

## PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA

### Decreto do Presidente da República n.º 26/2012

de 9 de fevereiro

O Presidente da República decreta, nos termos do n.º 5 do artigo 24.º da Lei Orgânica n.º 1-A/2009, de 7 de julho, o seguinte:

1 — É confirmada a exoneração do cargo de Comandante do Comando Operacional Conjunto do Tenente-General José Artur Paula Quesada Pastor, efetuada por despacho do Ministro da Defesa Nacional de 25 de Janeiro de 2012, com efeitos a partir de 30 de janeiro de 2012.

2 — É confirmada a nomeação para o cargo de Comandante do Comando Operacional Conjunto do Tenente-General do Exército João Nuno Vaz Antunes, efetuada por despacho do Ministro da Defesa Nacional de 25 de janeiro de 2012.

Assinado em 31 de janeiro de 2012.

Publique-se.

O Presidente da República, ANÍBAL CAVACO SILVA.

## ASSEMBLEIA DA REPÚBLICA

### Resolução da Assembleia da República n.º 14/2012

**Recomenda ao Governo a promoção da mobilidade sustentável com recurso aos modos suaves de transporte, nomeadamente através de medidas práticas que garantam efetivas condições de circulação aos seus utilizadores e o reforço da sua segurança.**

A Assembleia da República resolve, nos termos do n.º 5 do artigo 166.º da Constituição da República, recomendar ao Governo que:

1 — Reconheça a importância dos modos de transporte suave no contexto da mobilidade urbana e o seu contributo para a promoção da saúde e do bem-estar dos cidadãos.

2 — Na revisão em curso do Código da Estrada (Decreto-Lei n.º 44/2005, de 23 de fevereiro) seja consagrada:

a) A utilização do uso da bicicleta na rede viária e o estatuto do peão na via pública, reconhecendo e valorizando efetivamente estas soluções de mobilidade, e a necessidade de acautelar a segurança dos seus utilizadores, atenta a sua maior vulnerabilidade enquanto utilizadores da via pública;

b) A introdução de regras claras para garantir mais condições de segurança para os utilizadores da mobilidade suave na rede viária, nomeadamente:

i) O atravessamento de vias de trânsito por pistas dedicadas a velocípedes, de modo similar às passeadeiras para peões;

ii) O transporte de bicicletas em veículos automóveis na parte posterior externa ou sobre o teto do veículo, e desde que com recurso a dispositivos apropriados fixos ou móveis;

iii) A revogação da obrigatoriedade do ciclista circular o mais próximo possível da berma, bem como a alteração de regras de prioridade, de forma a conferir maior importância à bicicleta em algumas situações particulares;

iv) A introdução de regras gerais de defesa da mobilidade suave das vias públicas (designadamente de peões e de ciclistas), que é hoje manifestamente prejudicada face aos veículos a motor, prevendo expressamente o especial dever de prudência, de manutenção de distâncias e de abrandamento dos veículos a motor;

v) A autorização da utilização dos passeios para a condução de velocípedes por crianças com idade inferior a 10 anos, desde que prossigam à velocidade de passo e não ponham em perigo ou perturbem os peões;

vi) A possibilidade de os velocípedes transportarem passageiros com idade inferior a 8 anos, desde que estejam equipados com cadeiras homologadas para o efeito.

3 — Proceda à salvaguarda da componente de mobilidade sustentável (em especial os modos suaves — bicicleta e pedonal) nos instrumentos de ordenamento do território, planeamento urbano e viário em colaboração com as autarquias, assim como na definição das políticas energéticas e ambientais, prevendo soluções facilitadoras do uso dos modos suaves de transporte.

4 — Reconheça a necessidade de promover uma maior adaptação dos edifícios e do espaço públicos, de forma a potenciar a utilização de meios de transporte alternativo, nomeadamente da bicicleta.

5 — Tenha em consideração, reformulando onde necessário, o Manual de Boas Práticas para Uma Mobilidade Sustentável, desenvolvido pela Agência Portuguesa do Ambiente e pelo Instituto da Mobilidade e dos Transportes Terrestres, como ferramenta para a definição de políticas de mobilidade sustentável, em especial no que respeita aos modos suaves de transporte.

Aprovada em 20 de janeiro de 2012.

A Presidente da Assembleia da República, *Maria da Assunção A. Esteves*.

## PRESIDÊNCIA DO CONSELHO DE MINISTROS

### Portaria n.º 37/2012

de 9 de fevereiro

Nos termos do n.º 1 do artigo 8.º da Lei n.º 27/2009, de 19 de junho, que aprovou o regime jurídico do combate à dopagem no desporto, a lista de substâncias e métodos proibidos em vigor é aprovada por portaria do membro do Governo responsável pela área do desporto e publicada no *Diário da República*.

Assim:

Ao abrigo do referido n.º 1 do artigo 8.º da Lei n.º 27/2009, de 19 de junho:

Manda o Governo, pelo Secretário de Estado do Desporto e Juventude, o seguinte:

Artigo 1.º

É aprovada a lista de substâncias e métodos proibidos, constante do anexo a esta portaria e que dela faz parte integrante.

Artigo 2.º

Esta lista produz efeitos desde 1 de janeiro de 2012.

## Artigo 3.º

A presente portaria entra em vigor no dia seguinte ao da sua publicação.

O Secretário de Estado do Desporto e Juventude, *Alexandre Miguel Cavaco Picanço Mestre*, em 2 de fevereiro de 2012.

**Lista de Substâncias e Métodos Proibidos****Código Mundial Antidopagem**

1 de Janeiro de 2012 (data de entrada em vigor)

Ratificada pela Conferência de Partes da Convenção Internacional contra a Dopagem no Desporto da UNESCO em 15 de novembro de 2011 e pelo Grupo de Monitorização da Convenção contra a Dopagem do Conselho da Europa em 8 de novembro de 2011.

O texto oficial da lista de substâncias e métodos proibidos é mantido pela Agência Mundial Antidopagem (AMA) e é publicado em inglês e francês. Em caso de conflito entre a versão portuguesa e as versões originais, a versão em inglês prevalece.

De acordo com o Artigo 4.2.2. do Código Mundial Antidopagem, todas as substâncias proibidas serão consideradas «substâncias específicas» exceto as substâncias previstas nas classes S1, S2, S4.4, S4.5 e S6.a e os métodos proibidos M1, M2 e M3.

**Substâncias e métodos proibidos em competição e fora de competição**

## Substâncias proibidas

**S0. Substâncias não aprovadas oficialmente**

Qualquer substância farmacológica que não seja referida em qualquer das subseções da presente lista e que não tenha sido objeto de aprovação por qualquer autoridade reguladora governamental de saúde pública para uso terapêutico em humanos (por ex. substâncias sob desenvolvimento pré-clínico ou clínico, ou que foram descontinuadas, drogas de síntese, medicamentos veterinários) é proibida em competição e fora de competição.

**S1. Agentes anabolizantes**

Os agentes anabolizantes são proibidos.

## 1. Esteróides androgénicos anabolizantes

a. Esteróides androgénicos anabolizantes exógenos (\*) incluindo:

1-androstenediol (5 $\alpha$ -androst-1-ene-3 $\beta$ ,17 $\beta$ -diol); 1-androstenediona (5 $\alpha$ -androst-1-ene-3,17-diona); bolandiol (estr-4-ene-3 $\beta$ , 17 $\beta$ -diol); bolasterona; boldenona; boldiona (androst-1,4-diene-3,17-diona); calusterona; clostebol; danazol (17  $\alpha$ -etil-17  $\beta$ -hidroxiandrost-4-eno[2,3-d]isoxazol); dehidroclormetiltestosterona (4-cloro-17  $\beta$ -hidroxi-17  $\alpha$ -metilandrost-1,4-dien-3-ona); desoximetiltestosterona (17  $\alpha$ -metil-5  $\alpha$ -androst-2-ene-17  $\beta$ -ol); drostanolona; etilestrenol (19-nor-17 $\alpha$ -pregn-4-en-17-ol); fluoximesterona; formebolona; furazabol (17 $\beta$ -hidroxi-17  $\alpha$ -metil-5 $\alpha$ -androstan-2,3-c]-furazan); gestrinona; 4-hidroxitestosterona (4,17  $\beta$ -dihidroxiandrost-4-en-3-ona); mestenolona; mesterolona; metandienona (17  $\beta$ -hidroxi-17  $\alpha$ -metilandrost-1,4-diene-3-ona); metandriol; metasterona (2 $\alpha$ ,17  $\alpha$ -dimetil-5  $\alpha$ -androstan-

-3-ona-17  $\beta$ -ol); metenolona; metildienolona (17 $\beta$ -hidroxi-17 $\alpha$ -metilestra-4,9-diene-3-ona); metil-1-testosterona (17  $\beta$ -hidroxi-17  $\alpha$ -metil-5  $\alpha$ -androst-1-ene-3-ona); metil-nostestosterona (17  $\beta$ -hidroxi-17  $\alpha$ -metilestr-4-ene-3-ona); metiltrienolona (17  $\beta$ -hidroxi-17  $\alpha$ -metilestra-4,9,11-trien-3-ona); metiltestosterona; metribolona (methyltrienolona, 17 $\beta$ -hidroxi-17 $\alpha$ -methylestra-4,9,11-trien-3-ona); mibolona; nandrolona; 19-norandrostenediona (estr-4-ene-3,17-diona); norboletona; norclostebol; noretandrolona; oxabolona; oxandrolona; oximesterona; oximetolona; prostanazol (17 $\beta$ -hidroxi-5 $\alpha$ -androstan-3,2-c] pyrazole); quinbolona; stanozolol; stenbolona; 1-testosterona (17  $\beta$ -hidroxi-5  $\alpha$ -androst-1-ene-3-ona); tetrahydrogestrinona (17 a-homo-pregna-4,9,11-trien-17  $\beta$ -ol-3-ona); trenbolona e outras substâncias com estrutura química similar ou efeito(s) biológico(s) similar(es).

b. Esteróides androgénicos anabolizantes endógenos (\*\*), quando administrados exogenamente:

Androstenediol (androst-5-ene-3 $\beta$ ,17 $\beta$ -diol); androstenediona (androst-4-ene-3,17-diona); dihidrotestosterona (17  $\beta$ -hidroxi-5  $\alpha$ -androst-ona); prasterona (dehidroepiandrosterona, DHEA); testosterona e os seguintes metabolitos e isómeros, incluindo, mas não limitado a:

5 $\alpha$ -androstane-3 $\alpha$ ,17 $\alpha$ -diol; 5 $\alpha$ -androstane-3 $\alpha$ ,17 $\beta$ -diol; 5 $\alpha$ -androstane-3 $\beta$ ,17 $\alpha$ -diol; 5 $\alpha$ -androstane-3 $\beta$ ,17 $\beta$ -diol; androst-4-ene-3 $\alpha$ ,17 $\alpha$ -diol; androst-4-ene-3 $\alpha$ ,17 $\beta$ -diol; androst-4-ene-3 $\beta$ ,17 $\alpha$ -diol; androst-5-ene-3 $\alpha$ ,17 $\alpha$ -diol; androst-5-ene-3 $\alpha$ ,17 $\beta$ -diol; androst-5-ene-3 $\beta$ ,17 $\alpha$ -diol; 4-androstenediol (andros-4-ene-3 $\beta$ ,17 $\beta$ -diol); 5-androstenediona (androst-5-ene-3,17-diona); epi-dihidrotestosterona; epitestosterona; 3 $\alpha$ -hidroxi-5 $\alpha$ -androstan-17-ona; 3 $\beta$ -hidroxi-5 $\alpha$ -androstan-17-ona; 7 $\alpha$ -hidroxi-DHEA; 7 $\beta$ -hidroxi-DHEA; 7-keto-DHEA; 19-norandrosterona; 19-noreticolanolona.

2. Outros agentes anabolizantes, incluindo mas não limitados a:

Clembuterol, moduladores seletivos dos recetores dos androgénicos (SARMs), tibolona, zeranol, zilpaterol.

Para efeitos desta secção:

(\*) «Exógeno» refere-se a uma substância que não pode ser produzida naturalmente pelo organismo.

(\*\*) «Endógeno» refere-se a uma substância que pode ser produzida naturalmente pelo organismo.

**S2. Hormonas peptídicas, fatores de crescimento e substâncias relacionadas**

As seguintes substâncias e seus fatores de libertação são proibidas:

1. Agentes Estimulantes da Eritropoiese. [por ex. Eritropoietina (EPO), darbopoietina (dEPO), estabilizadores dos fatores indutores de hipóxia (HIF), metoxi polietileno glicol-epoiteína beta (CERA), peginesatida (Hematida)];

2. Gonadotrofina Coriónica (CG) e Hormona Luteinizante (LH), proibidas apenas nos praticantes desportivos do sexo masculino;

3. Insulinas;

4. Corticotrofinas;

5. Hormona de crescimento (hGH), Fatores de crescimento fibroblásticos (FGFs), Fatores de crescimento hepatocitários (HGF), Fatores de crescimento insulina-

-like (IGF-1), Fatores de crescimento mecânicos (MGFs), Fatores de crescimento plaquetários (PDGF) e Fatores de crescimento vasculo-endoteliais (VEGF), assim como outros fatores de crescimento que afetem a síntese/degradação proteica, a vascularização, a utilização energética, a capacidade regenerativa ou a mudança de tipo de fibra a nível do músculo, do tendão ou dos ligamentos;

incluindo outras substâncias com estrutura química similar ou efeito(s) biológico(s) similar(es).

#### S3. Beta-2 agonistas

Todos os Beta-2 agonistas (incluindo ambos os isómeros óticos quando relevante) são proibidos à exceção do salbutamol (máximo de 1600 microgramas num período de 24 horas), formoterol (máximo de 36 microgramas num período de 24 horas) e do salmeterol, quando administrado por via inalatória de acordo com o regime terapêutico recomendado pelo fabricante.

A presença de salbutamol na urina numa concentração superior a 1000 ng/mL ou do formoterol numa concentração superior a 30 ng/mL faz presumir que não se trata de um uso terapêutico da substância e será considerada como um resultado analítico positivo a não ser que o praticante desportivo prove, através de um estudo farmacocinético controlado, que o resultado anormal foi a consequência de uma utilização terapêutica administrada por via inalatória dentro dos limites máximos acima indicados.

#### S4. Moduladores hormonais e metabólicos

As seguintes classes são proibidas:

1. Inibidores da aromatase incluindo, mas não limitados a: aminoglutetimida, anastrozole, androsta-1,4,6-triene, -3,17-diona (androstatrienediona), 4-androstene-3,6,17 triona (6-oxo), exemestano, formestano, letrozole, testolactona;

2. Moduladores seletivos dos recetores dos estrogénios (SERMs) incluindo, mas não limitados a: raloxifeno, tamoxifeno, toremifeno;

3. Outras substâncias anti-estrogénicas incluindo, mas não limitadas a: ciclofenil, clomifeno, fulvestrante;

4. Agentes modificadores da(s) função(ões) da miostatina, incluindo, mas não limitadas a: inibidores da miostatina.

5. Moduladores metabólicos: agonistas do recetor ativado  $\delta$  por proliferadores peroxisomais (PPAR $\delta$ ) (por ex: GW 1516), agonistas do eixo da proteína quinase dependente do AMP (AMPK), (por ex: AICAR).

#### S5. Diuréticos e outros agentes mascarantes

Os agentes mascarantes são proibidos. Incluem:

Desmopressina, diuréticos, expansores de plasma (por ex. glicerol; administração intravenosa de albumina dextran, hidroxietilamido e manitol) probenecide e outras substâncias com efeito(s) biológico(s) similares. A aplicação local de felypressin em anestesia dentária não é proibida.

Os diuréticos incluem:

Acetazolamida, ácido etacrínico, amiloride, bumetanida, canrenona, clortalidona, espironolactona, furosemida, indapamida, metolazona, tiazidas (por ex. bendroflumetiazida, clorotiazida, hidroclorotiazida), triamtereno, e outras

substâncias com estrutura química similar ou efeito(s) biológico(s) similares (excepto a drosperinona, o pamabrom e a aplicação tópica de dorzolamina e de brinzolamida, que não são proibidas).

O uso Em Competição e Fora de Competição, conforme aplicável, de qualquer quantidade de uma substância sujeita a um valor limite de detecção (por ex. formoterol, salbutamol, morfina, catina, efedrina, metilefedrina e pseudoefedrina) associado com um diurético ou outro agente mascarante, requer a obtenção de uma Autorização de Utilização Terapêutica especificamente para essa substância, para além da obtida para o diurético ou outro agente mascarante.

#### Métodos proibidos

##### M1. Incremento do transporte de oxigénio

São proibidos os seguintes:

1. Dopagem sanguínea, incluindo a administração autóloga, homóloga ou heteróloga de sangue ou de produtos eritrocitários de qualquer origem.

2. Incremento artificial da captação, transporte ou libertação de oxigénio, incluindo mas não limitado a perfluoroquímicos, efaproxiral (RSR13) e produtos modificados da hemoglobina (por ex. substitutos de sangue baseados na hemoglobina, produtos de hemoglobina micro encapsulada), excluindo a administração de oxigénio por via inalatória.

##### M2. Manipulação química e física

São proibidos os seguintes:

1. A adulteração, ou tentativa de adulteração, de forma a alterar a integridade e validade das amostras recolhidas nos controlos de dopagem é proibida, incluindo mas não limitado à substituição e ou adulteração da urina (ex: proteases);

2. As infusões e ou injeções intravenosas de mais de 50 ml por um período de 6 horas são proibidas com exceção das realizadas legitimamente no âmbito de uma admissão hospitalar ou de uma investigação clínica;

3. A colheita, a manipulação e a reintrodução sequenciais de sangue total no sistema circulatório são proibidos.

##### M3. Dopagem genética

Os seguintes métodos, com potencial para melhorar o rendimento desportivo, são proibidos:

1. A transferência de ácidos nucleicos ou de sequências de ácidos nucleicos;

2. O uso de células normais ou geneticamente modificadas;

#### Substâncias e métodos proibidos em competição

As seguintes categorias são proibidas Em Competição, para além das incluídas nas categorias S0 a S5 e M1 a M3, descritas anteriormente:

#### Substâncias proibidas

##### S6. Estimulantes

Todos os estimulantes (incluindo ambos os isómeros óticos quando relevante) são proibidos, exceto os derivados do imidazole utilizados por via tópica e todos os

estimulantes incluídos no Programa de Monitorização para 2012 (\*):

Os estimulantes incluem:

*a:* Estimulantes não específicos:

Adrafinil; anfepramona; amifenazol; anfetamina; anfetaminil; benfluorex; benzanfetamina; benzilpiperazina; bromantan; clobenzorex; cocaína; cropropamida; crotetamida; dimetilanfetamina; etilanfetamina; famprofazona; fencamina; fendimetrazina; fenetilina; fenfluramina; 4-fenilpiracetam (carfedon); fenmetrazina; fenproporex; fentermina; furfenorex; mefenorex; mefentermina; mesocarbo; metanfetamina (D-); metilenedioxianfetamina; metilenedioximetanfetamina; p-metilanfetamina; prenilamina; modafinil; norfenfluramina; prolintano.

Um estimulante que não esteja descrito nesta secção é uma Substância Específica.

*b:* Estimulantes específicos (exemplos):

Adrenalina (\*\*); catina (\*\*); efedrina (\*\*\*\*); etamivan; etilefrina; estricnina; fembutrazato; fencafamina; fenprometamina; heptaminol; isometeptano; levmetanfetamina; meclofenoxato; metilefedrina (\*\*\*\*); metilhexaneamina (dimetilpentilamina); metilfenidato; niketamida; norfenefrina; octopamina; oxilofrina; parahidroxianfetamina; pemolina; pentetrazol; propilhexedrina; pseudoefedrina (\*\*\*\*); selegilina; sibutramina; tuaminoheptano e outras substâncias com estrutura química similar ou efeito(s) biológico(s) similar(es).

(\*) As seguintes substâncias incluídas no Programa de Monitorização para 2012 (bupropion, cafeína, fenilefrina, fenilpropanolamina, nicotina, pipradol e sinefrina) não são consideradas Substâncias Proibidas.

(\*\*) A administração local de adrenalina (por ex. nasal, oftalmológica) ou quando associada com anestésicos locais não é proibida.

(\*\*\*) A catina é proibida quando a concentração na urina seja superior a 5 microgramas por mililitro.

(\*\*\*\*) Tanto a efedrina como a metilefedrina são proibidas quando a concentração na urina seja superior a 10 microgramas por mililitro.

(\*\*\*\*\*) A pseudoefedrina é proibida quando a concentração na urina seja superior a 150 microgramas por mililitro.

#### S7. Narcóticos

Os seguintes narcóticos são proibidos:

Buprenorfina; dextromoramide; diamorfina (heroína); fentanil e os seus derivados; hidromorfona; metadona; morfina; oxiconona; oximorfona; pentazocina; petidina.

#### S8. Canabinóides

Os canabinóides naturais (por ex. cannabis, haxixe, marijuana), o delta 9-tetrahidrocanabinol (THC) sintético e os canabimiméticos [por ex. «Spice» (contendo JWH018, JWH073), HU-210] são proibidos.

#### S9. Glucocorticosteróides

Todos os glucocorticosteróides são proibidos quando administrados por via oral, rectal ou por injeção intravenosa ou intramuscular.

Substâncias proibidas em alguns desportos em particular

#### P.1 Álcool

O álcool (Etanol) é proibido somente Em Competição, nos desportos a seguir indicados. A deteção será realizada pelo método de análise expiratória e ou pelo sangue. O li-

mite de deteção (valores hematológicos) para considerar um caso como positivo é 0,10 g/L.

Aeronáutica (FAI)  
Automobilismo (FIA)  
Karaté (WKF)  
Motociclismo (FIM)  
Motonáutica (UIM)  
Tiro com Arco (FITA)

#### P.2 Beta-Bloqueantes

Os beta-bloqueantes são proibidos somente em competição nos seguintes desportos, exceto se especificado de outra forma:

Aeronáutica (FAI)  
Automobilismo (FIA)  
Bilhar e Snooker (WCBS)  
Boules (CMSB)  
Bowling (FIQ) (bowling de 9 pinos e bowling de 10 pinos)  
Bridge (FMB)  
Esqui/Snowboard (FIS) saltos e estilo livre  
Golfe (IGF)  
Motonáutica (UIM)  
Setas (WDF)  
Tiro (ISSF, IPC) (proibido igualmente fora de competição)  
Tiro com Arco (FITA) (proibido igualmente fora de competição)

Beta-bloqueantes incluindo, mas não limitados aos seguintes:

Acebutolol; alprenolol; atenolol; betaxolol; bisoprolol; bunolol; carvedilol; carteolol; celiprolol; esmolol; labetalol; levobunolol; metipranolol; metoprolol; nadolol; oxprenolol; pindolol; propranolol; sotalol; timolol.

## MINISTÉRIO DA SAÚDE

### Decreto Regulamentar n.º 23/2012

de 9 de fevereiro

No âmbito do Compromisso Eficiência, o XIX Governo Constitucional determinou as linhas gerais do Plano de Redução e Melhoria da Administração Central (PREMAC), afirmando que o primeiro e mais importante impulso do Plano deveria, desde logo, ser dado no processo de preparação das leis orgânicas dos ministérios e dos respectivos serviços.

Trata-se de algo absolutamente estruturante, por um lado, para o início de uma nova fase da reforma da Administração Pública, no sentido de a tornar eficiente e racional na utilização dos recursos públicos e, por outro, para o cumprimento dos objectivos de redução da despesa pública a que o país está vinculado. Com efeito, mais do que nunca, a concretização simultânea dos objectivos de racionalização das estruturas do Estado e de melhor utilização dos seus recursos humanos é crucial no processo de modernização e de optimização do funcionamento da Administração Pública.

Importava decididamente repensar e reorganizar a estrutura do Estado, no sentido de lhe dar uma maior coerência e capacidade de resposta no desempenho das funções que deverá assegurar, eliminando redundâncias e reduzindo substancialmente os seus custos de funcionamento.

Com o novo quadro regulador do Ministério da Saúde promove-se a racionalização das estruturas e melhor uti-