



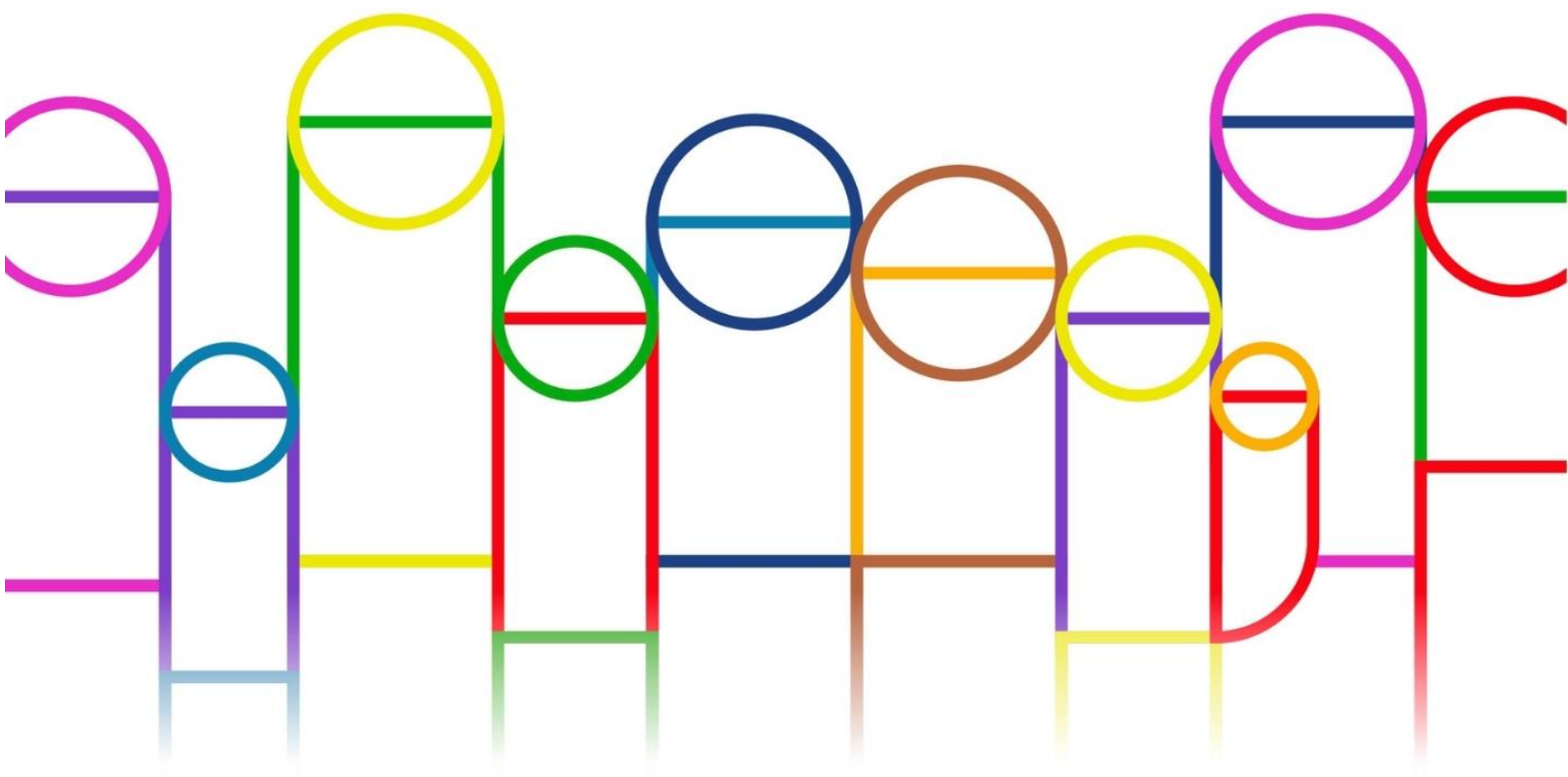
**REGIÃO
DE COIMBRA
a tua Casa**

*Onde todas as
pessoas têm lugar*



PLANO MUNICIPAL PARA INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES

MUNICÍPIO DE PAMPILHOSA DA SERRA



**REGIÃO
METROPOLITANA
COIMBRA**
COMUNIDADE
INTERMUNICIPAL

**MIGUEL
TORGA**
ISMT.PT



**Cofinanciado pela
União Europeia**



Os Fundos Europeus mais próximos de si.

FICHA TÉCNICA

Título

Plano Municipal para a Integração de Migrantes do Município de Pampilhosa da Serra

Enquadramento do Projeto

Projeto financiado pelo FAMI – Fundo para o Asilo, a Migração e a Integração, no âmbito do Programa Nacional FAMI 2030.

Entidade Promotora

Comunidade Intermunicipal da Região de Coimbra

Coordenação Institucional Municipal

Presidente da Câmara Municipal de Pampilhosa da Serra

Coordenação Científica

Instituto Superior Miguel Torga

Fernanda Daniel e Laura Lemos

Equipa Técnica

Instituto Superior Miguel Torga

Diana Azedo, Diogo Andrade, Pedro Almeida e Ricardo Crispim

Edição

Novembro de 2025

Índice

1. Enquadramento geral	4
2. Objetivos	4
3. Metodologia.....	5
3.1. Procedimentos éticos e disseminação do inquérito	6
3.2. Análise de dados	7
4. Caracterização populacional e territorial	8
5. População migrante no contexto demográfico local.....	9
5.1. Caracterização específica da população migrante no concelho	15
6. Emprego.....	16
7. Habitação	17
8. Apresentação dos resultados — Inquérito.....	18
9. Conclusões e Recomendações.....	45
EIXO 1 — Valorização de Competências, Empregabilidade e Autonomia Económica	
46	
EIXO 2 — Acesso a Direitos, Saúde, Habitação e Apoio Familiar	47
EIXO 3 — Participação Comunitária, Interculturalidade e Igualdade	48
EIXO 4 — Educação, Parentalidade, Infância e Inclusão Digital	48
Coordenação, Monitorização e Avaliação	49
Referências bibliográficas.....	51

1. Enquadramento geral

O Plano Municipal para a Integração de Migrantes (Ação 4 do Fundo Europeu para a Integração de Nacionais de Países Terceiros) é promovido pela Comunidade Intermunicipal da Região de Coimbra (CIM-RC) e visa promover a inclusão de pessoas migrantes, bem como mapear recursos e necessidades específicas em cada município da Região de Coimbra.

A análise da realidade migratória neste concelho é orientada por uma perspetiva de inclusão social, que procura compreender não apenas os desafios individuais das pessoas migrantes, mas também os fatores estruturais que condicionam o seu acesso a direitos e oportunidades. É importante sublinhar que a inclusão não deve ser entendida como sinónimo de assimilação, mas antes como um processo que valoriza a diversidade cultural como recurso coletivo. Do mesmo modo, o ónus da inclusão não pode recair exclusivamente sobre as pessoas migrantes, frequentemente em situação de maior vulnerabilidade, cabendo também às instituições e às comunidades locais criar condições efetivas para uma participação plena e equitativa.

A Pampilhosa da Serra integra a CIM Região de Coimbra que é composta por mais 18 municípios: Arganil, Cantanhede, Coimbra, Condeixa-a-Nova, Figueira da Foz, Góis, Lousã, Mealhada, Mira, Miranda do Corvo, Montemor-o-Velho, Mortágua, Oliveira do Hospital, Penacova, Penela, Soure, Tábua e Vila Nova de Poiares.

2. Objetivos

O Plano Municipal para a Integração de Migrantes da Pampilhosa da Serra tem como objetivo geral caracterizar a população migrante residente no concelho, identificar os principais desafios e dinâmicas de inclusão e promover uma abordagem de inclusão que reconheça a diversidade como um valor estruturante do território e da ação pública.

De forma mais específica, o relatório visa:

- Reunir e analisar dados demográficos, sociais e económicos relativos à população migrante;
- Identificar padrões de distribuição territorial, inserção profissional, condições habitacionais e níveis de escolaridade;
- Compreender, através de inquérito, as perceções e experiências da população migrante em relação à inclusão na sociedade portuguesa em geral e no município no qual habitam, em particular;
- Fornecer um diagnóstico atualizado que sirva de base à elaboração e monitorização de políticas municipais e públicas de inclusão e participação social, orientadas por princípios de igualdade, justiça e valorização da diversidade.

3. Metodologia

A metodologia adotada para a elaboração do Plano Municipal para a Integração de Migrantes do concelho da Pampilhosa da Serra baseou-se numa abordagem mista, integrando estratégias de investigação quantitativas e documentais. Esta opção metodológica permitiu uma compreensão aprofundada da realidade migratória no município. A combinação de diferentes métodos e fontes de informação visou garantir a robustez dos resultados e a sua utilidade prática para a definição de políticas municipais de inclusão social.

Na vertente quantitativa, foi desenvolvido um questionário estruturado, disponível em quatro idiomas (português, inglês, francês e espanhol), permitindo maior acessibilidade à participação de pessoas migrantes de diferentes origens linguísticas. O instrumento de recolha de dados abrangeu um conjunto alargado de dimensões essenciais ao processo de inclusão, nomeadamente:

- Trajetória migratória, incluindo tempo de residência em Portugal, motivos de migração, tipo de documento, situação documental e intenção de obtenção de nacionalidade;

- Redes de apoio e condições de inclusão, com enfoque nos suportes recebidos, nas dificuldades enfrentadas e na perceção de acolhimento social;
- Habitação e saúde, através da análise das condições habitacionais, dos desafios no acesso à habitação e na obtenção de cuidados de saúde;
- Educação, qualificações e mercado de trabalho, considerando o nível de ensino, o reconhecimento de estudos, a situação profissional e a satisfação laboral;
- Participação social, cívica e religiosa, abordando também a participação comunitária e a perceção de inclusão social;
- Experiências de discriminação e exercício de direitos, complementadas por dados demográficos básicos.

O questionário foi concebido para recolher informação quantitativa representativa, assegurando uma cobertura territorial equilibrada e a comparabilidade entre os diferentes municípios da Região de Coimbra.

3.1. Procedimentos éticos e disseminação do inquérito

Antes do início da recolha de dados, o estudo obteve parecer positivo da Comissão de Ética do Instituto Superior Miguel Torga (ISMT), garantindo o cumprimento dos princípios de ética e deontologia científica. O anonimato dos/das participantes foi rigorosamente assegurado e o acesso às respostas ficou restrito à equipa de investigação.

Para garantir uma disseminação abrangente e equitativa, em cada município foi designado um representante da Câmara Municipal, contactado pela CIM-Região de Coimbra, responsável por divulgar o questionário junto das comunidades migrantes locais e das entidades parceiras. Durante o período de aplicação, estes contactos municipais foram regularmente informados sobre o número de questionários já submetidos na plataforma, o que permitiu acompanhar a adesão e incentivar a participação.

Como estratégia de divulgação, foram elaborados cartazes informativos e materiais de comunicação visual adaptados ao público-alvo. O questionário foi disponibilizado em duas modalidades complementares:

- Uma versão digital, implementada na plataforma *LimeSurvey*, que permitiu a participação online através de computadores e dispositivos móveis;
- Uma versão em formato papel, direcionada a contextos onde o acesso à internet era limitado ou inexistente, assegurando assim a inclusão de todos os perfis de participantes.

Na divulgação, recorreu-se ainda a links diretos e *QR Codes*, disseminados através das autarquias, associações locais, centros de apoio e equipamentos públicos. Este processo contou com o envolvimento ativo das equipas municipais e de parceiros institucionais, o que favoreceu uma cobertura territorial alargada e um maior alcance da população migrante.

3.2. Análise de dados

A análise seguiu uma lógica de articulação metodológica combinando dados primários e secundários. Os dados quantitativos primários, recolhidos através de inquérito, fundamentaram o perfil demográfico e socioeconómico da população migrante na região, enquanto a análise documental forneceu uma leitura contextualizada das políticas públicas locais e das dinâmicas migratórias. Para enriquecer a análise, foram mobilizados dados oficiais e administrativos secundários, designadamente os Censos de 2011 e 2021 do Instituto Nacional de Estatística (INE) e as estatísticas recentes da Agência para a Integração, Migrações e Asilo (AIMA; 2023/2024). A articulação entre estas fontes secundárias e os dados primários recolhidos permitiu comparar tendências temporais e identificar convergências e discrepâncias entre indicadores demográficos, sociais e territoriais, conferindo maior robustez aos resultados.

4. Caracterização populacional e territorial

O município da Pampilhosa da Serra situa-se na Região Centro, sendo delimitado a norte por Arganil, a sul por Oleiros, a este pelo Fundão e a oeste por Góis. A superfície total do território é de 396,46 km² e encontra-se organizado em 8 freguesias, sendo a Vila da Pampilhosa da Serra a sua sede. À data dos Censos de 2021, o município contava com 4 082 habitantes.

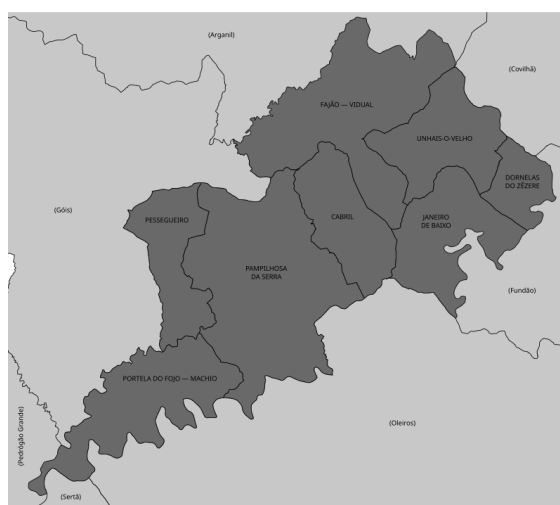


Figura 1. Freguesias que compõem o Concelho da Pampilhosa da Serra

Fonte: Município de Pampilhosa da Serra (portal institucional)

Para compreender a evolução demográfica da Pampilhosa da Serra, analisam-se de seguida dois indicadores: a densidade populacional por freguesia e o retrato geral da população residente, com base nos Censos de 2011 e 2021.

A Tabela 1 mostra uma redução generalizada da densidade populacional em quase todas as freguesias entre 2011 e 2021. A exceção é Cabril, onde se observa um ligeiro aumento. Este declínio afeta homens e mulheres, refletindo o despovoamento progressivo do território e uma diminuição da densidade média global no concelho ao longo da última década.

Tabela 1

Densidade Populacional por Local de Residência à Data dos Censos de 2021

Local de residência	2021			2011		
	N.º/ km ²			N.º/ km ²		
	HM	H	M	HM	H	M
Cabril	6,93	3,38	3,55	6,56	3,13	3,44
Dornelas do Zêzere	40,57	18,13	22,45	41,48	19,65	21,84
Fajão-Vidual	3,46	1,66	1,80	3,98	1,78	2,20
Janeiro de Baixo	13,10	6,19	6,90	16,44	8,16	8,28
Pampilhosa da Serra	13,01	5,93	7,08	13,87	6,01	7,86
Pessegueiro	5,84	2,81	3,03	7,13	3,09	4,03
Portela do Fojo-Machio	8,56	4,22	4,34	9,60	4,41	5,19
Unhais-o-Velho	10,64	4,93	5,71	11,57	5,66	5,91

Notas. HM = Homens e Mulheres; H = Homens; M = Mulheres.

5. População migrante no contexto demográfico local

Para enquadrar a leitura sobre migrações num território de baixa densidade (cf. Tabela 1: nenhuma freguesia ultrapassa ~41 hab./km²), apresentam-se, em seguida, a evolução recente da população residente e indicadores demográficos de referência (Censos 2011 e 2021). As estimativas de 2024 do INE são mencionadas apenas no texto para atualização pós-Censos.

Entre 2011 e 2021, a população total do concelho diminuiu de 4 481 para 4 082 residentes (–8,9%; menos 399 pessoas). As estimativas do INE para 2024 apontam, contudo, para uma ligeira recuperação, com cerca de 4 182 habitantes, o que representa um aumento de 1,1% face a 2023, sugerindo um abrandamento da tendência de declínio.

Num território fortemente envelhecido, o índice de envelhecimento agravou-se de 589,7 idosos por 100 jovens em 2011 para 693,3 em 2021, tendo depois descido

ligeiramente para 640,1 em 2024. Esta variação indica um pequeno rejuvenescimento relativo, embora o nível de envelhecimento permaneça extremamente elevado.

A população estrangeira com estatuto legal de residente registou um crescimento expressivo entre 2011 e 2021, passando de 23 indivíduos (0,7%) para 127 (3,1%). Contudo, entre 2021 e 2023, observou-se uma redução acentuada para 51 residentes (–59,8%). Apesar de os números absolutos serem modestos, a sua presença tem impacto relevante num concelho de baixa densidade e população dispersa: contribui para atenuar a perda demográfica, diversificar a estrutura etária e sustentar serviços locais essenciais, como a escola e o comércio de proximidade (Tabela 2).

Tabela 2

Retrato Populacional do Município de Pampilhosa da Serra (PORDATA)

	2011	2021	2023	2024	VR (%) 2011- 2021	VR (%) 2021- 2023	VR (%) 2023- 2024
População residente	4 481	4 082	4 138	4 182	-8,9	1,4	1,1
Pessoas idosas por cada 100 jovens	589,72	693,33	634,5	640,1	17,6	-8,5	0,9
População estrangeira com estatuto legal de residente	23	127	51	—	452,2	-59,8	—
População estrangeira (%) da população residente	0,7	3,1	—	—	342,9	—	—

Nota. VR (%) = Variação relativa em termos percentuais; os valores referem-se ao número de indivíduos de nacionalidade não portuguesa com estatuto legal de residente, segundo registos administrativos do INE (baseados em autorizações/cartões de residência) - dados de periodicidade anual; os valores apresentados para 2023 e 2024 são estimativas (INE, 2024).

Em linha distinta das estimativas do INE, os dados do município reportam um crescimento contínuo da população migrante entre 2021 e 2025 (Gráfico 1).

Gráfico 1

Evolução da População Migrante Residente no Município da Pampilhosa da Serra

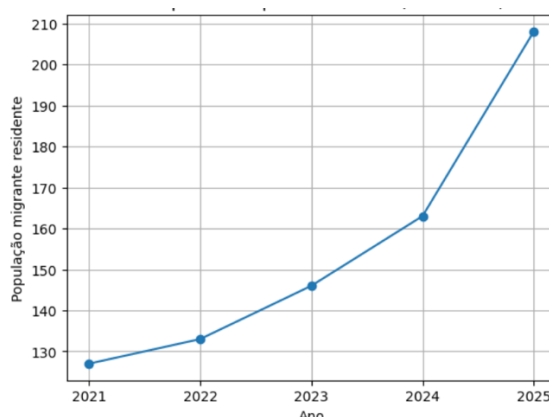


Tabela 3 mostra como a população (total e estrangeira) se reparte pelas freguesias.

A

Tabela 3 confirma, para 2021, um total de 4 082 residentes no concelho e 127 residentes estrangeiros, coerente com o retrato global da Tabela 2. No plano intramunicipal, Pampilhosa da Serra destaca-se como a freguesia mais populosa, com 1 303 habitantes, enquanto Pessegueiro apresenta o valor mais baixo, com 187 residentes. Em números absolutos, a freguesia-sede concentra também o maior contingente de estrangeiros (31 pessoas), seguindo-se Portela do Fojo-Machio (25) e, em patamares semelhantes, Dornelas do Zêzere e Janeiro de Baixo (19 cada).

Quando se observa o peso relativo da população estrangeira, sobressaem Cabril, onde os estrangeiros representam cerca de 6,6% dos residentes (16 em 244), e Portela do Fojo-Machio, com aproximadamente 5,5% (25 em 452). No extremo oposto, Unhais-o-Velho apresenta cerca de 0,7% (3 em 421) e Pessegueiro cerca de 1,1% (2 em 187), evidenciando presença residual de pessoas estrangeiras.

Em termos etários, as pessoas estrangeiras estão predominantemente em idade ativa: 77 pessoas têm entre 18 e 60 anos. Seguem-se os maiores de 60 anos (32 pessoas) e os menores de 18 (18 pessoas). Este perfil sugere que a população estrangeira poderá estar

a contribuir, ainda que de forma modesta em números absolutos, para enriquecer a base ativa do município.

Tabela 3

População Residente por Freguesia do Município de Pampilhosa da Serra (Censos 2021)

	População total residente	População residente de nacionalidade estrangeira	Percentagem da População estrangeira
Cabril	244	16	6,56%
Dornelas do Zêzere	667	19	2,85%
Fajão-Vidual	275	12	4,36%
Janeiro de Baixo	533	19	3,56%
Pampilhosa da Serra	1303	31	2,38%
Pessegueiro	187	2	1,07%
Portela do Fojo-Machio	452	25	5,53%
Unhais-o-Velho	421	3	0,71%

Nota. * = União das freguesias; os valores correspondem à população residente habitual, incluindo pessoas de nacionalidade portuguesa e estrangeira, de acordo com os Censos 2021 (INE). Dados de periodicidade decenal.

Para completar o enquadramento demográfico, apresenta-se a distribuição da população residente e de nacionalidade estrangeira pelo nível de ensino mais elevado completo.

Em 2021, a estrutura educativa do município totalizava 4 082 residentes, dos quais 127 eram estrangeiros. Entre estes, o ensino secundário e pós-secundário é o nível mais frequente (36 pessoas; 28,4%), seguido do básico – 3.º ciclo (25; 19,7%) e do grupo sem escolaridade (23; 18,1%). O ensino superior abrange 21 pessoas (16,5%), enquanto os básicos 2.º e 1.º ciclos reúnem 13 (10,2%) e 9 (7,1%) indivíduos, respetivamente.

Na população total residente, predomina o ensino básico – 1.º ciclo (1 666 pessoas; 40,8%), seguido do secundário e pós-secundário (585; 14,3%) e do básico – 3.º ciclo (541; 13,3%). Os grupos sem escolaridade (672; 16,5%), básico – 2.º ciclo (398; 9,8%) e ensino superior (220; 5,4%) completam o quadro.

Observando o peso relativo de estrangeiros dentro de cada nível, sobressaem o ensino superior (9,6% dos residentes nesse nível são estrangeiros) e o secundário (6,2%), valores acima do verificado no básico – 1.º ciclo (0,5%). Este padrão indica uma presença migrante mais concentrada nos níveis médios e superiores, ainda que coexista uma fração sem escolaridade.

Refira-se que a categoria “Nenhum” inclui sobretudo menores de 15 anos ainda em percurso escolar, não devendo ser interpretada como ausência de escolarização entre adultos.

Tabela 4

População Residente e de Nacionalidade Estrangeira, Segundo o Nível de Ensino Mais Elevado Completo, no Município de Pampilhosa da Serra (Censos 2021)

Nível de Ensino Mais Elevado Completo	População total residente	População residente de nacionalidade estrangeira
Nenhum	672 (16,5%)	23 (18,1%)
Ensino básico 1.º ciclo	1666 (40,8%)	9 (7,1%)
Ensino básico 2.º ciclo	398 (9,8%)	13 (10,2%)
Ensino básico 3.º ciclo	541 (13,3%)	25 (19,7%)
Ensino secundário e pós-secundário (Cursos de especialização tecnológica)	585 (14,3%)	36 (28,4%)
Ensino Superior (inclui bacharelato)	220 (5,4%)	21 (16,5%)

De seguida, segue-se a tabela 5 para complementar o perfil de qualificações. Nesta apresenta-se a composição por nacionalidade e sexo da população estrangeira residente na Pampilhosa da Serra, com base na informação administrativa mais recente do INE (2023). Dada a dimensão reduzida do contingente migrante, foram incluídos todos os países representados.

Em 2023, a população estrangeira que solicitou estatuto de residente no município da Pampilhosa da Serra é reduzida: 12 pessoas ($\approx 0,3\%$ de 4 138 habitantes).

Em 2023, a população estrangeira que solicitou estatuto de residente no município da Pampilhosa da Serra é reduzida: 12 pessoas ($\approx 0,3\%$ de 4 138 habitantes). Observa-se alguma diversidade de origens, com São Tomé e Príncipe (9 residentes), Angola (1), Reino Unido (1) e Finlândia (1). Verifica-se predomínio masculino (8 H vs. 4 M), refletido numa razão de masculinidade de 200 H/M, explicada sobretudo pela composição da comunidade santomense (6 H e 3 M).

A interpretação será complementada nas secções seguintes, com a apresentação e discussão dos resultados dos inquéritos, permitindo atualizar e enquadrar estes dados.

Tabela 5

População Estrangeira que Solicitou Estatuto de Residente por Nacionalidade, Sexo e Composição Total do Município de Pampilhosa da Serra (INE, 2023)

País	N (H-M)	N (H)	N (M)	Razão de masculinidade (H/M $\times 100$)
Angola	1	0	1	0
Finlândia	1	1	0	-
Reino Unido da Grã-Bretanha e da Irlanda do Norte	1	1	0	-
São Tomé e Príncipe	9	6	3	200
População do município	N (H-M)	N (H)	N (M)	Razão de masculinidade (H/M $\times 100$)

¹ População estrangeira	51	28	23	121
² População residente total	4138	1970	2168	90,87
³ População não estrangeira	4081	1942	2145	90,54

Nota. H = Homens; M = Mulheres; a listagem acima abrange as nacionalidades mais representadas. 1 = População estrangeira residente. 2 = Inclui estrangeiros/as e portugueses/as. 3 = Portugueses/as residentes.

A população estrangeira residente, em 2023, totaliza 51 indivíduos, sendo maioritariamente composta por homens (28) face a 23 mulheres, o que se reflete numa razão de masculinidade de 121, indicando uma sobrerrepresentação do sexo masculino neste grupo. Contudo, quando se observa a população residente total do município, que inclui tanto nacionais como estrangeiros (4 138 indivíduos), verifica-se um perfil demográfico inverso, com um predomínio de mulheres (2 168) sobre homens (1 970), traduzido numa razão de masculinidade de 90,87. Este padrão confirma-se na população não estrangeira, ou seja, nos cidadãos de nacionalidade portuguesa (4 081 residentes), onde a razão de masculinidade é de 90,54, reforçando a tendência de uma ligeira, mas consistente maioria feminina na comunidade local.

5.1. Caracterização específica da população migrante no concelho

No concelho de Pampilhosa da Serra, a população migrante é maioritariamente oriunda de países da Comunidade dos Países de Língua Portuguesa (CPLP), com particular expressão dos países africanos de língua oficial portuguesa e do Brasil (cerca de 88 pessoas provenientes dos PALOP e 32 do Brasil), apresentando características sociodemográficas específicas que importa considerar na definição das respostas de intervenção, segundo dados do município.

Destaca-se:

- Elevada presença de agregados familiares numerosos, com um número significativo de crianças e jovens;

- Percentagem relevante de mulheres em idade fértil, verificando-se situações de gravidez em idades precoces;
- Necessidade acrescida de apoio na parentalidade, saúde materno-infantil e acompanhamento familiar;
- Maior vulnerabilidade social associada a contextos de inserção recente, instabilidade laboral e dificuldades no acesso à habitação criando situação de sob lotação.

Estas características exigem uma abordagem integrada, articulando respostas ao nível da saúde, educação, ação social, igualdade de género e proteção da infância, em estreita cooperação com os serviços locais e parceiros da Rede Social e do CLDS 5G.

6. Emprego

Contexto nacional

Em Portugal, o mercado de trabalho caracteriza-se pelo predomínio dos serviços e por escassez de mão de obra recorrente em setores como construção, restauração, agricultura, cuidados e saúde. Para muitas pessoas migrantes, estas oportunidades coexistem com barreiras ao reconhecimento de qualificações, exigências linguísticas e processos de recrutamento assentes em redes informais, podendo resultar em subutilização de competências e vínculos a termo.

Enquadramento local

Dados revelados pelos Censos 2021 mostram que o perfil produtivo local é claramente terciário: 73,7% da população empregada trabalha em serviços, com destaque para Educação, Saúde e Apoio Social (24,2%) e Administração Pública e Defesa/Segurança Social (21,2%). Seguem-se Comércio (9,4%), Atividades financeiras, imobiliárias, científicas e serviços (5,8%), Alojamento e Restauração (5,2%), Transportes/Armazenagem e TIC (3,7%) e outras atividades (4,3%).

O setor secundário representa 22,9%, repartido de forma equilibrada entre Construção (11,9%) e Indústrias extrativas/transformadoras e energia/água (11,0%). O setor primário tem peso residual (3,4%).

Este padrão, marcado pela predominância dos serviços e pela relevância da construção, está alinhado com o contexto nacional e ajuda a explicar a procura recorrente de mão de obra nestas áreas, que concentram grande parte das oportunidades para pessoas migrantes, ainda que persistam barreiras relacionadas com o reconhecimento de qualificações e as exigências linguísticas. Trata-se de um município de muito baixa densidade, com pouca população e um contingente estrangeiro reduzido (residual em termos percentuais). Esta base demográfica pequena limita o impacto direto de novos fluxos de trabalhadores no mercado local e torna as variações anuais mais voláteis. Em termos setoriais, a procura concentra-se sobretudo em serviços públicos e de proximidade, comércio, alojamento/restauração e construção, com oportunidades pontuais e frequentemente sazonais.

7. Habitação

Contexto nacional e enquadramento local

Em Portugal, o acesso à habitação tem registado uma pressão crescente, sobretudo nas áreas metropolitanas e turísticas. Embora esse padrão não se verifique em territórios de muito baixa densidade, como a Pampilhosa da Serra, persistem desafios significativos relacionados com a escassez de oferta para arrendamento, a degradação do edificado existente e as condições de conforto térmico e eficiência energética.

Os preços continuam relativamente baixos, mas a disponibilidade de habitação adequada é limitada, o que condiciona a fixação de população e a atração de novos residentes, aspetos já identificados no diagnóstico local e comuns a outros municípios do interior centro.

Condições e infraestruturas locais

No município da Pampilhosa da Serra foram identificadas 80 famílias (129 pessoas) que vivem em condições habitacionais consideradas indignas. Em resposta, a Câmara Municipal aprovou uma Estratégia Local de Habitação (2022-2027) que prevê intervenção na reabilitação de edifícios degradados e incentivos à recuperação de habitações livres. O valor do apoio à reabilitação em habitação permanente pode atingir os 5 000€. Em termos de mercado, o preço médio de venda de casas ronda os 512 €/m² (set 2025), refletindo valores moderados, mas num território de baixa densidade, onde a oferta de arrendamento é restrita e a qualidade energética e de conforto dos alojamentos constitui desafio em muitas habitações antigas (Diagnóstico Social, 2024). De facto, numa área de baixa densidade — com menos de 5 000 habitantes — estas pressões habitacionais assumem contornos mais intensos para os/as menos protegidos/as, incluindo pessoas migrantes, que podem enfrentar maior dificuldade no acesso.

8. Apresentação dos resultados — Inquérito

Caracterização Sociodemográfica da Amostra

O presente estudo integrou 37 participantes, representando cerca de 72,5% da população estrangeira residente no concelho (51 pessoas em 2023, segundo o INE). Foi recolhida informação sobre as suas características demográficas, nomeadamente sexo, idade, estado civil, habilitações literárias, nacionalidade e religião, com o objetivo de descrever de forma rigorosa o perfil sociodemográfico da amostra.

A amostra foi composta por uma maioria de homens ($n = 20$; 54,1%). A idade dos/as participantes variou entre 20 e 66 anos, com uma média de 33,8 anos ($DP = 12,8$). Relativamente ao estado civil, a maioria declarou ser solteira ($n = 21$; 56,8%), seguida de casada ($n = 14$; 37,8%) e divorciada ($n = 2$; 5,4%).

Quanto à escolaridade, a maioria dos/as participantes possui ensino secundário completo ($n = 18$; 48,6%), seguindo-se a Licenciatura/Bacharelato ($n = 11$; 29,7%).

Apenas uma pequena proporção apresenta escolaridade básica ou inexistente ($n = 2$; 5,4%) ou ensino técnico/profissional ($n = 1$; 2,7%). O 2.º ciclo e o 3.º ciclo do ensino básico representam 2,7% e 10,8%, respetivamente. Estes dados indicam que se trata de uma amostra moderadamente qualificada, com predomínio de ensino secundário e superior.

Em termos de nacionalidade, observa-se uma predominância de participantes de São Tomé e Príncipe ($n = 14$; 37,8%), seguidos por Timor ($n = 8$; 21,6%) e Brasil ($n = 5$; 13,5%). Em proporções menores surgem indivíduos provenientes de Angola, Cabo Verde, Estónia, Gabão, Holanda, Índia, Luxemburgo, Malásia, Reino Unido e Ucrânia, cada um representando 2,7% da amostra. Assim, a amostra é marcadamente lusófona ($\approx 72\%$), com presença de participantes de países de língua portuguesa, mas também uma pequena diversidade geográfica e cultural.

No que respeita à religião, a maioria dos/as participantes declarou não ter religião ($n = 12$; 32,4%), seguindo-se os católicos ($n = 11$; 29,7%) e os protestantes evangélicos ($n = 8$; 21,6%). Uma proporção considerável optou por não responder ($n = 3$; 8,1%) ou indicou outras crenças espirituais ($n = 3$; 8,1%).

De forma geral, a amostra reflete diversidade relativamente à nacionalidade e à religião, apresentando predominância de jovens adultos, com escolaridade secundária e superior, e ligeira maioria de homens.

Secção A — Trajetória migratória

Na Tabela 6 estão apresentados os dados acerca do tempo de residência em Portugal. Observa-se que a maioria dos homens reside há 1 a 3 anos (55,0%, $n = 11$), enquanto as mulheres estão mais distribuídas, com maior concentração entre 3 e 5 anos (41,2%, $n = 7$). Permanências muito recentes ou muito longas são menos frequentes em ambos os sexos. Estes resultados indicam padrões diferenciados de tempo de residência por sexo, com os homens a apresentar maior incidência de migração recente e as mulheres uma presença mais consolidada no país.

Tabela 6

Tempo de Residência em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Menos de 6 meses	1 (5,9%)	2 (10,0%)	3 (8,1%)
6 meses a 1 ano	3 (17,6%)	1 (5,0%)	4 (10,8%)
De 1 a 3 anos	5 (29,4%)	11 (55,0%)	16 (43,2%)
De 3 a 5 anos	7 (41,2%)	4 (20,0%)	11 (29,7%)
De 5 a 7 anos	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Mais de 7 anos	1 (5,9%)	1 (5,0%)	2 (5,4%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

A

Tabela 7 apresenta os motivos de migração para Portugal, sendo possível observar que a procura de melhores condições de vida é a motivação dominante (70,3%, $n = 26$) particularmente entre os homens (75,0%, $n = 15$). A reunião familiar é mais relevante para as mulheres (23,5% vs. 10,0%). Motivos académicos ou outras razões são minoritários.

Estes resultados indicam que a mobilidade económica é o principal motor da migração, com diferenças de género na relevância dos laços familiares como fator motivador.

Tabela 7

Razão da Saída do País de Origem Consoante o Sexo

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Procura de melhores condições de vida	11 (64,7%)	15 (75,0%)	26 (70,3%)
Acompanhar/reunir-se à família	4 (23,5%)	2 (10,0%)	6 (16,2%)
Prosseguimento de estudos	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Outra(s)	2 (11,8%)	2 (10,0%)	4 (10,8%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Os tipos de visto ou documentos de entrada em Portugal estão apresentados na Tabela 8. De forma global, a categoria mais frequente é o visto de turista ou curta duração (29,7%, $n = 11$), seguida de visto de trabalho (16,2%, $n = 6$) e visto uniforme Schengen (16,2%, $n = 6$). Observa-se relativa paridade entre mulheres e homens, com pequenas diferenças em vistos de estudante e procura de trabalho. Estes dados indicam que a maioria das pessoas migrantes entra com vistos temporários ou de curta duração, refletindo fluxos migratórios de mobilidade temporária ou económica.

Tabela 8

Documentação Para a Entrada em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Visto uniforme (Schengen)	3 (17,6%)	3 (15,0%)	6 (16,2%)
Visto de curta duração (válido para Portugal)	3 (17,6%)	4 (20,0%)	7 (18,9%)
Visto de turista (visto de curta duração)	5 (29,4%)	6 (30,0%)	11 (29,7%)

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Visto de estudante	1 (5,9%)	2 (10,0%)	3 (8,1%)
Visto de trabalho	3 (17,6%)	3 (15,0%)	6 (16,2%)
Visto para procura de trabalho (apenas atividades altamente qualificadas)	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Outro tipo de visto/documento	2 (11,8%)	1 (5,0%)	3 (8,1%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

A situação documental de residência em Portugal, pode ser consultada na Tabela 9, sendo possível observar que a categoria mais frequente é possuem autorização de residência (40,5%, $n = 15$), seguida por processos em resolução na AIMA (27,0%, $n = 10$), o que reflete uma percentagem significativa ainda em situação administrativa em regularização. As mulheres predominam ligeiramente na posse de autorização de residência (47,1% vs. 35,0%), enquanto os homens apresentam maior incidência de processos em resolução (35,0% vs. 17,6%).

Estes dados indicam que, embora a maioria já tenha algum tipo de autorização legal, um grupo considerável ainda enfrenta incerteza administrativa, com diferenças de género na situação de regularização.

Tabela 9

Atual Estatuto de Permanência em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Possuo autorização de residência	8 (47,1%)	7 (35,0%)	15 (40,5%)
Possuo autorização de residência CPLP	2 (11,8%)	2 (10,0%)	4 (10,8%)
Possuo visto de estada temporária	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Processo em resolução na AIMA	3 (17,6%)	7 (35,0%)	10 (27,0%)
Aguardo regularização através da nova medida para contribuintes da Segurança Social	3 (17,6%)	3 (15,0%)	6 (16,2%)
Outras situações	1 (5,9%)	0 (0,0%)	1 (2,7%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

A

Tabela 10 apresenta a posse ou intenção de obtenção de nacionalidade. De forma geral, verifica-se que a grande maioria ainda não possui nacionalidade, mas pretende obtê-la (83,8%, $n = 31$), sobretudo entre os homens (90,0%, $n = 18$). Apenas um pequeno grupo já a possui (8,1%, $n = 3$) ou não pretende obtê-la (8,1%, $n = 3$), com as mulheres a representar a maior parte deste último grupo.

Estes resultados indicam um forte interesse na aquisição de nacionalidade portuguesa, sugerindo que a integração legal e cívica é uma prioridade para a maioria das pessoas migrantes, com pequenas diferenças de género.

Tabela 10

Condição e Intenção de Obtenção da Nacionalidade Portuguesa Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Sim, já tenho	1 (5,9%)	2 (10,0%)	3 (8,1%)
Não tenho e pretendo obtê-la	13 (76,5%)	18 (90,0%)	31 (83,8%)
Não tenho e não pretendo obtê-la	3 (17,6%)	0 (0,0%)	3 (8,1%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Na Tabela 11 estão apresentados os motivos para a escolha da região de residência em Portugal. É possível analisar que entre as mulheres, a escolha está muito ligada a familiares ou amigos/as (47,1%, *n* = 8), enquanto os homens indicam predominantemente facilidade em arranjar trabalho (45,0%, *n* = 9). Outros fatores, como ofertas de trabalho, custo de vida e características da região, têm importância menor e mais equilibrada entre géneros.

Os dados sugerem diferenças de género claras nas razões de escolha do local de residência, com as mulheres mais orientadas por laços sociais e os homens por oportunidades económicas.

Tabela 11

Motivos Para a Escolha do Local de Residência Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Porque tenho familiares ou amigos/as aqui	8 (47,1%)	4 (20,0%)	12 (32,4%)
É mais fácil arranjar trabalho aqui	1 (5,9%)	9 (45,0%)	10 (27,0%)
Recebi uma oferta de trabalho	2 (11,8%)	2 (10,0%)	4 (10,8%)

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Preços mais baixos da habitação	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
O custo de vida é mais acessível	2 (11,8%)	0 (0,0%)	2 (5,4%)
Gosto das características da região (clima, paisagem, ambiente)	3 (17,6%)	3 (15,0%)	6 (16,2%)
Outro	1 (5,9%)	1 (5,0%)	2 (5,4%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Na Tabela 12 pode ser consultada a situação de chegada a Portugal, evidenciando que a maioria das mulheres (76,5%, $n = 13$) chegou a Portugal acompanhada de familiares, enquanto os homens apresentam distribuição mais equilibrada entre ter chegado sozinho (30%, $n = 6$), com familiares (30%, $n = 6$) ou com apoio de amigos/as ou organizações (35%, $n = 7$). O total indica que mais da metade dos respondentes (51,4%, $n = 19$) chegou a Portugal acompanhada de familiares, sendo que cerca de um quarto chegou sozinho e outro quarto com apoio de amigos/as ou organizações. Situações como chegada recrutada por empresa ou outras são minoritárias.

Tabela 12

Condições de Chegada a Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Sozinho/a	3 (17,6%)	6 (30,0%)	9 (24,3%)
Com familiares	13 (76,5%)	6 (30,0%)	19 (51,4%)
Com apoio de amigos/as, organizações ou outras pessoas	2 (11,8%)	7 (35,0%)	9 (24,3%)
Recrutado/a por uma empresa ou patrão	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Outro	1 (5,9%)	0 (0,0%)	1 (2,7%)

Nota. As percentagens são calculadas com base no número total de respondentes de cada grupo. Tratando-se de uma questão de resposta múltipla, onde cada participante podia selecionar várias opções, a soma das percentagens por coluna excede 100%.

No que diz respeito à intenção de trazer para Portugal familiares ou amigos/as que ainda residem no país de origem, a maioria dos homens manifesta essa intenção (65,0%, $n = 13$), enquanto entre as mulheres a tendência é mais equilibrada, com 41,2% ($n = 7$) a indicar que sim. Isto sugere que os homens apresentam maior propensão a estender redes sociais e familiares em Portugal, enquanto as mulheres mostram uma distribuição mais equilibrada entre manter ou não familiares no país de origem (Tabela 13).

Tabela 13

Intenção de Reagrupamento Familiar em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Sim	7 (41,2%)	13 (65,0%)	20 (54,1%)
Não	10 (58,8%)	7 (35,0%)	17 (45,9%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Secção B — Redes de Apoio e Condições de Integração

A

Tabela 14 apresenta a existência de apoio recebido desde a chegada a Portugal. Sendo possível observar que a maioria significativa recebeu algum tipo de apoio (78,4%, $n = 29$), com os homens a relatar uma proporção ligeiramente maior (85,0% vs. 70,6%). Apenas uma minoria não recebeu suporte. Estes resultados indicam que redes de apoio

são fundamentais para a integração, com os homens a dependerem de apoio em maior escala do que as mulheres na amostra.

Tabela 14

Apoio Recebido Desde a Chegada a Portugal e Fontes de Apoio Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Sim	12 (70,6%)	17 (85,0%)	29 (78,4%)
Não	5 (29,4%)	3 (15,0%)	8 (21,6%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Relativamente às principais dificuldades enfrentadas na integração em Portugal, os desafios mais citados foram o uso de serviços *online* para imigrantes (48,6% do total, *n* = 18). Outros problemas frequentes incluem trabalho e casa para viver (35,1% cada, *n* = 13). Nenhuma dificuldade foi relatada por 13,5% (*n* = 5) dos respondentes. Observa-se que os homens indicaram com maior frequência dificuldade em falar e entender português (50%, *n* = 10) e as mulheres apontaram mais frequentemente desafios relacionados ao uso de serviços online (41,2%, *n* = 7). Situações como “acesso à saúde” ou “ser tratado mal por causa da origem” são menos frequentes, mas ainda presentes (Tabela 15).

Tabela 15

Dificuldades Enfrentadas em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Nenhuma dificuldade	2 (11,8%)	3 (15,0%)	5 (13,5%)

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Falar e entender português	2 (11,8%)	10 (50,0%)	12 (32,4%)
Usar serviços online para imigrantes (ex.: AIMA)	7 (41,2%)	11 (55,0%)	18 (48,6%)
Entender regras para viver/trabalhar em Portugal	3 (17,6%)	8 (40,0%)	11 (29,7%)
Acesso à saúde	2 (11,8%)	1 (5,0%)	3 (8,1%)
Trabalho (encontrar emprego ou trabalhar na minha área)	6 (35,3%)	7 (35,0%)	13 (35,1%)
Reconhecimento de estudos/cursos do estrangeiro	2 (11,8%)	2 (10,0%)	4 (10,8%)
Diferenças culturais	3 (17,6%)	2 (10,0%)	5 (13,5%)
Casa para viver (preço ou disponibilidade)	5 (29,4%)	8 (40,0%)	13 (35,1%)
Ser tratado/a mal por causa da minha origem, cor, religião, sotaque, etc. (incluindo online)	2 (11,8%)	1 (5,0%)	3 (8,1%)
Outro	1 (5,9%)	1 (5,0%)	2 (5,4%)

Nota. As percentagens são calculadas com base no número total de respondentes de cada grupo. Tratando-se de uma questão de resposta múltipla, onde cada participante podia selecionar várias opções, a soma das percentagens por coluna excede 100%.

A

Tabela 16 apresenta as áreas de integração social consideradas importantes para a integração em Portugal. As prioridades indicadas pelos respondentes incluem ter trabalho (78,4% do total, $n = 29$), ter casa para viver (70,3%, $n = 26$) e ser tratado de forma justa (64,9%, $n = 24$). É possível observar que os homens dão maior prioridade à comunicação em português (40% vs. 11,8% das mulheres), enquanto as mulheres indicam com maior frequência a posse de casa e o acesso à saúde. Menos frequentes são as opções relacionadas à participação na comunidade e ter amigos/as portugueses/as, o que sugere que a integração social formal ainda é secundária frente a necessidades básicas como trabalho, habitação e justiça.

Tabela 16

Aspetos Considerados Importantes para a Integração em Portugal Consoante o Sexo

Prioridade	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Comunicar em português	2 (11,8%)	8 (40,0%)	10 (27,0%)
Ter trabalho	12 (70,6%)	17 (85,0%)	29 (78,4%)
Ter casa para viver (comprada ou arrendada)	13 (76,5%)	13 (65,0%)	26 (70,3%)
Ter acesso a cuidados de saúde	11 (64,7%)	12 (60,0%)	23 (62,2%)
Ter os/as filhos/as na escola	6 (35,3%)	4 (20,0%)	10 (27,0%)
Estar junto da família	7 (41,2%)	7 (35,0%)	14 (37,8%)
Ter amigos/as portugueses/as	3 (17,6%)	5 (25,0%)	8 (21,6%)
Ter amigos/as da sua nacionalidade ou cultura	6 (35,3%)	4 (20,0%)	10 (27,0%)
Ser tratado/a de forma justa	11 (64,7%)	13 (65,0%)	24 (64,9%)
Participar em atividades da comunidade	2 (11,8%)	5 (25,0%)	7 (18,9%)
Outro	1 (5,9%)	0 (0,0%)	1 (2,7%)

Nota. As percentagens são calculadas com base no número total de respondentes de cada grupo. Tratando-se de uma questão de resposta múltipla, onde cada participante podia selecionar várias opções, a soma das percentagens por coluna excede 100%.

Secção C — Habitação e Saúde

A situação habitacional dos sujeitos, está detalhada na Tabela 17, sendo possível observar que a maioria reside em casas arrendadas (62,2%, $n = 23$), refletindo a dependência de soluções de mercado, enquanto uma percentagem significativa vive em habitação partilhada (18,9%, $n = 7$). Mulheres e homens apresentam padrões semelhantes, embora as mulheres tenham uma leve predominância em casas arrendadas. As residências próprias ou alternativas (quarto, estaleiro) são minoritárias.

Estes dados sugerem que a habitação formal é predominante, mas a partilha de espaços continua a ser uma estratégia importante de integração e acomodação.

Tabela 17

Espaço Habitacional dos/as Participantes Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Casa própria	2 (11,8%)	2 (10,0%)	4 (10,8%)
Casa de familiares	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Casa arrendada	11 (64,7%)	12 (60,0%)	23 (62,2%)
Quarto	1 (5,9%)	0 (0,0%)	1 (2,7%)
Estaleiro/obra/local de trabalho	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Habitação partilhada	3 (17,6%)	4 (20,0%)	7 (18,9%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

A

Tabela 18 apresenta a perceção do próprio sobre a qualidade da habitação. A maioria dos/as inquiridos/as considera as condições boas ou razoáveis (86,4% no total, $n = 32$), com os homens a relatar uma maior proporção de condições razoáveis (50,0% vs. 29,4%). Condições muito boas são mais frequentemente mencionadas pelas mulheres (17,6% vs. 5,0%). Apenas uma pessoa reporta condições más. Estes resultados sugerem que, apesar de algumas variações de género, a maior parte da população considera sua habitação adequada, com pequenos desafios a nível de qualidade percebida, especialmente entre os homens.

Tabela 18

Avaliação das Condições Habitacionais Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Muito boas	3 (17,6%)	1 (5,0%)	4 (10,8%)
Boas	8 (47,1%)	9 (45,0%)	17 (45,9%)
Razoáveis	5 (29,4%)	10 (50,0%)	15 (40,5%)
Más	1 (5,9%)	0 (0,0%)	1 (2,7%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

No que diz respeito às dificuldades encontradas na procura de habitação, uma proporção significativa enfrentou obstáculos, principalmente documentação exigida (29,7%, *n* = 11) e preço elevado das rendas, sobretudo entre os homens (30,0% vs. 11,8%). Quase metade dos/as participantes (40,5%, *n* = 15) não encontrou dificuldades, o que revela que, embora a maioria tenha conseguido habitação, barreiras burocráticas e económicas são desafios relevantes, com os homens a relatarem mais frequentemente questões financeiras como limitação (Tabela 19).

Tabela 19

Dificuldades Enfrentadas para Encontrar Habitação em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Sim, pediam muitos documentos	6 (35,3%)	5 (25,0%)	11 (29,7%)
Sim, caução (depósito) muito alta	1 (5,9%)	1 (5,0%)	2 (5,4%)
Sim, o preço das rendas era muito caro	2 (11,8%)	6 (30,0%)	8 (21,6%)
Sim, donos recusaram-me alugar	1 (5,9%)	0 (0,0%)	1 (2,7%)
Não tive dificuldades	7 (41,2%)	8 (40,0%)	15 (40,5%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

A

Tabela 20 destaca o acesso e experiências nos serviços de saúde, sendo possível observar que uma parte significativa está registada no centro de saúde local (40,5%, $n = 15$), enquanto outros já utilizaram o SNS (24,3%, $n = 9$) ou possuem médico de família (10,8%, $n = 4$). Poucos relataram tratamento inadequado ou acidentes de trabalho (8,1% no total, $n = 3$), e uma proporção considerável ainda não procurou serviços de saúde (16,2%, $n = 6$), principalmente entre os homens. Estes resultados indicam que o acesso à saúde é razoavelmente estabelecido, mas que barreiras ou falta de procura ainda afetam uma parcela da população, sobretudo masculina.

Tabela 20

Acesso e Experiências no Sistema de Saúde em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Estou registado/a no centro de saúde perto de casa	8 (47,1%)	7 (35,0%)	15 (40,5%)
Já usei o Serviço Nacional de Saúde (SNS)	4 (23,5%)	5 (25,0%)	9 (24,3%)
Tenho médico/a de família	2 (11,8%)	2 (10,0%)	4 (10,8%)
Já fui maltratado/a ao procurar cuidados de saúde	1 (5,9%)	1 (5,0%)	2 (5,4%)
Já tive um acidente no trabalho	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Não procurei serviços de saúde em Portugal	2 (11,8%)	4 (20,0%)	6 (16,2%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Secção D — Educação, Qualificações e Mercado de Trabalho

A formação académica dos/as participantes neste estudo está apresentada na Tabela 21, sendo possível observar que a maior parte possui secundário completo (48,6%, $n = 18$), seguida de licenciatura/bacharelato (29,7%, $n = 11$). As mulheres predominam no secundário, enquanto os homens apresentam maior proporção de licenciatura e 3.º ciclo. Apenas uma minoria apresenta escolaridade básica ou formação técnica, indicando que a maioria da população tem níveis educativos intermédios a superiores, o que pode facilitar a integração laboral e social.

Tabela 21

Escolaridade Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Sem escolaridade / Primário	1 (5,9%)	1 (5,0%)	2 (5,4%)
2.º ciclo (5.º-6.º)	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
3.º Ciclo (7.º-9.º)	1 (5,9%)	3 (15,0%)	4 (10,8%)
Secundário (10.º-12.º)	10 (58,8%)	8 (40,0%)	18 (48,6%)
Técnico / Profissional	1 (5,9%)	0 (0,0%)	1 (2,7%)
Licenciatura / Bacharelato	4 (23,5%)	7 (35,0%)	11 (29,7%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

A

Tabela 22 apresenta a situação do reconhecimento dos estudos ou qualificações estrangeiras.

A maioria ainda não pediu o reconhecimento (62,2%, $n = 23$), enquanto uma proporção considerável não sabia que isso era possível (18,9%, $n = 7$), sobretudo entre os homens (30,0%, $n = 6$). Apenas uma minoria obteve ou está a solicitar reconhecimento formal (16,2%, $n = 6$). Estes resultados indicam que o reconhecimento académico e profissional continua a ser um desafio, com falta de informação e iniciativa a afetar principalmente os homens.

Tabela 22

Reconhecimento de Estudos e Cursos Realizados no Estrangeiro Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Sim, estudos escolares ou universitários	1 (5,9%)	1 (5,0%)	2 (5,4%)
Sim, curso profissional ou técnico	3 (17,6%)	0 (0,0%)	3 (8,1%)
Estou a fazer o pedido de reconhecimento	1 (5,9%)	0 (0,0%)	1 (2,7%)
Ainda não pedi	11 (64,7%)	12 (60,0%)	23 (62,2%)
Não sabia que era possível fazer esse pedido	1 (5,9%)	6 (30,0%)	7 (18,9%)
Outra situação	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

A Tabela 23 apresenta a situação profissional atual dos/as inquiridos/as, observando-se que a maioria se encontra empregada (83,8%, $n = 31$), com destaque para os homens (90,0%, $n = 18$). Um pequeno grupo de mulheres está desempregado (17,6%, $n = 3$), enquanto outros perfis (estudante ou outra situação) são raros. Estes resultados indicam uma elevada inserção laboral, embora as mulheres enfrentem ligeiramente maiores desafios de acesso ao emprego formal.

Tabela 23

Situação Profissional Atual Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Empregado/a	13 (76,5%)	18 (90,0%)	31 (83,8%)
Desempregado/a	3 (17,6%)	0 (0,0%)	3 (8,1%)

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Estudante	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Outra	1 (5,9%)	1 (5,0%)	2 (5,4%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Quanto ao grau de satisfação com a situação profissional atual, a maioria das pessoas que constituem esta amostra sente-se satisfeita com o emprego (59,5%, $n = 22$), com os homens mais frequentemente satisfeitos (65,0%, $n = 13$). Um grupo menor relata insatisfação (13,5%, $n = 5$) ou ainda não conseguiu trabalho (10,8%, $n = 4$), sobretudo entre as mulheres (Tabela 24).

Estes dados indicam que, apesar de uma elevada taxa de emprego, existem diferenças de satisfação por sexo, sugerindo que as mulheres enfrentam maiores desafios ou expectativas não cumpridas no trabalho.

Tabela 24

Grau de Satisfação com a Situação Profissional Atual Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Muito satisfeito/a	1 (5,9%)	3 (15,0%)	4 (10,8%)
Satisfeito/a	9 (52,9%)	13 (65,0%)	22 (59,5%)
Insatisfeito/a	3 (17,6%)	2 (10,0%)	5 (13,5%)
Ainda não consegui trabalho	3 (17,6%)	1 (5,0%)	4 (10,8%)
Não se aplica	1 (5,9%)	1 (5,0%)	2 (5,4%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

A Tabela 25 descreve as formas através das quais os/as participantes conseguiram trabalho em Portugal. Globalmente, as formas mais comuns de conseguir o primeiro emprego foram com apoio de familiares ou amigos/as (32,4% $n = 12$) e através de serviços de emprego (32,4%, $n = 12$). Um número menor de respondentes conseguiu trabalho diretamente via empregador (8,1%, $n = 3$) ou através de outros meios, enquanto algumas pessoas ainda não conseguiram trabalho (10,8%, $n = 4$). Observa-se que as mulheres recorreram mais a serviços de emprego (41,2% vs. 25% dos homens), enquanto os homens usaram mais apoio familiar ou de amigos/as (40% vs. 23,5% das mulheres). Outras formas, como responder a anúncios ou criar o próprio emprego, foram menos frequentes.

Tabela 25

Forma de Obtenção do Emprego Atual em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Com apoio de familiares ou amigos/as	4 (23,5%)	8 (40,0%)	12 (32,4%)
Através de uma pessoa ou empresa que recrutou no país de origem	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Respondi a um anúncio	1 (5,9%)	0 (0,0%)	1 (2,7%)
Através de serviços de emprego	7 (41,2%)	5 (25,0%)	12 (32,4%)
Fui contactado diretamente por um/a empregador/a	0 (0,0%)	3 (15,0%)	3 (8,1%)
Criei o meu próprio emprego	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Ainda não consegui trabalho	3 (17,6%)	1 (5,0%)	4 (10,8%)
Outra situação	2 (11,8%)	2 (10,0%)	4 (10,8%)

Nota. As percentagens são calculadas com base no número total de respondentes de cada grupo. Tratando-se de uma questão de resposta múltipla, onde cada participante podia selecionar várias opções, a soma das percentagens por coluna excede 100%.

A Tabela 26 avalia a percepção da capacidade de conversar em português sobre assuntos pessoais e expressar opinião entre os respondentes. A maioria dos/das respondentes sente-se bem ou muito bem (59,4% no total, $n = 22$), sobretudo as mulheres (76,5% no total, $n = 13$). Por outro lado, uma proporção significativa de homens reporta dificuldades moderadas ou baixas (55,0% no total, $n = 10$), o que revela uma diferença clara de proficiência linguística por sexo, que pode influenciar a integração social e profissional.

Tabela 26

Grau de Proficiência em Português para Comunicação Pessoal Consoante o Sexo

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Muito bem	6 (35,3%)	3 (15,0%)	9 (24,3%)
Bem	7 (41,2%)	6 (30,0%)	13 (35,1%)
Moderadamente	2 (11,8%)	7 (35,0%)	9 (24,3%)
Pouco	2 (11,8%)	3 (15,0%)	5 (13,5%)
Nada bem	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

A Tabela 27 apresenta a percepção dos/as inquiridos/as quanto à sua capacidade de ler e compreender as partes principais de notícias do dia a dia. A maioria dos/as participantes considera entender bem ou muito bem as notícias (56,7% no total, $n = 21$), especialmente as mulheres (70,6% no total, $n = 12$). Os homens reportam maiores dificuldades moderadas a baixas (55,0%, $n = 10$), sugerindo uma desigualdade na autopercepção da literacia mediática que pode afetar o acesso à informação e à integração social.

Tabela 27

Grau de Compreensão de Notícias em Português Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Muito bem	6 (35,3%)	3 (15,0%)	9 (24,3%)
Bem	6 (35,3%)	6 (30,0%)	12 (32,4%)
Moderadamente	4 (23,5%)	7 (35,0%)	11 (29,7%)
Pouco	1 (5,9%)	3 (15,0%)	4 (10,8%)
Nada bem	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Relativamente à perceção da capacidade dos/as participantes em usar ferramentas digitais ou tecnologias, observa-se que os homens têm maior facilidade em usar a tecnologia para qualquer tarefa (40,0%, $n = 8$), enquanto as mulheres predominam na capacidade de usar para a maioria das tarefas (41,2%, $n = 7$). Um grupo menor apresenta habilidades muito básicas ou limitadas (13,5%, $n = 5$). Estes resultados sugerem diferenças de proficiência digital por sexo, com implicações para acesso à informação e integração em serviços online (Tabela 28).

Tabela 28

Autoperceção da Capacidade de Uso de Computador e Internet Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Muito básica / Não uso	2 (11,8%)	3 (15,0%)	5 (13,5%)
Consigo usar para algumas tarefas simples	5 (29,4%)	6 (30,0%)	11 (29,7%)
Consigo usar para a maioria das tarefas	7 (41,2%)	3 (15,0%)	10 (27,0%)

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Uso com facilidade para qualquer tarefa	3 (17,6%)	8 (40,0%)	11 (29,7%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Entre as pessoas migrantes que participaram neste estudo, 15 afirmam ter filhos/as a frequentar algum estabelecimento de ensino em Portugal (40,5%).

A Tabela 29 apresenta o grau de dificuldade percecionado no processo de matrícula dos filhos em estabelecimentos de ensino.

Tabela 29

Facilidade de Matrícula dos Filhos/as em Estabelecimentos de Ensino Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Muito fácil	5 (55,6%)	3 (50,0%)	8 (53,3%)
Fácil	3 (33,3%)	3 (50,0%)	6 (40,0%)
Difícil	1 (11,1%)	0 (0,0%)	1 (6,7%)
Muito Difícil	0 (0,0%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)
Total	9 (100,0%)	6 (100,0%)	15 (100,0%)

Secção E — Participação Social, Cívica e Religiosa

Na Tabela 30 pode observar-se a participação ou envolvimento em atividades sociais e comunitárias dos/as inquiridos/as. A grande maioria participa em eventos da comunidade (73,0%, *n* = 27), com percentagens semelhantes entre mulheres (70,6%, *n* = 12) e homens (75,0%, *n* = 15). Estes dados indicam um alto nível de envolvimento social, o que indica integração ativa na vida comunitária, independentemente do sexo.

Tabela 30

Participação em Atividades Sociais e Comunitárias Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Sim	12 (70,6%)	15 (75,0%)	27 (73,0%)
Não	5 (29,4%)	5 (25,0%)	10 (27,0%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

A distribuição da amostra quanto à sua situação (inscrição) no registo eleitoral pode ser consultada na Tabela 31. Observa-se que apenas uma minoria está registada para votar (10,8%, *n* = 4), com os homens ligeiramente mais representados (15,0%, *n* = 3) do que as mulheres (5,9%, *n* = 1). Este baixo registo sugere uma limitada participação cívica formal, possivelmente refletindo barreiras legais, informativas ou de interesse.

Tabela 31

Situação (Inscrição) de Registo Eleitoral Consoante o Sexo

	Mulheres <i>n</i> (%)	Homens <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
Sim	1 (5,9%)	3 (15,0%)	4 (10,8%)
Não	16 (94,1%)	17 (85,0%)	33 (89,2%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Relativamente ao tipo de religião ou crença espiritual dos/as inquiridos/as. A maior parte dos/as participantes da amostra identifica-se com alguma fé (59,4% no total, *n* = 22). Destacam-se as pessoas protestantes evangélicas entre as mulheres (41,2%, *n* = 7) e a categoria sem religião entre os homens (45,0%, *n* = 9). A religião católica apresenta distribuição equilibrada entre os sexos. Uma pequena proporção prefere não responder

ou segue outras crenças (8,1% cada, $n = 3$), o que sugere diversidade espiritual e alguma discrição na declaração de fé (Tabela 32).

Tabela 32

Identificação Religiosa ou Crença Espiritual Consoante o Sexo

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Outra	2 (11,8%)	1 (5,0%)	3 (8,1%)
Sem religião	3 (17,6%)	9 (45,0%)	12 (32,4%)
Prefiro não responder	0 (0,0%)	3 (15,0%)	3 (8,1%)
Católica	5 (29,4%)	6 (30,0%)	11 (29,7%)
Protestante Evangélica	7 (41,2%)	1 (5,0%)	8 (21,6%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Secção F — Participação Comunitária

A perceção de inclusão social na amostra está representada na Tabela 33. A maioria das pessoas reporta sentir-se mais ou menos incluída (40,5%, $n = 15$) ou bastante incluída (35,1%, $n = 13$), sugerindo um nível geral de integração moderado a elevado. As mulheres tendem a sentir-se ligeiramente menos incluídas do que os homens, com maior concentração na categoria “mais ou menos incluída” (47,1% vs. 35,0%). Apenas uma pequena proporção se sente totalmente excluída ou totalmente incluída, o que indica experiências variadas de integração social.

Tabela 33

Autoperceção do Nível de Inclusão na Região Onde Reside Consoante o Sexo

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Não me sinto de todo incluído/a	0 (0,0%)	1 (5,0%)	1 (2,7%)
Sinto-me pouco incluído/a	3 (17,6%)	3 (15,0%)	6 (16,2%)
Sinto-me mais ou menos incluído/a	8 (47,1%)	7 (35,0%)	15 (40,5%)
Sinto-me bastante incluído/a	5 (29,4%)	8 (40,0%)	13 (35,1%)
Sinto-me totalmente incluído/a	1 (5,9%)	1 (5,0%)	2 (5,4%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

Secção G — Vivências, Opiniões e Direitos

A perceção de tratamento injusto ou diferenciado por parte de pessoas migrantes em Portugal pode ser consultada na Tabela 34. A maioria das experiências de tratamento injusto ou diferente está relacionada com o local de trabalho (66,7%, $n = 10$) e com a procura de habitação (40%, $n = 6$). As mulheres relataram mais experiências de injustiça em serviços públicos (50%, $n = 4$), enquanto os homens destacaram mais outras situações (28,6%, $n = 2$). Experiências em redes sociais, estabelecimentos comerciais ou transporte público foram menos frequentes (6,7–13,3%).

Os dados evidenciam que o trabalho e a habitação são os principais domínios de vulnerabilidade percebida, com variações por sexo. Estas experiências, que abrangem o acesso à habitação, interações em serviços públicos e atendimento administrativo, convergem com o diagnóstico internacional. A Comissão Europeia contra o Racismo e a Intolerância (ECRI, 2024) sublinhou recentemente a existência de práticas racistas em Portugal no setor da habitação e a necessidade de políticas habitacionais específicas. Além disso, aponta ineficiências nos processos de regularização que expõem migrantes a abusos e discriminação em múltiplas esferas. Neste sentido, a ECRI recomenda a criação de um programa nacional de integração e inclusão, em articulação com a Comissão para a Igualdade e Contra a Discriminação Racial (CICDR) e a sociedade civil, bem como o reforço de medidas setoriais de prevenção e resposta.

As observações da ECRI são reforçadas por dados do Observatório das Migrações (2023), que dão conta de que cerca de 30% das pessoas com antecedentes migratórios em Portugal já sofreram discriminação, percentagem que sobe para 54,7% entre pessoas de nacionalidade brasileira e 33% entre nacionais de países africanos de língua oficial portuguesa. A mesma fonte indica que um quinto dos migrantes vive em alojamentos sobrelotados, em contraste com menos de 10% dos cidadãos nacionais. Um outro estudo recente desenvolvido pela Casa do Brasil de Lisboa (2023) refere que 90% dos/as inquiridos/as relatam diversos episódios de discriminação no acesso à habitação, sobretudo durante o processo de arrendamento (45,2%).

Tabela 34

Sentimento de Tratamento Injusto por Motivo de Origem, Cor, Nome, Sotaque ou Religião Consoante o Sexo

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Em serviços públicos	4 (50,0%)	1 (14,3%)	5 (33,3%)
Em redes sociais/online	1 (12,5%)	1 (14,3%)	2 (13,3%)
Na procura de habitação	3 (37,5%)	3 (42,9%)	6 (40,0%)
No local de trabalho	5 (62,5%)	5 (71,4%)	10 (66,7%)
Em estabelecimentos comerciais	0 (0,0%)	1 (14,3%)	1 (6,7%)
Na rua ou transportes públicos	0 (0,0%)	1 (14,3%)	1 (6,7%)
Em serviços de saúde	2 (25,0%)	1 (14,3%)	3 (20,0%)
Outra situação	0 (0,0%)	2 (28,6%)	2 (13,3%)

Nota. As percentagens são calculadas com base no número total de respondentes de cada grupo. Tratando-se de uma questão de resposta múltipla, onde cada participante podia selecionar várias opções, a soma das percentagens por coluna excede 100%.

A perceção sobre a forma como os/as participantes foram recebidos em Portugal pela população local pode ser consultada na Tabela 35. A maioria das pessoas migrantes

percebe que os habitantes locais olham para elas de forma acolhedora ou condicional, com 37,8% ($n = 14$) a sentir uma receção amigável e 43,2% ($n = 16$) a indicar que depende da situação ou das pessoas. Observa-se que os homens relatam mais frequentemente algum receio ou desconfiança (20%, $n = 4$) do que as mulheres (5,9%, $n = 1$). Poucos/as participantes indicam não ter refletido sobre esta questão, o que mostra que a percepção social dos migrantes é um tema presente na experiência quotidiana.

Tabela 35

Percepção dos/as Pessoas Imigrantes pela População Local Consoante o Sexo

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
De forma acolhedora e amigável	7 (41,2%)	7 (35,0%)	14 (37,8%)
Depende das situações ou das pessoas	7 (41,2%)	9 (45,0%)	16 (43,2%)
Com algum receio ou desconfiança	1 (5,9%)	4 (20,0%)	5 (13,5%)
Não sei / nunca pensei nisso	2 (11,8%)	0 (0,0%)	2 (5,4%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

A Tabela 36 apresenta a percepção de facilidade/dificuldade para obter apoio legal em Portugal. As mulheres percebem este acesso como menos fácil do que os homens: nenhuma mulher indica facilidade, enquanto 15% ($n = 3$) dos homens o fazem. Uma proporção relevante de mulheres (58,8%, $n = 10$) considera o acesso nem fácil nem difícil, o que sugere uma experiência de dificuldade moderada. Estes dados indicam que a capacidade de obter suporte legal apresenta barreiras significativas, com percepções mais desafiadoras entre as mulheres.

Tabela 36

Facilidade Percebida para Obter Apoio Legal Consoante o Sexo

	Mulheres n (%)	Homens n (%)	Total n (%)
Fácil	0 (0,0%)	3 (15,0%)	3 (8,1%)
Nem fácil nem difícil	10 (58,8%)	6 (30,0%)	16 (43,2%)
Difícil	7 (41,2%)	11 (55,0%)	18 (48,7%)
Total	17 (100%)	20 (100%)	37 (100%)

9. Conclusões e Recomendações

O Plano Municipal para a Integração de Migrantes de Pampilhosa da Serra (PMIM-Pampilhosa da Serra) confirma o papel estratégico da população migrante na atenuação do despovoamento e no rejuvenescimento relativo de um território de baixa densidade.

Entre 2011 e 2021, o número de residentes estrangeiros no concelho cresceu de 23 para 127 pessoas (mais de 450%), passando a representar 3,1% da população em 2021. Embora os valores absolutos sejam modestos, este movimento ocorre num quadro de declínio demográfico e envelhecimento e contribui para diversificar a estrutura etária, reforçar a base ativa e sustentar serviços locais como a escola e o comércio de proximidade. Importa, porém, sublinhar que o valor das migrações não se esgota no seu efeito demográfico ou económico: as pessoas migrantes são sujeitos de direitos e agentes de transformação social, trazendo línguas, saberes, práticas culturais e redes de solidariedade que enriquecem a vida comunitária, alargam horizontes e promovem inovação. A sua presença afirmativa e a participação em todos os domínios da vida local fazem da população migrante um elemento constitutivo do presente e do futuro de Pampilhosa da Serra, essencial para uma comunidade mais justa, plural e coesa.

A análise quantitativa, baseada numa amostra de 37 participantes, revela que 72,9% dos/as inquiridos/as são oriundos de países lusófonos, nomeadamente São Tomé e Príncipe (37,8%), Timor (21,6%) e Brasil (13,5%). A amostra é maioritariamente

masculina (54,1%), jovem (média de idades: 33,8 anos) e com níveis educativos intermédios a elevados (78,4% possui pelo menos o ensino secundário completo). A maioria reside no concelho há 1 a 5 anos (72,9%), indicando uma presença recente, mas em fase de consolidação.

As motivações para a migração são sobretudo económicas (70,3% procuravam melhores condições de vida), com diferenças de género significativas: os homens privilegiam a facilidade em arranjar trabalho, enquanto as mulheres valorizam mais os laços familiares. A rede familiar revela-se crucial no processo migratório, com 51,4% dos/as inquiridos/as a terem chegado a Portugal acompanhados por familiares.

Apesar de uma taxa de emprego elevada (83,8%), persistem desafios significativos, nomeadamente ao nível da regularização documental (27,0% têm processos em resolução na AIMA), do acesso à habitação (35,1% reportam dificuldades, sobretudo devido a preços elevados das rendas e exigência de documentação) e do reconhecimento de qualificações (62,2% ainda não solicitou o reconhecimento de estudos ou cursos realizados no estrangeiro). As barreiras linguísticas e digitais são também notórias, particularmente entre os homens.

A perceção de inclusão social das pessoas que incluem a amostra é moderada, com 40,5% a sentirem-se "mais ou menos incluídos". A participação cívica formal é reduzida (apenas 10,8% inscritos no recenseamento eleitoral), contrastando com uma participação comunitária informal relativamente elevada (73,0%). A maioria (83,8%) pretende obter a nacionalidade portuguesa, refletindo uma forte intenção de integração legal e duradoura.

O PMIM-Pampilhosa da Serra propõe, assim, o reforço da ação municipal em torno de três eixos estratégicos, adaptados à realidade de baixa densidade do concelho:

EIXO 1 — Valorização de Competências, Empregabilidade e Autonomia Económica

Objetivos

- Valorizar qualificações formais e informais da população migrante
- Promover a empregabilidade estável e adequada ao perfil dos migrantes

- Reforçar a autonomia económica das famílias

Medidas

- Criação e operacionalização da figura do Gestor do Migrante
- Apoio na execução do processo de reconhecimento de competências e qualificações (IEFP, DGES)
- Encaminhamento para emprego e formação profissional
- Sessões de orientação laboral e acompanhamento profissional
- Sensibilização de empregadores locais para a diversidade cultural e direitos laborais
- Apoio a microiniciativas económicas e empreendedorismo familiar

Indicadores

- N.º de migrantes acompanhados N.º de encaminhamentos para emprego/formação
- N.º de processos de reconhecimento iniciados/concluídos

EIXO 2 — Acesso a Direitos, Saúde, Habitação e Apoio Familiar

Objetivos

- Garantir acesso efetivo a serviços públicos essenciais
- Promover saúde materno-infantil e acompanhamento familiar
- Reduzir vulnerabilidades sociais associadas à migração

Medidas

- Acompanhamento contínuo no acesso a saúde, educação, habitação e emprego
- Mediação no acesso ao SNS, Segurança Social, AIMA e outros serviços públicos
- Apoio específico a grávidas e mães jovens migrantes
- Sessões de informação sobre direitos na gravidez, parentalidade e planeamento familiar
- Mediação habitacional com proprietários locais e articulação com o IHRU
- Monitorização do mercado de arrendamento local
- Apoio digital e administrativo

Indicadores

- N.º de atendimentos realizados
- N.º de mulheres acompanhadas em consultas de Planeamento familiar
- N.º de grávidas acompanhadas em consultas de gravidez pré-natal
- N.º de mediações habitacionais
- N.º de processos administrativos acompanhados

EIXO 3 — Participação Comunitária, Interculturalidade e Igualdade

Objetivos

- Promover a inclusão social e a convivência intercultural
- Reforçar o sentimento de pertença à comunidade local
- Prevenir discriminação e desigualdades de género

Medidas

- Realização de encontros multiculturais
- Envolvimento ativo da comunidade migrante na organização dos eventos
- Ações de sensibilização para igualdade de género e direitos humanos
- Promoção do diálogo intercultural com a comunidade local
- Criação de canais informais de escuta e sinalização de situações de discriminação

Indicadores

- N.º de encontros multiculturais realizados
- N.º de participantes (migrantes e comunidade local)
- N.º de ações de sensibilização realizadas

EIXO 4 — Educação, Parentalidade, Infância e Inclusão Digital

Objetivos

- Facilitar a integração escolar de crianças e jovens migrantes
- Reforçar competências parentais e educativas das famílias

- Promover literacia digital e acesso à informação

Medidas

- Apoio à matrícula e acompanhamento escolar
- Mediação escola–família–serviços sociais
- Sessões de capacitação parental (educação, saúde, direitos e deveres)
- Intervenção preventiva em situações de risco social
- Sessões de literacia digital para adultos e jovens
- Apoio ao reconhecimento de habilitações escolares estrangeiras

Indicadores

- N.º de crianças acompanhadas
- N.º de famílias acompanhadas
- N.º de ações de literacia digital realizadas
- Avaliação da autonomia digital

Coordenação, Monitorização e Avaliação

Coordenação

- Município de Pampilhosa da Serra (Gabinete de Ação Social)
- CLDS-5G Pampilhosa da Serra
- Parceiros: Juntas de Freguesia, IEFP, GIP, Segurança Social, Agrupamento de Escolas Escalada de Pampilhosa da Serra, AIMA, IHRU, GNR, UCSP-PS

Monitorização

- Registos de intervenção
- Atas de reuniões
- Registos fotográficos e materiais de divulgação
- Relatórios periódicos

Avaliação

- Avaliação intercalar
- Avaliação final no término do plano

O Plano Municipal para a Integração de Migrantes de Pampilhosa da Serra evidencia a relevância crescente da população migrante num território de baixa densidade que enfrenta despovoamento e envelhecimento acentuado. Apesar dos números absolutos reduzidos, o aumento significativo da população estrangeira (de 23 residentes em 2011 para 127 em 2021) reforça a base ativa do concelho, contribui para a diversidade cultural e sustenta serviços essenciais. O diagnóstico, baseado numa metodologia mista e num inquérito aplicado à população migrante, identifica desafios-chave nas áreas da regularização documental, acesso à habitação, barreiras linguísticas, dificuldades no uso de plataformas digitais e constrangimentos no reconhecimento de qualificações. Simultaneamente, evidencia níveis relevantes de participação comunitária, redes de apoio ativas e perceções positivas de inclusão social. O Plano propõe recomendações centradas no reforço da informação e do apoio administrativo, na promoção do acesso à habitação digna, na melhoria da articulação interinstitucional e na valorização da diversidade enquanto recurso comunitário. A sua implementação assenta num modelo de coordenação municipal que integra monitorização contínua e avaliação periódica, garantindo a adaptação das medidas às necessidades identificadas e à evolução do território.

Referências bibliográficas

Casa do Brasil de Lisboa (2023). *Imigração e a discriminação na habitação em Portugal*.

Relatório do projeto #MigraMyths: Desmistificando a Imigração (4.ª ed.). Lisboa:

Casa do Brasil de Lisboa.

Comissão Europeia contra o Racismo e a Intolerância (2024). *Sixth Report on Portugal*.

Estrasburgo: Conselho da Europa. <https://rm.coe.int/sixth-report-on-portugal/1680b6668d>

Instituto Nacional de Estatística. (s.d.). *Instituto Nacional de Estatística*.

<https://www.ine.pt>

Observatório das Migrações (2023). *Indicadores de Integração de Imigrantes: relatório estatístico anual*. Lisboa: Observatório das Migrações / ACM.



REGIÃO DE COIMBRA *a tua Casa*

*Onde todas as
pessoas têm lugar*

CONTACTOS

MUNICÍPIO DA PAMPILHOSA DA SERRA

Rua Rangel de Lima, 3320-229
Pampilhosa da Serra

235 590 320
municipio@cm-pampilhosadaserra.pt
<https://www.cm-pampilhosadaserra.pt>

