

Novo Rumo a Norte: Rumo à Sustentabilidade

Estudos de caso de melhores práticas

Junho de 2026

Legenda



Designação social da empresa



Volume de negócios no último ano disponível



Ano de fundação



Número de empregados no último ano disponível



CAE de atuação



Certificações a destacar



Dimensão empresarial



Prémios a destacar



Enquadramento sobre a empresa e a sua atividade



Informações adicionais relevantes no âmbito ESG

CERMA (1/4)



A empresa e o seu ecossistema



CERMA - Serviços Médicos e de Reabilitação, Lda.



Fundada em 1993



86220 - Atividades de prática médica de clínica especializada, em ambulatório



Pequena empresa



A CERMA é uma **unidade privada de saúde que presta cuidados de medicina física e de reabilitação** (fisioterapia), com sede em Santo Tirso. Nos últimos anos, a empresa tem **incorporado boas práticas ESG na sua atividade**.



Indicadores de desempenho e metas

Indicadores

- **Redução do consumo de água (-22%):** A CERMA reduziu o consumo diário de água de 1.605 litros (2024) para 1.249 litros (2025), superando a meta inicial de redução de 10%.
- **Gestão de equipamentos:** A empresa reparou 4 equipamentos em 2025, cumprindo o objetivo de prolongar a vida útil dos ativos através de manutenção e reparação, em detrimento da substituição.
- **Formação ESG com cobertura total (100%):** A totalidade dos colaboradores recebeu formação em ESG em 2025, refletindo um compromisso claro com a capacitação interna e a integração da sustentabilidade na cultura organizacional.

Metas

- **Melhorar a eficiência energética e reduzir o consumo de energia.**
- **Reduzir o consumo de papel** através de sensibilização de colaboradores e utentes.
- **Concretizar projetos ambientais e sociais adiados** devido a constrangimentos internos e à dependência de entidades externas.
- **Reforçar a lógica de melhoria contínua**, com avaliação anual do desempenho ESG.



611 m€

Volume de Negócios em 2024



19

Trabalhadores em 2024



NP EN ISO 9001 (últimos 18 anos), Selo SIBS ESG (2024), Avaliação de *Governance* – Business Roundtable Portugal (Programa Metamorfose), Prémio municipal de saúde comunitária (2024), Prémios PME Líder / PME Excelência (em múltiplos anos), Prémio PME Scoring Top 5% (6 anos consecutivos)



A empresa adota um modelo de **distribuição de 5% dos lucros pelos colaboradores**, refletindo um modelo de **partilha de valor** e alinhamento direto entre o desempenho da empresa e o bem-estar da equipa.

CERMA (2/4)

Pilar Ambiental



Práticas ambientais

- **Gestão eficiente de recursos hídricos:** A CERMA implementa práticas de monitorização e controlo do consumo de água, tendo conseguido uma redução significativa ao longo dos últimos anos, evidenciando uma utilização mais racional deste recurso no contexto da prestação de cuidados de saúde.
- **Gestão energética e adaptação operacional:** A empresa acompanha de forma sistemática o consumo energético, adotando medidas de eficiência, como a substituição de iluminação por tecnologia LED, ainda que enfrentando desafios associados à expansão de instalações, que resultam no aumento do consumo energético. A empresa tem limitações estruturais à adoção de energia renovável, uma vez que a instalação de painéis solares foi considerada tecnicamente e economicamente inviável, devido ao sombreamento dos edifícios envolventes, o que compromete a eficiência da produção energética.
- **Redução e racionalização do consumo de papel:** São promovidas iniciativas de sensibilização junto de colaboradores e utentes para reduzir o uso de papel, ainda que seja necessário ter em conta as especificidades do setor e a necessidade de adaptação a perfis de utilizadores menos digitalizados.
- **Prolongamento do ciclo de vida dos equipamentos:** A empresa privilegia a manutenção e reparação de equipamentos em detrimento da substituição, contribuindo para a redução de resíduos e para uma utilização mais eficiente dos recursos materiais.
- **Promoção de práticas de mobilidade sustentável (em implementação):** A CERMA encontra-se a desenvolver iniciativas como a criação de infraestruturas para mobilidade suave (e.g., parque de bicicletas), constituindo metas para um futuro próximo.
- **Sensibilização ambiental e envolvimento comunitário:** A empresa promove iniciativas de sensibilização ambiental com impacto na comunidade, reforçando a consciencialização para temas como a sustentabilidade e a proteção ambiental.



Impactos das práticas ambientais no negócio

- **Melhoria da eficiência operacional e controlo de custos:** A redução do consumo de água e a gestão eficiente de equipamentos contribuem para a otimização de custos operacionais, reforçando a sustentabilidade económica da empresa.
- **Gestão realista de *trade-offs* ambientais:** A identificação e comunicação transparente de limitações (e.g., impossibilidade de instalar painéis solares) demonstra uma abordagem pragmática e baseada em viabilidade económica, evitando investimentos ineficientes.
- **Reforço da cultura interna de sustentabilidade:** As iniciativas de sensibilização e melhoria contínua promovem a integração de comportamentos mais sustentáveis no dia a dia da organização, com efeitos cumulativos no desempenho ambiental.

CERMA (3/4)

Pilar Social



Práticas sociais

- **Promoção do bem-estar e valorização dos colaboradores:** A CERMA implementa um conjunto de benefícios internos, incluindo a atribuição de dias adicionais de férias, folga no dia de aniversário e partilha de uma percentagem dos lucros, reforçando o reconhecimento do contributo individual e o alinhamento com os resultados da empresa.
- **Formação contínua e capacitação em ESG:** A empresa assegura formação regular aos colaboradores, incluindo conteúdos específicos sobre sustentabilidade, promovendo a integração progressiva destes princípios na cultura organizacional.
- **Reforço da escuta ativa e satisfação dos utentes:** Através do aumento significativo dos inquéritos de satisfação, a CERMA aposta na recolha sistemática de feedback, com vista à melhoria contínua da qualidade do serviço prestado.
- **Promoção de uma cultura organizacional de proximidade:** A empresa fomenta relações próximas entre colaboradores e gestão, incentivando a comunicação direta e o envolvimento nas dinâmicas internas.
- **Iniciativas de responsabilidade social e envolvimento comunitário:** A CERMA desenvolve ações com impacto na comunidade, incluindo iniciativas de sensibilização, apoio social e projetos como a dádiva de sangue (em articulação com entidades externas).
- **Promoção da inclusão e acessibilidade:** A empresa tem vindo a implementar melhorias ao nível da acessibilidade, como a criação de lugares de estacionamento para pessoas com mobilidade reduzida e o planeamento de novas infraestruturas inclusivas.



Impactos das práticas sociais no negócio

- **Aumento do envolvimento e motivação dos colaboradores:** As práticas de valorização e partilha de resultados contribuem para um maior compromisso da equipa, com impacto positivo na produtividade e no desempenho organizacional.
- **Reforço da reputação junto da comunidade e partes interessadas:** O envolvimento em iniciativas sociais e o foco nas pessoas consolidam a imagem da empresa como entidade responsável e próxima da comunidade.
- **Maior capacidade de retenção de talento:** A oferta de benefícios diferenciadores e a promoção de um ambiente de trabalho positivo contribuem para a estabilidade das equipas e redução da rotatividade.
- **Contributo para a resiliência organizacional:** O investimento nas pessoas e na cultura organizacional permite à empresa responder de forma mais eficaz a desafios futuros, como crises sanitárias ou aumento da procura por cuidados de saúde.

CERMA (4/4)

Pilar de Governança



Práticas de governança

- **Integração do ESG na gestão estratégica:** A CERMA incorpora temas ESG no seu sistema de gestão, incluindo a adaptação do manual da qualidade e dos processos internos para integrar estas dimensões nas auditorias e na operação diária.
- **Sistema de gestão da qualidade como base da governança:** A certificação ISO 9001, implementada há cerca de 18 anos, estrutura os processos organizacionais, assegurando monitorização contínua, auditorias regulares e uma lógica consistente de melhoria contínua.
- **Produção e divulgação de relatório ESG:** A empresa elabora, há 4 anos, um relatório ESG desenvolvido internamente, que é disponibilizado a colaboradores e publicamente, promovendo transparência e prestação de contas.
- **Avaliação externa de desempenho ESG:** A CERMA participa em iniciativas de reporte e avaliação, como o selo SIBS ESG e o programa Metamorfose da Business Roundtable Portugal, que permitem medir o nível de maturidade e identificar oportunidades de melhoria.
- **Modelo de governação centralizado e ágil:** A gestão das matérias ESG é assegurada diretamente pela direção, sendo discutida em reuniões regulares, o que permite uma tomada de decisão rápida e alinhada com a estratégia da empresa.
- **Cultura de melhoria contínua e autoavaliação:** A empresa analisa anualmente o desempenho ESG, identificando sucessos e falhas e definindo ações corretivas para o período seguinte, numa lógica estruturada de evolução progressiva.



Impactos das práticas de governança no negócio

- **Reforço da credibilidade junto de entidades institucionais:** A adoção de práticas de governança estruturadas e a participação em mecanismos de avaliação externa aumentam a confiança de clientes institucionais, como seguradoras e entidades financeiras.
- **Melhoria da qualidade e consistência dos serviços:** A integração do ESG no sistema de gestão contribui para processos mais robustos e controlados, refletindo-se na qualidade do serviço prestado no setor da saúde.
- **Maior capacidade de antecipação e gestão de riscos:** A monitorização contínua e a reflexão anual sobre desempenho permitem identificar vulnerabilidades e preparar a organização para desafios futuros.
- **Aumento da transparência e alinhamento interno:** A divulgação do relatório ESG e a integração das práticas nos processos internos promovem maior clareza organizacional e alinhamento entre equipas.