

DESCOBRER A MADEIRA

CONGRESSO NACIONAL DOS MÉDICOS
DE SAÚDE PÚBLICA 2025

Funchal | 29 a 31 de outubro





Índice

Descobre a Madeira	1
Como descobrir	1
Pontos de interesse	2
Explora a natureza	3
Explora o mar	5
Explora a cultura	8
Explora o Funchal	11
Atividades.....	13
Delicia-te com a gastronomia.....	15

Descobre a Madeira

A Madeira é uma ilha de beleza única, com paisagens que vão desde deslumbrantes **levadas** e **montanhas** verdejantes a **praias** escondidas e **centros históricos** cheios de charme. Cada recanto convida a ser explorado, e há experiências para todos os gostos: caminhadas, passeios culturais, gastronomia típica e vistas de cortar a respiração.

Neste livro reunimos sugestões de atividades para que possa explorar a Madeira e aproveitar ao máximo tudo o que a ilha tem para oferecer.

Como descobrir

O hotel do congresso está localizado no coração do Funchal, numa zona central que facilita conhecer a cidade **a pé**, explorando ruas, mercados e praças históricas com tranquilidade. Para descobrir outras partes da ilha, estão disponíveis diversos **transportes públicos**, que permitem deslocações cómodas e seguras para explorar vilas, miradouros e atrações fora do centro.

Para quem deseja conhecer a ilha de forma mais completa e aproveitar o tempo ao máximo, o **automóvel** pode ser uma opção conveniente. Sugerimos, sempre que possível, que o aluguer seja **partilhado** entre participantes, utilizando a capacidade máxima dos veículos. Desta forma, as deslocações tornam-se mais económicas, amigas do ambiente e ainda podem transformar cada viagem numa experiência partilhada e divertida.



Pontos de interesse

A ilha da Madeira, conhecida pelo seu clima ameno e paisagens deslumbrantes, oferece uma diversidade rica de pontos de interesse que conjugam natureza, cultura e história. Desde imponentes falésias e miradouros panorâmicos, a monumentos que testemunham séculos de tradição, cada local revela uma faceta única do arquipélago.

Deixamos nesta secção algumas sugestões, espalhadas entre o litoral e o interior montanhoso, para explorar a identidade madeirense, marcada pela hospitalidade das suas gentes.

Assim, organizámos as nossas sugestões em quatro partes: **Natureza** - com destaque para locais montanhosos e miradouros, **Mar** – evidenciando praias e piscinas naturais, **Cultura** - dedicada a locais que revelam a história e identidade da Região; e propostas para explorar mais perto do **Funchal**, de fácil acesso a pé ou de em transportes públicos.

Após esta secção, encontrará ainda um conjunto de atividades complementares, na sua maioria com partida do Funchal.



Explora a natureza

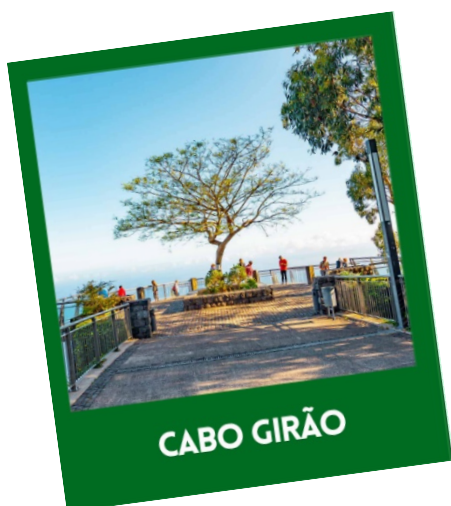


É a **1818 metros** de altitude que se localiza o célebre Pico do Areeiro. Além de proporcionar incríveis espetáculos de nascer e pôr do sol, para os mais corajosos, este é o ponto de partida para o percurso pedestre* em direção ao Pico Ruivo, o ponto mais alto da ilha da Madeira.

** Este percurso encontra-se encerrado temporariamente.*

Classificado pelo Parque Natural da Madeira como "**Reserva de repouso e silêncio**", o Fanal é um paraíso natural, pintado com mil tons de verde e guardado por árvores tão antigas como a própria ilha. Atravessando parte da floresta Laurissilva, classificada como Património Mundial Natural pela UNESCO desde 1999, este é um passeio incrível que irás recordar como um dos pontos altos da tua viagem.





Do alto dos seus 580 metros, este é o **cabo mais alto da Europa**. O miradouro ali construído, que inclui *skywalk*, proporciona panoramas incríveis sobre os socacos que se estendem até ao mar, desafiando a gravidade e a capacidade humana, num exemplo de força e resiliência dos madeirenses.

Situado a 1095 metros de altitude, o Miradouro da Eira do Serrado oferece uma vista indescritível sobre a freguesia do Curral das Freiras e sobre as imponentes montanhas do Maciço Central. Contemplar este maciço montanhoso é ter a oportunidade de **viajar pela história milenar** deste território suspenso no Atlântico.



Oferecendo uma vista deslumbrante sobre o recorte da linha litoral da costa norte da Madeira, este é o local ideal para **contemplar a beleza do oceano Atlântico**. Em dias de muito boa visibilidade, torna-se também possível avistar a ilha do Porto Santo, a nordeste.

Explora o mar



Consideradas um dos tesouros naturais da ilha da Madeira, as piscinas do Porto Moniz são **paragem obrigatória**. A paisagem verdejante das montanhas e a água do mar renovando-se ciclicamente nas rochas vulcânicas conjugam os elementos terra e água numa idílica perfeição.

Um dos cenários que é capa das campanhas publicitárias do turismo da ilha. Um **areal negro** banhado pelo Atlântico, resguardado por escarpas e montanhas verdejantes. Um anfiteatro natural que oferece aos banhistas uma atmosfera serena e acolhedora.





A primeira reserva exclusivamente marinha criada em Portugal, em 1986, encontra-se situada na costa sul, próximo da praia do Garajau. É um dos locais mais interessantes para a **prática de mergulho** no arquipélago, devido à transparência da água e também pela peculiaridade da fauna residente e de espécies costeiras.

"Fajã" é um termo utilizado para descrever uma porção de terreno cultivável e plano junto ao mar. A Fajã dos Padres é **um dos tesouros** da ilha da Madeira e localiza-se entre o mar e as falésias íngremes, no sopé do Cabo Girão. O acesso é feito por barco ou teleférico.

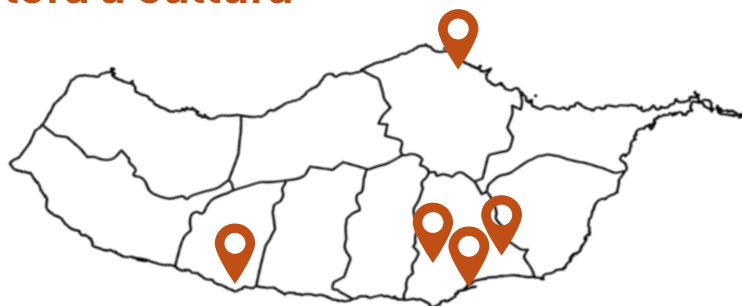


Entre a imponente das montanhas e a vivacidade do mar, as atenções voltam-se para o Teleférico das Achadas da Cruz, que estabelece a ligação entre a zona das Achadas da Cruz e a fajã da Quebrada Nova. Este teleférico permite aceder a uma vista panorâmica sobre a **profundidade azul do oceano Atlântico**, que contrasta com o verde da montanha.



Na costa oeste da ilha da Madeira, a Ribeira Brava oferece um extenso frente-mar e um **complexo balnear integrado** na paisagem urbana. Acessível e renovado, este espaço conta com piscinas, espreguiçadeiras, praia de calhau e areia negra e águas atlânticas de excelência, sendo o lugar ideal para relaxar com conforto.

Explora a cultura



O BAM – Museu da Banana da Madeira conta a história desta fruta emblemática da ilha e do seu papel no desenvolvimento económico local. Com instalações imersivas e artísticas, organizadas por zonas temáticas, a visita inclui também uma passagem pelos campos experimentais de plantação. O bar propõe uma experiência gastronómica centrada na banana.

OFERTA - TARIFA ESPECIAL MUSEU DA BANANA DA MADEIRA - BAM

Visita guiada & Oferta de 1 Banana da Madeira

💰 **5,00 €** com credencial do CNMSP'25

📅 29/10/2025 a 02/11/2025



Com mais de 135 anos de história, a Fábrica Mel-de-Cana Ribeiro Sêco é uma das mais antigas empresas madeirenses ligadas ao ramo alimentar, sendo especializada na produção de **mel-de-cana**, um produto que cruza a sua identidade com a própria identidade da Ilha da Madeira. As instalações da fábrica não estão abertas a visitas.



Um dos principais cartões de visita da ilha, estas casas de formato triangular são uma verdadeira **viagem pela sua história**. Feitas de madeira e cobertas de colmo, equilibravam a temperatura e aproveitavam recursos como o trigo e o centeio. A inclinação dos telhados garantia a impermeabilidade da habitação, permitindo a drenagem da água da chuva.

Fundado há 60 anos, o Bordal é um dos mais antigos e populares fabricantes e exploradores do célebre **Bordado da Madeira**. Integra o Roteiro Histórico do Bordado da Madeira, sendo um museu vivo e uma loja em simultâneo, onde é possível conhecer o processo de produção artesanal do bordado, numa tradição mantida há mais de 150 anos.



Construído com a finalidade de proteger a cidade, funcionando como **base de defesa** do Porto do Funchal, o Forte de São Tiago teve a sua edificação totalmente concluída no século XVIII. Foi ocupado para vários fins, como o aquartelamento de tropas britânicas, da Polícia do Exército e do Esquadrão de Lanceiros do Funchal.



Com mais de um século de história, a Fábrica Santo António dedica-se ao fabrico de **doçaria artesanal** madeirense. Desde os típicos rebuçados com aroma a eucalipto, funcho e maracujá, ao bolo de mel, passando pelas compotas e broas; há doces para todos os gostos!

Explora o Funchal



Numa localização privilegiada, oferece uma combinação única de **natureza, arte, património e cultura**. Encanta desde a tranquilidade dos Jardins Orientais, homenagem à cultura asiática, até à recriação da floresta Laurissilva e à sua fauna exótica, que inclui pavões, flamingos e os majestosos peixes Koi.



Almejado pelo menos desde o século XVII, o desejo de construir o Jardim Botânico acabou por se concretizar no ano de 1960. As **cores vivas e exuberantes**, em conjunto com a variedade de formas geométricas que se encontram na natureza, fazem as delícias de botânicos, turistas e locais.





Inaugurado em 2013, o Museu CR7 retrata o percurso e exhibe mais de uma centena de troféus individuais e coletivos de **Cristiano Ronaldo**, icónico futebolista natural da Madeira. Em frente, encontra-se uma estátua em bronze do jogador executada pelo escultor madeirense Ricardo Velosa.

Inaugurado durante o Estado Novo como **polo abastecedor da cidade**, é um exemplo arquitetónico dessa época. Entre frutas, peixe, doces e *souvenirs*, transborda a alegria dos seus comerciantes, tornando as compras muito mais do que uma simples experiência comercial.



Localizado a 355 metros de altitude, o Miradouro do Pico dos Barcelos tem uma **panorâmica** que se estende desde o vale que serve de anfiteatro natural ao Funchal, ao mar pacato que banha a costa sul da ilha da Madeira. Em dias de boa visibilidade, é possível avistar as Ilhas Desertas: o Ilhéu Chão, a Deserta Grande e o Bugio.

Atividades



A subida no teleférico revela um cenário em constante movimento: telhados coloridos, jardins exuberantes, o mar profundo e as encostas verdes que abraçam a ilha. Ao desembarcar no **Monte**, surge a oportunidade de explorar este charmoso refúgio, cheio de história e paisagens inspiradoras.

Produzidos manualmente em **vime e madeira**, estes veículos surgiram no século XIX como meio de transporte público para a população da freguesia do Monte, situada a cerca de 500 metros de altitude, descer mais rapidamente até à cidade do Funchal. Atualmente, são um dos *ex-libris* da região.



Visita a ilha mais setentrional do arquipélago da Madeira, a ilha do Porto Santo. Descobre o seu **areal dourado** com 9 km de extensão e desfruta de vistas incríveis a partir do Miradouro da Portela.



Com partida do Funchal, este passeio de um dia leva-te às Ilhas Desertas, situadas a **15 milhas** a sudeste da Madeira. Esta reserva natural é *habitat* de uma colónia de lobos-marinhos e serve como importante centro de nidificação de aves raras.

Uma viagem relaxante, ideal para apreciar a beleza da costa madeirense com conforto e estabilidade. Ao longo do percurso, é possível avistar **golfinhos, baleias e tartarugas**, e mergulhar nas águas cristalinas da região.



Caminhar pelas levadas e trilhos do arquipélago é uma atividade memorável. Para o fazeres em **segurança**: confirma que o trilho se encontra transitável, leva roupa e calçado adequado ao percurso e à sua dificuldade, não corras riscos.

Mais informações: [Alertas e Lista de Percursos](#) | [Guia de Caminhadas](#)

Delicia-te com a gastronomia

Sugestões dos madeirenses (e alguns cubanos) da Comissão Organizadora



-  [Muralhas](#) (Caniçal)
-  [Tasquinha do Pescador](#) (Caniçal)
-  [Moreia](#) (Madalena do Mar)
-  [Casa da Pedra](#) (Madalena do Mar)

A apanha da lapa encontra-se proibida atualmente, pelo que podes ter dificuldades em encontrá-las.

-  [Casal da Penha](#) (Funchal)
-  [Marisqueira O Barqueiro](#) (Funchal)
-  [Restaurante dos Combatentes](#) (Funchal)



-  [Viola](#) (Câmara de Lobos)
-  [Santo António](#) (Câmara de Lobos)
-  [O Lagar](#) (Câmara de Lobos)
-  [As Vides](#) (Câmara de Lobos)
-  [A Ginja](#) (Câmara de Lobos)
-  [Faísca](#) (Ribeiro Frio)
-  [Abrigo do Pastor](#) (Camacha)
-  [Quinta estação](#) (Funchal)



PICADO MADEIRENSE

 [Beer Garden](#) (Funchal)

 [Abrigo do Pastor](#) (Camacha)

 [Faísca](#) (Ribeiro Frio)

 [Abrigo do Pastor](#) (Camacha)



SOPA DE TOMATE



BOLO DE MEL



BOLO DO CACO



[Museu da Banana](#) (Ponta do Sol)

- [Veganaria](#) (Ponta do Sol)
- [Horta](#) (Funchal)
- [Informal](#) (Funchal)
- [Noz](#) (Funchal)





Para quem adora estrelas



IL GALO D'ORO



WILLIAM



DESARMA



