do CAS Lisboa, a 15 de outubro. [Leia mais aqui.](#)



## IASFA reforça infraestrutura tecnológica

Ao longo de 2025, o IASFA renovou as infraestruturas de comunicação interna na Sede, em Lisboa, e nos Centros de Apoio Social (CAS) de Lisboa, Oeiras e Porto, reforçando a infraestrutura tecnológica do Instituto. [Leia mais aqui.](#)



## Homenagem ao Diretor cessante do CAS Runa

O Diretor cessante do CAS Runa, Coronel João Pessanha, foi homenageado pelo Conselho Diretivo do IASFA, com uma cerimónia que decorreu no Salão Nobre deste Centro, a 26 de novembro. [Leia mais aqui.](#)



## Tertúlia sobre o 25 de Novembro

A 19 de novembro, o CAS Oeiras foi palco de uma tertúlia organizada pelo Coronel Barão da Cunha, intitulada “25 de Novembro: Re-flexões”, dedicada à análise e debate sobre este momento da história recente do país. [Leia mais aqui.](#)



## Liga dos Combatentes recebeu IASFA

Em encontro realizado a 12 de novembro, a Liga dos Combatentes recebeu o Conselho Diretivo do IASFA na sua sede, em Lisboa, para uma reunião de partilha de informação e de experiências sobre os equipamentos sociais, em particular sobre as ERPI. [Leia mais aqui.](#)



## Novo Diretor no CAS Runa

O Coronel José Costa Leandro tomou posse como Diretor do CAS Runa, numa cerimónia que decorreu no Palácio Maria Francisca Benedita, a 6 de janeiro. [Leia mais aqui.](#)



## IASFA recebeu delegação do Exército Brasileiro

Nas instalações do CAS Oeiras, o Conselho Diretivo do IASFA recebeu uma delegação da Secretaria de Economia e Finanças do Exército Brasileiro, a 6 de novembro, para dar a conhecer a missão e funcionamento do IASFA. [Leia mais aqui.](#)



## IASFA reuniu com serviços de ação social dos Ramos

A 22 de outubro, o Conselho Diretivo do IASFA reuniu, no CAS Lisboa, com os responsáveis dos serviços de ação social dos Ramos das Forças Armadas, para conhecer melhor o apoio social prestado pelos mesmos. [Leia mais aqui.](#)



## Ministério da Defesa da Roménia no CAS Oeiras

O CAS Oeiras recebeu a visita de uma delegação do Comando Conjunto da Logística do Ministério da Defesa da Roménia, a 16 de outubro, que reuniu com o Conselho Diretivo do IASFA e conheceu as valências deste Centro do IASFA. [Leia mais aqui.](#)



## 20 anos do CAS Viseu

A 7 de novembro, o CAS Viseu celebrou 20 anos de existência com uma cerimónia realizada nas instalações do antigo Orfeão de Viseu, que contou com a presença do Presidente do Conselho Diretivo do IASFA. [Leia mais aqui.](#)



## CAS Oeiras com novo Diretor

O Coronel João Silva tomou posse como Diretor do CAS Oeiras numa cerimónia realizada nas instalações deste Centro do IASFA, a 15 de janeiro. [Leia mais aqui.](#)

Apoio Domiciliário



Apoio na Saúde



Ação Social



Educação





Info  
iasfa