



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

PLANO DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO 2025-2028

julho de 2025



Índice

<u>1. INTRODUÇÃO</u>	2
<u>2. MISSÃO</u>	2
<u>3. VISÃO</u>	3
<u>4. VALORES</u>	3
<u>5. ANÁLISE DO CONTEXTO</u>	3
<u>5.1. ANÁLISE DO CONTEXTO INTERNO</u>	3
<u>5.1.1. ELEMENTOS DESPORTIVOS</u>	4
<u>5.1.2. RECURSOS HUMANOS</u>	4
<u>5.1.2.1. ÓRGÃOS SOCIAIS</u>	4
<u>5.1.2.2. FUNCIONARIOS E OUTROS COLABORADORES</u>	5
<u>5.1.3. RECURSOS FINANCEIROS</u>	5
<u>5.2. ANÁLISE DO CONTEXTO EXTERNO</u>	6
<u>5.2.1. ANÁLISE PEST</u>	7
<u>5.3. AVALIAÇÃO SWOT</u>	9
<u>6. ÁREAS DE FOCO</u>	11
<u>6.1. ÁREAS INTERNAS (ESTRUTURAIS)</u>	11
<u>6.2. ÁREAS CORE (NUCLEARES)</u>	11
<u>7. OBJETIVOS ESTRATEGICOS, OBJETIVOS OPERACIONAIS, ESTRATEGIAS, KPI'S E METAS</u>	11
<u>7.1. ÁREA INTERNA: GESTÃO FINANCEIRA</u>	12
<u>7.2. ÁREA INTERNA: RECURSOS HUMANOS</u>	14
<u>7.3. ÁREA INTERNA: INFRAESTRUTURAS</u>	16
<u>7.4. ÁREA INTERNA: TECNOLOGIAS</u>	18
<u>7.5. ÁREA INTERNA: ORGANIZAÇÃO</u>	20
<u>7.6. ÁREA INTERNA: COMUNICAÇÃO</u>	22
<u>7.7. ÁREA CORE: DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO</u>	24
<u>7.8. ÁREA CORE: SELEÇÕES NACIONAIS E ALTO RENDIMENTO</u>	26
<u>7.9. ÁREA CORE: FORMAÇÃO DE RECURSOS HUMANOS</u>	28
<u>7.10. ÁREA CORE: EVENTOS INTERNACIONAIS</u>	30
<u>7.11. ÁREA CORE: RESPONSABILIDADE SOCIAL</u>	31
<u>7.12. ÁREA CORE: DESPORTO PARA TODOS</u>	34
<u>8. ENQUADRAMENTO ORÇAMENTAL</u>	36
<u>9. SÍNTESE FINAL</u>	37



1. Introdução

O presente Plano de Desenvolvimento Desportivo 2025-2028 da Federação Portuguesa de Lutas Amadoras (FPLA) constitui um instrumento estratégico de planeamento e gestão, que orienta as prioridades e iniciativas da Federação para o ciclo 2025-2028. Este documento reflete uma visão partilhada e sustentada, baseada no trabalho realizado nas últimas décadas e orientada para a construção de um futuro sólido, inovador e inclusivo para a modalidade em Portugal.

A FPLA, herdeira de uma tradição de um século na promoção e regulamentação da Luta Olímpica e Disciplinas Associadas no país, encara este novo ciclo como uma oportunidade de afirmação e modernização, respeitando o legado histórico da modalidade e projetando a sua evolução no contexto nacional e internacional. O plano assenta num processo participativo e colaborativo, envolvendo clubes, associações regionais, atletas, treinadores, árbitros, dirigentes e parceiros institucionais, assegurando que as estratégias e ações propostas correspondem às reais necessidades do ecossistema desportivo da Luta em Portugal.

O contexto desportivo nacional e global apresenta atualmente desafios e oportunidades que exigem respostas estratégicas claras: a necessidade de modernização organizacional e tecnológica, a crescente importância do desporto como ferramenta de inclusão social e de promoção da saúde, a competitividade internacional cada vez mais exigente e a necessidade de captar e reter novos praticantes, sobretudo jovens, num cenário de diversificação da oferta desportiva. Neste contexto, a FPLA assume a responsabilidade de potenciar a prática das suas modalidades enquanto desporto formativo, competitivo e socialmente relevante.

O período 2025-2028 apresenta-se como uma oportunidade estratégica para:

- Consolidar a base da pirâmide desportiva, promovendo o crescimento sustentado da prática federada e informal;
- Reforçar a presença internacional da Luta portuguesa, através da competitividade das Seleções Nacionais e da organização de eventos de referência;
- Promover a formação contínua e qualificada dos seus agentes desportivos;
- Integrar a responsabilidade social e a inclusão como pilares fundamentais da prática desportiva;
- Modernizar a organização e as suas infraestruturas, apostando na inovação tecnológica e na sustentabilidade.

Com este Plano, a FPLA compromete-se a reforçar as bases da modalidade através do apoio aos clubes e associações, da formação contínua dos seus recursos humanos, da promoção da prática desportiva em todas as idades e géneros, e da aposta no alto rendimento, preparando as suas seleções nacionais para competir com excelência nos palcos internacionais. Simultaneamente, pretende aprofundar a sua intervenção social, através de programas de responsabilidade social, desporto escolar e “desporto para todos”, promovendo a inclusão e o bem-estar da população.

Com este Plano, a Direção da FPLA pretende garantir um desenvolvimento equilibrado entre as vertentes desportiva, organizacional e social da Federação, contribuindo de forma ativa para o desenvolvimento do desporto nacional e simultaneamente, pretende aprofundar a sua intervenção social, através de programas de responsabilidade social, desporto escolar e “desporto para todos”, promovendo a inclusão e o bem-estar da população e colaborar na construção de uma sociedade mais ativa, saudável e inclusiva.

Finalmente, o Plano 2025-2028 reafirma a visão da FPLA de ser uma Federação moderna, transparente e sustentável, preparada para enfrentar os desafios do futuro com inovação e resiliência, sempre com orgulho no seu passado e com confiança no futuro da modalidade e do desporto portugueses.

2. Missão

A “Missão” define o propósito fundamental da organização e a razão da sua existência. Responde à pergunta: “Por que existimos?”



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Esta é a nossa Missão:

A FPLA tem por fim promover e dirigir a prática a todos os níveis e em todos os seus âmbitos das Lutas Olímpicas e Disciplinas Associadas no âmbito da tutela da United World Wrestling, em todos os seus estilos, denominações e variantes, as MMA - Mixed Martial Arts em todos os estilos, denominações e variantes, os estilos de Luta Tradicional Portuguesa (vulgarmente conhecida por Luta Galhofa) em articulação com os organismos do Estado responsáveis pela tutela do desporto nacional.

3. Visão

A “Visão” representa a aspiração futura da organização, onde quer chegar a longo prazo. Responde à pergunta: “Onde queremos estar no futuro?”

Esta é a nossa Visão:

Com orgulho no seu passado e confiança no seu futuro, a Federação Portuguesa de Lutas Amadoras ambiciona ser uma federação desportiva pautada pela excelência organizativa, pelo mérito desportivo, pelo desenvolvimento sustentável, inclusivo e de excelência e reconhecida como uma referência no desporto nacional e internacional, promovendo o crescimento desportivo, formativo e social em todas as suas dimensões.

4. Valores

Os “Valores” são os princípios e crenças que orientam a cultura e a conduta da organização. Responde à pergunta: “Como fazemos o que fazemos?”

Estes são os nossos Valores:

Competência, espírito competitivo, excelência, mérito.
Diversidade, igualdade, inclusão, participação, solidariedade, universalidade.
Ética, integridade, respeito, transparência.
Desenvolvimento sustentado, promoção de hábitos de vida saudáveis, responsabilidade social e ambiental.

5. Análise do Contexto

Só podemos partir para a construção de um plano, só podemos traçar um rumo, conhecendo bem o ponto de partida, estando perfeitamente cientes do nosso enquadramento, do meio onde nos inserimos, do que somos, e tendo um mapa fiel do caminho a percorrer.

É precisamente isso que avaliámos e neste ponto incluímos os dados mais relevantes a este propósito.

5.1. Análise do Contexto Interno

Neste ponto pretendemos realizar uma análise detalhada do contexto interno, focando a análise nos dados do ciclo anterior em três grandes áreas, a saber:

- Elementos desportivos;
- Recursos humanos;
- Recursos financeiros.



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

5.1.1. Elementos Desportivos

No quadro abaixo analisamos os principais elementos desportivos, de um ponto de vista absoluto, mas também de um ponto de vista relativo.

Elementos Desportivos	2021*	2022	2023	2024
Número de praticantes	*	885	926	941
Número de praticantes femininos	*	211	197	216
Número de praticantes jovens (até juniores)	*	369	325	344
Número de praticantes juniores	*	77	81	89
Número de praticantes escalões de formação	*	446	406	433
Número de praticantes seniores	*	439	520	508
Taxa de crescimento	*	11,37%	4,63%	1,62%
Taxa de participação feminina	*	23,84%	21,27%	22,95%
Taxa de participação jovens (até juniores)	*	50,40%	43,84%	46,02%
Implantação geográfica (número de distritos)	*	12	13	13
Clubes em atividade	*	48	41	41
Número de Árbitros e Juizes	*	54	57	46
Número de Treinadores	*	45	83	65
Número de Dirigentes	*	62	64	41
Árbitros Femininos	*	14	14	12
Dirigentes Femininos	*	14	15	11
Treinadores Femininos	*	4	5	11
Participação Feminina Total	*	243	231	250

* O ano de 2021 foi excluído da análise, em função do impacto da pandemia COVID19 distorcer completamente os dados em análise

Em cima e para além da expressão dos números importa enquadrar, sublinhar e reforçar que ao longo dos anteriores 12 anos, atletas da FPLA conquistaram em Luta Greco-Romana, em Beach Wrestling, em Grappling e em MMA:

- 3 medalhas em Jogos Surdolímpicos;
- 8 medalhas em Campeonatos da Europa;
- 12 medalhas em Campeonatos do Mundo.

Até 2012, em 88 anos de vida, apenas tínhamos conquistado uma medalha num Campeonato da Europa de Juniores e 4 medalhas em Jogos Surdolímpicos e todas pelo mesmo atleta, o nosso campeão, Hugo Passos.

Nesta medida, destacamos aqui, de entre as mais de duas dezenas de medalhas conquistadas ao longo destes 12 anos:

- As 3 medalhas conquistadas por Hugo Passos nos Jogos Surdolímpicos e um 4.º lugar nos Jogos do Mediterrâneo de Praia em Patras 2019;
- Os títulos de Campeão da Europa e de Campeão do Mundo de U18 de MMA, por Leandro Gomes;
- O título de Campeão do Mundo de Seniores de MMA por José Machado, alcançado em 2023, o primeiro desta grandeza num século de história da nossa federação.

5.1.2. Recursos Humanos

5.1.2.1. Órgãos Sociais

A Federação Portuguesa de Lutas Amadoras tem para o ciclo em funções os seguintes órgãos sociais, composto por 22 pessoas, das quais 9 (40,9%) são do sexo feminino, sendo que a Direção é constituída por 50% de mulheres e um terço dos órgãos são presididos por mulheres:

- ASSEMBLEIA GERAL
 - Presidente - Paulo Mariano de Almeida Nogueira Soares



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

- Vice-Presidente - Carla Helena Ramos Morais
- Secretário - Pedro Manuel Baptista Rodrigues
- **PRESIDENTE E DIREÇÃO**
 - Presidente - Rui Manuel Marta
 - Vice-Presidente - Pedro Miguel Santos Silva
 - Vice-Presidente - Sérgio Miguel Álvaro Marta
 - Vice-Presidente - Paula Cristina Clérigo Rodrigues
 - Vice-Presidente - Marta Bastos
 - Vice-Presidente - Ângela Myriam Pires Gonçalves
 - Vice-Presidente - Basílio Alves Leal
- **Conselho Fiscal**
 - Presidente - Tânia Sofia Correia Salsinha Dias
 - Vice-Presidente - Sérgio Jesus Costa Matias Dias
 - Vice-Presidente - Manuel Alexandre Lopes de Sousa
- **Conselho de Justiça**
 - Presidente - Fábio André Figueiras Pila
 - Vice-Presidente - Beatriz de Jesus Gonçalves
 - Vice-Presidente - Miguel Alves Filipe
- **Conselho de Disciplina**
 - Presidente - Sabrina Ferreira de Amorim
 - Vice-Presidente - Alexandra Rodrigues Pinto Coelho
 - Vice-Presidente - Maria Inês da Costa Marta
- **Conselho de Arbitragem**
 - Presidente - Leonel Duarte Pedro
 - Vice-Presidente - Lídio José da Silva Alecrim
 - Vice-Presidente - Bruno Filipe Casais Pedro

5.1.2.2. Funcionários e Outros Colaboradores

A Federação Portuguesa de Lutas Amadoras tem atualmente 4 funcionários e 3 prestadores de serviços, sendo 6 do sexo masculino e 1 do sexo feminino.

Os funcionários e colaboradores estão distribuídos pelas diferentes áreas de intervenção, unidades orgânicas e categorias profissionais, conforme se demonstra no quadro abaixo.

Recursos Humanos	Função Exercida	Área de Intervenção	Tipo de Vínculo
Secretário-Geral	Coord. Sec.	Org. e Gestão	Permanente
Funcionário Administrativo	Secretariado	Org. e Gestão	Permanente
Contabilista Certificado	CC	Org. e Gestão	Prest. Serviços
Revisor Oficial de Contas	ROC	Org. e Gestão	Prest. Serviços
DTN	DTN	ARSN, DAD, FRH	Permanente
Técnico Seleções Nacionais	T. Auxiliar SN	ARSN	Permanente
Coordenador Técnico Disciplinas Associadas	CTDA	DAD, FRH	Prest. Serviços

5.1.3. Recursos Financeiros

Nest ponto, analisamos as principais fontes de financiamento, como subsídios do Estado, taxas, patrocínios e outras receitas, distribuídas no quadro abaixo.



Receitas - Valores estimados em euros (€)	2022	2023	2024
IPDJ - Financiamento Público	363.380	335.840	360.636
Comparticipações (Clubes, Formações)	24.681	48.731	31.459
Outras receitas	8.250	0.000	7.500
Total de Receitas	396.311	384.571	399.595

5.2. Análise do Contexto Externo

O ambiente que envolve uma organização corresponde ao conjunto de fatores internos e externos que condicionam a sua atividade. No caso de uma federação desportiva, esse ambiente engloba elementos como os regulamentos internos e legais, os recursos humanos e financeiros disponíveis, o número de praticantes e clubes filiados, a visibilidade e atratividade da modalidade, bem como o seu impacto social. A análise aprofundada deste contexto é essencial para apoiar a tomada de decisões estratégicas e promover um desenvolvimento sustentável e eficaz da modalidade.

O ambiente externo de uma federação desportiva corresponde ao conjunto de fatores e influências externas que condicionam a sua atuação e o cumprimento da sua missão no desenvolvimento da modalidade. Estes fatores podem ter uma natureza relacional, envolvendo as interações com clubes, atletas, patrocinadores e organismos públicos, ou podem resultar de dinâmicas mais amplas, como as tendências do desporto, as políticas governamentais, os enquadramentos legais e as transformações sociais e culturais que afetam o ecossistema desportivo.

O ambiente externo contextual corresponde ao conjunto de elementos e condições do meio envolvente, em sentido amplo, que moldam o contexto em que a federação atua na sociedade. São fatores externos que não estão sob o seu controlo direto, mas que devem ser constantemente considerados no processo de tomada de decisão e no planeamento estratégico.

Cada um dos seguintes fatores influencia a forma como a federação planeia e executa as suas ações, sendo essencial ter uma visão abrangente para tomar decisões estratégicas informadas. No âmbito do ambiente externo contextual de uma federação desportiva, os seguintes fatores influenciam a sua atuação e estratégia:

- Desportivo - refere-se ao contexto global do desporto, incluindo tendências competitivas, regulamentação internacional, desenvolvimento do desporto de base, evolução do rendimento desportivo e relação com outras federações, clubes e entidades desportivas;
- Económico - envolve o impacto da economia na gestão da federação, incluindo fontes de financiamento, investimento público e privado, patrocínios, sustentabilidade financeira dos clubes e impacto das crises económicas no desporto;
- Social - diz respeito às mudanças e tendências sociais que afetam a prática desportiva, como hábitos de vida saudáveis, inclusão, igualdade de género no desporto, acessibilidade para pessoas com deficiência e o papel do desporto na educação e cidadania;
- Político - relaciona-se com as políticas governamentais e institucionais que afetam a federação, incluindo apoio ao desporto de alto rendimento e formação, regulamentação da prática desportiva, decisões estratégicas sobre eventos desportivos e incentivos à prática desportiva;
- Tecnológico - abrange os avanços tecnológicos aplicáveis ao desporto, como novas metodologias de treino, análise de desempenho, digitalização de processos administrativos, transmissão de eventos desportivos e desenvolvimento de equipamentos inovadores;
- Demográfico - diz respeito às mudanças populacionais que influenciam a participação desportiva, como envelhecimento da população, taxa de natalidade, migrações e evolução da população jovem ativa no desporto;
- Legal - inclui toda a legislação aplicável ao setor desportivo, como regulamentação do desporto, normas antidopagem, leis do trabalho aplicáveis a treinadores e atletas, regulamentação fiscal e *compliance* nas federações;
- Geográfico - refere-se às particularidades territoriais que impactam a atividade da federação, como acessibilidade a infraestruturas desportivas, condições climáticas, distribuição regional de clubes e atletas, bem como a necessidade de adaptação a realidades locais específicas.



5.2.1. Análise PEST

Uma análise PEST (acrónimo de Político, Económico, Social e Tecnológico) é uma ferramenta de análise estratégica que serve para compreender o ambiente externo contextual em que uma organização atua. Avalia os fatores macro ambientais que influenciam a organização, permitindo-lhe adaptar a sua estratégia de forma proativa e fundamentada.

Uma análise PEST examina quatro grandes dimensões do ambiente externo:

- Político;
- Económico;
- Social;
- Tecnológico.

No contexto de um plano de desenvolvimento desportivo (PDD) para uma federação nacional, a análise PEST é essencial porque:

- Identifica oportunidades e ameaças;
 - Permite antecipar mudanças no ambiente externo que podem abrir oportunidades (ex.: apoios governamentais a novos programas desportivos) ou criar ameaças (ex.: cortes no financiamento público, mudanças legais desfavoráveis);
- Orienta a estratégia;
 - As decisões estratégicas devem ser tomadas com base num entendimento sólido do contexto externo. Por exemplo, uma tendência social crescente de promoção da atividade física pode justificar o desenvolvimento de novos programas de massificação desportiva.
- Apoia a sustentabilidade da Federação;
 - Ao compreender as tendências económicas e tecnológicas, a federação pode adaptar-se e manter-se sustentável, inovando nos seus modelos de financiamento, comunicação e gestão.
- Melhora a capacidade de planeamento a longo prazo;
 - A análise PEST permite alinhar os objetivos estratégicos da federação com as previsões e tendências do ambiente externo, aumentando a eficácia do plano de desenvolvimento desportivo no médio e longo prazo.

A análise PEST é um instrumento fundamental na elaboração de qualquer plano estratégico, incluindo o plano de desenvolvimento desportivo de uma federação. Permite alinhar as ações da federação com a realidade do país e do setor desportivo, reduzindo riscos e potenciando oportunidades de crescimento e modernização.

Apresentamos de seguida uma análise PEST adaptada à Federação Portuguesa de Lutas Amadoras, considerando o contexto português e o panorama desportivo atual.

Categoria	Fatores Políticos
Fator	Impacto Potencial na FPLA
Política nacional de apoio ao desporto	O Programa de Financiamento às Federações, o Plano Nacional de Ética no Desporto e a Estratégia Nacional para a Atividade Física e Desporto são favoráveis à promoção da modalidade. Possível acesso a subsídios públicos.
Regulamentação da prática desportiva	A legislação sobre segurança e proteção de menores em contexto desportivo obriga a formação e certificação adequada dos treinadores e oficiais.
Relações internacionais	Participação em organismos internacionais (UWW - United World Wrestling, IMMAF - Internacional Mixed Martial Arts Federation, Comité Olímpico) reforça a necessidade de alinhamento com regulamentos internacionais e garante acesso a competições internacionais.
Políticas de igualdade e inclusão	Pressão política para inclusão de género e acessibilidade em todas as modalidades. A FPLA tem de promover a participação feminina e adaptar estruturas a públicos com necessidades especiais.
Instabilidade política e orçamental	Mudanças de governo podem afetar a continuidade e dimensão do financiamento público atribuído à federação.



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Categoria	Fatores Económicos
Fator	Impacto Potencial na FPLA
Crescimento económico nacional moderado	Influencia o financiamento estatal ao desporto e a capacidade das famílias pagarem mensalidades e equipamentos desportivos.
Patrocínios e mecenato desportivo limitados	As lutas amadoras têm baixa visibilidade mediática, tornando difícil atrair grandes patrocinadores. Necessidade de estratégias criativas de financiamento.
Custos de organização de competições	Os custos de organização de campeonatos nacionais e participação em eventos internacionais têm impacto elevado no orçamento da FPLA.
Dependência de financiamento público	Elevada dependência do financiamento do IPDJ (Instituto Português do Desporto e Juventude). É necessário diversificar fontes de receita.
Desigualdade económica regional	Diferenças no poder de compra dificultam o desenvolvimento da modalidade em zonas mais desfavorecidas do interior.

Categoria	Fatores Sociais
Fator	Impacto Potencial na FPLA
Baixa notoriedade da modalidade	A Luta Olímpica e a maioria das Disciplinas Associadas (exceção do MMA) têm pouca visibilidade em Portugal, o que dificulta a captação de praticantes, treinadores e clubes.
Crescente preocupação com a saúde e a atividade física	O interesse crescente pela prática desportiva pode ser uma oportunidade para promover a Luta Olímpica e as Disciplinas Associadas como modalidades de desenvolvimento físico completo.
Mudanças nos hábitos desportivos dos jovens	A concorrência de desportos mais mediáticos e dos e-sports representa um desafio à captação de jovens para a modalidade.
Valorização da igualdade de género	O desporto feminino está a crescer, mas as Luta Olímpica e as Disciplinas Associadas ainda têm pouca expressão no feminino. A FPLA tem oportunidade de desenvolver esta vertente.
Necessidade de inclusão social	A Luta Olímpica e as Disciplinas Associadas podem ser promovidas em projetos sociais e escolares como ferramenta de inclusão e desenvolvimento pessoal.

Categoria	Fatores Tecnológicos
Digitalização da gestão federativa	Necessidade de modernizar processos administrativos, inscrições online e gestão de atletas, clubes e competições.
Plataformas de formação online	Oportunidade de formar treinadores, árbitros e dirigentes através de e-learning, reduzindo custos e aumentando o alcance.
Promoção da modalidade nas redes sociais	A ausência de uma forte presença digital limita a visibilidade da federação e da modalidade. Investimento nas redes sociais pode atrair jovens praticantes.
Tecnologia de análise de performance	Possibilidade de introduzir tecnologias (vídeo análise, monitorização fisiológica) para melhorar o treino e a performance competitiva.
Transmissão online de competições	Ferramenta potencial para aumentar a visibilidade da modalidade junto do público jovem e gerar algum retorno financeiro.

Conclusões e recomendações estratégicas com base na. Análise PEST:

- Aproveitar o contexto político favorável ao desporto federado, garantindo financiamento público e participação em programas nacionais.
- Promover a Luta Olímpica e as Disciplinas Associadas junto das escolas e comunidades locais, usando a modalidade como ferramenta educativa e social.
- Investir na comunicação e digitalização, para captar novos praticantes e aproximar a federação do público jovem.
- Desenvolver o setor feminino da modalidade, alinhando-se com as políticas nacionais de igualdade de género.
- Procurar financiamento alternativo, através de parcerias locais, eventos e programas de responsabilidade social.



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

- Reforçar a capacitação técnica dos treinadores, árbitros e oficiais, através de plataformas tecnológicas de formação.

5.3. Avaliação SWOT

Categoria	(S) Forças
Histórico e Prestígio	<ul style="list-style-type: none">- Tradição olímpica da modalidade- Reconhecimento internacional da luta como desporto de combate fundamental- Participação em campeonatos internacionais oficiais.
Estrutura Organizacional	<ul style="list-style-type: none">- Estrutura federativa estável e reconhecida pelo IPDJ, pelo Comité Olímpico de Portugal e Comité Paralímpico de Portugal- Rede de clubes filiados com atividade regular
Capital Humano	<ul style="list-style-type: none">- Corpo técnico e de arbitragem qualificado- Experiência acumulada em organização de competições nacionais e participação internacional.
Relações Institucionais	<ul style="list-style-type: none">- Filiada na UWW- Filiada na IMMAF- Reconhecimento oficial enquanto Federação de Utilidade Pública Desportiva- Cooperação com outras federações desportivas de combate
Potencial Formativo	<ul style="list-style-type: none">- Modalidade com forte componente pedagógica e educativa (disciplina, respeito, controlo emocional), potencialmente interessante para contextos escolares
Baixo custo de prática	<ul style="list-style-type: none">- Comparativamente a outras modalidades, a luta tem custos relativamente acessíveis em termos de equipamento e infraestrutura básica

Categoria	(W) Fraquezas
Visibilidade Pública	<ul style="list-style-type: none">- Modalidade com reduzida visibilidade nos media e no público em geral- Pouca presença em eventos de grande escala em Portugal
Base de Praticantes	<ul style="list-style-type: none">- Número não expressivo de atletas federados e de clubes- Concentração da prática em algumas regiões do país.
Financiamento	<ul style="list-style-type: none">- Elevada dependência do financiamento público (IPDJ)- Dificuldade em atrair patrocínios privados devido à baixa notoriedade
Capacidade Operacional	<ul style="list-style-type: none">- Recursos humanos limitados na estrutura federativa para executar projetos ambiciosos- Voluntariado insuficiente e falta de staff profissionalizado em áreas como comunicação e marketing
Comunicação e Marketing	<ul style="list-style-type: none">- Presença digital e estratégia de comunicação fracas- Falta de conteúdos atrativos para públicos jovens- Plataforma digital da federação obsoleta
Inclusão e Diversidade	<ul style="list-style-type: none">- Participação feminina baixa- Pouca representatividade de grupos socialmente vulneráveis e pessoas com deficiência



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Categoria	(O) Oportunidades
Contexto Político e Social Favorável	- Políticas públicas de promoção do desporto federado e escolar - Incentivos à prática desportiva e à igualdade de género.
Valorização da Atividade Física	- Tendência crescente da sociedade portuguesa para a prática de atividade física e promoção da saúde
Integração no Sistema Escolar	- Possibilidade de integrar a modalidade nos programas desportivos escolares e extraescolares, promovendo o seu desenvolvimento precoce
Tecnologia e Digitalização	- Oportunidade de modernização através de plataformas digitais para formação, gestão federativa e promoção da modalidade
Projetos de Inclusão Social	- Possibilidade de integrar a modalidade em projetos sociais e comunitários como ferramenta educativa e de integração social
Eventos Internacionais	- Capacidade de atrair e organizar estágios e torneios internacionais em Portugal, promovendo o turismo desportivo

Categoria	(T) Ameaças
Concorrência Desportiva	Forte concorrência de outras modalidades de combate mais mediáticas e menos exigentes do ponto de vista fisiológico e da prática informal de fitness e e-sports.
Instabilidade do Financiamento Público	- Potencial redução de apoios financeiros do Estado devido a crises económicas ou mudanças nas prioridades políticas.
Mudança nos Hábitos dos Jovens	- Desinteresse crescente dos jovens pelas modalidades desportivas tradicionais e sedentarismo acentuado
Baixa Cobertura Mediática	- Dificuldade em atrair cobertura mediática que permita aumentar a notoriedade da modalidade
Condições Económicas Regionais	- Em algumas regiões do país, as dificuldades económicas podem limitar a capacidade das famílias de suportar despesas desportivas.
Alterações nas Regras Internacionais	- Mudanças regulamentares internacionais podem exigir adaptações técnicas e financeiras adicionais

Quadro Síntese

(S) Forças		(W) Fraquezas
Interno	- Tradição olímpica - Corpo técnico qualificado - Estrutura federativa estável	- Baixa notoriedade pública - Reduzida base de praticantes - Comunicação digital insuficiente
	(O) Oportunidades	(T) Ameaças
Externo	- Apoios ao desporto federado - Valorização da atividade física - Digitalização da gestão e formação	- Concorrência desportiva - Instabilidade do financiamento estatal - Desinteresse juvenil

Conclusões e recomendações estratégicas com base na avaliação SWOT:

- Potenciar as Forças e aproveitar Oportunidades;
 - Reforçar a ligação às escolas e comunidades locais;
 - Apostar forte na digitalização e comunicação;
- Corrigir as Fraquezas;
 - Melhorar a visibilidade pública e expandir a base de praticantes através de campanhas dirigidas e formação.
- Mitigar as Ameaças;
 - Diversificar fontes de financiamento;
 - Adaptar a modalidade às novas tendências do desporto e juventude.



6. Áreas de Foco

No planeamento estratégico, é fundamental começar por identificar áreas de foco ou prioritárias, que representam os domínios essenciais para o sucesso da organização. Estas áreas podem ser internas ou de core. Nos pontos seguintes iremos elencar cada uma delas.

6.1. Áreas Internas (Estruturais)

As áreas internas ou estruturais dizem respeito ao funcionamento interno da organização, garantindo que a estrutura, os recursos e os processos operacionais estão alinhados com a estratégia. Nessa medida foram definidas as seguintes áreas internas:

- Gestão financeira;
- Recursos humanos;
- Infraestruturas;
- Tecnologias;
- Organização;
- Comunicação.

6.2. Áreas Core (Nucleares)

As áreas core ou nucleares, representam o coração da organização, englobando as suas atividades principais e aquelas que geram maior impacto no setor. São essenciais para o cumprimento da missão e diferenciam a organização no seu ecossistema, garantindo a sua relevância e crescimento sustentável. Nessa medida foram definidas as seguintes áreas core:

- Desenvolvimento desportivo;
- Seleções nacionais e alto rendimento;
- Formação de recursos humanos;
- Eventos internacionais;
- Responsabilidade social;
- Desporto para todos.

7. Objetivos Estratégicos, Objetivos Operacionais, Estratégias, KPI's e Metas

Ao longo deste ponto serão apresentados para cada uma das áreas internas e áreas core os respetivos objetivos estratégicos (o que queremos alcançar a longo prazo), os objetivos operacionais (O que precisa ser feito para alcançar o objetivo estratégico), a estratégia (como vamos fazer o que precisa ser feito), os KPI'S (como vamos medir o nosso progresso) e as metas (qual é o nível de desempenho que queremos alcançar).



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.1. Área Interna: Gestão Financeira

Objetivo Estratégico 1		Garantir a sustentabilidade financeira da federação	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Aumentar e diversificar as fontes de financiamento (patrocínios, fundos europeus, merchandising, eventos)	- Criar um plano estruturado de captação de patrocínios, segmentando potenciais parceiros estratégicos. - Submeter candidaturas a projetos europeus e fundos de apoio ao desporto. - Expandir a oferta de produtos e serviços da federação (merchandising, eventos premium, direitos de transmissão).	- Valor total angariado através de patrocínios e novas fontes de financiamento. - Percentagem de redução de custos administrativos e operacionais. - Número de projetos financiados por fundos nacionais ou europeus. - Grau de conformidade com auditorias financeiras externas.	- Captar pelo menos 2 novos patrocinadores estratégicos até 2028. - Aumentar em 25% as receitas provenientes de merchandising e eventos. - Reduzir os custos administrativos em 15% até 2028. - Garantir 100% de conformidade nas auditorias financeiras anuais.
	2. Melhorar a eficiência da gestão financeira		
	3. Reforçar a transparência financeira e o planeamento orçamental		
	- Implementar um sistema digital de gestão financeira para monitorizar receitas e despesas em tempo real. - Rever contratos e fornecedores para negociar melhores condições e reduzir custos operacionais. - Criar um fundo de reserva financeira para assegurar estabilidade em períodos de menor receita.		
	- Realizar auditorias periódicas e publicar relatórios financeiros detalhados. - Estabelecer reuniões trimestrais para revisão orçamental e ajustes conforme necessário. - Criar um painel de controlo financeiro acessível aos órgãos sociais para melhor acompanhamento das finanças.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Objetivo Estratégico 2 Promover a sustentabilidade financeira através de inovação e parcerias estratégicas			
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Estabelecer parcerias com o setor privado para financiamento colaborativo	<ul style="list-style-type: none">- Criar programas de incentivo fiscal para patrocinadores.- Promover encontros com potenciais parceiros empresariais.	<ul style="list-style-type: none">- Número de parcerias privadas formalizadas.- Valor anual angariado por via de acordos privados.	<ul style="list-style-type: none">- Estabelecer 2 novas parcerias privadas até 2028.- Alcançar 35.000€ em apoios privados por ano até 2028.
2. Candidatar projetos a fundos europeus e multilaterais	<ul style="list-style-type: none">- Constituir uma equipa técnica dedicada à elaboração de candidaturas.- Aderir a redes europeias de financiamento desportivo.	<ul style="list-style-type: none">- Número de candidaturas submetidas por ano.- Taxa de sucesso nas candidaturas a financiamento.	<ul style="list-style-type: none">- Submeter 2 candidaturas/ano até 2028.- Obter financiamento em pelo menos 50% das candidaturas.



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.2. Área Interna: Recursos Humanos

Objetivo Estratégico 1			
Garantir uma estrutura de recursos humanos eficiente, qualificada e motivada para o desenvolvimento sustentável da federação			
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Reforçar a qualificação e formação contínua dos colaboradores e voluntários	<ul style="list-style-type: none">- Criar um plano de formação anual com cursos especializados para funcionários e voluntários.- Estabelecer parcerias com universidades e entidades formadoras para capacitação profissional.- Implementar um programa de mentoria entre funcionários seniores e juniores.	<ul style="list-style-type: none">- Número de colaboradores e voluntários formados anualmente.- Taxa de retenção de talentos dentro da federação.- Nível de satisfação dos funcionários e voluntários (medido por inquéritos internos).- Percentagem de processos administrativos digitalizados.	<ul style="list-style-type: none">- Formar 100% dos colaboradores e pelo menos 60% dos voluntários anualmente.- Aumentar a retenção de talentos em 20% até 2028.- Obter um nível de satisfação superior a 80% nos inquéritos internos.- Digitalizar 75% dos processos administrativos até 2028.
2. Melhorar a motivação e retenção de talentos dentro da federação	<ul style="list-style-type: none">- Desenvolver um sistema de incentivos e reconhecimento para colaboradores e voluntários.- Criar oportunidades de progressão na carreira dentro da estrutura da federação.- Reforçar o espírito de equipa através de eventos internos e atividades de integração.		
3. Otimizar a gestão e distribuição de recursos humanos de acordo com as necessidades estratégicas.	<ul style="list-style-type: none">- Implementar um sistema de gestão de desempenho com objetivos claros e mensuráveis.- Reavaliar periodicamente as necessidades de pessoal e redistribuir funções conforme necessário.- Digitalizar processos administrativos para reduzir burocracia e aumentar eficiência.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Objetivo Estratégico 2 Promover uma cultura organizacional de excelência e bem-estar no trabalho			
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Implementar políticas de bem-estar organizacional	<ul style="list-style-type: none">- Criar programas de apoio psicológico.- Disponibilizar horários flexíveis e dias de saúde mental.	<ul style="list-style-type: none">- Taxa de satisfação dos colaboradores.- Participação em ações de bem-estar.	<ul style="list-style-type: none">- Alcançar 90% de satisfação em inquéritos internos até 2028.- Implementar pelo menos 1 ação de bem-estar por ano.
2. Promover o desenvolvimento de competências interpessoais	<ul style="list-style-type: none">- Organizar workshops sobre comunicação, liderança e trabalho em equipa.- Criar um programa de <i>coaching</i> interno.	<ul style="list-style-type: none">- Número de sessões realizadas.- Avaliação de eficácia da formação.	<ul style="list-style-type: none">- Realizar 2 sessões de formação interpessoal anuais.- Obter 85% de aprovação nas avaliações de eficácia.



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.3. Área Interna: Infraestruturas

Objetivo Estratégico 1		Assegurar infraestruturas desportivas modernas, acessíveis e sustentáveis para a prática e desenvolvimento das modalidades da federação	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Melhorar a qualidade e manutenção das infraestruturas desportivas existentes	<ul style="list-style-type: none">– Implementar um plano de manutenção preventiva para todas as instalações desportivas.– Reforçar parcerias com entidades públicas e privadas para financiamento da renovação de infraestruturas.– Criar um sistema de gestão digital para monitorizar o estado das infraestruturas e planear intervenções.	<ul style="list-style-type: none">– Percentagem de infraestruturas com plano de manutenção ativo.– Número de infraestruturas renovadas ou modernizadas até 2028.– Grau de acessibilidade das infraestruturas (medido por auditorias internas).– Taxa de ocupação/utilização das infraestruturas.	<ul style="list-style-type: none">– Garantir que 100% das infraestruturas tenham um plano de manutenção ativo até 2028.– Modernizar pelo menos 50% das infraestruturas até 2028.– Assegurar que as infraestruturas sejam acessíveis até 2028.– Aumentar a taxa de ocupação/utilização em pelo menos 30% até 2028.
2. Expandir e modernizar as infraestruturas desportivas da federação	<ul style="list-style-type: none">– Identificar necessidades e oportunidades para construção de novas instalações desportivas.– Apostar na modernização das infraestruturas com tecnologia sustentável e eficiente.– Desenvolver um plano estratégico para otimizar a utilização dos espaços existentes.		
3. Melhorar a acessibilidade e inclusão nas infraestruturas desportivas	<ul style="list-style-type: none">– Adaptar as infraestruturas para garantir acessibilidade a pessoas com mobilidade reduzida.– Criar espaços multifuncionais que possam ser utilizados por diferentes públicos e modalidades.– Estabelecer programas de incentivo ao uso das infraestruturas por diferentes comunidades		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Objetivo Estratégico 2		Promover a sustentabilidade ambiental nas instalações federativas	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Reduzir o consumo energético e hídrico nas instalações	<ul style="list-style-type: none">- Instalar sensores automáticos de luz e torneiras temporizadas.- Substituir equipamentos antigos por soluções de alta eficiência energética.	<ul style="list-style-type: none">- Consumo energético médio por instalação.- Redução percentual do consumo de água.- Número de infraestruturas certificadas.- Participação em ações de educação ambiental.	<ul style="list-style-type: none">- Reduzir consumo energético em 20% até 2028.- Reduzir consumo de água em 20% até 2028.- Certificar as instalações até 2028.- Formar 25 agentes desportivos em boas práticas ambientais até 2028.
2. Aumentar o número de infraestruturas com certificação ambiental	<ul style="list-style-type: none">- Requalificar instalações segundo normas de sustentabilidade.- Implementar programas de educação ambiental nos clubes.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.4. Área Interna: Tecnologias

Objetivo Estratégico 1		Potenciar a transformação digital da federação, garantindo soluções tecnológicas inovadoras que melhorem a gestão, a comunicação e a experiência dos atletas, treinadores e adeptos	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Melhorar os sistemas de gestão e digitalização dos processos internos	<ul style="list-style-type: none">– Implementar um sistema integrado de gestão desportiva para centralizar informação e automatizar processos.– Digitalizar a documentação administrativa, reduzindo o uso de papel e aumentando a eficiência.– Reforçar a segurança digital, garantindo proteção de dados e conformidade com regulamentos.	<ul style="list-style-type: none">– Percentagem de processos administrativos digitalizados.– Número de utilizadores ativos nas plataformas digitais da federação.– Grau de interação e alcance nas redes sociais.– Número de tecnologias implementadas para análise e melhoria do desempenho desportivo.	<ul style="list-style-type: none">– Digitalizar 90% dos processos administrativos até 2028.– Aumentar em 50% o tráfego no website até 2028.– Duplicar o alcance e a interação nas redes sociais até 2028.– Implementar pelo menos 2 novas tecnologias de apoio ao desempenho desportivo até 2028.
2. Aumentar a presença digital e a interação com atletas, clubes e adeptos	<ul style="list-style-type: none">– Melhorar o website e a app da federação, tornando-os mais interativos e acessíveis.– Expandir a utilização das redes sociais e plataformas digitais para divulgar conteúdos e eventos.– Criar uma plataforma de e-learning para a formação de treinadores, árbitros e dirigentes.		
3. Incorporar tecnologia no desenvolvimento e análise do desempenho desportivo	<ul style="list-style-type: none">– Implementar ferramentas de análise de desempenho para atletas e treinadores.– Introduzir tecnologias de monitorização e recuperação para otimizar a preparação física.– Estabelecer parcerias com empresas tecnológicas para inovação no treino e competição.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Objetivo Estratégico 2			
Garantir a literacia digital dos agentes desportivos e staff da federação			
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Capacitar os dirigentes e treinadores para o uso de ferramentas digitais	<ul style="list-style-type: none">- Desenvolver cursos online sobre plataformas de gestão desportiva.- Oferecer formação contínua em novas tecnologias.	<ul style="list-style-type: none">- Número de agentes certificados digitalmente.- Nível de satisfação nas formações digitais.	<ul style="list-style-type: none">- Capacitar 80% dos dirigentes e técnicos até 2028.- Obter 90% de satisfação nas avaliações dos cursos.
2. Modernizar a comunicação e promoção da modalidade online	<ul style="list-style-type: none">- Criar conteúdos regulares em vídeo e gráficos para redes sociais.- Contratar um gestor de conteúdos digitais federativo.	<ul style="list-style-type: none">- Alcance mensal nas redes sociais.- Engajamento por publicação.	<ul style="list-style-type: none">- Dobrar o alcance mensal até 2028.- Manter taxa de engajamento superior a 10%.



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.5. Área Interna: Organização

Objetivo Estratégico 1		Reforçar a estrutura e os processos organizacionais da federação, promovendo uma gestão eficiente, transparente e orientada para os resultados	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Melhorar a eficiência dos processos internos e da tomada de decisão	<ul style="list-style-type: none">– Reestruturar e otimizar os fluxos de trabalho para reduzir burocracia.– Implementar ferramentas de gestão integrada para aumentar a eficiência e transparência.– Criar um plano de desenvolvimento organizacional para reforçar a coordenação entre departamentos	<ul style="list-style-type: none">– Tempo médio de resposta e processamento de processos administrativos.– Número de auditorias e avaliações de conformidade realizadas.– Grau de satisfação dos colaboradores e parceiros quanto à comunicação interna.– Número de publicações institucionais sobre transparência e desempenho.	<ul style="list-style-type: none">– Reduzir em 20% o tempo médio de processamento administrativo até 2028.– Garantir auditorias anuais com cumprimento mínimo de 90% dos requisitos legais até 2028.– Aumentar em 40% a satisfação dos colaboradores e parceiros com a comunicação interna até 2028.– Publicar relatórios de gestão anuais e acessíveis a todos os <i>stakeholders</i> até 2028.
2. Reforçar a governança e a transparência institucional	<ul style="list-style-type: none">– Implementar boas práticas de governança, assegurando a conformidade com normas e regulamentos.– Criar um sistema de avaliação interna para monitorizar o desempenho dos órgãos sociais e operacionais.– Disponibilizar publicamente relatórios de gestão e desempenho para maior transparência.		
3. Melhorar a comunicação interna e externa da federação	<ul style="list-style-type: none">– Estabelecer canais de comunicação mais eficazes entre os diferentes níveis da organização.– Promover reuniões periódicas para alinhamento estratégico e troca de informação.– Criar uma cultura organizacional baseada na colaboração e partilha de conhecimento.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Objetivo Estratégico 2			
Reforçar a estrutura e os processos organizacionais da federação, promovendo uma gestão eficiente, transparente e orientada para os resultados			
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Reforçar a participação de clubes e associações regionais na estratégia federativa	<ul style="list-style-type: none">- Realizar fóruns regionais anuais de planeamento participativo.- Criar um portal colaborativo de propostas e votação.	<ul style="list-style-type: none">- Número de entidades envolvidas nos fóruns.- Número de propostas integradas por ciclo de planeamento.	<ul style="list-style-type: none">- Envolver 20 entidades até 2028.- Integrar 1/3 das propostas recebidas nos planos anuais.
2. Aumentar a eficiência da gestão por objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Implementar painéis de controlo de desempenho por área.- Adotar ferramentas de gestão visual (<i>dashboards</i>).	<ul style="list-style-type: none">- Tempo de resposta a pedidos internos.- Taxa de cumprimento de metas operacionais.	<ul style="list-style-type: none">- Reduzir em 30% o tempo médio de resposta até 2028.- Alcançar 75% de execução das metas operacionais anuais.



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.6. Área Interna: Comunicação

Objetivo Estratégico 1			
Reforçar a comunicação interna e externa da federação, promovendo transparência, envolvimento dos stakeholders e valorização da imagem institucional			
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Melhorar a comunicação interna entre departamentos, órgãos sociais e parceiros	<ul style="list-style-type: none">– Implementar plataformas digitais para facilitar a partilha de informação e colaboração.– Criar um plano de comunicação interna estruturado com reuniões periódicas e canais específicos.– Promover formações em comunicação para dirigentes e equipas operacionais.	<ul style="list-style-type: none">– Frequência e taxa de participação nas reuniões de comunicação interna.– Crescimento do número de seguidores e interações nas redes sociais.– Volume de notícias e publicações sobre a federação nos media.– Grau de satisfação dos <i>stakeholders</i> em relação à comunicação da federação.	<ul style="list-style-type: none">– Garantir uma taxa mínima de 80% de participação nas reuniões de comunicação interna até 2028.– Aumentar em 50% o número de seguidores e <i>engagement</i> digital até 2028.– Publicar, no mínimo, 52 notícias e conteúdos institucionais por ano.– Alcançar um índice de satisfação de 75% entre atletas, clubes e parceiros até 2028.
2. Reforçar a presença da federação nos meios de comunicação e redes sociais	<ul style="list-style-type: none">– Desenvolver um plano estratégico de marketing e comunicação digital.– Aumentar a produção de conteúdos relevantes, como reportagens, entrevistas e campanhas interativas.– Criar parcerias com meios de comunicação para ampliar a visibilidade do desporto federado.		
3. Melhorar a relação com atletas, clubes e restantes <i>stakeholders</i> através de comunicação mais eficaz e acessível	<ul style="list-style-type: none">– Criar um serviço de atendimento e suporte digital para atletas e clubes.– Desenvolver newsletters e publicações periódicas para manter os <i>stakeholders</i> informados.– Reforçar os eventos e encontros presenciais para promover proximidade e alinhamento de objetivos.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Objetivo Estratégico 2		Reforçar a comunicação interna e externa da federação, promovendo transparência, envolvimento dos stakeholders e valorização da imagem institucional	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Redefinir a identidade visual e institucional da federação	<ul style="list-style-type: none">- Desenvolver nova linha gráfica e website responsivo.- Uniformizar comunicação visual nos eventos.	<ul style="list-style-type: none">- Reconhecimento da nova marca em sondagens.- Tráfego no novo website.- Número de notícias publicadas por mês.- Número de meios parceiros ativos.	<ul style="list-style-type: none">- Atingir 50% de reconhecimento espontâneo até 2027.- Triplicar o tráfego mensal no website até 2028.- Publicar 4-5 notícias mensais sobre a modalidade até 2028.- Ter 4 meios de comunicação parceiros até 2028.
2. Aumentar a cobertura mediática das nossas modalidades	<ul style="list-style-type: none">- Criar um gabinete de imprensa para as competições principais.- Firmar protocolos com media regionais e nacionais.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.7. Área Core: Desenvolvimento Desportivo

Objetivo Estratégico 1		Promover o crescimento sustentável da modalidade, garantindo a captação, formação e retenção de praticantes, treinadores e clubes, bem como a valorização das competições nacionais.	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Aumentar a participação e a captação de novos praticantes, especialmente nos escalões de formação	<ul style="list-style-type: none">– Implementar programas de iniciação desportiva em colaboração com escolas e clubes.– Criar campanhas de promoção para incentivar a adesão à modalidade.– Disponibilizar incentivos para a criação de novos clubes e academias.	<ul style="list-style-type: none">– Número de novos praticantes inscritos anualmente.– Taxa de retenção de atletas nos escalões de formação.– Número de treinadores e árbitros certificados por ano.– Número de clubes que melhoram a sua estrutura organizacional.	<ul style="list-style-type: none">– Aumentar em 20% o número de praticantes federados até 2028.– Assegurar uma taxa de retenção mínima de 70% nos escalões de formação até 2028.– Certificar, pelo menos, 50 novos treinadores e árbitros até 2028.– Garantir que pelo menos 50% dos clubes registam melhorias na sua organização até 2028.
2. Melhorar a formação e certificação de treinadores, árbitros e outros agentes desportivos	<ul style="list-style-type: none">– Desenvolver planos de formação contínua em parceria com instituições de ensino e entidades certificadoras.– Criar plataformas digitais para acesso a conteúdos educativos e certificações online.– Implementar um sistema de reconhecimento e progressão na carreira dos agentes desportivos.		
3. Fortalecer a estrutura e a competitividade das competições nacionais	<ul style="list-style-type: none">– Reformular os modelos competitivos para garantir equilíbrio e progressão na modalidade.– Apoiar clubes na melhoria da sua organização e planeamento desportivo.– Desenvolver ferramentas de monitorização da evolução dos clubes e praticantes.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Objetivo Estratégico 2 Consolidar a modalidade em territórios de baixa densidade populacional			
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Criar polos de formação em localidades do interior ou afastadas dos grandes centros urbanos	<ul style="list-style-type: none">- Atribuir bolsas e material desportivo a clubes dessas regiões.- Firmar protocolos com autarquias para uso de pavilhões escolares.	<ul style="list-style-type: none">- Número de polos criados.- Número de atletas inscritos por polo.- Número de técnicos formados.	<ul style="list-style-type: none">- Estabelecer 3 polos até 2028.- Atingir 200 atletas federados nas regiões alvo.
2. Capacitar recursos humanos locais para suporte técnico	<ul style="list-style-type: none">- Formar treinadores e árbitros residentes nessas regiões.- Oferecer estágios federativos locais com deslocações subsidiadas.	<ul style="list-style-type: none">- Retenção de técnicos nas regiões após 2 anos.	<ul style="list-style-type: none">- Formar 20 técnicos locais até 2028.- Alcançar 80% de permanência até 2028.



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.8. Área Core: Seleções Nacionais e Alto Rendimento

Objetivo Estratégico 1		Garantir a evolução e competitividade das seleções nacionais, promovendo o desenvolvimento sustentado do alto rendimento e a presença consistente em competições internacionais de prestígio	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Melhorar os processos de deteção e desenvolvimento de talentos para alimentar as seleções nacionais	<ul style="list-style-type: none">– Criar programas de <i>scouting</i> e captação de talentos em colaboração com clubes e associações regionais.– Implementar centros de treino regionais para preparar atletas em transição para o alto rendimento.– Estabelecer parcerias com universidades e centros de investigação para o desenvolvimento de metodologias de treino inovadoras.	<ul style="list-style-type: none">– Número de atletas identificados e integrados nos programas de alto rendimento.– Qualidade e frequência das ações de treino das seleções nacionais.– Resultados obtidos pelas seleções em competições internacionais.– Número de atletas e seleções qualificadas para campeonatos mundiais e europeus.	<ul style="list-style-type: none">– Identificar e integrar anualmente, pelo menos, 10 novos talentos nos programas de alto rendimento.– Melhorar em 15% os índices de performance física e técnica dos atletas de elite até 2028.– Atingir o top 8 europeu/mundial em pelo menos 3 escalões competitivos até 2028.– Garantir a participação de todas as seleções nacionais para as principais competições internacionais do ciclo 2025-2028.
2. Otimizar as condições de treino e acompanhamento das seleções nacionais	<ul style="list-style-type: none">– Reforçar os apoios logísticos, técnicos e científicos às seleções nacionais.– Melhorar as infraestruturas e equipamentos disponíveis para os atletas de alto rendimento.– Integrar tecnologia avançada na análise de desempenho e monitorização da condição física dos atletas.		
3. Aumentar a competitividade internacional das seleções nacionais e garantir a qualificação para grandes eventos	<ul style="list-style-type: none">– Planear ciclos de preparação a longo prazo, ajustados às exigências das principais competições.– Promover estágios e competições internacionais regulares para elevar o nível competitivo das seleções.– Implementar incentivos e apoios diretos para atletas e equipas com potencial para alcançar resultados de destaque.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Objetivo Estratégico 2 Promover o acompanhamento psicossocial de atletas de alto rendimento			
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Estabelecer uma rede nacional de apoio psicológico e social	<ul style="list-style-type: none">- Firmar protocolos com centros universitários e hospitais.- Incluir acompanhamento nas convocatórias de estágio.	<ul style="list-style-type: none">- Número de sessões por atleta/ano.- Taxa de adesão ao programa pelos atletas.	<ul style="list-style-type: none">- Oferecer 6 sessões por atleta/ano até 2028.- Alcançar 90% de adesão dos atletas elegíveis até 2028.
2. Monitorizar o bem-estar físico e emocional dos atletas de elite	<ul style="list-style-type: none">• Aplicar inquéritos mensais de bem-estar.• Criar alertas automáticos para situações críticas.	<ul style="list-style-type: none">• Resposta aos inquéritos.• Número de intervenções de apoio ativadas.	<ul style="list-style-type: none">- Garantir 100% de preenchimento mensal até 2028.- Atuar em 100% dos casos de alerta até 2028.



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.9. Área Core: Formação de Recursos Humanos

Objetivo Estratégico 1		Desenvolver, capacitar e reter profissionais qualificados no setor do desporto, garantindo uma gestão eficiente dos recursos humanos e promovendo a valorização das carreiras desportivas	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Melhorar a formação e qualificação dos profissionais do desporto	<ul style="list-style-type: none">- Criar e implementar programas de formação contínua para treinadores, árbitros e gestores desportivos.- Estabelecer parcerias com universidades e instituições de ensino para o desenvolvimento de cursos especializados.- Disponibilizar certificações reconhecidas nacional e internacionalmente para profissionais do setor.	<ul style="list-style-type: none">- Número de profissionais certificados anualmente.- Taxa de retenção de treinadores e gestores no setor desportivo.- Nível de satisfação dos profissionais com as condições de trabalho e progressão de carreira.- Número de programas de formação implementados.	<ul style="list-style-type: none">- Formar e certificar pelo menos 100 profissionais do desporto até 2028.- Aumentar a taxa de retenção de treinadores e gestores desportivos em 15% até 2028.- Melhorar em 20% os índices de satisfação profissional no setor até 2028.- Criar e implementar pelo menos 3 novos programas de capacitação até 2028.
2. Atrair e reter talentos na gestão e operação do desporto	<ul style="list-style-type: none">- Desenvolver políticas de incentivo para treinadores, árbitros e gestores desportivos.- Criar programas de apoio à progressão na carreira dentro das federações e clubes desportivos.- Implementar sistemas de avaliação de desempenho e reconhecimento profissional.		
3. Melhorar as condições de trabalho e as oportunidades de crescimento profissional no setor	<ul style="list-style-type: none">- Estabelecer normas salariais e de trabalho mais justas para os profissionais do desporto.- Criar um plano de desenvolvimento de carreiras desportivas, desde a base até o alto rendimento.- Fomentar um ambiente de trabalho colaborativo e inovador dentro das federações e organizações desportivas.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Objetivo Estratégico 2		Fomentar a internacionalização da formação técnica	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Estabelecer intercâmbios com federações internacionais	<ul style="list-style-type: none">- Negociar protocolos com as federações internacionais e as nossas congéneres internacionais.- Criar uma bolsa de mobilidade internacional.	<ul style="list-style-type: none">- Número de técnicos em mobilidade.- Número de federações parceiras.- Número de formações com conteúdos internacionais.- Participação nas sessões bilíngues.	<ul style="list-style-type: none">- Envolver 20 técnicos em intercâmbios até 2028.- Firmar acordos com 3 federações estrangeiras.- Oferecer 3 formações com conteúdo internacional até 2028.- Alcançar 50 participantes até 2028.
2. Incluir conteúdos internacionais nos programas de formação nacional	<ul style="list-style-type: none">- Traduzir e adaptar manuais da UWW e IMMAF.- Integrar módulos com formadores estrangeiros convidados.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.10. Área Core: Eventos Internacionais

Objetivo Estratégico		Consolidar a capacidade organizativa da federação para atrair, planear e realizar eventos internacionais de referência, promovendo a notoriedade do desporto nacional e o desenvolvimento da modalidade	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Aumentar a captação de eventos internacionais para o país	<ul style="list-style-type: none">– Reforçar candidaturas a eventos internacionais de grande relevância.– Estabelecer parcerias estratégicas com federações internacionais e organizações desportivas.– Criar incentivos e apoio técnico para clubes e associações que pretendam organizar eventos internacionais.	<ul style="list-style-type: none">– Número de eventos internacionais captados e organizados.– Nível de satisfação de atletas, equipas e federações internacionais.– Impacto económico dos eventos no país (turismo, comércio local, etc.).– Audiência média dos eventos nas transmissões e redes sociais.	<ul style="list-style-type: none">– Captar pelo menos 1 evento internacional de grande dimensão até 2028.– Garantir uma taxa de satisfação superior a 85% entre participantes e entidades envolvidas.– Aumentar em 25% o impacto económico médio dos eventos até 2028.– Expandir a visibilidade digital dos eventos em pelo menos 20% até 2028.
2. Melhorar a capacidade organizativa e logística dos eventos	<ul style="list-style-type: none">– Desenvolver planos operacionais detalhados para cada evento, incluindo infraestrutura, transportes e segurança.– Criar um manual de boas práticas para a organização de eventos internacionais.– Implementar formação específica para equipas envolvidas na organização e logística.		
3. Maximizar o impacto económico e mediático dos eventos	<ul style="list-style-type: none">– Desenvolver estratégias de marketing e comunicação para atrair público e patrocinadores.– Criar programas de turismo desportivo associados aos eventos.– Monitorizar o impacto económico e social dos eventos através de estudos e relatórios pós-evento.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.11. Área Core: Responsabilidade Social

Objetivo Estratégico 1		Reduzir as desigualdades na prática de atividade física e desportiva entre homens e mulheres, promovendo a igualdade de género e a inclusão no desporto	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Aumentar a participação feminina em todas as modalidades e níveis competitivos	<ul style="list-style-type: none">– Criar campanhas de sensibilização sobre a igualdade de género no desporto.– Desenvolver programas específicos para incentivar a prática desportiva entre mulheres e meninas.– Reforçar a presença de mulheres em competições e eventos desportivos.	<ul style="list-style-type: none">– Percentagem de participação feminina nas competições federadas.– Número de mulheres em cargos técnicos e de liderança.– Impacto das campanhas de sensibilização na perceção pública sobre igualdade de género no desporto.– Taxa de adesão de jovens atletas femininas aos programas de desenvolvimento	<ul style="list-style-type: none">– Aumentar em 30% a participação feminina em competições federadas até 2028.– Garantir que pelo menos 1/3 dos cargos técnicos e de liderança sejam ocupados por mulheres até 2028.– Criar e executar pelo menos 1 campanha anual de sensibilização sobre equidade no desporto.– Expandir os programas de apoio e incentivo à prática desportiva feminina em 25% até 2028.
2. Promover a equidade de oportunidades em cargos de liderança desportiva	<ul style="list-style-type: none">– Incentivar a participação feminina em cargos técnicos e de gestão nas federações e clubes.– Criar programas de capacitação para mulheres treinadoras, árbitras e dirigentes.– Implementar políticas de paridade nas estruturas de decisão da federação.		
3. Combater barreiras culturais e sociais que dificultam a igualdade no desporto	<ul style="list-style-type: none">– Desenvolver parcerias com escolas e organizações sociais para promover a prática desportiva inclusiva.– Criar mecanismos de apoio financeiro para atletas e treinadoras em situação de desigualdade.– Implementar regulamentos e práticas que garantam a não discriminação de género.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Objetivo Estratégico 2		Aumentar a oferta de prática desportiva para pessoas com deficiência, garantindo acessibilidade, inclusão e oportunidades equitativas no desporto.	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Expandir o número de modalidades adaptadas disponíveis	<ul style="list-style-type: none">– Criar e promover programas específicos para desporto adaptado em diferentes modalidades.– Estabelecer parcerias com clubes, escolas e instituições especializadas para fomentar a prática desportiva inclusiva.– Incentivar a participação de atletas com deficiência em competições nacionais e internacionais.	<ul style="list-style-type: none">– Número de modalidades adaptadas oferecidas pela federação.– Percentagem de infraestruturas desportivas adaptadas e acessíveis.– Número de treinadores capacitados para o ensino do desporto adaptado.– Participação de atletas com deficiência em competições e programas desportivos.	<ul style="list-style-type: none">– Aumentar em 50% o número de modalidades adaptadas disponíveis até 2028.– Garantir que pelo menos 50% das infraestruturas desportivas federadas sejam acessíveis até 2028.– Capacitar pelo menos 20 treinadores para o ensino do desporto adaptado até 2028.– Elevar em 100% a participação de atletas com deficiência nos programas da federação até 2028.
2. Melhorar a acessibilidade das infraestruturas desportivas	<ul style="list-style-type: none">– Adaptar instalações para garantir condições adequadas a atletas com deficiência.– Criar um plano de financiamento para apoiar clubes na modernização das suas infraestruturas.– Implementar auditorias regulares para verificar a acessibilidade dos espaços desportivos.		
3. Capacitar treinadores e equipas técnicas para o desporto adaptado	<ul style="list-style-type: none">– Desenvolver programas de formação específica para técnicos, árbitros e dirigentes.– Criar materiais pedagógicos e metodologias adaptadas ao ensino de modalidades inclusivas.– Estimular a troca de conhecimento com instituições internacionais de referência no desporto adaptado.		
4. Sensibilizar a comunidade desportiva e o público em geral	<ul style="list-style-type: none">– Lançar campanhas de comunicação para promover a inclusão no desporto.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

	<ul style="list-style-type: none">– Criar eventos de demonstração e experiências de prática desportiva adaptada para diferentes públicos.– Envolver atletas surdolímpicos e paralímpicos como embaixadores na promoção do desporto inclusivo.		
--	--	--	--



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

7.12. Área Core: Desporto Para Todos

Objetivo Estratégico		Promover e aumentar a prática desportiva regular entre a população, garantindo acessibilidade, diversidade e inclusão no desporto para todas as idades e grupos sociais	
Objetivo Operacional	Estratégia	KPI's	Metas
1. Ampliar a oferta de programas de desporto recreativo e informal	<ul style="list-style-type: none">- Criar e expandir programas de desporto comunitário em parceria com autarquias e associações locais.- Desenvolver projetos de incentivo à prática informal, como circuitos ao ar livre, eventos abertos e plataformas digitais de orientação desportiva.- Facilitar o acesso gratuito ou a baixo custo a atividades desportivas organizadas.	<ul style="list-style-type: none">- Número de programas de desporto comunitário implementados.- Taxa de participação de diferentes grupos sociais em atividades desportivas.- Número de parcerias estabelecidas com autarquias, clubes e escolas.- Aumento da adesão a eventos desportivos abertos ao público.	<ul style="list-style-type: none">- Criar pelo menos 2 novos programas de desporto comunitário até 2028.- Aumentar em 20% a participação de crianças, idosos e minorias em atividades desportivas até 2028.- Estabelecer parcerias com pelo menos 3 municípios para a promoção do desporto para todos até 2028.- Organizar anualmente pelo menos 2 grandes eventos desportivos inclusivos de âmbito nacional.
2. Aumentar a participação de grupos sub-representados no desporto	<ul style="list-style-type: none">- Criar iniciativas específicas para crianças, idosos e pessoas em situação de vulnerabilidade social.- Desenvolver programas para fomentar o desporto feminino e a participação de minorias.- Implementar campanhas de sensibilização para incentivar a prática desportiva em diferentes contextos.		
3. Melhorar a articulação entre clubes, autarquias e instituições de ensino	<ul style="list-style-type: none">- Desenvolver programas de desporto escolar articulados com clubes desportivos locais.- Criar redes de colaboração entre municípios para a partilha de boas práticas na promoção do desporto para todos.- Apoiar iniciativas comunitárias e de voluntariado que fomentem a prática desportiva regular.		



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

4. Incentivar hábitos de vida ativa através de eventos e campanhas	<ul style="list-style-type: none">- Organizar eventos desportivos abertos à comunidade, como caminhadas, corridas e festivais desportivos.- Criar desafios e incentivos para estimular a participação regular no desporto.- Utilizar campanhas de comunicação e influenciadores para promover um estilo de vida ativo.		
---	--	--	--



8. Enquadramento Orçamental

A execução do Plano de Desenvolvimento Desportivo 2025-2028 exige um enquadramento orçamental coerente, baseado numa previsão realista das receitas e despesas, alinhado com os objetivos estratégicos delineados. O orçamento é um instrumento essencial de planeamento, controlo e avaliação da implementação do plano, e deve refletir a distribuição equilibrada dos recursos financeiros entre as várias áreas de intervenção prioritária.

O financiamento deste plano assenta, em primeiro lugar, na dotação pública atribuída pelo IPDJ, IP, ao abrigo do Programa de Apoio ao Desenvolvimento Desportivo e demais instrumentos legais de financiamento público ao desporto federado. Esta verba constitui a base do orçamento e será complementada por outras fontes de receita, nomeadamente:

- Patrocínios e mecenato desportivo;
- Comparticipações de clubes, atletas e formandos;
- Candidaturas a programas e fundos europeus (Erasmus+, FAMI, Fundo Social Europeu, etc.);
- Receitas próprias da federação (eventos, merchandising, transmissões);
- Acordos de parceria com autarquias, universidades e entidades privadas.

Do lado das despesas, o plano contempla investimentos diretos nas áreas core (formação, desenvolvimento desportivo, alto rendimento e responsabilidade social), bem como custos de funcionamento e modernização estrutural da federação (tecnologia, comunicação, gestão, infraestruturas e recursos humanos).

A definição de um **modelo de financiamento sustentável** pressupõe:

1. Diversificação progressiva das fontes de receita para reduzir a dependência exclusiva do financiamento público;
2. Rigor na gestão orçamental, garantindo eficiência e controlo de custos;
3. Transparência na afetação dos recursos a cada eixo estratégico;
4. Monitorização regular do desempenho financeiro e reavaliação anual do plano orçamental.

Quadro Simplificado de Receitas e Despesas (2026-2028)

Receitas - Valores estimados em euros (€)	2026	2027	2028
IPDJ - Financiamento Público	770.000	855.000	950.000
Patrocínios e Mecenato	25.000	30.000	35.000
Receitas de Eventos e Merchandising	20.000	25.000	30.000
Candidaturas a Fundos Europeus	35.000	40.000	40.000
Comparticipações (Clubes, Formações)	20.000	25.000	25.000
Parcerias com Autarquias e Instituições	20.000	25.000	25.000
Total de Receitas	890.000	995.000	1.105.000

Despesas - Valores estimados em euros (€)	2026	2027	2028
Desenvolvimento Desportivo	220.000	240.000	260.000
Formação de Recursos Humanos	60.000	70.000	80.000
Alto Rendimento e Seleções Nacionais	320.000	360.000	400.000
Eventos Internacionais	50.000	60.000	70.000
Responsabilidade Social e Inclusão	35.000	50.000	60.000
Desporto Para Todos	25.000	30.000	40.000
Tecnologias e Inovação Digital	40.000	45.000	55.000
Comunicação e Marketing	30.000	35.000	40.000
Gestão, RH e Infraestruturas	90.000	100.000	100.000
Total de Despesas	870.000	990.000	1.105.000
Saldo Previsional (Receitas - Despesas)	20.000	5.000	0.000

O plano prevê um ligeiro superavit em 2026 e 2027, criando uma reserva estratégica para o reforço de projetos ou resposta a imprevistos.



Em 2028, antecipa-se um saldo controlado associado à expansão final de vários projetos, que poderá ser compensado com reforço pontual de patrocínios ou execução de candidaturas adicionais.

A sustentabilidade financeira exige rigor na execução e flexibilidade na gestão orçamental, com revisão anual das metas e das fontes de financiamento.

9. Síntese Final

O Plano de Desenvolvimento Desportivo 2025-2028 da Federação Portuguesa de Lutas Amadoras configura-se como um instrumento orientador e mobilizador para o futuro da modalidade em Portugal. Estruturado em torno de áreas internas e core bem definidas, este plano apresenta uma visão integrada que articula os eixos desportivo, organizacional e social, tendo por base os princípios da inclusão, da inovação, da excelência e da sustentabilidade.

O documento parte de uma análise cuidada do contexto interno e externo da FPLA, bem como de uma avaliação SWOT rigorosa, identificando com clareza os pontos fortes a valorizar, as fragilidades a corrigir, as oportunidades a aproveitar e as ameaças a mitigar. Esta leitura estratégica constitui o alicerce para a definição de objetivos concretos e mensuráveis, que visam posicionar a FPLA como uma referência nacional e internacional no universo das lutas amadoras e disciplinas associadas.

Ao nível das áreas internas, o plano delinea ações prioritárias em matérias como a gestão financeira, recursos humanos, infraestruturas, tecnologias, organização e comunicação. Estas áreas estruturais são essenciais para criar as condições logísticas e operacionais que permitirão sustentar o crescimento da prática desportiva e assegurar a estabilidade e eficiência da instituição.

Já no plano das áreas core – desenvolvimento desportivo, seleções nacionais e alto rendimento, formação de recursos humanos, eventos internacionais, responsabilidade social e desporto para todos – o foco incide naquilo que constitui o coração da missão federativa: aumentar a base de praticantes, formar com qualidade, competir ao mais alto nível, e assegurar que todas as pessoas, independentemente da sua condição, tenham acesso ao desporto como direito e oportunidade de transformação.

O plano destaca ainda a importância da modernização e digitalização da federação, bem como da renovação de infraestruturas, assegurando que a FPLA se mantenha competitiva num contexto desportivo em rápida evolução, com exigências crescentes ao nível da gestão, da comunicação e da experiência dos seus agentes e públicos.

Importa realçar que a concretização deste plano depende de forma direta da existência de um suporte financeiro robusto, diversificado e estável. Sem recursos adequados, será impossível cumprir os objetivos ambiciosos aqui definidos, desde a melhoria das condições das seleções nacionais, à expansão da modalidade em territórios de baixa densidade, à organização de eventos de grande impacto ou à formação continuada dos seus agentes.

Para garantir esse financiamento, o plano aponta estratégias de captação de patrocínios, acesso a fundos europeus, desenvolvimento de produtos próprios e parcerias com o setor público e privado. No entanto, estas medidas exigem profissionalismo, planeamento e empenho, tornando evidente que a sustentabilidade financeira é uma responsabilidade coletiva e estratégica, desde logo do Estado português.

Mais do que um conjunto de intenções, este plano deve ser entendido como um compromisso partilhado entre a Direção da FPLA, os clubes, os treinadores, os árbitros, os atletas, os dirigentes, os parceiros institucionais e a sociedade civil. A sua execução depende do envolvimento ativo, da dedicação e do esforço coordenado de todos os intervenientes, num espírito de colaboração e de serviço ao desenvolvimento desportivo nacional.



Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Só com liderança forte, comunicação eficaz, responsabilidade individual e espírito de missão coletivo será possível transformar este plano em realidade. Acreditamos que, com a adesão e mobilização de todos, será possível afirmar a luta como uma modalidade respeitada, inclusiva, moderna e com expressão crescente em Portugal e no estrangeiro.

Em suma, este plano representa uma visão ambiciosa e realista para o futuro das Lutas Amadoras em Portugal, construído com base em dados, experiências e contributos diversos, e projetado para garantir não só a excelência desportiva, mas também a sua relevância social e educativa. Cabe-nos agora assumir o desafio de o concretizar com rigor, compromisso e paixão.

A Luta continua!

Lisboa, julho de 2025

A Direção