

Título: **Conservar a natureza começa também em casa**

Luís Figueiredo, Diretor-Geral da Valormed

Anualmente, a 28 de julho, Portugal assinala o **Dia Nacional da Conservação da Natureza**. Trata-se de uma data que nos convida a contemplar e a valorizar o nosso património natural, desde os rios e florestas até à riqueza única da nossa biodiversidade. Contudo, tendemos a associar frequentemente a conservação a grandes decisões políticas, missões científicas ou acções de grande escala em parques naturais protegidos, quando, na verdade, **a protecção do ambiente começa muito mais perto de nós: na nossa rotina diária e dentro das nossas próprias casas.**

Se pensarmos no conceito de reduzir a pegada ecológica, lembramo-nos imediatamente de separar o plástico, de poupar água ou de reduzir o consumo de eletricidade. Mas **existe um agente poluidor silencioso que, com demasiada frequência, escapa ao nosso radar ambiental: os medicamentos fora de uso**

O destino que damos a um resto de xarope ou a um blister com alguns comprimidos fora de uso ou de prazo não é um detalhe insignificante. Se forem descartados no lixo indiferenciado ou despejados na canalização, estes resíduos contaminam os solos e os lençóis freáticos com substâncias químicas biologicamente activas. Além disso, afectam gravemente a fauna e a flora, uma vez que as estações de tratamento de águas residuais urbanas não foram desenhadas nem estão preparadas para eliminar totalmente compostos farmacêuticos, o que acaba por ameaçar a biodiversidade através de desequilíbrios na reprodução e no comportamento de várias espécies aquáticas e terrestres. **Proteger a natureza exige, por isso, que olhemos para os resíduos de saúde com o mesmo rigor e responsabilidade com que olhamos para o plástico, o vidro ou o papel.**

Para que a conservação da natureza seja uma realidade tangível, precisamos de converter esta intenção num hábito consolidado. O circuito que criámos na Valormed assenta precisamente numa lógica de facilidade e proximidade, apoiado numa rede nacional de mais de 3.600 pontos de recolha (entre farmácias e locais de venda de medicamentos não sujeitos a receita médica) distribuídos por todo o país. Basta ao cidadão juntar os medicamentos de uso humano ou veterinário que já não utiliza, bem como as embalagens vazias, os respetivos folhetos e acessórios que possam ter ajudado na sua administração (como as colheres e copos-medida, cânulas, etc.) e entregá-los no ponto de recolha mais próximo. Não se trata de um processo burocrático ou complexo, mas sim de um gesto simples, gratuito e de enorme alcance cívico. No Dia Nacional da Conservação da Natureza, a Valormed reforça que cuidar do ambiente passa pelas decisões do dia a dia, incluindo o destino dado aos medicamentos.

Esta atitude reflecte também uma visão mais ampla de saúde e sustentabilidade, assente no princípio de que a saúde humana, animal e ambiental estão profundamente interligadas. Não podemos ambicionar ter comunidades saudáveis e resilientes se os ecossistemas que nos rodeiam e nos sustentam estiverem doentes ou contaminados. **Ao fecharmos o ciclo de vida dos medicamentos de forma segura através dos canais correctos, como este, estamos a assumir uma responsabilidade colectiva e a garantir que aquilo que foi desenvolvido para tratar e curar as pessoas não se transforma, por negligência, numa fonte de poluição e degradação.** É, acima de tudo, um acto de respeito e reciprocidade para com o planeta.

A entrega correcta destes resíduos garante que os mesmos seguem para uma triagem e tratamento adequados. Graças à adesão dos portugueses, este sistema permitiu-nos recolher e processar em 2025 cerca de 1.400 toneladas de resíduos de embalagens e medicamentos, que foram encaminhados para reciclagem (papel/cartão, plástico, vidro) e incineração com valorização energética os restantes resíduos, minimizando o impacto ambiental e evitando a sua entrada na cadeia alimentar e poluição dos recursos de que todos dependemos.

Neste dia comemorativo, o convite que deixamos a todos os portugueses é o de abrirem o seu armário de medicamentos, fazerem uma triagem responsável e adoptarem este comportamento como parte do seu compromisso diário com o planeta. A conservação da nossa biodiversidade e a protecção da nossa saúde pública agradecem, assegurando que as gerações futuras herdarão um país biologicamente rico e preservado.