



16 de dezembro de 2025

- Já disponível a terceira sessão do ciclo de debates TERRA Viva – Diálogos para Políticas Públicas: “Kit de Sobrevivência: O impacto das ondas de calor na saúde humana”

O terceiro e último debate do primeiro ciclo debates TERRA Viva – Diálogos para Políticas Públicas reforça a importância de ligar ciência e políticas públicas para responder ao impacto das ondas de calor, um dos desafios climáticos mais urgentes para a saúde humana.

O Laboratório Associado TERRA disponibilizou no [YouTube](#) e no [Spotify](#) a terceira e última sessão do primeiro ciclo de debates TERRA Viva – **Diálogos para Políticas Públicas, dedicada ao tema “Kit de Sobrevivência: O impacto das ondas de calor na saúde humana”**. Esta conversa encerra um percurso de reflexão que tem colocado no centro da agenda pública alguns dos desafios mais urgentes associados às alterações climáticas e às suas implicações diretas na vida das populações.

A sessão contou com moderação de **Paulo Nogueira**, investigador do [Instituto de Saúde Ambiental \(ISAMB\)](#) e membro do TERRA, que há três décadas se dedica ao estudo das ondas de calor e dos seus impactos. Participaram ainda os membros

TERRA **Fátima Alves**, investigadora do [Centro de Ecologia Funcional \(CFE\)](#) e especialista em sustentabilidade ambiental, ecologia social e relações interculturais, e **António Lopes**, investigador do [Centro de Estudos Geográficos \(CEG\)](#), reconhecido pelo seu trabalho em climatologia urbana, ilhas de calor e planeamento climático.



O debate destacou a crescente vulnerabilidade das áreas urbanas às ondas de calor, com **Fátima Alves¹** a sublinhar que **“o calor mata”** e a chamar a atenção para a **“geografia da vulnerabilidade”**, lembrando que as zonas densamente povoadas e expostas às ilhas de calor urbano não estão preparadas. **“É inevitável falar das condições de habitação e das desigualdades dessas condições de habitação, o que vai contribuir também para que determinados grupos sociais sejam os mais vulneráveis e algumas geografias sejam também vulneráveis.”**, afirmou a investigadora.

Na sua intervenção António Lopes mencionou um estudo que coloca Lisboa como a 7.^a capital europeia mais vulnerável ao calor, alertando que **“as pessoas nas cidades estão mais em risco por causa das ilhas de calor urbano”** e sublinhando o valor incalculável das árvores e dos corredores de ventilação na mitigação destes efeitos.

O moderador Paulo Nogueira alertou que **“as coisas estão a acontecer de forma silenciosa, sem que as pessoas saibam como atuar. É por isso que este kit de sobrevivência é tão importante”**. A importância de preparar as cidades foi ainda sublinhada por António Lopes, ao afirmar: **“Precisamos de monitorizar o ambiente, monitorizar os espaços mais densos e estudar os locais. As cidades têm de se preparar. Isto exige um plano completo e uma visão integrada de toda a cadeia de ação.”**

A sessão está agora disponível em vídeo no canal oficial do [YouTube](#) e, em formato podcast, no [Spotify](#).

[youtube.com/watch?v=jyf8KfAAGD0&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=jyf8KfAAGD0&feature=youtu.be)

<https://open.spotify.com/episode/4HanCEzdVMEBwa38ZPdsE0?si=sunlMdvTQCsyJtFGx5b2lg&nd=1&dlsi=a8b18f9efe7640fe>

¹ Sociedades e Sustentabilidade Ambiental do Centre for Functional Ecology - Science for People & the Planet, Laboratório Associado Terra da Universidade de Coimbra e da sua Extensão na Universidade Aberta de Portugal