



AGENTE NOCTUO

& Diagnóstico ONLINE

SÍNTESE

Num mundo empresarial em rápida transformação, a sustentabilidade deixou de ser uma escolha opcional — é hoje um imperativo estratégico, legal e ético. Este manual é o teu ponto de partida: uma bússola prática e acessível para perceberes onde está a tua empresa e como pode evoluir de forma mais responsável, competitiva e preparada para o futuro.

Francisca Caminho

Conteúdo

Introdução	2
Começar com Clareza: Um Novo Caminho para a Sustentabilidade	2
Quem é o Noctulino?	2
Para que serve o Noctus?	3
Exemplos de Prompts para trabalhar com o Noctulino	3
Dicas para tirares o melhor partido do Noctulino	4
Modelo de Prompt Profissional para o Noctulino	5
Como fazer o Diagnóstico Online.....	7
Estrutura geral do Diagnóstico.....	7
Explicação das 5 Dimensões	7
Como funciona o diagnóstico?.....	8
Como te pode ajudar o Noctus neste processo?	8

Introdução

Num cenário empresarial cada vez mais exigente e em transformação acelerada, a sustentabilidade tornou-se um eixo estratégico para a competitividade, o cumprimento legal e a reputação das empresas. Este manual serve como ponto de partida para conheceres o Noctus — o teu agente digital de sustentabilidade — e para compreenderes como dar os primeiros passos de forma simples, acessível e eficaz.

Começar com Clareza: Um Novo Caminho para a Sustentabilidade

Num mundo empresarial em rápida transformação, a sustentabilidade deixou de ser uma escolha opcional — é hoje um imperativo estratégico, legal e ético. Este manual é o teu ponto de partida: uma bússola prática e acessível para perceberes **onde está a tua empresa e como pode evoluir de forma mais responsável, competitiva e preparada para o futuro.**

Aqui vais encontrar:

- Como funciona o **Diagnóstico Online de Sustentabilidade**
- O apoio do **Noctulino**, o nosso mocho digital que te orienta em cada passo
- Os princípios por trás das **5 dimensões-chave** da sustentabilidade empresarial
- **Prompts prontos a usar** para dialogar com o agente digital de forma eficaz
- Dicas para tirar o máximo partido desta nova forma de pensar e agir

Simples, direto e ajustado à realidade das micro, pequenas e médias empresas portuguesas, este guia convida-te a dar o primeiro passo rumo a uma gestão mais consciente e alinhada com os desafios atuais.

Porque ser sustentável é, cada vez mais, ser relevante.

Quem é o Noctulino?

O Noctulino é o agente digital da Noctua - um mocho com conhecimento profundo em sustentabilidade, pronto para apoiar a tua empresa 24h por dia.

O **Noctus** (também conhecido como Noctulino) é o agente digital da Noctua — um mocho curioso, sábio e atento aos desafios do nosso tempo. Desenvolvido com base em inteligência artificial, ele é o teu **companheiro digital no caminho da sustentabilidade empresarial.**

O que o distingue:

- Linguagem clara e adaptada ao teu conhecimento
- Capacidade de responder a dúvidas em tempo real
- Apoio personalizado ao sector e dimensão da tua empresa
- Acesso permanente e sempre atualizado com legislação e boas práticas

Para que serve o Noctus?

O Noctus está preparado para te apoiar em várias frentes:

Esclarecer dúvidas sobre sustentabilidade, legislação, boas práticas e conceitos-chave

Ajudar-te a preencher o Diagnóstico Online passo a passo

Interpretar resultados e sugerir ações concretas para melhorar

Preparar documentos como relatórios, apresentações ou planos de ação

Sensibilizar equipas com linguagem acessível e conteúdos ajustados

Basta interagires com ele — com perguntas simples e diretas — e ele responde de forma prática, personalizada e útil.

Exemplos de Prompts para trabalhar com o Noctulino

Começar o diagnóstico de sustentabilidade

"Ola Noctulino, quero começar o diagnóstico de sustentabilidade da minha empresa. Podes guiar-me passo a passo?"

Dúvidas sobre uma pergunta do formulário

"Noctulino, não tenho a certeza sobre o que significa 'impacto ambiental directo'. Podes explicar com um exemplo?"

"Como posso saber se a minha empresa tem riscos sociais relevantes?"

Entender obrigações legais aplicáveis

"A minha empresa tem menos de 50 colaboradores. Que obrigações legais de sustentabilidade já se aplicam?"

"O que muda para uma PME com a nova Directiva CSRD a partir de 2026?"

Receber sugestões de melhorias práticas

"Com base no meu diagnóstico, que medidas práticas posso implementar nos próximos 3 meses para melhorar o desempenho ambiental?"

Melhorar a competitividade com sustentabilidade

"De que forma a sustentabilidade pode diferenciar o meu negócio no mercado?"

Pedir orientação estratégica

"Ajuda-me a criar um plano de acção inicial com base nos resultados do diagnóstico."

Esclarecimentos sobre conceitos

"Explica-me o que são práticas de ESG e como se aplicam numa microempresa."

Apoio na organização da informação

"Que tipo de documentos ou dados devo ter por perto para preencher correctamente o diagnóstico?"

Dicas para tirares o melhor partido do Noctulino

Ser claro e direto nos pedidos

Usa linguagem simples e específica.

Exemplo: Em vez de 'Preciso de ajuda', diz 'Preciso de ajuda para preencher a secção ambiental do diagnóstico'.

Interage em blocos curtos de tempo

Se estiveres com pouco tempo, faz o diagnóstico por etapas. O Noctulino lembra-se onde ficaste.

Reúne previamente informação útil

Antes de começares, prepara:

Número de colaboradores

Consumos energéticos e de água

Resíduos gerados

Políticas internas (ambiente, igualdade, ética)

Relações com fornecedores

Usa o Noctulino como mentor digital

Ele pode explicar conceitos, dar exemplos aplicados à tua empresa e orientar decisões.

Transforma o diagnóstico em ação

Após preencheres o formulário, pede por exemplo:

'Sugere-me 3 ações prioritárias'

'Cria uma apresentação com os meus resultados'

Volta sempre que precisares

O Noctulino está disponível 24h por dia, sempre atualizado e pronto para continuar contigo.

Modelo de Prompt Profissional para o Noctulino

Se queres começar de uma forma técnica e profissional para iniciar a tua empresa a preparar os teus relatórios:

Contexto: [Explica quem és, o tipo de empresa e o que pretendes]

Objetivo: [Define claramente o que queres alcançar com a resposta]

Detalhes relevantes: [Dá informações específicas que possam influenciar a resposta]

Tom desejado: [Formal, acessível, técnico, simples, resumido, etc.]

Exemplo 1 — Pedido de recomendação estratégica

Prompt completo:

Sou gestora de uma microempresa no sector alimentar com 8 colaboradores. Estamos a dar os primeiros passos na área da sustentabilidade. Quero definir 3 prioridades realistas para melhorar o nosso desempenho ambiental nos próximos 6 meses.

Podes indicar-me acções práticas adaptadas à nossa realidade, com impacto directo e baixo custo?

Pretendo uma resposta acessível, mas fundamentada, e se possível com exemplos de outras empresas semelhantes.

Exemplo 2 — Esclarecimento legal

Prompt completo:

A minha empresa é uma PME com 42 colaboradores na área dos serviços digitais. Tenho dúvidas sobre as obrigações legais de sustentabilidade que já se aplicam e as que vão entrar em vigor em 2026 com a CSRD.

Podes explicar-me, de forma simples, mas completa, o que terei de fazer nos próximos dois anos para estar em conformidade?

Gostava que incluísse links úteis ou sugestões para começar a preparar a resposta.

Exemplo 3 — Apoio técnico na resposta ao diagnóstico

Prompt completo:

Estou a preencher o diagnóstico de sustentabilidade da Noctua e cheguei à parte da dimensão social. A pergunta é: "A empresa promove a igualdade de género, diversidade e inclusão?"

Não sei como avaliar esta questão de forma objectiva.

Podes ajudar-me a perceber que tipo de políticas, práticas ou indicadores devo considerar para responder com rigor?

Quero uma resposta curta, mas clara, com exemplos concretos.

Exemplo 4 — Preparação para comunicar resultados

Prompt completo:

Já preenchi o diagnóstico de sustentabilidade e quero apresentar os principais resultados à minha equipa de forma simples e inspiradora.

Podes ajudar-me a criar um guião de apresentação com os pontos fortes, áreas de melhoria e 3 recomendações prioritárias?

Pretendo um tom motivador, sem termos técnicos excessivos.

Dica final:

Sempre que possível, diz ao Noctulino “fala-me como se eu não fosse especialista” ou “dá-me uma versão resumida para apresentar à equipa”. Ele adapta-se ao teu estilo e conhecimento.

Como fazer o Diagnóstico Online

"A sustentabilidade começa com uma pergunta simples: onde estamos?"

O Diagnóstico Online é o primeiro passo para responderes a essa pergunta com clareza — e começares a construir um caminho mais sustentável e competitivo para a tua empresa."

Breve Introdução

"Vamos agora conhecer como funciona o nosso Diagnóstico Online de Sustentabilidade — uma ferramenta simples, intuitiva, e feita a pensar nas micro, pequenas e médias empresas portuguesas.

E o melhor: podes contar com a ajuda do Noctulino, o nosso mocho digital especialista em sustentabilidade, que te orienta em cada passo."

O que é o Diagnóstico Online de Sustentabilidade?

O **Diagnóstico Online** da Noctua é uma ferramenta desenhada para ajudar PME's a perceber onde estão no seu percurso de sustentabilidade. Simples, intuitivo e dividido em 5 áreas essenciais, permite às empresas autoavaliarem-se e preparar o caminho para uma estratégia mais sólida e estruturada.

Objetivos:

- Aumentar a consciência interna sobre práticas sustentáveis
- Preparar a empresa para obrigações legais, como a CSRD
- Apoiar a definição de prioridades e áreas de melhoria
- Servir como base para avaliações externas ou certificações futuras

Estrutura geral do Diagnóstico

"Este diagnóstico foi desenhado para ser rápido, útil e orientador, e está dividido em 5 dimensões essenciais que cobrem as áreas-chave da sustentabilidade numa organização."

Explicação das 5 Dimensões

1. Dimensão Visão e Estratégia

Como a sustentabilidade está integrada na missão e visão da empresa.

Aqui olhamos para o nível de compromisso da empresa com a sustentabilidade a longo prazo. Já integrou estes princípios na sua visão? Tem objetivos definidos?

É o ponto de partida para percebermos se a sustentabilidade está mesmo no ADN da organização.

2. Dimensão Governança e Gestão

Políticas, processos, compromissos e responsabilidades internas

Avalia-se se existem políticas, planos de ação e processos internos que sustentem práticas sustentáveis. Não basta ter boas intenções — é preciso estrutura para as pôr em prática.

3. Dimensão Social

Igualdade, ética, diversidade, bem-estar e impacto social.

Esta secção foca-se nas pessoas: igualdade, diversidade, bem-estar dos colaboradores, ética, transparência, impacto na comunidade.

Empresas sustentáveis são também socialmente justas.

4. Dimensão Ambiental

Gestão de recursos, resíduos, água, energia, etc.

Avalia a forma como a empresa gere os seus recursos naturais: água, energia, resíduos, matérias-primas.

Aqui vemos o que já está a ser feito e onde há oportunidades claras de melhoria.

5. Dimensão Climática

Adaptação às alterações climáticas e redução de emissões.

Nesta última dimensão, olhamos especificamente para a contribuição da empresa para a redução de emissões de gases com efeito de estufa, bem como medidas de adaptação às alterações climáticas."

Como funciona o diagnóstico?

É um questionário simples

- Questionário de resposta: **Sim / Não / Talvez**
- Respostas rápidas, baseadas na realidade atual da empresa
- Não é necessário preparar documentos técnicos
- Serve como **fotografia inicial** e não como avaliação final

Como te pode ajudar o Noctus neste processo?

Durante o preenchimento do diagnóstico, podes perguntar ao Noctus:

- "O que significa esta pergunta?"
- "Podes dar-me um exemplo de boa prática para esta área?"
- "Ainda não tenho isto implementado, por onde posso começar?"
-

Depois de concluído o diagnóstico, o Noctus pode:

- Interpretar os teus resultados
- Sugerir ações prioritárias
- Criar um plano de melhoria

- Ajudar-te a preparar uma apresentação interna

Dicas para trabalhar com o Noctus

- Sê claro e direto: perguntas simples produzem melhores respostas.
- Divide por blocos: podes fazer o diagnóstico por partes.
- Reúne previamente dados essenciais (colaboradores, consumo energético, resíduos, políticas).
- Aproveita o Noctus como mentor: ele pode ensinar, orientar e inspirar.
- Volta sempre que precisares: o agente está disponível 24/7.

Começa hoje. Porque ser sustentável é, cada vez mais, ser relevante.