

**ASTRONAUTA  
POR UM DIA**



AGÊNCIA ESPACIAL  
PORTUGUESA



**REGULAMENTO**  
**2026**





## 1. INTRODUÇÃO

**1.1** O concurso “Astronauta por um Dia” é organizado pela Agência Espacial Portuguesa e tem como objetivo divulgar e promover o Espaço junto dos mais jovens, proporcionando uma ligação com este sector através da realização de voos parabólicos que simulam um ambiente de microgravidade.

**1.2** O presente regulamento estabelece as condições gerais e técnicas que os participantes devem respeitar no concurso “Astronauta por um Dia”.

**1.3** Os finalistas do concurso têm a oportunidade de participar num voo parabólico, promovido pela Agência Espacial Portuguesa, que terá lugar no dia 20 de setembro de 2026 na ilha de Santa Maria. O voo parabólico é realizado pela empresa Novespace e sob a sua responsabilidade.

**1.4** Os finalistas serão embaixadores desta iniciativa junto da sua comunidade escolar durante o ano letivo de 2026/27, sendo responsáveis por relatar e divulgar a sua experiência junto desta, contribuindo para cultivar o interesse pelo Espaço.

## 2. ELEGIBILIDADE

São elegíveis ao concurso todos os alunos que se encontrem a frequentar, em Portugal Continental ou nos Arquipélagos da Madeira e dos Açores, o ensino básico ou secundário, e que respeitem as seguintes condições:

- Tenham, à **data de realização do voo parabólico**, idade compreendida entre os **14 e os 18 anos** inclusive;
- Estejam inscritos no ano letivo **2025/2026 até ao 11º ano**;
- Sejam **residentes** em Portugal Continental ou nos Arquipélagos dos Açores ou Madeira;
- Sejam, à **data de realização do voo parabólico**, alunos do ensino **básico ou secundário**, geral ou profissional, num estabelecimento de ensino público ou privado em Portugal ou frequentem o ensino básico ou secundário em regime de ensino individual/doméstico, como devidamente certificado pelo Ministério da Educação ou organismo regional com tutela da educação.

## 3. SELEÇÃO DOS PARTICIPANTES

**3.1** Os participantes serão submetidos a um processo de seleção, com **várias fases de natureza eliminatória**, inspirado nos processos de escolha de astronautas.

**3.2** As fases do processo de seleção são as seguintes:

**1.ª Fase** – Inscrição e Apresentação;



**2.ª Fase** – Memória, Velocidade e Raciocínio Espacial;

**3.ª Fase** – Aptidão física;

**4.ª Fase** – Entrevista;

**5.ª Fase** – Fase Final.

**3.3** A seleção do júri para a fase de entrevista é da inteira responsabilidade da Agência Espacial Portuguesa.

**3.4** A seleção final dos candidatos é da inteira responsabilidade do júri.

**3.5** Na fase inicial e na entrevista a seleção dos candidatos é feita tendo por base a sua motivação, criatividade e a proposta para a dinamização do seu mandato enquanto embaixadores do concurso “Astronauta por um Dia”. Nas fases de Memória, Velocidade e Raciocínio Espacial e de aptidão física, a seleção dos candidatos é feita de acordo com a avaliação realizada pelas entidades parceiras de cada fase, sendo que as atividades a realizar constam dos Anexos I e II, respetivamente.

**3.6** O processo de seleção na 1ª fase deve garantir que todos os Distritos e Regiões Autónomas estão representados por, pelo menos, quatro alunos, desde que existam alunos desse distrito/Região inscritos na fase inicial e que na avaliação do vídeo de candidatura tenham obtido nota mínima de 50 pontos em 100. Pretende-se, assim, assegurar que a iniciativa tem, tanto quanto possível, cobertura de todo o território nacional. A partir da 2ª fase, os alunos serão ordenados com base nos resultados das provas ou entrevista.

**3.7** Os resultados de cada fase do processo de seleção são comunicados para o email indicado no momento do preenchimento do formulário de inscrição, indicando a passagem, ou não, à fase subsequente do processo. A lista final de candidatos selecionados para a realização do voo parabólico, organizada por ordem alfabética, é divulgada no sítio da internet [www.astronautaporumdia.pt](http://www.astronautaporumdia.pt), com identificação dos selecionados e dos participantes suplentes (em lista de espera).

**3.8** As fases do processo de seleção decorrem nos termos seguintes:

**3.8.1: 1.ª Fase - Inscrição e Apresentação**

A inscrição e apresentação de candidaturas é realizada, em exclusivo, através do sítio da internet [www.astronautaporumdia.pt](http://www.astronautaporumdia.pt).

Nesta fase é pedida a seguinte documentação:

- i) Formulário de inscrição;
- ii) Vídeo de apresentação.

• **Formulário de inscrição:**

Preenchimento do formulário disponível no sítio da internet da iniciativa contendo



os seguintes itens:

- a. Nome;
- b. Data de Nascimento;
- c. Género;
- d. Morada;
- e. Contacto telefónico;
- f. Descrição do contacto telefónico (candidato ou representante legal);
- g. Email de contacto;
- h. Descrição do email de contacto (candidato ou representante legal);
- i. Contacto de emergência;
  - i1. Grau de parentesco / Relação com o candidato;
- j. Distrito / Região Autónoma da escola frequentada;
- k. Ano de escolaridade;
- l. Submissão de vídeo de máximo 45 segundos com apresentação do participante e da sua motivação;
- m. Formulário de autorização para participar no evento e informação, de acordo com o modelo disponibilizado no Anexo IV;

• **Vídeo de apresentação:**

O vídeo de apresentação, em que o candidato deve ser interveniente visível, deverá ter a duração máxima de 45 segundos e referir a principal motivação do concorrente para participar nesta iniciativa. O vídeo será avaliado de acordo com capacidade de síntese, à-vontade à frente da câmara e articulação de ideias; capacidade de responder às questões sobre a motivação de concorrer e atividades a desenvolver enquanto embaixador; clareza de ideias e atividades propostas; criatividade na realização do vídeo. Vídeos **com mais de 45 segundos** são elemento **eliminatório** na primeira fase.

A Agência Espacial Portuguesa, por si ou em conjunto com outro parceiro a designar, faz a avaliação dos vídeos recebidos. Serão selecionados até 200 candidatos para a fase 2 do processo de seleção.

### **3.8.2: 2.ª Fase - Memória, Velocidade e Raciocínio Espacial**

A descrição completa da fase de Memória, Velocidade e Raciocínio Espacial consta do Anexo I ao presente Regulamento do qual faz integrante.  
Serão selecionados até 75 candidatos para a fase 3 do processo de seleção.

### **3.8.3: 3.ª Fase - Aptidão física**

A descrição completa da fase de aptidão física consta do Anexo II ao presente Regulamento do qual faz integrante.  
Serão selecionados até 35 candidatos para a fase 4 do processo de seleção.



#### 3.8.4: 4.ª Fase - Entrevista

Os participantes serão submetidos a uma entrevista com o júri, por videoconferência (online), com duração entre 10 e 20 minutos.

#### 3.8.5: Resultados Finais e Exames Médicos

Após a entrevista, o júri prepara uma lista ordenada dos candidatos, sendo os 20 primeiros classificados selecionados para participarem no voo parabólico, mediante a verificação de todas as condições necessárias. Os restantes elementos poderão ser integrados numa lista tendente ao preenchimento de lugares no voo, caso venham a vagar.

**3.8.6:** A participação no voo está ainda sujeita a que os alunos selecionados sejam considerados aptos a voar após completarem os exames médicos necessários e exigidos pela Novespace, responsável pelo voo.

Os candidatos devem apresentar certificado de aptidão médica válido, nos termos do anexo III, sendo da sua responsabilidade a respetiva obtenção e entrega nos termos e prazos definidos pela organização, que atempadamente informará os candidatos. Excecionalmente, e mediante pedido fundamentado apresentado dentro do prazo, a Agência Espacial Portuguesa poderá apoiar o processo de obtenção do respetivo certificado. **O Anexo III indica as condições médicas a verificar, os exames médicos necessários e o modelo de formulário a ser preenchido pelo médico responsável.**

O certificado de aptidão médica é entregue pelo candidato à Agência Espacial Portuguesa, competindo a esta o seu encaminhamento para a entidade competente para a decisão final. O referido certificado é tratado com confidencialidade e utilizado exclusivamente para efeitos de verificação dos requisitos de participação, nos termos da legislação aplicável em matéria de proteção de dados pessoais.

**3.8.7:** A autorização e aprovação final para voar compete à Novespace e é da sua responsabilidade.

**3.8.8:** Para participarem no voo parabólico no âmbito da iniciativa “Astronauta por um Dia”, os alunos selecionados devem, ainda, frequentar as atividades preparadas pela organização nos dias que antecedem o voo, conforme programação a definir.

## 4. DISPOSIÇÕES FINAIS

**4.1** Os alunos menores de idade devem apresentar uma **autorização escrita do(s) titular(es) da responsabilidade parental** para se inscreverem no concurso, de acordo com o modelo disponibilizado no Anexo IV. Os alunos menores de idade selecionados para passar à 3.ª fase devem apresentar a autorização escrita, de acordo com o modelo disponibilizado no Anexo IV, com a **assinatura certificada dos respetivos titulares da responsabilidade parental**. **A autorização com a assinatura certificada deve ser entregue até 5 dias antes da data**



da realização da fase de Aptidão Física, sob pena de exclusão do processo de avaliação.

**4.2** A prestação de **declarações falsas** é motivo de **exclusão imediata**, independentemente da fase do processo de avaliação em que esteja o candidato aquando da descoberta da inverdade da declaração.

**4.3** Todas as **despesas decorrentes de eventuais deslocações aos locais** de realização das provas físicas e exames médicos **são cobertas pelos concorrentes**, responsabilizando-se a organização com os gastos inerentes à alimentação (lanche), contratação de formadores e aluguer de espaços. Para a realização do voo, a viagem aérea dos 20 finalistas para a ilha de Santa Maria será garantida pela organização, bem como alimentação e alojamento.

## 5. CRONOGRAMA

O cronograma apresenta datas estimadas que podem ser alteradas sem aviso prévio; as datas concretas de cada fase serão as comunicadas aos candidatos e constantes do sítio da internet [www.astronautaporumdia.pt](http://www.astronautaporumdia.pt).

APRESENTAÇÃO E INSCRIÇÃO NO CONCURSO	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET
PRIMEIRA FASE	2 A 1							
DIVULGAÇÃO DOS SELECIONADOS PARA A 2.ª FASE		27						
SEGUNDA FASE			14					
DIVULGAÇÃO DOS SELECIONADOS PARA A 3.ª FASE			24					
TERCEIRA FASE				9/ 16				
DIVULGAÇÃO DOS SELECIONADOS PARA A 4.ª FASE				30				
QUARTA FASE					15 A 19			
DIVULGAÇÃO DOS RESULTADOS FINAIS					26			
REALIZAÇÃO DOS EXAMES MÉDICOS					–	–	–	
REALIZAÇÃO DOS CURSOS DE PREPARAÇÃO								17 A 19
VOO PARABÓLICO								20



ASTRONAUTA  
POR UM DIA



AGÊNCIA ESPACIAL  
PORTUGUESA

# ANEXOS







## **ANEXO I - MEMÓRIA, VELOCIDADE E RACIOCÍNIO ESPACIAL**

*A divulgar oportunamente.*





## **ANEXO II - APTIDÃO FÍSICA**

*A divulgar oportunamente.*



## ANEXO III

### 1. Condições médicas a verificar e modelo de autorização médica

Condições que são sempre IMPOSSIBILITADORAS (IMP) do voo, que fazem com que o voo seja REMARCADO (REM) ou que exigem obrigatoriamente uma OPINIÃO ESPECIALIZADA (OE) da comissão de voo parabólico	
<b>CARDÍACA</b>	Insuficiência cardíaca (IMP) • Doença coronária (OE) Qualquer distúrbio de ritmo ou de sistema de condução cardíaco (OE) • ECG anormal (OE) Evento de doença ou bypass coronário há menos de 6 meses (IMP), ou mais (OE) Valvulopatia mais significativa (IMP), menos significativa (OE) Tensão arterial elevada mal controlada (IMP) Novo tratamento de controlo da tensão arterial (REM) Bloqueadores beta não-cardioseletivos (IMP) Acumulação de riscos cardiovasculares (OE)
<b>PULMONAR</b>	Falha respiratória (IMP) Asma descontrolada (IMP) História de pneumotórax espontâneo não tratado por sínfise pleural (IMP)
<b>ENDÓCRINA</b>	Diabetes Tipo 1 ou diabetes Tipo 2 bem controlado, sem complicações cardiovasculares (OE)
<b>OTORRINO</b>	História ou patologia atual do ouvido interno, em especial qualquer síndrome vestibular ou vestibulopatia (IMP) Perda de audição grave que impeça o candidato de ouvir as mensagens da tripulação (OE)
<b>ORTOPÉDICA- REUMATOLÓGICA</b>	Qualquer deficiência motora (OE) Qualquer condição que prejudique a densidade óssea (IMP) Patologia osteoarticular evolutiva, ou deficiência que possa ser agravada por uma queda (OE)
<b>OFTALMOLÓGICA</b>	Deficiência visual grave que possa comprometer uma evacuação urgente (SO e pessoa de acompanhamento requerida) História de miopia grave ou de descolamento da retina (OE)
<b>HEMATOLÓGICA</b>	Anomalia hemorrágica, tratamento anticoagulante (IMP).
<b>PSIQUIÁTRICA</b>	Psicose (IMP) Deficiência mental que comprometa uma evacuação urgente (IMP) Ansiedade debilitante, ataques de pânico, claustrofobia, medo de voar, medo de alturas (IMP)
<b>NEUROLÓGICA</b>	Epilepsia (IMP), doenças neurológicas debilitantes (IMP) História de ataque ou acidente isquémico transitório (OE) Ataques de enxaqueca (REM)
<b>GASTROENTEROLÓGICA</b>	Úlcera péptica não cicatrizada (IMP) Doença de refluxo gastroesofágico não tratada ou persistente em tratamento (IMP) Hérnia grande (IMP)
<b>OUTRAS</b>	Qualquer cirurgia recente (<3 meses) (OE) Alcoolismo (IMP) • Consumo de drogas (IMP) Utilização de medicamentos com efeitos adversos incomodativos (IMP ou REM) Gravidez (REM)



## 2. CERTIFICADO DE APTIDÃO MÉDICA PARA VOO PARABÓLICO

Nota: O certificado será considerado não válido se as caixas A1 ou A2; B1 ou B2; C1 ou C2 ou C3 e D1 ou D2 forem deixadas em branco.

Data programada do voo parabólico: \_\_\_\_\_

Nome e apelido do doente: \_\_\_\_\_

Data de nascimento: \_\_\_\_\_ (DD/MM/AAAA) Local de nascimento: \_\_\_\_\_

Eu, abaixo-assinado, Dr. \_\_\_\_\_

Endereço \_\_\_\_\_

- ☐ **A1** médico assistente (quando esta pessoa não tiver designado nenhum médico assistente, certifico que a tenho observado regularmente durante mais de um ano, ou [para os países onde isto é possível] certifico que tive acesso ao registo médico completo desta pessoa)
- ☐ **A2** Médico Examinador Autorizado, Titular da aprovação do Aeromedical Examiner N° \_\_\_\_\_

**Certifico que o meu doente:**

- ☐ **B1** teve um eletrocardiograma de rotina normal, obtido há menos de um mês em: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_
- ☐ **B2** (se com idade igual ou superior a 65 anos) teve um ECG com prova de esforço normal, obtido há menos de um mês em: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_
- ☐ **C1** está APTO para participar nesta atividade.

O candidato envia apenas este certificado (sem ECG, sem Apêndice1) [info@astronautaporumdia.pt](mailto:info@astronautaporumdia.pt)

*Sob reserva de alteração do seu estado de saúde, que anularia este certificado, este certificado para voo parabólico é válido durante dois anos para doentes com menos de 40 anos à data do exame, e durante um ano*





ASTRONAUTA POR UM DIA  
REGULAMENTO

*para doentes com mais de 40 anos à data do exame.*

☐ **C2** está NÃO APTO para participar nesta atividade.

O candidato envia apenas este certificado (sem ECG, sem Apêndice1) para [info@astronautaporumdia.pt](mailto:info@astronautaporumdia.pt)

☐ **C3** Não posso decidir sobre a aptidão médica do meu doente e solicito uma avaliação da comissão médica de voo parabólico *(ver Tabela na página 5 dizendo respeito a patologias que requerem o parecer da comissão)*. **Para este efeito, eu preencho o Apêndice 1 e entrego-o ao meu doente para ser enviado com este certificado, com o ECG, e qualquer documento médico útil para a avaliação, para o endereço postal indicado no Apêndice 1.**

☐ **D1** não tem contraindicações para medicamentos contra enjoo com potenciais efeitos anticolinérgicos ou anti-histamínicos que possam ser fornecidos pela Novespace.

☐ **D2** tem contraindicações para medicamentos contra enjoo com potenciais efeitos anticolinérgicos ou anti-histamínicos **(exemplo: glaucoma, adenoma da próstata)**.

LOCAL E DATA (DD/MM/AAAAA):	RESERVADO
ASSINATURA E CARIMBO DO MÉDICO:	



## 2.1 Formulário de resumo médico

APÊNDICE 1: FORMULÁRIO DE RESUMO MÉDICO (a preencher pelo médico <b>apenas se for solicitada uma avaliação</b> - caixa C3 do certificado)		
Nome próprio:	Apelido:	Data do voo parabólico previsto:
Data de nascimento:	Número de telefone:	Prática desportiva habitual:
Altura (cm):	Peso (kg):	
Endereço:	Email:	
Condição médica passada ou atual que motiva a questão da aptidão para voo parabólico:		
Detalhes acerca desta condição médica:		
Resultados de exames adicionais (parecer especializado, se disponível):		
Outras condições médicas passadas ou atuais conhecidas. Observações:		
Tratamento atual:	Carimbo do médico, Email, número de telefone:	



## ANEXO IV MODELO DE AUTORIZAÇÃO E INFORMAÇÃO

Este modelo deve ser preenchido e assinado, em conjunto ou em separado, por todos quantos detenham responsabilidades parentais / legais em relação ao candidato do concurso “Astronauta por um Dia” / Passageiro.

Para a fase de inscrição, a autorização pode ser assinada com assinatura simples, no entanto, os selecionados para a 3ª fase têm a obrigatoriedade de apresentar a autorização assinada através de assinatura certificada (ponto 4.1 do Regulamento), caso não o tenham feito anteriormente.

Eu, \_\_\_\_\_ (nome completo),

portador do número de identificação civil n.º \_\_\_\_\_,

residente em \_\_\_\_\_

na qualidade de \_\_\_\_\_ (pai/mãe/tutor/outro),

de \_\_\_\_\_ (apelido, nome próprio),

Declaro, para todos os efeitos, que autorizo a sua participação no concurso “Astronauta por um Dia”, promovido pela Agência Espacial Portuguesa, e, caso seja selecionado/a, que o/a autorizo a participar na campanha de voo parabólico a 20/09/2026, a bordo do Airbus A310 ZERO-G operado pela Novespace, passando a ser daqui em diante referido como “o Passageiro”, nos termos das informações e condições referidas abaixo, as quais aceito:

### ***Riscos aeronáuticos***

O Representante legal do Passageiro é informado de que os voos são classificados conforme definido no capítulo 1 do “arrêté” Francês de 24 de Julho de 1991, acerca das condições de utilização de aeronaves civis na Aviação Geral. Não representa uma atividade de transporte aéreo público, tal como definida pelo Código Francês da Aviação Civil.

A aeronave tem uma licença temporária de voo emitida pela Direção Francesa da Aviação Civil (DGAC), diferente do Certificado de Navegabilidade (CofA) normalizado emitido para aeronaves de transporte público. O Representante legal do Passageiro aceita o facto de o voo cumprir os requisitos específicos do regulamento de “Aviação Geral”, e não cumprir com as normas de segurança definidas para o transporte aéreo público. Como consequência, o Representante legal do Passageiro toma nota do facto de o processo de qualificação do A310 ZERO-G não ter sido tão aprofundado como a certificação de aeronaves de transporte público, e de existirem riscos adicionais relacionados com as atividades na área de experimentação, acrescidos pela dificuldade em controlar movimentos quando sob a ação da microgravidade, e devido à ausência de sistema automático de oxigénio na área de experimentação.

A participação em tal voo pode provocar o cancelamento de garantias para empréstimos ou apólices de seguros contraídos a título pessoal ou profissional (bens imóveis, seguro contra morte, invalidez, ...). O Representante legal do Passageiro toma nota da recomendação que lhe é feita para verificar se as suas apólices de seguros não





## ASTRONAUTA POR UM DIA REGULAMENTO

incluem cláusulas que as tornam nulas e sem efeito, no caso de participar num voo a bordo de um avião sem um Certificado de Navegabilidade normalizado. O Representante legal do Passageiro declara ter compreendido que, nesse caso, não irá beneficiar destas apólices de seguros.

O Representante legal do Passageiro e o Passageiro concordam que este cumprirá os regulamentos de voo e que obedecerá às ordens da tripulação em todas as circunstâncias.

### ***Administração de Medicação***

O Representante legal do Passageiro autoriza a Organização a administrar medicação antiemética antes do voo parabólico.

### ***Direito de imagem***

O Representante legal do Passageiro autoriza a Agência Espacial Portuguesa e a Novespace a fotografá-lo e/ou filmá-lo no local da campanha e dentro do avião, e a utilizar a imagem de passageiros para fins promocionais e de comunicação. O Representante legal do Passageiro não será autorizado a vender ou utilizar as fotografias ou filmes registados no local da campanha ou a bordo do avião, para fins comerciais ou publicitários.

### ***Medidas relacionadas com epidemias***

Caso seja necessário, em face de alguma situação de saúde pública como tal qualificada pelas autoridades públicas competentes, deve ser demonstrado o cumprimento das medidas regularmente determinadas por aquelas entidades.

### ***Dados pessoais***

O Representante legal do Passageiro concorda que a Novespace pode recolher os dados e documentos pessoais do Passageiro, partilhá-los com as autoridades aeroportuárias e com a Universidade de Medicina de Caen, em conformidade com o Regulamento Geral de Proteção de Dados (UE 2016/679), com o objetivo de organizar campanhas de voo parabólico. O Representante legal do Passageiro compreende que a informação pode ser armazenada durante um mínimo de 15 anos, se necessário (como exigido pela Lei Francesa para informação médica, se aplicável). O Representante legal do Passageiro compreende que pode solicitar informações sobre os seus dados pessoais armazenados na Novespace, exigir retificação dos dados no caso de se provar que estes são incorretos, ou que sejam apagados, através de simples pedido em [contact2@novespace.fr](mailto:contact2@novespace.fr).

O Representante legal do Passageiro concorda com o facto de os dados médicos relacionados com as medidas Covid-19 serem mantidos confidenciais no seio da equipa médica da Novespace, armazenados durante um mês após a campanha, e apagados depois disso.

Data (DD/MM/AAAA): \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Assinatura: