

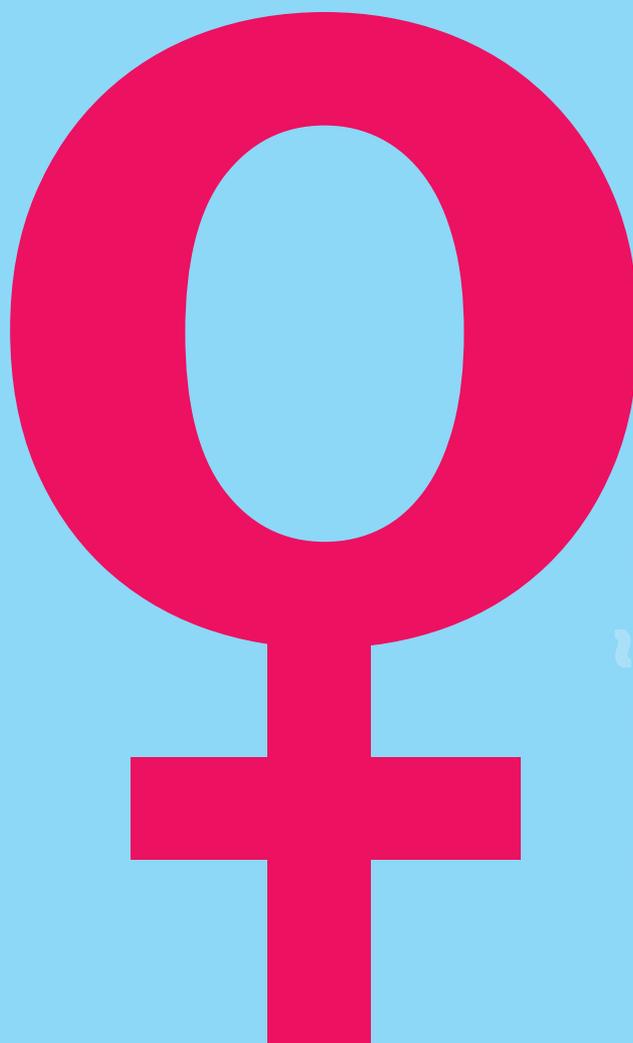
RANKING. CONHEÇA A LISTA ELEITA PELA REDAÇÃO DA SÁBADO

POLÍTICA
CIÊNCIA E SAÚDE

JUSTIÇA

O neurocientista Ben Barres nasceu Barbara Barres, o que lhe proporcionou a possibilidade de viver a experiência de ser mulher e homem no mundo da ciência. “Fez uma intervenção brilhante, é muito melhor que a sua irmã”, ouviu um dia numa conferência de quem não sabia que era a mesma pessoa. Uma das grandes diferenças, conta num testemunho na *Nature*, é que “como homem sou ouvido com mais respeito e consigo terminar uma frase sem ser interrompido por um homem”. Morreu em 2017.

O caso, partilhado por Leonor Belezza, é visto como uma das várias provas de estarmos perante uma discriminação de género, alicerçada na educação e na cultura, que trava a ascensão das mulheres nas mais variadas atividades, na política, nas empresas, na cultura ou no desporto. A regra das quotas para mulheres e as intervenções ativas das mulheres com poder têm sido nos últimos tempos as ferramentas para quebrar as barreiras que ainda existem.



NO

FEMININO

Há muito que ter mulheres em lugares de decisão deixou de ser uma novidade. Elas têm cada vez mais influência na vida de milhares de pessoas.

Na véspera do Dia Internacional da Mulher, publicamos a lista das portuguesas mais poderosas em 2021. Nas suas áreas respetivas, elas fazem a diferença todos os dias – e estão a abrir as portas para que a próxima geração de líderes não se esconda. Por **Helena Garrido**

EDUCAÇÃO
ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA

EMPRESÁRIAS
GESTORASORGANIZAÇÕES
INTERNACIONAISMÉDIA E ENTRETENIMENTO
CULTURA

DESPORTO

A presidente do BCE, Christine Lagarde, a presidente da Comissão Europeia, Ursula von der Leyen, e mais recentemente a vice-presidente dos EUA, Kamala Harris são exemplos de mulheres, com poder, que fazem a chamada a outras mulheres e defendem ou propõem políticas de combate à desigualdade de género. Nem sempre foi assim, como recorda Leonor Beza. Só recentemente as mulheres se sentiram suficientemente livres para não terem problemas de falar do tema. No tempo em que em Portugal se via apenas uma mulher no meio de homens, Leonor Beza percebia que não era só ela que ali estava, sentia que o seu desempenho seria fundamental para que outras mulheres pudessem também entrar.

“Não se escondam”

Claro que nem todas as mulheres com poder mostram vontade de falar sobre estes temas, como aliás se percebe neste trabalho da **SÁBADO**. Nas empresárias, por exemplo, apenas a mais poderosa de entre elas, Paula Amorim, se disponibilizou para refletir sobre as questões do poder no fe-

minino apelando ela própria a que “as mulheres não se escondam”.

A batalha pela igualdade de género é também vista como uma luta pela construção de um mundo que sirva melhor todos. A diversidade de origens de classe ou etnia, de educação e de género garante, numa equipa, perspetivas diferentes que produzem decisões mais ajustadas à realidade, às necessidades dos cidadãos, em suma, mais inclusivas. Esta visão é, aliás, partilhada por quem se pronuncia sobre este tema, quer seja, por exemplo, a favor ou contra as quotas para mulheres.

Um exemplo, mais uma vez de um caso partilhado por Leonor Beza. A administradora operacional do Facebook Sheryl Sandberg conta, no seu primeiro livro, *Faça Acontecer*, como só percebeu a importância de reservar lugares de estacionamento para mulheres grávidas quando estava à espera do seu primeiro filho e trabalhava na Google.

Este é um pequeno contributo, mas há outros. Como os efeitos, há muito conhecidos, e agora levados em conta por quem financia investigação, de ignorar a representatividade dos se-

Mudança

Em 1972, as mulheres não podiam ser magistradas ou diplomatas. A lei obrigava-as a obedecer ao marido

xos nos ensaios clínicos. Sabendo-se que os medicamentos têm efeitos diferentes nos homens e nas mulheres, hoje o financiamento da investigação na União Europeia já está condicionado ao respeito por esses critérios.

Quando Leonor Beza acabou o curso de Direito, em 1972, as mulheres não podiam ser magistradas ou diplomatas. A lei obrigava-as a obedecer ao marido. Meio século depois, os progressos são visíveis em várias áreas, embora subsistam setores, como a ciência e a tecnologia, onde a diversidade é mais limitada e as mulheres têm lutas que recordam o início do século XX.

Pelas mulheres que hoje têm poder em Portugal, e que a **SÁBADO** torna visíveis nestas páginas, verificamos que o tempo é outro. Mais do que perceber se os países liderados por mulheres foram mais bem-sucedidos a gerir a pandemia, o que a investigação tem demonstrado é que a diversidade nas equipas produz decisões melhores. E que, como mostrou Ben, que nasceu Barbara, a discriminação, autoinfligida ou sobre os outros, é um produto da educação, é cultural. As barreiras são transparentes. ▶

A INVESTIGAÇÃO TEM DEMONSTRADO É QUE A DIVERSIDADE NAS EQUIPAS PRODUZ DECISÕES MELHORES

1 Paula Amorim

CHAIRWOMAN DA GALP, LÍDER DA AMORIM LUXURY E AMORIM FASHION

“EDUQUEM AS FILHAS PARA SEREM LÍDERES E NÃO PERFEITAS”

🕒 Educada para ser líder, quer ser uma gestora transformacional e, se possível, inspiradora. Paula Amorim está à frente de uma das maiores empresas do País, a Galp, é herdeira do Grupo Amorim e tem desenvolvido os seus próprios negócios com a Amorim Luxury e a Fashion. Filha mais velha de Américo Amorim, tem consciência dos desafios que enfrenta na energia e no retalho.

Numa conversa pelo telefone, o tema foi a liderança e o poder das mulheres. As mulheres têm de escolher entre a família ou a carreira? “Não se pode ter tudo”, diz. As supermulheres são, acredita, uma ficção, como é um mito considerar que se pode fazer tudo através do equilíbrio entre a carreira e a família, mas as mulheres não podem desistir do que querem. “Não se escondam, queiram muito”, apela, por considerar que é frequente as mulheres “escondem-se” para evitarem os lugares de liderança e assim se pouparem à escolha, que continua a ser difícil, para elas, entre a família e a carreira.

Paula Amorim vê a liderança como “uma missão”. É preciso “saber quem somos, conhecer as nossas vulnerabilidades e liderar pelo exemplo”. Gosta de ouvir antes de decidir. “Ninguém é dono da razão, é preciso ouvir, negociar, refletir e até infletir nas decisões, é um constante enriquecimento.” Com 50 anos, Paula Amorim teve a coragem, direta ou indiretamente, de protagonizar o primeiro caso de uma empresa portuguesa cotada liderada por um estrangeiro. A Galp é hoje presidida por Andy Brown. Quando se pergunta se existe uma liderança feminina, diz que o importante é “liderar com todos os géneros criando equipas com sensibilidades e experiências diferentes”. E é na educação que vê o caminho para a equidade. “Fui educada para ser líder.” E pede que se “eduquem as filhas para serem líderes e não para serem perfeitas”.

Começou a trabalhar com 19 anos, ao lado do pai, na área da cortiça, onde estão as raízes do grupo com mais de 180 anos. A família tem os negócios distribuídos por dois grupos. Por um lado, a Amorim Holding II que detém os ativos herdados de Américo Amorim. O outro braço é a Amorim Investimentos e Participações onde estão os herdeiros de Américo Amorim e de António Amorim. A *holding* da família é liderada

por Marta Amorim que mostrou vontade de o fazer e mereceu o acordo das irmãs, Paula e Luísa. O Grupo Amorim onde estão com os seus primos António, Cristina e Joana, é que tem um acordo de rotatividade na liderança entre Paula Amorim e Cristina Rios Amorim.

Com dois filhos do primeiro casamento e um bebé de 9 meses nascido de uma barriga de aluguer nos EUA, Paula Amorim tem ainda negócios apenas seus, distribuídos pela Amorim Luxury onde está o restaurante JnCQuoi e a Comporta, que divide com o marido, e a Amorim Fashion. E a consciência das exigências que enfrenta quer por causa da transição energética, como pelos problemas que a pandemia levantou. A sua linguagem é de uma gestora que quer “desafiar o que é o padrão” em equipa, com o foco nos resultados mas sem barreiras nem medos da mudança.

Por **Helena Garrido**

352
PONTOS
PORQUE TEM PODER

Lidera um grupo com uma carteira muito diversificada de negócios. A isto junta-se a perenidade e o sucesso que tem tido



JOSE COELHO/LUSA

2 Cláudia Azevedo

PRESIDENTE
EXECUTIVA DA SONAE

A MULHER SONAE

🕒 Tenacidade e exigência é a característica de Cláudia Azevedo mais referida por quem fala sobre ela nos diversos perfis que foram feitos na altura em que, em abril de 2019, assumiu a liderança executiva da Sonae. A irmã mais nova de dois rapazes, Nuno e Paulo, transmite uma imagem de austeridade quase sempre num fato azul.

Não quis falar sobre o tema do poder e da liderança no feminino, concordando apenas em validar os seus dados curriculares e aproveitando para expor a política do grupo em matéria de igualdade de género. Uma atitude que acaba por apoiar as referências que lhe são feitas de reduzida participação pública, evitando o contacto com jornalistas. E isto apesar de ter sido administradora do *Público*, o jornal fundado e acarinhado pelo pai.

Licenciada em Gestão pela Universidade Católica, fez um MBA no Insead, França, onde viveu um ano. Casada e com dois filhos, Cláudia Azevedo, 51 anos, começou a trabalhar na Sonae com 24 anos, no projeto Visa Universo. Passou pelo *marketing* da Optimus, liderou a Sonae Investment Management. Era presidente executiva da Sonae Capital desde 2013 quando em 2019 foi escolhida para liderar a Sonae.

“A Cláudia é talvez a mais parecida comigo, a que tem mais *killer instinct*”, disse dela Belmiro Azevedo citado no livro *O Homem Sonae*, de Filipe Fernandes. As palavras do pai parecem dar razão a quem defende que as características de liderança estão mais relacionadas com o género, que herdamos com a educação e a cultura, do que com o sexo.

Por **Helena Garrido**



PEDRO FERRARI

295
PONTOS
PORQUE TEM PODER
Lidera o grupo que detém os negócios da família Amorim. A sua influência alicerça-se na gestão desse património

3 Marta Amorim

PRESIDENTE DA AMORIM HOLDING II

TIMIDEZ E DISCRICÃO

► Manifestou vontade de liderar a sociedade que agrega o património empresarial herdado de Américo Amorim e as irmãs concordaram. Marta Amorim, 48 anos, preside ao Conselho de Administração do Grupo Amorim desde 2019. É a irmã do meio de Paula e Luísa, que detêm uma das maiores fortunas familiares do País. Sem quebrar o seu hábito,

Marta Amorim recusou colaborar com a **SÁBADO**. Casada e com dois filhos, Marta Amorim é licenciada em Gestão pela Universidade Católica e trabalhou no setor financeiro, nomeadamente no Santander em Nova Iorque. Além de liderar desde 2019 a *holding* familiar, é membro do conselho de administração da Galp e assume outros cargos em empresas do grupo.

A sua ausência do espaço mediático leva a que seja considerada a mais tímida das irmãs Amorim, por comparação com Paula, que tem no cargo que ocupa na Galp maiores obrigações de participação pública, e Luísa, que se dedica mais ao negócio dos vinhos, quer no

grupo quer pessoalmente. O cargo de liderança do grupo familiar, que data de 2019, acabou por ser apenas conhecido em 2020 por uma notícia do *Jornal de Negócios*. Marta Amorim prefere os bastidores, escrevia a **SÁBADO** no verão de 2020. Fala muito baixo e tenta passar o mais despercebida possível nos eventos públicos.
Por Helena Garrido



4 Cristina Rios Amorim

VICE-PRESIDENTE DA AMORIM INVESTIMENTOS E ADMINISTRADORA DA CORTICEIRA AMORIM

► “A liderança feminina destaca-se por ser mais relacional, integrada e inclusiva”, diz Cristina Rios Amorim. Mas considera que mais importante que a abordagem de género, o relevante na gestão é a diversidade. Licenciada em Economia e com um MBA em International Banking and Finance, começou a carreira na área financeira, em Madrid e em Londres.

Neste momento é vice-presidente da *holding* que agrega os ativos da família Américo e António Amorim. **H.G.**

288
PONTOS
PORQUE TEM PODER
Alicerça a influência no património associado à Corticeira Amorim mas também à sua carreira profissional de gestora



D.R.

5 Rita Nabeiro

PRESIDENTE EXECUTIVA DA ADEGA MAYOR



SARA MATOS

287
PONTOS
PORQUE TEM PODER
Uma das herdeiras do grupo Delta, o seu poder está na liderança do negócio dos vinhos, que abraçou em 2007

alentejanos em 65 hectares, na concretização do sonho do seu avô Rui Nabeiro, o dono do grupo Delta Cafés. Começou como responsável de marketing em 2007. O seu caminho inicial foi o das artes, no *design*. É a partir de 2010 que começa a ter formação em Gestão na Universidade Católica. Em 2014 faz o programa avançado em Gestão na Northwestern University, Kellogg School of Management, no Illinois. **H.G.**

► O caminho passa pela humanização da gestão. A frase é de Rita Nabeiro, 39 anos, presidente executiva da Adega Mayor desde 2012. Ali produzem-se vinhos



272
PONTOS

6

Patrícia Bensaude

Lidera o Grupo Bensaude, que inclui a distribuição, energia, o transporte marítimo e o turismo



270
PONTOS

7

Inês Soares dos Santos Canas

Administradora da Fundação Francisco Manuel dos Santos, coordena o projeto Iniciativa Educação



268
PONTOS

8

Filipa Queiroz Pereira

É a mais velha das irmãs Queiroz Pereira, herdeiras de negócios que vão do cimento ao hotel Ritz



264
PONTOS

9

Leonor Freitas

Como presidente da Casa Ermelinda Freitas tornou um negócio familiar numa referência do setor



258
PONTOS

10

Manuela Medeiros

Fundadora da Parfois em 1994, no Porto, tem agora mais de mil lojas espalhadas pelo mundo

2 Isabel Jonet

PRESIDENTE DA FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE BANCOS ALIMENTARES E DA ENTRAJUDA

A SOLUCIONADORA DE PROBLEMAS

► Nas deslocações aos hospitais, para tratamentos, as pessoas esperam horas que as vão buscar a casa e outras tantas nas salas de espera, para as transportarem de regresso. Por razões pessoais, Isabel Jonet foi confrontada com esta realidade e o seu pensamento concentrou-se logo nas formas de resolver o problema.

No supermercado, em casa, no hospital ou no Banco Alimentar, Isabel Jonet, 61 anos, tem a gestão na sua natureza. Está sempre a ver o que pode ser melhorado ou arranjado, o que se pode fazer com menos tempo ou recursos. Toda a sua carreira como voluntária, diz, é marcada por tentar incutir regras de gestão no setor social.

Presidente da Federação de Bancos Alimentares, ajudou a criar 20 entidades em Portugal e expandiu a mesma filosofia a Angola, Moçambique, Cabo Verde e África do Sul. O poder não a seduz, mas a gestão sim. E é por isso que se mostra satisfeita por ter sido incluída no grupo da gestão, pela luta que tem travado para que o setor social siga as regras da gestão com o “amor e afeto” que é necessário. “Acredito muito na gestão, até em casa.”

As mulheres têm, acredita, “uma liderança mais afetiva” e uma “capacidade de conciliação que permite harmonizar a competição excessiva”. Enquanto gestora, as suas decisões resultam não só porque as pessoas se sentem mais envolvidas mas também porque ninguém é especialista em tudo. “Não sei fazer nada sozinha”, diz.

Por **Helena Garrido**

295

PONTOS

PORQUE TEM PODER

Lidera a maior fundação em Portugal, com um património na ordem dos 3 mil milhões de euros

SÉRGIO LEMOS

3 Isabel Mota

PRESIDENTE DA FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

CONTRA AS QUOTAS

► Defende que “não podemos abdicar do mérito” e prefere que as preocupações se concentrem no combate à desigualdade salarial. Isabel Mota, que completa 70 anos em 2021, teve uma longa carreira de serviço público até ser a primeira mulher a presidir à Fundação Calouste Gulbenkian.

“A demografia e a educação

vão determinar a mudança, é uma questão de tempo e as mulheres conseguem, por si, conquistar as lideranças”, diz à **SÁBADO** quando se fala de quotas para as mulheres. Reconhece que houve pioneiras, a quem temos de agradecer. Mas, diz, “eu não me sentia realizada se tivesse conquistado um lugar por causa de quotas”. A sua preocupação vai para as dife-

renças salariais entre homens e mulheres quando fazem o mesmo trabalho. “Temos é de nos preocupar com as mulheres menos poderosas.”

Com quatro filhos e 11 netos, nunca se sentiu discriminada. Acabou a licenciatura em Finanças em 1973 e lembra-se apenas, já a trabalhar, do olhar e da voz crítica, especialmente de amigas, quando, ainda com os filhos pequenos tinha de viajar por razões profissionais. Valia-lhe o apoio da mãe e do marido. “Não haja ilusões, uma mulher que queira ter uma carreira com responsabilidades tem de ter a compreensão e o apoio da família.”

Faladora, nunca põe a forma à frente da substância, o que, na sua perspetiva, justifica o andar quase sempre atrasada: “Não sou escrava do tempo.” Ouve muito antes de decidir. Quando tomou posse, em maio de 2017, quebrou a tradição de homens de Coimbra e de Direito. E teve o seu teste quando decidiu vender o negócio do petróleo, a Partest.

Por **Helena Garrido**

315

PONTOS

PORQUE TEM PODER

É uma figura-chave na economia social. O seu desempenho, sucesso e mediatis-mo fundamentam o poder que tem

JOSE GOULAO/LUSA

282
PONTOS
PORQUE TEM PODER

Tem uma influência que se apoia na dimensão do grupo, na perenidade e no seu desempenho

4 Isabel Vaz

CEO DA ESPÍRITO SANTO SAÚDE

► Líder do maior grupo privado de Saúde, gere quase 30 unidades em todo o País, 30 mil colaboradores e um volume de negócios da ordem dos €600 milhões. Engenheira química de formação, 54 anos, iniciou em 1999 os alicerces do que é hoje o Grupo Luz Saúde, controlado pelos chineses da Fosun. O desafio veio de Ricardo Salgado para criar a Espírito Santo Saúde e em 2000 nasciam os primeiros hospitais com a compra da Cliria. Sem medo de defender aquilo em que acredita, alarga o seu poder à administração não executiva da Sonae Capital e dos CTT. **H.G.**



PEDRO ELIAS

273
PONTOS



6

Ana Pinho

É presidente da Fundação Serralves e, apesar de ter sido alvo de acusações em finais de 2018, foi reeleita pelos seus pares

251
PONTOS



7

Vera Pinto Pereira

É administradora executiva da EDP, empresa em que desempenha vários cargos de relevo

242
PONTOS



8

Isabel Ucha

É presidente executiva da Euronext Lisboa, da Interbolsa e membro da administração da Euronext NV

240
PONTOS



9

Madalena Torres

É Presidente Executiva do Banco Best e acumula influência de uma longa e diversificada carreira da banca ao turismo

228
PONTOS



10

Maria Cândida Rocha e Silva

Lidera o Banco Carregosa, onde começou a trabalhar com o pai. Foi a primeira corretora da Bolsa portuguesa

278
PONTOS
PORQUE TEM PODER

Tem uma longa carreira na política e nos setores social e da saúde, que lhe dão influência na tomada de decisões

5 Maria de Belém

GESTORA, CURADORA DA FUNDAÇÃO MONTEPIO

► Presente em praticamente todos os fóruns em que a saúde e a igualdade são o centro das preocupações, está em vários conselhos consultivos e estratégicos, é membro de júris de prémios como o Maria José Nogueira Pinto ou de Ética, João Lobo Antunes. Maria de Belém

Roseira, 71 anos, foi a primeira e única mulher presidente do PS e a primeira e única a ter, num governo, a pasta para a Igualdade, deputada, ministra da Saúde, candidata à presidência da República sem o apoio do seu partido, o PS, e contra a vontade de António Costa. **H.G.**

MARILINE ALVES

4 Ana Gomes

COMENTADORA E EX-CANDIDATA PRESIDENCIAL

Os 536 mil votos nas presidenciais foram a tradução política da sua influência mediática. Esteve sempre perto do poder – foi assessora em Belém, diplomata, dirigente do PS e eurodeputada –, mas nunca teve a influência pública que tem hoje, que lhe vem

da forma combativa – populista, dizem os críticos – como fala de corrupção e má economia, temas a que juntou um alvo: o Chega!. Ana Gomes, 67 anos, gosta dessa influência e não dá sinal de perder a grande marca no seu percurso: a intensidade. **B.F.L.**

278
PONTOS
PORQUE TEM PODER

Muito discreta, exerce o seu poder nos bastidores da governação. É das pessoas mais próximas de Costa



MIGUEL BALTAZAR

5 Mariana Vieira da Silva

MINISTRA DA PRESIDÊNCIA

O poder de Mariana Vieira da Silva não é mediático – é influência real nos bastidores da governação. Em 2015, com 37 anos, assumiu a coordenação política e da comunicação do Governo. Foi promovida a ministra. Tem sido uma das pessoas mais próximas do primeiro-mi-

nistro, que a levou consigo para o PS quando saiu da câmara de Lisboa. A ex-nadadora de alta competição do Sporting, o seu clube, é reservada e trabalhadora. Quando sair do Governo é provável que vá concluir o doutoramento no ISCTE. O futuro do PS passa por ela. **B.F.L.**



SÉRGIO LEMOS

288
PONTOS
PORQUE TEM PODER

A influência mediática que ganhou a falar sobre corrupção e má economia é também influência política



264
PONTOS

6

Ana Catarina Mendes

A advogada, líder do grupo parlamentar socialista, é uma peça-chave no PS da era Costa



250
PONTOS

7

Marisa Matias

A eurodeputada não brilhou nas presidenciais, mas continua a ser uma das figuras do Bloco



248
PONTOS

8

Francisca Van Dunem

A primeira mulher negra no Governo tem uma carreira de 42 anos na Justiça, que tutela há seis



242
PONTOS

9

Isabel Camarinha

Lidera há um ano a maior confederação sindical, a CGTP, onde trabalha há 40 anos



227
PONTOS

10

Ana Mendes Godinho

Lidera um dos ministérios cruciais na gestão de apoios na pandemia, o da Segurança Social

276
PONTOS
PORQUE TEM PODER

Dirige um dos principais centros de investigação científica em Portugal



INES S. ALBUQUERQUE

2 Maria Manuel Mota

DIRETORA DO INSTITUTO DE MEDICINA MOLECULAR
JOÃO LOBO ANTUNES

“SER CIENTISTA EM PORTUGAL TEM ALTOS E BAIXOS”

► “Sempre gostei de microbiologia porque tudo o que se visse ao microscópio me fascinava, mas quando andava na escola pensei que seguiria matemática, talvez por ser aquilo que mais gostava de estudar. No ensino secundário tive dois professores de Biologia que me entusiasmaram e nessa altura já dizia que queria ser cientista, sem ter bem noção do que era. Quando fiz o mestrado e tive nove meses de experiências com outros cientistas é que percebi que queria ser um deles e esse caminho levou-me a Londres e depois a Nova Iorque. Não tinha ninguém na família ligado à ciência, nada. A minha mãe era dona de casa, o meu pai era comerciante, tinha um armazém de lanifícios, e a minha irmã tornou-se aquilo que sempre quis ser: professora primária. Comecei a investigação do parasita da malária em janeiro de 2002, mas trabalho sobre ele desde 1994. Perguntam-me muitas vezes se não me fartei, mas

não, porque é algo incrivelmente fascinante e dá pano para mangas. Conhecemo-lo há 120 anos, já houve três prémios Nobel sobre ele, mas a verdade é que ainda não conseguimos erradicá-lo, está apenas controlado em várias partes do planeta, como na Europa e na América do Norte, mas não em África ou em grande parte da Ásia. Ser cientista em Portugal tem altos e baixos porque dependemos muito de financiamento e quando os recursos são escassos torna-se mais difícil. Dos EUA à Austrália, todos os colegas se queixam da limitação de recursos, mas em Portugal há uma enorme limitação e isso põe em causa o nosso trabalho, tira-nos muita energia e um cientista não pode perder energia com isso. Apesar de tudo, é a melhor profissão do mundo!”

Depoimento recolhido por
Sónia Bento



VITOR CHI

274
PONTOS
PORQUE TEM PODER

É a nutricionista com mais livros vendidos em Portugal - mais de 400 mil exemplares

3 Ágata Roquete

NUTRICIONISTA

A MULHER QUE MUDA VIDAS

► Em miúda queria ser dentista, e estava muito longe de imaginar que viria a dar 25 a 30 consultas de nutrição por dia. Ágata Roquette descobriu na sua experiência pessoal - tinha excesso de peso - e no seu método de olhar para a alimentação como um prazer, a chave do sucesso. Criou o famoso dia da asneira: uma semana regrada, sem excessos, para no fim de semana ter mais liberdade. “Nunca conseguiria perder peso sem um dia de bacalhau à Brás”, confessa à **SÁBADO**.

É esta empatia com os doentes que, acredita, faz a diferença. “Sei as dificuldades que tive e por que todos passam. Não gosto de ter um passado de sete anos de bulimia, anorexia, mas aprendi imenso com os meus erros”, diz a nutricionista, de 38 anos, que chegou a pesar 90 quilos. Formada em Nutrição e Engenharia Alimentar

pelo Instituto de Ciências da Saúde-Sul, o pedido de casamento e o facto de nenhum vestido de noiva lhe servir, foram o clique para emagrecer. A partir daí as filas de espera para a sua consulta só aumentaram. “Desbloqueei a ideia de que fazer dieta é só bifes de peru e brócolos. Mostrei que se podia fazer uma lasanha de curgete com espinafres, que se podiam fazer salteados ou estufados. Isso teve impacto.” Outro detalhe: o prazo dos 31 dias. A especialista defende que “o primeiro mês é o mais importante psicologicamente”. A *Dieta dos 31 Dias*, livro lançado em 2012, vendeu mais de 250 mil exemplares. O último, editado em 2020, é dedicado à alimentação saudável. Mas do que Ágata mais gosta é de dar consultas. “Se conseguir mudar a vida de algumas pessoas para melhor, e ser recordada por isso, não peço mais nada.”

Por **Vanda Marques**

VITOR CHI

4 Isabel do Carmo

MÉDICA ENDOCRINOLOGISTA

► Diz que não precisa que os doentes lhe digam que sofrem de anorexia nervosa - reconhece-os pelo cheiro a acetona, o mesmo que ela teve quando, em 1979, fez uma greve de fome de 30 dias. Durante muito tempo a sua carreira de médica correu em simultâneo com a luta armada da extrema-esquerda. Fez o primeiro estudo sobre a prevalência da obesidade em Portugal e aos 80 anos, continua a dar pelo menos 20 horas de consultas semanais; é professora no mestrado de Doenças Metabólicas e Comportamento Alimentar da Faculdade de Medicina de Lisboa. **A.T.**



SÉRGIO LEMOS

273

PONTOS

PORQUE TEM PODER

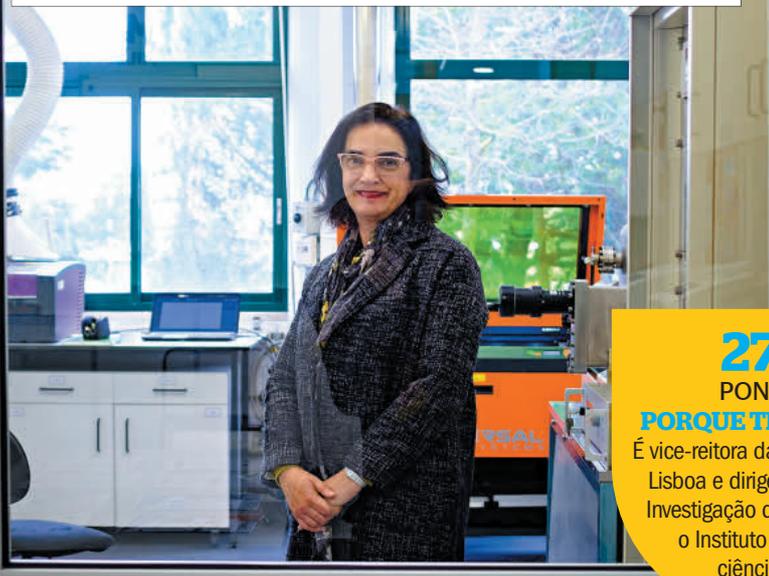
Pioneira no estudo da obesidade em Portugal, liderou o conselho científico da plataforma da DGS contra a Obesidade

5 Elvira Fortunato

CIENTISTA E PROFESSORA CATEDRÁTICA

► Quis estudar Engenharia do Ambiente, mas não conseguiu entrar no curso e acabou em Engenharia Física e dos Materiais. Na altura a Faculdade de Ciências e Tecnologias da UNL tinha-se fixado no Monte da Caparica e chegava com os sapatos cheios de lama, depois de atravessar vá-

rias quintas. Recebeu dezenas de prémios, o mais recente atribuído pela Comissão Europeia pela criação do primeiro ecrã transparente com materiais ecossustentáveis. Em 2018 ganhou uma bolsa no valor de 3,5 milhões de euros, atribuída pelo Conselho Europeu de Investigação. **J.P.C.**



SÉRGIO LEMOS

270

PONTOS

PORQUE TEM PODER

É vice-reitora da Univ. Nova de Lisboa e dirige o Centro de Investigação de Materiais e o Instituto de Nanociência iN3

263

PONTOS



6

Teresa Paiva

É a maior especialista do sono em Portugal, área que estuda desde 1983. Neurologista, dirige a clínica iSleep

254

PONTOS



7

Ana Paula Martins

Bastonária da Ordem dos Farmacêuticos, é uma voz ativa na definição e na execução da política de saúde

249

PONTOS



8

Fátima Cardoso

Diretora da Unidade de Mama do Centro Champalimaud, lançou, em 2016, a Aliança Global pelo Cancro da Mama Avançado

218

PONTOS



9

Fátima Carneiro

Em 2018 foi considerada a patologista mais influente do mundo e presidente à Academia Nacional de Medicina de Portugal

209

PONTOS



10

Helena Freitas

Bióloga e Professora Catedrática, integra o grupo da Comissão Europeia responsável pela adaptação às alterações climáticas

2 Maria José Morgado

MAGISTRADA JUBILADA

“NÃO ME COMPORTO COMO JUSTICEIRA”

► O seu último caso foi a Operação Lex. Nos primeiros meses longe dos tribunais, mantém a vitalidade: com exercício físico.

Cessou funções no fim de 2020. Já tem saudades?

Sempre tive saudades cada vez que saía de um serviço.

Porque se manteve em funções depois de se jubilar?

Achei-me em condições. Era procuradora-geral distrital de Lisboa quando me jubilei. Requeri a continuidade de funções e fui colocada como coordenadora do Ministério Público (MP) no Supremo

Tribunal de Justiça, onde acabei o processo Lex.

Nunca teve medo?

Medo, toda a gente tem. Não me posso é deixar dominar pelo medo.

Que legado deixa ao MP?

Os magistrados não deixam legados. Deixam processos despachados, serviço feito, exemplo de serem humildes, de nunca mandarem os outros fazer nada que não tenham feito primeiro, de saberem aprender, respeitar a comunidade.

Era tratada por justiceira?

O meu percurso na Justiça demonstra que não me comporto como justiceira. O justiceiro é

um fanático. Não defendo fanatismos.

Dedicada parte do tempo ao exercício. Como treina?

Em casa e na rua. O treino é de manhã, tem de ser duro, senão não há aquela coisa da superação. Corro, faço musculação há mais de 15 anos, tenho as mãos calejadas.

Quando passar a pandemia, continuará sem viajar?

Detesto andar de um lado para o outro, fazer malas e sair. Só se alguém me obrigasse, o meu marido [Saldanha Sanches] obrigava-me. Morreu há 10 anos, nunca mais fui a lado nenhum.

Por **Raquel Lito**

289

PONTOS

PORQUE TEM PODER

Apesar de jubilada, não abdica de ter voz ativa na justiça, onde ao longo de 40 anos se destacou no combate ao crime económico-financeiro



3 Maria Lúcia Amaral

PROVEDORA DE JUSTIÇA

A PRIMEIRA DEFENSORA DOS CIDADÃOS

► Foram mais de 10 mil as queixas que chegaram à provedora da justiça em 2020, segundo estimativas da instituição avançadas à **SÁBADO**: “Ainda não temos o balanço completamente fechado, mas o número traduz uma taxa de crescimento face ao ano anterior em torno de 5%.” À semelhança de anos anteriores, a Segurança Social foi o alvo da maioria das reclamações, por exemplo, pela cobrança de dívidas inexistentes.

Numa “casa de portas abertas”, Maria Lúcia Amaral tenta resolver os conflitos através da mediação junto dos poderes públicos. Na maioria, as suas recomendações formais foram aceites. Porque o seu poder “é o da palavra”, disse a própria numa entrevista re-

cente à **SÁBADO**. No caso de Ihor Homeniuk, concluiu o trabalho entre o Natal e o Ano Novo de 2020.

Nos 46 anos de vida da instituição e uma dezena de provedores, a catedrática de Direito, de 63 anos, foi a primeira mulher a ocupar o cargo (termina o mandato em novembro).

Desde cedo teve queda para o Direito, contrariando as áreas da família em Medicina e ciências. À RTP, contou que a escolha se deu aos 10 anos, quando, regressada de Angola com os pais, foi ao arquivo de identificação de Lisboa tirar o bilhete de identidade. Antes do 25 de Abril, disse, as desigualdades eram gritantes e foi naquele sítio que teve a confirmação: os analfabetos tinham de pagar a quem escrevesse por eles para praticarem tal ato.

Por **Raquel Lito**

276

PONTOS

PORQUE TEM PODER

É a ela que os cidadãos se podem queixar dos poderes públicos. Por norma as suas recomendações são seguidas

MARILINE ALVES



SÉRGIO LEMOS

4 Guilhermina Freitas

PRESIDENTE DO TRIBUNAL DA RELAÇÃO DE LISBOA

► A sua intenção é repor a confiança num dos pilares da justiça, o tribunal mais antigo do País, com 188 anos: a Relação de Lisboa. A presidi-lo desde outubro do ano passado, a juíza desembargadora prometeu “não desiludir” no discurso de tomada de posse. Além de ser primeira mulher no cargo, terá de apagar a mancha deixada pelos antecessores, Orlando Nascimento, que se demitiu em março de 2020 por suspeitas de abuso de poder; e Luís Vaz das Neves, acusado na Operação Lex. **R.L.**



VICTOR CH

238
PONTOS
PORQUE TEM PODER
Preside ao tribunal superior português, que julga em segunda instância recursos na sua área de jurisdição

5 Fernanda Pêgo

DIRETORA DO DIAP DE LISBOA

► Com mais de três décadas de experiência no Ministério Público, Fernanda Pêgo terá dado luz verde para a procuradora Andrea Marques mandar dois oficiais da PSP vigiarem jornalistas para descobrir as suas fontes de informação. Assumiu a direção do DIAP de Lisboa em outubro de 2017.



D.R.

Para trás ficavam as funções de coordenação na estrutura. Nascida em Angola, em 1954, licenciou-se em Direito em 1983, pela Universidade de Lisboa e no mesmo ano ingressou no Centro de Estudos Judiciários. **R.L.**

237
PONTOS
PORQUE TEM PODER
Dirige a maior e mais antiga estrutura de investigação criminal do País, que tem reforçado o combate à criminalidade económica



226
PONTOS

6

Carmo Sousa Machado

Chairman da firma de advogados Abreu e vice-presidente do conselho-geral da Ordem dos Advogados



226
PONTOS

7

Margarida Olazabal Cabral

Sócia da Morais Leitão, é uma das melhores advogadas na área de Direito Administrativo



226
PONTOS

8

Matilde Horta e Costa

Integra a comissão executiva da sociedade VdA e é administradora da Fundação Vasco Vieira de Almeida



223
PONTOS

9

Amélia Catarino

Como Presidente do Tribunal Judicial da Comarca de Lisboa gere a maior das 23 comarcas do País



223
PONTOS

10

Maria João Ricou

Directora da Cuatrecasas, lidera uma das maiores equipas de direito bancário e financeiro, do País



289
PONTOS

PORQUE TEM PODER

É uma das autoras que mais investigação e publicações tem sobre a sociedade portuguesa

JOAO CORTESAO

quentava um colégio de freiras onde só havia meninas ricas. Para além dos altos muros que me rodeavam, nada existia; ou nada existira até ao dia em que descobri que havia meninos que não iam à escola porque a família não tinha dinheiro para os calçar.

Foi assim que comecei a interessar-me pela Sociologia da Educação. Muita água passaria até à minha matrícula na Universidade de Oxford onde, sob a orientação de um especialista na matéria, o Prof. A. H. Halsey, faria um doutoramento nessa disciplina. Depois, e apesar de envolvida noutras investigações, não abandonei o tema. Foi assim que publiquei dois dos meus livros favoritos: *Os Filhos de Rousseau: Ensaios sobre os Exames* (1997) e *A Sala de Aula* (2014). Note-se finalmente que não foi apenas a classe social que me levou a desconhecer o que me rodeava, mas ainda – ou sobretudo – o facto de pertencer ao sexo feminino.

Depoimento recolhido por **Ana Bela Ferreira**

2 Maria Filomena Mónica

SOCIÓLOGA

“ERA RAPARIGA E POR ISSO TINHA DE SER RESGUARDADA”

► No inverno de 1959 fui levada a um bairro da lata por duas freiras. A deslocação, em vésperas de Natal, tinha como objetivo oferecer umas roupinhas aos pobres que ali viviam. Entrei na barraca da Adriana e, a um canto, vi um miúdo que me olhava com ar assustado. Perguntei porque não estava ele

na escola. Envergonhada, a mãe explicou-me que não tinha dinheiro para lhe comprar sapatos. Como era possível que, vivendo a 10 minutos daquele bairro, não soubesse da existência de tal miséria no coração da cidade em que nascera?

Não é difícil de explicar: em primeiro lugar, eu era rapariga e por isso tinha de ser resguardada dos perigos que o mundo encerrava. Além disso, fre-



3 Isabel Capelo Gil

REITORA DA UNIVERSIDADE CATÓLICA

A LÍDERA CATÓLICA

► Filha única, de uma família tradicional, mas com “uma dinastia de mulheres muito fortes” como exemplo, Isabel Capelo Gil é desde 2016 reitora da Universidade Católica Portuguesa (UCP) e desde 2018 presidente da Federação Internacional das Universidades Católica. Foi a primeira mulher, em ambos os cargos.

“Liderar uma universidade é projetar o futuro e por isso uma das funções mais desafiadoras que existem. O que me move é servir o País com ambição de excelência, arriscar o que não foi testado,

olhando o sucesso do passado como inspiração, mas sabendo que no futuro a repetição não é modelo”, diz à SÁBADO. Acrescentando: “E como mulher, motivar pelo exemplo a enorme pool de talento feminino, abrindo caminho às que vêm a seguir.”

Nasceu em Ílhavo, mas cresceu em Macau e esse confronto com a diversidade cultural fez com que se interessasse por querer conhecer o outro. De volta a Portugal, licenciou-se em Línguas e Li-



JOAO NEUVAS

249
PONTOS

PORQUE TEM PODER

É a primeira mulher a ocupar o cargo de reitora da Universidade Católica, a maior instituição de ensino privado do País

teraturas Modernas na UCP. O doutoramento em Estudos Alemães foi também feito na universidade onde fez carreira como professora e que lidera. Apostou na internacionalização da instituição.

Mãe de duas filhas já adultas, defende uma educação “com orientação para o mundo”. Mulher de fé, guarda com carinho as breves palavras que o Papa Francisco lhe disse em 2017: “Tienes que trabajar lo concreto.” Ou seja, “ter de trabalhar para afirmar a verdade e agir na vida concreta das pessoas”.

Por **Ana Bela Ferreira**

4 Maria de Lurdes Rodrigues

REITORA DO ISCTE

► O seu nome é sinónimo de irritação para a classe docente portuguesa. Ela, ou melhor, as suas reformas na carreira levaram às ruas 120 mil professores, a maior manifestação da Educação já registada em Portugal. Tudo porque Maria de Lurdes Rodrigues, ministra da Educação no primeiro governo de José Sócrates, queria pôr os professores a avaliarem-se uns aos outros. É também com ela que é lançado o programa Novas Oportunidades e o inglês para os alunos do 1.º Ciclo. Desde março de 2018 ocupa o cargo de reitora do ISCTE-IUL. **A.B.F.**



PEDRO CATARINO

248 PONTOS

PORQUE TEM PODER

Lidera a gestão do ISCTE, uma universidade de referência, e foi ministra da Educação

245 PONTOS



6

Susana Peralta

Professora na Nova SBE, é uma das novas vozes da Economia. É colunista no *Público*

235 PONTOS



7

Marina Costa Lobo

Politóloga e professora na Universidade de Lisboa, coordena o Comportamento Eleitoral dos Portugueses

228 PONTOS



8

Clara Raposo

Como presidente do ISEG, lidera uma das principais instituições de ensino superior público

228 PONTOS



9

Maria Emília Brederote dos Santos

Preside ao Conselho Nacional de Educação, o principal órgão consultivo do setor em Portugal

220 PONTOS



10

Dulce Domingos

É pró-reitora da Universidade de Lisboa, a maior universidade portuguesa

5 Raquel Varela

HISTORIADORA

► Presença assídua em programas de comentário da atualidade – atualmente n' *O Último Apaga a Luz*, na RTP 3 –, não poupa críticas a ninguém. É investigadora e professora na Universidade Nova. Coordena ainda o projeto internacional de história global do trabalho *In The Same Boat? Shipbuilding Industry no ISSH Amsterdam/Holanda*. Saltou para a ribalta quando, em 2013, no programa *Prós e Contras*, confrontou um jovem de 16 anos sobre as condições laborais em que eram feitas as camisolas da marca que acabara de lançar. Dos governantes a Dolores Aveiro, não deixa nada por dizer. **A.B.F.**

246 PONTOS

PORQUE TEM PODER

É especialista na área do trabalho e tem voz ativa em programas televisivos de comentário da atualidade



MICHELLE NETO

JOSÉ SENA GOULÃO



JOÃO MIGUEL RODRIGUES

254
PONTOS
PORQUE TEM PODER

O regulador que lidera aplicou em três anos um recorde de 882 milhões em multas a empresas que viciam a concorrência

2 Margarida Matos Rosa

PRESIDENTE DA AUTORIDADE DA CONCORRÊNCIA

A MULHER À PROVA DE PRESSÕES

► Tinha 43 anos quando em 2016 se tornou a primeira mulher a liderar o porta-aviões da regulação em Portugal, a Autoridade da Concorrência (AdC). O seu currículo era recheado: uma educação internacional de luxo (Louvain e Princeton), experiência a gerir milhões na banca de investimento (aos 30 anos liderava a divisão portuguesa do BNP Paribas) e sete anos na CMVM, o regulador dos mercados financeiros. Ainda assim, foi necessária a vontade do Governo de aplicar a norma da paridade de género - havia dúvidas sobre se era necessário naquele caso - para dar um empurrão à sua ascensão. Hoje não é um exagero dizer que o seu mandato arrisca ser histórico na instituição.

Desde que está na liderança, a AdC aplicou multas de 882 milhões de euros a empresas

por práticas anticoncorrenciais que prejudicam os consumidores (na década anterior o montante fora de 162 milhões). O teste derradeiro será fazer vingar estas multas em tribunal, mas para já é seguro dizer que nunca a AdC causou tanta mossa nas empresas mais poderosas do País.

Matos Rosa é o rosto da orientação para resultados de um regulador com poucos recursos. É tida como trabalhadora e não maleável. Quando em outubro de 2019 a **SÁBADO** lhe perguntou se costumava sofrer pressões do restrito meio económico e político português, a presidente da Autoridade da Concorrência respondeu só meio a brincar: "Não. Se calhar não me conhecem bem - tenho a vantagem de não ter estudado cá." É muito discreta sobre a vida pessoal, sobre a qual nunca fala aos *media*.

Por **Bruno Faria Lopes**

3 Gabriela Figueiredo Dias

PRESIDENTE DA CMVM

RAPARIGA

► A primeira mulher a liderar a CMVM estudou direito em Coimbra, mas nunca se limitou aos livros. Fez rádio, liderou campos de férias, aprendeu alemão com a filha de um amigo dos pais e italiano em Erasmus. No seu livro de curso, ao lado de uma caricatura da própria, as frases revelam uma aluna animada. "Se estudar 300 páginas numa hora, ainda consigo ir beber um copo ao Scotch [uma antiga discoteca]"; "6h da manhã, não querem vir até minha casa?"

Gabriela Figueiredo Dias entrou na CMVM em 2007 e em 2015 foi nomeada vice-presidente. "Ainda que não tenha sentido dificuldades no exercício deste cargo por ser mulher, não posso dizer que o caminho tenha sido fácil e isento de obstáculos", diz à **SÁBADO**. "É preciso reconhecer que há ainda um contexto cultural e social que não favorece a progressão das mulheres."

No seu mandato como presidente, que começou em 2016, a CMVM analisou 138 transações do Luanda Leaks, participou na investigação do caso BES e condenou a KPMG a uma multa de 1 milhão de euros por falhas na análise às contas do banco dos Espírito Santo. "Penso que aquilo que, no fim, mais terá marcado o meu mandato terá sido a transformação da CMVM, ainda em curso mas que diria já irreversível, num regulador mais aberto, transparente, ágil e, sobretudo, com um propósito de serviço aos investidores, ao mercado e à comunidade."

Por **Ana Taborda**



236

PONTOS

PORQUE TEM PODER

A CCDRC coordena 77 municípios e gera um orçamento de 2.155 milhões de euros



D.R.

4 Isabel Damasceno

PRESIDENTE DA COMISSÃO DE COORDENAÇÃO E DESENVOLVIMENTO REGIONAL DO CENTRO

▶ Enquanto presidente da CCDRC também coordena o Programa CENTRO 2020, que conta com 8.688 projetos financiados, num valor de 1.990 milhões de euros de fundos da União Europeia. Antes de ser eleita foi administradora do programa CEN-

TRO 2020 durante 10 anos e presidente da câmara de Leiria entre 1998 e 2009. Foi também vice-presidente da comissão política nacional do PSD em duas ocasiões, conselheira nacional do partido e presidente do PSD-Leiria. **J.P.C.**

5 Nazaré Costa Cabral

PRESIDENTE DO CONSELHO DAS FINANÇAS PÚBLICAS

▶ Desde 1 de março de 2019 que lidera o órgão que fiscaliza o cumprimento das regras orçamentais, a sustentabilidade das finanças públicas e a situação financeira de autarquias, regiões autónomas e empresas públicas. Não recebe instruções da Assembleia da República, do Governo ou de quaisquer outras entidades públicas ou privadas. Nasceu em Lisboa, é mãe de quatro filhos e gosta de ler, de música e de gastronomia. É autora de nove livros, o mais recente sobre Federalismo Financeiro. **S.B.**



235

PONTOS

PORQUE TEM PODER

É responsável pela fiscalização do cumprimento das regras orçamentais e da sustentabilidade das finanças públicas

MARILINE ALVES



252

PONTOS

PORQUE TEM PODER

É a primeira mulher a liderar a CMVM. Nos últimos 15 anos aplicou coimas de mais de 40 milhões de euros



PEDRO CATARINO



230
PONTOS

6

Graça Mira Gomes

Como secretária-geral do Sistema de Informações da República lidera as secretas interna e externa



228
PONTOS

7

Teresa Almeida

Preside à CCDR de Lisboa e Vale do Tejo, região que gera 42,6% da riqueza de Portugal e 36,8% do emprego



213
PONTOS

8

Helena Fazenda

A secretária-geral do Sistema de Segurança Interna coordena a articulação entre as Forças de Segurança



202
PONTOS

9

Maria Rosa Tobias Sá

O IGFEJ, a que preside, gere as obras e os sistemas informáticos da justiça portuguesa



201
PONTOS

10

Anabela Leitão Cabral Ferreira

Juíza de carreira, lidera a Inspeção-Geral da Administração Interna, a "polícia das polícias"

1

Elisa Ferreira

COMISSÁRIA EUROPEIA PARA A COESÃO E REFORMAS

“CHOCA-ME QUE NEM SE PROCUREM AS COMPETÊNCIAS QUE AS MULHERES TÊM”

Hoje, está numa Comissão Europeia praticamente paritária. Mas em Portugal foi a primeira em muita coisa, quando na política e na economia as mulheres eram uma raridade. **Está na vida pública desde os anos 80, nota diferenças entre o que era começar uma carreira na altura e agora?**

Completamente. E para melhor, felizmente. Há mudanças a dois níveis: por um lado, há muito mais mulheres profissionais do que nessa altura. Eu era frequentemente a única mulher num conselho de administração. Fui a primeira mulher doutorada da Faculdade de Economia do Porto, era a única no conselho de administração da AIP... Numa segunda dimensão, o enquadramento social e familiar era outro, era um mundo mais tradicional, hoje a repartição de trabalho e de responsabilidade é muito mais equilibrada. Ainda há um trajeto muito grande a fazer, mas há um progresso enorme.

Nesse início de carreira, alguma vez se sentiu incomodada, ou discriminada?

Incomodada não é o termo, mas sentia e às vezes ainda sinto que se correr bem não se nota nada que se é mulher, se a coisa correr mal vem o género à baila. Quando saí da Associação Industrial Portuense (hoje AEP), era vice-presidente e a dada altura não concordei com o rumo tomado e disse ao presidente Ludgero Marques que iria sair, discretamente e sem grandes explicações públicas. Quando a seguir ele foi pressionado para que dissesse porque é que eu tinha saído, ele para não dizer quais eram as razões, que eu tinha partilhado com ele, diz, “porque ela teve de ir tratar das filhas”. A seguir o *Público* entrevistou-me e perguntaram-me, “o que é que acha do próximo”, do meu sucessor? E

308

PONTOS

PORQUE TEM PODER

Integra o colégio do órgão de topo da UE, onde chegou após uma carreira respeitada no Parlamento Europeu

eu respondi, “o próximo é do PSD e não engravida”. Outra coisa que sentia muito era que a vida social era muito condicionada. Havia expectativas fortes quanto à fada do lar que as mulheres deviam ser. Quando se agendava uma reunião, se dissesse que tinha de levar a minha filha ao dentista ou ao pediatra era uma coisa inibidora. Se alguém dissesse que tinha o seu joguinho de ténis ou *bridge* passava bem, sem um comentário. Isso fazia bastante moossa. **Teve de responder muitas vezes àquele cliché de “como é que concilia na vida familiar e a profissional”?**

O problema era perguntar-se só às mulheres. Gerava uma sensação de culpa, como se estivessemos a desvalorizar responsabilidades para com os filhos por uma opção de protagonismo social. Era desconfortável.

É diferente – e mais fácil – fazer carreira em instâncias internacionais?

É. É preciso haver um número mínimo crítico de mulheres para que o peso específico do género consiga reequilibrar a agenda e as valorações. Se tiver 40% de mulheres, há determinado tipo de discursos que já ficam condicionados. Ou a facilidade com que se marcava um jantarzinho de trabalho seguido de um copo e o trabalho continuava. Isso acaba, trabalho é trabalho e conhaque é conhaque.

Concorda com as quotas, por exemplo em conselhos de administrações?

Quando me começaram a fazer essa pergunta, dizia que não, achava uma espécie de paternalismo. Mas mudei de opinião: as quotas são importantes numa fase inicial, para se atingir o nível crítico que permite mudar o paradigma. Não gosto quando um homem competente é preterido para ir uma mulher menos competente. Choca-me. Mas choca-me mais quando nem sequer se procurem as competências que as mulheres têm porque o sistema é autorreprodutivo. Como os homens se conhecem mais uns aos outros, porque estão em maioria na quase totalidade dos lugares, nem se dão conta de que há mulheres competentes.

Por **Maria Henrique Espada**





2 Mónica Ferro

DIRETORA DO ESCRITÓRIO DE GENEBRA DO FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A POPULAÇÃO - UNFPA

“AQUI A PRESENÇA DE MULHERES É UM DADO ADQUIRIDO”

► Genebra não é Lisboa. “O ambiente de trabalho aqui é pragmático, sem discriminações, e a presença de mulheres é simplesmente um dado adquirido.” E havia coisas em Portugal que já não sente na Suíça: “Aqueles comentários que surgiam sempre à forma como me vestia, e não ao conteúdo do que tinha dito, ou à paixão com que falava, que era considerada ‘emoção’”. A participação das mulheres, nos círculos em que agora está, “não é um valor, é uma prática”.

Em Portugal, ainda aconteceu ter-lhe sido uma vez dito por uma estação de televisão que tinha sido escolhida para comentar determinado assunto “por-



ALEXANDRE AZEVEDO

243 PONTOS
PORQUE TEM PODER
A UNFPA tem programas em 150 países, tendo como parceiros e interagindo com os governos nacionais

que era preciso uma mulher”.

Para a UNFPA não terá peso do género, nem o que veste.

Foi escolhida para o cargo num concurso internacional, em que contaram o currículo e as entrevistas de seleção da ex-professora de Relações Internacionais do ISCSIP, com uma inscrição pela política como deputada do PSD.

A primeira pergunta que lhe fizeram no concurso foi porque tinha concorrido. Terá sido fácil: a agenda de direitos reprodutivos, população e desenvolvimento já constavam do seu percurso. Nisso, apenas mudou o local em que exerce. A família emigrou com ela. É a portuguesa que ocupa o cargo de maior peso na ONU.

Por **Maria Henrique Espada**

3 Sofia Colares Alves

REPRESENTANTE DA COMISSÃO EUROPEIA EM LISBOA

QUASE 20 ANOS DE CARREIRA NA EUROPA

► Começou a carreira no coração da Europa, como assistente no departamento de Direito do Colégio da Europa, em Bruges (Bélgica). Hoje, a jurista está sediada em Lisboa, mas como representante da Comissão Europeia na capital portuguesa. É a ela que cabe fazer o interface entre as autoridades nacionais e as europeias: representa a comissão, mas também transmite a Bruxelas informação relevante sobre tudo o que se passa no País. Um posto discreto, como muitos na diplomacia, mas com um papel-chave.

Nomeada em 2016 pelo presidente da CE, ainda no mandato de Jean-Claude Juncker, tem uma longa carreira nas estruturas eu-



BRUNO COLAÇO

antes de ir ocupar o posto em que está. Mesmo quando se afastou dessa área, a carreira manteve-se sobretudo internacional, como quando trabalhou na secção do juiz Moura Ramos, no Tribunal de Primeira Instância das Comunidades Europeias, no Luxemburgo.

232 PONTOS
PORQUE TEM PODER
Funciona como os “olhos e ouvidos” da Comissão em Portugal, filtrando a informação que chega à UE

ropeias, de que era funcionária desde 2003.

A sua área de especialidade é a concorrência – desempenhou funções quer na Direção-Geral de Concorrência europeia, quer, em Portugal, na Autoridade da Concorrência, imediatamente

Foi uma opção. Em 2019 contou ao *Diário de Notícias* que uma viagem pela Europa, em 1989, um ano-charneira com a queda do muro de Berlim,

a deixou mais “europeísta” e convicta da importância do projeto europeu. Este ano, a relevância do posto que ocupa cresce com a presidência portuguesa da UE. **M.H.E.**



230 PONTOS

4

Helena André

Ex-ministra, é diretora de Departamento na Organização Mundial do Trabalho, cargo que ocupa desde 2013



224 PONTOS

5

Catarina Albuquerque

É a presidente executiva da iniciativa Água e Saneamento para todos, da ONU



1 *Cristina Ferreira*
APRESENTADORA
E ACIONISTA DA TVI

A MULHER QUE MUDOU A FORMA DE FAZER TELEVISÃO

▶ É a indiscutível rainha da televisão e uma das mais reconhecíveis presenças do País. O segredo do seu sucesso? O “talento e boa-disposição”, dizem uns, ou a “sagacidade, intuição e coragem”, propõem outros, mas comum a todas as opiniões parece ser uma determinação que a acompanha, ao que tudo indica, desde muito cedo.

A origem de meios modestos na Malveira não a impediu de se destacar ao longo de

378
PONTOS
PORQUE TEM PODER
A apresentadora comanda milhões em audiências e, como administradora na TVI, influencia a programação



todo o percurso académico. Boa aluna durante o liceu, em Loures, deu seguimento aos estudos com duas licenciaturas, primeiro em História – chegou a dar aulas da disciplina por dois anos – e em Ciências da Comunicação, a sua porta de entrada para o mundo da televisão.

Anos mais tarde, no auge da fama, recordaria este período em *Sentir*, a sua primeira aventura no universo literário, uma autobiografia que “explica muito do seu sucesso”, diz à **SÁBADO** o editor da Contraponto, Rui Couceiro. “Foi enfrentando dificuldades e trabalhando muito que moldou muitas das suas virtudes”, como mostra o facto de que, saída da RTP por falta de vagas depois do estágio no programa *Regiões* (“Esta miúda devia estar no topo da lista”, diria, profeticamente, Manuel da Costa na avaliação de Cristina), atirou-se imediatamente ao entretenimento, tendo aulas com apresentadores dos quais seria colega ou competidora num futuro não muito distante, como Manuel Luís Goucha e Júlia Pinheiro.

Começou na TVI como repórter em programas como o *Olá Portugal* e o *Big Brother*, antes de ser chamada, ainda inexperiente na televisão, a apresentar o *Você na TV* ao lado de Goucha. Foi o início de uma ascensão vertiginosa que a viu passar pelos grandes programas do canal (*A Tua Cara Não Me é Estranha*, *Dança com as Estrelas* ou *Apanha se Puder*) e transformar o *Você na TV* em líder de audiências a partir de 2007. Um êxito que Cristina Rodrigues, cabeleireira que trabalhou de perto com a apresentadora no programa e na revista *Cristina*, atribui à sua autenticidade: “Ela mudou a forma de se fazer televisão em Portugal pela genuinidade – no ecrã, ela é tal como é na vida real, e o público sente a sua verdade.”

A saída para a SIC e subsequente retorno à TVI como apresentadora e acionista da Media Capital, uma jogada de risco que lhe trouxe quase tanta infâmia quanto notoriedade, custou-lhe audiências e alguma da sua estabilidade. A “generalá”, como é, por vezes, apelidada, é acusada pelos detratores de egomania e falta de humildade, críticas que Cristina capitalizou no seu mais recente livro, *Pra Cima de Puta*. Mas o que alguns interpretam como teimosia e narcisismo, outros só veem como a exigência e o perfeccionismo de alguém cuja marca no seu ramo já é indelével. Para quem a conhece, como Rui Couceiro, não seria surpreendente “se a Cristina Ferreira viesse a marcar o nosso tempo não apenas no domínio do entretenimento”.

Por **Pedro Henrique Miranda**

LILIANA PEREIRA

2 Júlia Pinheiro

APRESENTADORA DA SIC, DIRETORA DA SIC MULHER E SIC CARAS

A CRIADORA

► Da cara nova e irreverente de uma recém-inaugurada televisão privada a figura afetuosa dos programas do *daytime*, Júlia Pinheiro construiu uma visão de televisão e da forma como se gere. “Fui convidada umas três vezes para diretora de programas”, diz à SÁBADO. “Nunca aceitei.” É-lhe fácil justificar: não queria abdicar de estar no ar, de apresentar programas, a causa e o fim de 29 anos dedicados ao pequeno ecrã.

Falou de política com linguagem informal, em *Noite da Má-língua*, ou *Filhos da Nação*; procurou intervenção cívica em *Pr-*



D.R.

ça Pública e foi autora de títulos ousados como *Sex Appeal*; chegou aos *reality shows*, que reafirma como bons programas, quando bem feitos.

“A televisão tem muito poder e a obrigação de passar as mensagens certas: verdade e ética. Precisamos de dar chaves para que muita gente perceba estes tempos.”

306
PONTOS

PORQUE TEM PODER

Acumula a experiência na criação de formatos televisivos, com a apresentação e direção da SIC Mulher e SIC Caras

Como diretora de conteúdos da SIC, entre 2011 e 2016, teve um papel mais ativo

no desenho de programas: “Gosto muito de formatar, do trabalho criativo e em grupo. Pegar num slot horário e transformá-lo em equipa é apaixonante. Especialmente quando acertamos.”

Para o futuro avistam-se os *streamings* e as redes, a concorrência à televisão. Mas Júlia Pinheiro não tem dúvidas de que a televisão não se vai embora. “A pandemia provou que a TV é a grande avenida onde as pessoas se encontram, quando já não se encontram em lado nenhum. A TV é a minha pista e espero ver-me lá daqui a uns anos.”

Por **Catarina Moura**

3 Catarina Furtado

APRESENTADORA DA RTP

UMA EMBAIXADORA NA TELEVISÃO

► “Trabalhar para a construção de um mundo mais justo, onde, por exemplo, existam zero mortes maternas, zero formas de violência com base no género dá um sentido real à nossa vida.” Catarina Furtado resume assim, à SÁBADO, o momento que vive, aos 29 anos de carreira.

Quando se estreou, aos 19, “não tinha referências de apresentadoras. Nunca fui uma grande consumidora de televisão. Por isso não tentei nunca imitar ninguém”, conta. Descontraída e espontânea, continua no horário nobre - com *The Voice Kids*, na RTP, depois de ter sido a cara de grandes sucessos do género. O rótulo de namoradinha de Portugal, dos tempos de *A Caça ao Tesouro*, “acelerou a vontade de ser mais do que apenas esse título”, continua. Estudou representação, passou pelo cinema, teatro, novela, séries; como apresentadora, só



D.R.

299
PONTOS

PORQUE TEM PODER

Tem 29 anos de carreira, trabalho como embaixadora das Nações Unidas e é presidente da Corações com Coroa

não fez *daytime*, *late night* e *reality shows*, que recusa fazer.

Hoje, as causas humanitárias modelam o seu trabalho. Como Embaixadora da Boa Vontade do Fundo para a População das Nações Unidas, desde 2000, visitou mulheres e crianças em países em desenvolvimento para alertar para a saúde materno-infantil. Por causa dessa experiência gravou *Príncipes do Nada* e escreveu os mais duros momentos a que assistiu no livro *O Que Vejo e Não Esqueço*. “O mundo não tem fronteiras e às vezes, confesso, perco a admiração por pessoas talentosas e com capacidade de trabalho, mas que optam por assobiar para o lado e não colocar os seus privilégios ao serviço dos outros e dos seus direitos”, afirma. Há nove anos, fundou a ONGD Corações com Coroa - uma espécie de presente do seu 40.º aniversário.

Por **Catarina Moura**

4 Daniela Ruah ATRIZ

Estudou num colégio inglês de Carcavelos e estreou-se aos 16 anos na telenovela da TVI *Jardins Proibidos*, dando logo nas vistas. Aperfeiçoou os seus dotes de representação em Londres e Nova Iorque e hoje, aos 37, interpreta a agente policial Kensi - e

não uma subalterna, como é costume calhar às portuguesas lá fora - numa das séries norte-americanas mais vistas em todo o mundo: *Investigação Criminal: Los Angeles*. Graças ao seu inglês perfeito, fez furor a coapresentar a Eurovisão em 2018. **R.B.**



D.R.

292
PONTOS
PORQUE TEM PODER
Primeiro rosto da informação da TVI, na primeira emissão de fevereiro de 1993, é pivô do *Jornal da Noite* da SIC



RICARDO RUELLA

5 Clara de Sousa JORNALISTA

Aos 53 anos, é uma das mais respeitadas jornalistas portuguesas, tendo apresentado os telejornais principais das três estações. Mantém-se na SIC desde 2007, mas foi na TVI que, ao ser escolhida como pivô para o noticiário da emissão inaugural de 1993, se tornou

conhecida. Natural de Cascais, antes tinha estudado Letras e passado pela rádio. Atualmente, concilia o jornalismo com um bem-sucedido *site*, inaugurado em 2018, em torno das suas outras paixões: culinária e bricolage. Também já escreveu e publicou três livros de receitas. **R.B.**

295
PONTOS
PORQUE TEM PODER
Com carreira internacional e casa em Los Angeles, é a coprotagonista de uma das séries mais vistas do mundo



288
PONTOS

6 Sara Sampaio
"Anjo" da Victoria's Secret, a supermodelo é seguida por 7,6 milhões no Instagram

285
PONTOS

7 Ana Garcia Martins
Autora do blogue *A Pipoca Mais Doce*, tornou-se um rosto da televisão no *Big Brother*

278
PONTOS

8 Rita Pereira
Concilia a carreira de atriz com a de apresentadora há quase 20 anos, hoje em exclusivo na TVI

274
PONTOS

9 Cláudia Vieira
Revelada nos *Morangos com Açúcar* em 2004, é um ícone da SIC como atriz e apresentadora

267
PONTOS

10 Filomena Cautela
Atriz de teatro, que o *5 para a Meia-Noite* popularizou, é hoje uma estrela da RTP

1 Paula Rego

PINTORA

“AINDA HÁ TANTO PARA FAZER PELAS MULHERES”

◉ Nem a pandemia impede Paula Rego de continuar a trabalhar com afinco. “As lojas estão fechadas e os cinemas e restaurantes [também], por isso não há nada mais a fazer”, escreve a artista de 86 anos à **SÁBADO** num *email* enviado de Londres, onde fixou residência nos anos 70. A rotina de trabalho não mudou. Só a habitual sessão de cinema ao sábado é que teve de ser descontinuada. “Eu continuo a ir ao meu *studio* e a trabalhar só com a Lila [Nunes, sua assistente e modelo há mais de três décadas]. Só me interessa pintar a Nossa Senhora.”

Se este artigo fosse sobre as mulheres mais poderosas no Reino Unido, é possível que Paula Rego continuasse entre as artistas mais destacadas. A Rainha Isabel II condecorou-a com o grau de Dame Commander of The Order of the British Empire. A conceituada revista de moda *Harper's Bazaar* dedicou-lhe o prémio Lifetime Achievement. E enquanto se aproxima o fim da retrospectiva que está em digressão desde 2019 – “Paula Rego: Obediência e Desafio”, no Irish Museum of Modern Art, em Dublin, até 3 de maio – uma nova surge já no horizonte.

Vai acontecer na Tate Modern, em Londres, entre 7 de julho e 24 de outubro, será a maior retrospectiva de sempre do trabalho de Paula Rego e, claro, motivo de orgulho para a portuguesa: “Nem imagina! Nunca pensei que me dessem uma exposição tão grande na Tate”, revela à **SÁBADO**.

A exposição reúne mais de 100 pinturas, colagens, esculturas e desenhos, desde os anos 50 até aos dias de hoje. “Graças a Deus que não tenho de ser eu a organizar [a retrospectiva] e há uma equipa para pedir os empréstimos [dos trabalhos].”

Nos temas que alimentam a sua carreira de sete décadas entram histórias de abortos, de violência, de obediência, de depressão, de relações de poder desequilibradas e temáticas feministas. Para a Tate Modern, a artista “desempenhou um papel-chave na redefinição da arte contemporânea figurativa, particularmente na sua forma intransigente de representar as mulheres”. Não se assumindo ativista, o chumbo do primeiro referendo sobre a despenalização da interrupção da gra-



344
PONTOS
PORQUE TEM PODER
É uma das pintoras mais importantes do séc. XX. A Tate Modern vai mostrar a maior retrospectiva da carreira

videz, em 1998, levou-a a criar uma série de pinturas dedicadas a este tema.

Trazendo para a conversa por *email* o aproximar do Dia da Mulher, a resposta veio lacónica: “50% da população mundial com um dia para celebrar e reclamar. Não é muito. E ainda há tanto para fazer [pelas mulheres]”, escreveu.

E será mais fácil ser-se mulher e artista hoje do que há 50 anos, quando a crítica Linda Nochlin se insurgiu contra uma questão que ia ganhando força na cena londrina, sobre “não haver grandes artistas mulheres”?

Em 1971, Paula Rego vivia entre Londres e a Ericeira e já era artista com obra. Tinham passado quase 20 anos desde que fora estudar para a Slade School of Fine Art, em Londres, onde conheceria o pintor Victor Willing, com quem teria três filhos.

“Não me lembro da conversa”, responde em relação à polémica de 1971. “Mas era o que os galeristas e críticos pensavam. Quando aparecia uma artista tinha que competir com todos os pintores na história da pintura! Tudo bem, é o que eu queria fazer.”

Por **Markus Almeida**



RICARDO MEIRELES

326
PONTOS
PORQUE TEM PODER
A primeira mulher portuguesa a expor em locais emblemáticos, autora de obras monumentais



2 Joana Vasconcelos

ARTISTA PLÁSTICA

A ARTISTA EXUBERANTE

▶ Desde que Joana Vasconcelos começou a brilhar, no virar do século, que se ouvem ora aplausos pela exuberância artística, ora comentários desdenhosos acusando-a de uma visão simplista e comercial da arte, posições que vão alimentando um percurso intimamente associado à portugalidade e ao feminino.

A monumentalidade é característica da sua obra e sucesso. A artista de 49 anos foi a primeira a integrar um painel de mulheres da Bienal de Veneza, em 2005, a primeira e mais jovem mulher a expor em Versalhes, em 2012, e a primeira portuguesa a ter uma exposição individual no Guggenheim de Bilbao, em 2018.

Ter sido várias vezes a primeira mulher, como disse à SÁBADO em 2019, aquando da retrospectiva em Serralves *I'm Your Mirror*, é o resultado de uma linhagem de outras grandes mulheres portuguesas – Paula Rego, Vieira da Silva e Josefa de Óbidos entre as principais referências – que abriram caminho: “Aconteceu-me.”

O seu tom feminista é notório em obras como *A Noiva* (2001-2005) – o lustre feito de tampões – *A Burka* (2002), ou *Marilyn* (2012), o par de sapatos assente em tachos e painéis, atualmente em exibição no Yorkshire Sculpture Park, em Inglaterra, onde nenhuma artista portuguesa tinha sido convidada a expor antes.

Em simultâneo, estreou-se com a primeira exposição individual nos EUA, para o MassArt Museum, em Boston, com a peça *Valquíria Mumbet*, e associou-se à campanha da União Europeia de angariação de fundos para o desenvolvimento de uma vacina contra a Covid-19: “Podemos transformar as nossas vidas e este mundo numa obra-prima.” Por **Filipa Teixeira**



D.R.

322
PONTOS
PORQUE TEM PODER
Maior estrela internacional da música nacional, foi a primeira portuguesa a ser nomeada para um Grammy latino

3 Mariza FADISTA

A CANTADEIRA

▶ A vida de Mariza passa pelos grandes palcos internacionais. Para o fado, é uma embaixadora, mas não é assim que se vê. “Antes de mim vieram muitos a cantar em português e depois de mim virão muitos mais”, afirma à SÁBADO.

O seu primeiro álbum, *Fado em Mim*, faz 20 anos e, quando saiu, “apesar das grandes vozes – e não me passa pela cabeça comparar-me ao Carlos do Carmo ou à Amália –, não havia uma editora que quisesse o fado, as televisões e as rádios não passavam fado”.

O cenário mudou muito. Foi preciso romper com alguma coisa: com “a forma de estar”, diz Mariza. Apareceu alta e envolvendo o corpo num bailado ao som de clássicos instantâneos como *Ó Gente da Minha Terra*, de gargantilhas escuras a taparem-lhe o pescoço e cabelo oxi-

genado, cortado curto, num penteado inédito. “Sou livre na imagem, na forma de cantar e trago a liberdade de ser lusófona”, resume, lembrando todas as influências musicais das raízes moçambicanas ou da paixão pela música brasileira, que começou logo com o seu batismo. O nome Mariza foi escolha do pai, fã de Marisa Gata Mansa, cantora carioca. Aí, o pai vaticinou que havia de ser cantora.

O público e a crítica chamaram-lhe fadista. “No meu bairro, não dizemos que somos fadistas. É um elogio que se faz a quem cantou muito bem. ‘Ah Fadista!’” Desde a chegada à Mouraria com 3 anos, a vida de Mariza desenrolou-se naturalmente, ao ponto de a fazer acreditar em Deus e no destino. Só não consegue autointitular-se fadista. Prefere definir-se como uma cantadeira.

Por **Catarina Moura**

4 Alice Vieira ESCRITORA

► Nascida a 20 de março de 1943 em Lisboa, formou-se em Filologia Germânica na Faculdade de Letras e foi jornalista, estreando-se na literatura infanto-juvenil, que a tornou famosa, em 1979, com *Rosa, Minha Irmã Rosa*, que já vai na 28.ª edição. Desde então escreveu outras 40

obras para crianças, três de poesia e mais de uma dezena para adultos – uma delas indevidamente incluída no Plano Nacional de Leitura, onde está amplamente representada, e depois retirada. Foi casada com o acutilante crítico de televisão Mário Castrim, com quem teve dois filhos. **R.B.**



306

PONTOS

PORQUE TEM PODER

Não há quem não a conheça desde tenra idade. Autora de mais 50 livros, muitos deles no Plano Nacional de Leitura

5 Maria João Pires PIANISTA

► Desde menina que o piano é uma extensão de Maria João Pires. A mais reputada pianista portuguesa já se apresentava em público aos 4 anos, na casa dos 20 ganhou protagonismo internacional e hoje, com 76 anos, coleciona distinções, como o Prémio Gramophone (um dos mais respeitáveis da música clássica). Em setembro, a sua obra integral foi publicada pela Deutsche Grammophon, numa caixa com 38 álbuns. Morou fora mas regressou no fim de 2018 a Belgais, no distrito de Castelo Branco, “com saudades de casa”, onde dirige o Centro de Estudos Musicais. **F.T.**



290

PONTOS

PORQUE TEM PODER

Maior pianista portuguesa, foi agraciada em janeiro de 2020 com a Grã-Cruz da Ordem do Infante D. Henrique

283

PONTOS



6

Carolina Deslandes

Lançada no *Ídolos*, hoje é uma cantora de sucesso, popular nas redes sociais e jurada no *The Voice Kids*

274

PONTOS



7

Marisa Liz

Jurada no *The Voice*, tem decidido o futuro de muitos; como vocalista dos Amor Electro construiu, desde 2011, uma carreira muito sólida

272

PONTOS



8

Fátima Lopes

Éxito na moda internacional desde 2011, apresenta coleções em Paris. Já foi agraciada com a Ordem do Infante D. Henrique

269

PONTOS



9

Beatriz Batarda

Estreou-se no cinema aos 5 anos e formou-se em teatro, com distinção, em Londres. Os seus desempenhos já lhe valeram vários prémios

267

PONTOS



10

Dulce Maria Cardoso

Cruza a ficção com a realidade portuguesa nos seus livros – todos premiados



283
PONTOS
PORQUE TEM PODER
Pioneira nos ralis, esteve 10 vezes no Dakar, seis delas a guiar um camião. Em 2019, ganhou a Africa Race nos camiões

2 Elisabete Jacinto

PILOTO, PRESIDENTE DA COMISSÃO MULHERES E DESPORTO

LUTAR CONTRA O PRECONCEITO

▶ Espera voltar a participar em ralis, mas a pandemia atrapalhou-lhe os planos. “É verdade. Estou fechada em casa e sem grandes perspetivas. A

situação económica em Portugal está complicada e não sei se vai ser possível arranjar patrocínios para ter uma equipa competitiva para regressar às corridas”, diz à **SÁBADO** a piloto portuguesa, de 56 anos,

que se iniciou em provas de todo-o-terreno em 1992, tendo estado várias vezes no Dakar, nos ralis de Marrocos e da Tunísia e na Africa Eco Race – prova que venceu em 2019, tendo sido a primeira mulher

a ganhar em camiões. “Se tiver de terminar a carreira agora, valeu a pena tudo o que fiz.” Apenas baseou a sua atividade em “objetivos e ambições pessoais”, sem procurar a fama e a notoriedade, mas sentiu que a certa altura se tornou “uma fonte de inspiração para as pessoas, em especial para as mulheres”. “Além de passar uma mensagem de determinação, ajudei a quebrar preconceitos e estereótipos. Mas por que razão é que uma mulher não podia conduzir um camião num rali?”

Ainda assim, diz, esta “mudança de mentalidades não se concretiza numa ou duas gerações”. “Nos camiões, andei estes anos todos praticamente sozinha, nas motas há três ou quatro mulheres e nos carros são cinco ou seis. Continuamos a ser uma minoria.”

Por **Carlos Torres**



3 Telma Monteiro

JUDOCA

A MAIOR FIGURA DO JUDO NACIONAL

▶ Os portugueses habituaram-se a vê-la ganhar medalhas: tem 35 anos e nos últimos 16 conquistou 21 nas principais provas internacionais: o bronze nos Jogos Olímpicos de 2016, no Rio de Janeiro, cinco em Mundiais e 15 em Europeus (cinco de ouro).

Curiosamente, começou no desporto pelo futebol e só chegou ao judo aos 14 anos, por influência da irmã Ana. Estreou-se no clube Construções Norte-Sul (Almada) e o primeiro quimono, que custou 16 contos (80 euros), foi pago a prestações.

Com 17 anos, na estreia numa grande competição, o Europeu de juniores, obteve o bronze. E no ano seguinte (2004) ganhou a prova e foi 3.ª no Mundial da categoria.

Telma, que não respondeu à SÁ-



MIGUEL BARREIRA

BADO, sempre teve a ambição de ter uma carreira extraordinária. “No início perguntavam-me qual era o meu objetivo e dizia: ‘Quero ter tantas medalhas quantas as competições a que for.’ Nunca quis ser famosa, mas lido

bem com a exposição”, referiu em dezembro ao jornal **Record**.

Chegou a pensar terminar a carreira após os Jogos Olímpicos de 2016, mas percebeu que “ainda tinha muita motivação” para competir ao mais alto nível. Ainda não sabe quando será o adeus, mas admite que o corpo “está a chegar ao limite”.

Teimosa e faladora, forte psicologicamente e resiliente, diz-se ainda agradecida ao Benfica (que representa desde 2007), porque se não fosse o clube não

poderia ser atleta profissional. “Se não houver ajuda externa, é impossível. Os 1.350 euros da bolsa olímpica não chegam.”

Por **Carlos Torres**



268
PONTOS

4

Patrícia Mamona

Venceu uma medalha de ouro e duas pratas em Europeus de tripla salto



251
PONTOS

5

Vanessa Fernandes

Prata em Pequim 2008, a triatleta foi campeã do Mundo e da Europa (cinco vezes) ◻