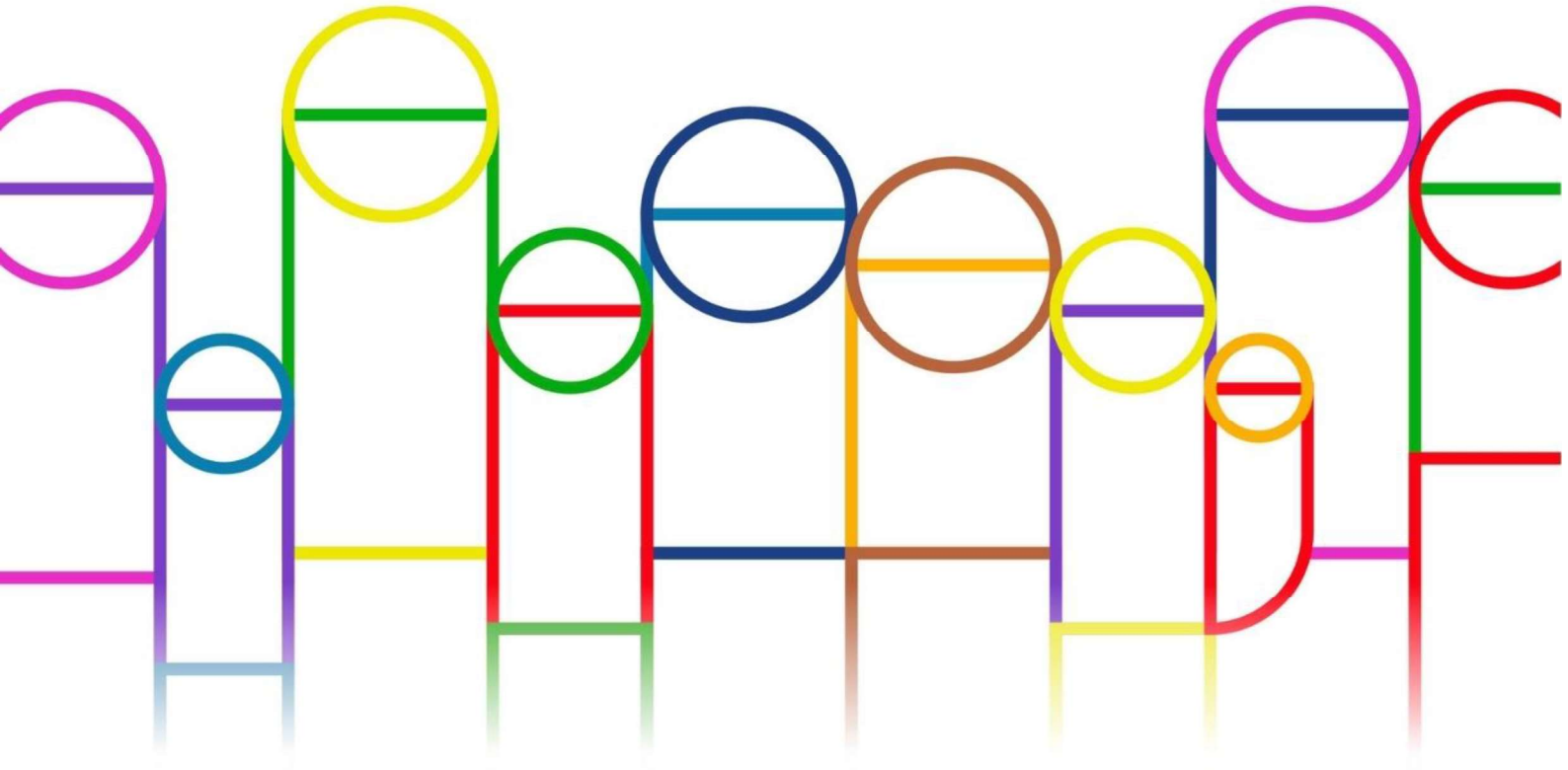
REGIÃO DE COIMBRA a tua Casa

Onde todas as pessoas têm lugar

CÂMARA MUNICIPAL DE COIMBRA

PLANO MUNICIPAL PARA INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES

MUNICÍPIO DE COIMBRA



REGIÃO METROPOLITANA COIMBRA COMUNIDADE INTERMUNICIPAL

MIGUEL TORGA ISMT.PT

Fundo Asilo, Migração e Integração 2030

Cofinanciado pela União Europeia

PORTUGAL 2030

Os Fundos Europeus mais próximos de si.

FICHA TÉCNICA

Título

Plano Municipal para a Integração de Migrantes do Município de Coimbra

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 Coimbra

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

Mensagem de Abertura

O Município de Coimbra reafirma, através deste Plano Municipal para a Integração de Migrantes, o seu compromisso com uma sociedade inclusiva, justa e plural. A integração das pessoas migrantes não é apenas um imperativo ético e legal, mas também uma oportunidade estratégica para fortalecer a coesão social, dinamizar a economia local e enriquecer culturalmente o território.

Este Plano nasce da convicção de que a diversidade é um recurso coletivo e que a inclusão deve ser entendida como um processo bidirecional, que envolve tanto as pessoas migrantes como as instituições e comunidades locais. Não se trata de assimilação, mas de participação plena e equitativa, garantindo acesso efetivo a direitos, oportunidades e serviços essenciais.

Num contexto em que Coimbra regista um crescimento expressivo da população estrangeira – com um aumento superior a 70% entre 2021 e 2023 –, torna-se fundamental consolidar políticas públicas que respondam aos desafios identificados: reconhecimento de qualificações, acesso à habitação, combate à discriminação, literacia digital e administrativa, e promoção da participação comunitária. Estes eixos estruturam-se em medidas concretas, monitorizadas e avaliadas, que visam transformar vulnerabilidades em oportunidades.

Este Plano é, por isso, um instrumento participativo e dinâmico, construído com base em dados empíricos, escuta ativa das comunidades migrantes e articulação com parceiros institucionais. A sua implementação exige corresponsabilidade, diálogo intercultural e envolvimento de todos os setores da sociedade.

Coimbra assume-se como território de acolhimento e diversidade, onde cada pessoa conta e cada cultura contribui para um futuro comum. Que este Plano seja mais do que um documento: seja um compromisso vivo com a dignidade humana, a igualdade e a construção de uma cidade onde ninguém fica para trás.

Gabinete para a Igualdade e Inclusão

Índice

1. Enquadramento geral 4
2. Objetivos 4
3. Metodologia 5
3.1. Dimensão quantitativa 6
3.2. Dimensão qualitativa 7
3.3. Procedimentos éticos e disseminação do inquérito 7
3.4. Análise dos dados 8
4. Caracterização populacional e territorial 9
5. População migrante 9
6. Emprego e mercado de trabalho 16
7. Habitação 18
8. Apresentação dos resultados dos estudos empíricos 19
8.1. Inquérito 19
8.2. Focus Group 54
9. Conclusão e recomendações 57
10. Referências bibliográficas 67

1. Enquadramento geral

O Plano Municipal para a Integração de Migrantes (Ação 4 do FEINPT), promovido pela Comunidade Intermunicipal da Região de Coimbra (CIM-RC), tem como finalidade reforçar condições de participação equitativa das pessoas migrantes na vida social, económica e cívica do território, identificando recursos e barreiras existentes em cada município da Região de Coimbra e apoiando respostas públicas corresponsáveis.

A análise da realidade migratória neste concelho é orientada por uma perspetiva de justiça e 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 os migrantes, frequentemente em situação de maior vulnerabilidade, cabendo também às instituições e às comunidades locais criar condições efetivas para uma participação plena e equitativa.

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

2. Objetivos

O Plano Municipal para a Integração de Migrantes de Coimbra tem como objetivo geral caracterizar a população migrante residente no concelho, identificar os principais desafios e dinâmicas de participação e promover uma abordagem de inclusão que reconheça a diversidade como parte integrante do território e fundamento de justiça social.

De forma mais específica, o documento 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 inquéritos e grupo focal, 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 acolhimento 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 de Coimbra baseou-se numa abordagem mista, integrando estratégias de investigação quantitativas e qualitativas. Esta opção metodológica permitiu uma compreensão mais completa e aprofundada da realidade migratória no município, conjugando dados empíricos com narrativas e perceções dos próprios migrantes. 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 integração social.

3.1. Dimensão quantitativa

Na vertente quantitativa, foi desenvolvido um questionário estruturado, disponível em quatro idiomas – português, inglês, francês e espanhol –, facilitando a participação de migrantes com diferentes origens linguísticas. O instrumento de recolha de dados abrangeu um conjunto alargado de dimensões essenciais ao processo de integração, nomeadamente:

- Trajetória migratória, incluindo tempo de residência em Portugal, motivos de migração, tipo de documento, situação legal e intenção de obtenção de nacionalidade;
- Redes de apoio e condições de integração, 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.

3.2. Dimensão qualitativa

Como forma de complementar a recolha de dados quantitativos, foi promovido um grupo focal com migrantes, que permitiu aprofundar aspetos subjetivos e vivenciais da experiência migratória. A recolha qualitativa centrou-se em temas como o sentimento de pertença, as estratégias de integração local, as dinâmicas de participação social e o acesso a direitos. Este grupo focal constituiu um espaço de expressão dos/das participantes, favorecendo a compreensão das suas perspetivas e sugerindo pistas interpretativas para a análise dos resultados quantitativos.

3.3. 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.

A divulgação combinou ligações diretas e QR Codes, difundidos por autarquias, associações locais, centros de apoio e equipamentos públicos, e integrou o envolvimento direto de associações e representantes das comunidades migrantes, reconhecendo o seu papel central na mediação de saberes e práticas. 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.

3.4. Análise dos dados

A análise seguiu uma lógica de articulação metodológica, permitindo cruzar as evidências obtidas através das abordagens quantitativa e qualitativa. Os dados estatísticos recolhidos fundamentaram o perfil demográfico e socioeconómico da população migrante na região, enquanto as narrativas qualitativas forneceram uma leitura mais densa e interpretativa das vivências e desafios de integração.

Para contextualizar a análise, foram também mobilizados dados oficiais e administrativos, 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 e identificar convergências e discrepâncias entre indicadores demográficos, sociais e territoriais.

4. Caracterização populacional e territorial

O município de Coimbra tem 319,40 km², 18 freguesias e sede na cidade de Coimbra. O território encontra-se delimitado a norte pelos concelhos de Mealhada, Penacova e Vila Nova de Poiares, a sul por Condeixa-a-Nova e Miranda do Corvo, a este por Miranda do Corvo e Penacova, e a oeste por Montemor-o-Velho e Condeixa-a-Nova.

No município de Coimbra, entre 2011 e 2021 a população diminuiu de 143 396 para 140 816 residentes (–2 580; –1,8%). As estimativas do INE para 2024 apontavam 146 899 residentes, o que sugere uma inversão face a 2021 (+6 083; +4,3%), equivalendo, em média, a cerca de +1,4% ao ano entre 2021 e 2024. A densidade populacional decresceu, em regra, nas freguesias entre 2011 e 2021 (em ambos os sexos) e o índice de envelhecimento subiu de 215,1 pessoas idosas por 100 jovens (2021) para 224 (2024), confirmando a continuidade da tendência de envelhecimento demográfico.

5. População migrante

Entre 2021 e 2023, o número de residentes estrangeiros no município de Coimbra aumentou de 7 995 para 13 702 pessoas (INE, 2024), correspondendo a um crescimento de cerca de 71% em apenas dois anos (Tabela 1). Este aumento parece confirmar a forte dinâmica migratória recente, que acompanha a tendência observada na Região de Coimbra e reforça a importância do município como polo de atração de população estrangeira.

Quanto à estrutura etária, predominam os/as adultos/as em idade ativa (18–60 anos), seguindo-se os menores de 18 e, por fim, os residentes com 60 ou mais anos, evidenciando o contributo dos fluxos migratórios para o rejuvenescimento relativo da população.

No plano das qualificações, destaca-se o ensino secundário, coexistindo uma presença expressiva de ensino superior (licenciatura, mestrado e doutoramento). Para contextualizar

a evolução recente, apresenta-se de seguida um retrato sintético do Município de Coimbra, com base nos Censos de 2011 e 2021, complementado com os dados administrativos mais recentes (2023) e as estimativas demográficas para 2024.

Observa-se uma redução da população residente entre 2011 e 2021, acompanhada por um envelhecimento acentuado da estrutura etária. Após 2021, os dados mais recentes sugerem uma inversão parcial dessa trajetória, com recuperação demográfica.

Em 2024, o índice de envelhecimento no município foi de 224 pessoas idosas por cada 100 jovens. A estrutura etária confirma o perfil envelhecido da população residente: 12,4% têm menos de 15 anos (17 486 pessoas), 65,7% situam-se entre os 15 e os 64 anos (92 505) e 21,9% têm 65 ou mais anos (30 805). Já entre a população migrante, predomina a faixa dos 18–60 anos (4 062 pessoas), seguida dos menores de 18 (940) e dos 60 ou mais anos (475). Este contraste indica que a migração tem contribuído para um rejuvenescimento relativo, reforçando sobretudo os grupos em idade ativa.

Este relatório utiliza como anos de referência 2021 (Censos) e 2023 (estatísticas administrativas do INE e da AIMA). Para 2024, as estimativas do INE apontam para a continuação do crescimento populacional, aproximando a população municipal dos 147 mil residentes.

Tabela 1

Retrato Populacional do Município de Coimbra (PORDATA)

	2011	2021	2023	2024	VR (%) 2011-2021	VR (%) 2021-2023	VR (%) 2023-2024
População residente	143 396	140 816	144 822	146 899	-1,80	2,80	1,40
Pessoas idosas por cada 100 jovens	161,38	215,1	220,4	224	33,30	2,50	1,60

	2011	2021	2023	2024	VR (%) 2011-2021	VR (%) 2021-2023	VR (%) 2023-2024
População estrangeira com estatuto legal de residente	6 636	7 995	13 702	—	20,50	71,30	—
População estrangeira (%) da população residente	2,4	3,9	—	—	62,50	—	—

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).

Dado que ainda não existe desagregação municipal por nacionalidade para os anos mais recentes, sugere-se que estes valores sejam lidos sobretudo como indicadores de tendência, até a atualização local. Em paralelo, a nível nacional, verifica-se um acentuado aumento de estrangeiros com autorização de residência, o que é consistente com a dinâmica observada no município. A leitura local será consolidada com as séries municipais atualizadas e com os inquéritos e o grupo focal realizado no âmbito deste plano. Para caracterizar a distribuição intramunicipal, a Tabela 2 sintetiza a população residente por freguesia, distinguindo o total e os/as residentes de nacionalidade estrangeira.

Com base nos Censos 2021, verifica-se uma forte concentração da população total e da população estrangeira nas freguesias mais urbanas: Santo António dos Olivais (41 150 residentes; 2 067 estrangeiros) e União de Freguesias de Coimbra – Sé Nova, Santa Cruz, Almedina e São Bartolomeu (13 880 residentes; 1 487). Também se destacam Eiras e São Paulo de Frades (17 574 residentes, 604 estrangeiros) e Santa Clara e Castelo Viegas (11 858 residentes; 486 estrangeiros).

No extremo oposto, freguesias mais periféricas, como São João do Campo (1 825 residentes; 7 estrangeiros) ou Trouxemil e Torre de Vilela (3 659 residentes; 45 estrangeiros), registam

valores significativamente inferiores, refletindo a maior concentração populacional (e também migrante) nas zonas urbanas e periurbanas do concelho.

Tabela 2

População Residente por Freguesia do Município de Coimbra (Censos 2021)

	População total residente	População residente de nacionalidade estrangeira	Percentagem da População estrangeira
Almalaguês	2853	30	1,05
Brasfemes	1932	27	1,4
Ceira	3244	50	1,54
Cernache	3962	91	2,3
Santo António dos Olivais	41150	2067	5,02
São João do Campo	1825	7	0,38
São Silvestre	2794	38	1,36
Torres do Mondego	2034	22	1,08
**Antuzede e Vil de Matos*	2842	44	1,55
**Assafarge e Antanhol*	4993	91	1,82
**Coimbra (Sé Nova, Santa Cruz, Almedina e São Bartolomeu)*	13880	1487	10,71
**Eiras e São Paulo de Frades*	17574	604	3,44
**Santa Clara e Castelo Viegas*	11858	486	4,1

	População total residente	População residente de nacionalidade estrangeira	Percentagem da População estrangeira
**São Martinho de Árvore e Lamarosa*	2716	19	0,7
**São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades*	15315	282	1,84
**Souselas e Botão*	4188	52	1,24
**Taveiro, Ameal e Arzila*	3997	35	0,88
**Trouxemil e Torre de Vilela*	3659	45	1,23

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 retratar o perfil geral das qualificações, usa-se a distribuição do nível de ensino mais elevado como apresentado na Tabela 3. De acordo com esta tabela (Censos 2021), entre os/as residentes de nacionalidade estrangeira em Coimbra, o nível de ensino mais frequente é o ensino secundário e pós-secundário (1 683). Segue-se o ensino superior (1 640). No ensino básico destacam-se o 3.º ciclo (684), o 2.º ciclo (330) e o 1.º ciclo (264). A categoria "Nenhum" de nível de escolaridade abrange sobretudo menores ainda em percurso escolar, pelo que não deve ser interpretada como ausência de escolarização entre adultos.

Tabela 3

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

Nível de Ensino Mais Elevado Completo	População total residente	População residente de nacionalidade estrangeira
Nenhum	15 201 (10,6%)	737 (13,5%)
Ensino básico 1.º ciclo	23 614 (16,5%)	264 (4,8%)
Ensino básico 2.º ciclo	11 323 (7,9%)	330 (6,0%)
Ensino básico 3.º ciclo	19 540 (13,7%)	684 (12,5%)
Ensino secundário e pós-secundário (Cursos de especialização tecnológica)	28 736 (20,1%)	1 683 (30,7%)
Curso técnico superior profissional	–	10 (0,2%)
Ensino Superior (inclui bacharelato)	42 402 (29,7%)	1 769 (32,3%)

De seguida, segue-se a tabela 4 para complementar o perfil de qualificações. Nesta apresenta-se a composição por nacionalidade e sexo da população estrangeira residente em Coimbra, com base na informação administrativa mais recente do INE (2023).

A leitura desta tabela ajuda a confirmar a prevalência da população que solicitou o estatuto de residência, nas comunidades brasileiras, angolanas, italianas e espanholas, seguidas por Cabo Verde, Guiné-Bissau, Moçambique e São Tomé e Príncipe. Estas presenças refletem perfis migratórios diversos (trabalho, reagrupamento familiar e percursos académicos).

Sublinhe-se ainda que, em Coimbra, esta evolução é compatível com a atratividade do sistema de ensino superior (UC e IPC) e com dinâmicas setoriais que acolhem mão de obra internacional.

Em suma, a Tabela 4 oferece o retrato de referência (2023). A interpretação será complementada nas secções seguintes, com a apresentação e discussão dos resultados dos inquéritos, permitindo atualizar e enquadrar estes dados.

Tabela 4

População Estrangeira que Solicitou Estatuto de Residente por Nacionalidade e Sexo do Município de Coimbra (INE, 2023)

País	N (H-M)	N (H)	N (M)	Razão de masculinidade (H/M ×100)
Angola	456	204	252	80,95
Bangladeche	14	11	3	366,67
Brasil	3267	1712	1555	110,10
China	28	19	9	211,11
Colômbia	22	15	7	214,29
Cabo Verde	172	69	103	66,99
Chéquia	20	10	10	100,00
Alemanha	77	33	44	75,00
Espanha	264	97	167	58,08
França	39	12	27	44,44
Reino Unido da Grã-Bretanha e Irlanda do Norte	19	12	7	171,43
Grécia	15	5	10	50,00
Guiné-Bissau	163	101	62	162,90
Hungria	14	6	8	75,00
Índia	70	50	20	250,00
Irão	15	7	8	87,50
Itália	318	154	164	93,90
Moçambique	140	54	86	62,79
Países Baixos	10	8	2	400,00

País	N (H-M)	N (H)	N (M)	Razão de masculinidade (H/M ×100)
Paquistão	68	54	14	385,71
Polónia	30	15	15	100,00
Roménia	35	11	24	45,83
Federação da Rússia	42	25	17	147,06
São Tomé e Príncipe	131	70	61	114,75
Ucrânia	10	5	5	100,00
Estados Unidos da América	90	45	45	100,00
...	...	...	...	...
[1]População estrangeira total	13702	6712	6990	96,02
[2]População residente total	144822	67755	77067	87,92
[3]População não estrangeira	131120	61043	70077	87,11

Nota. H= Homens; M = Mulheres; a listagem acima abrange as nacionalidades mais representadas. Foram incluídos apenas os países com expressão numérica igual ou superior a dois dígitos. 1 = População estrangeira residente. 2 = Inclui estrangeiros/as e portugueses/as. 3 = Portugueses/as residentes.

6. Emprego e mercado de trabalho

Contexto nacional e enquadramento local

Em Portugal, o mercado de trabalho caracteriza-se pelo predomínio dos serviços (≈ 70,9% do emprego em 2021) e pela indústria, incluindo a construção (≈ 23,9% em 2021) conforme dados da GlobalEDGE. Embora os dados oficiais (por ex., Instituto Nacional de Estatística) apontem para frequentes necessidades de mão de obra nos sectores da construção,

alojamento/restauração, saúde, educação e Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC), essas necessidades não se encontram quantificadas de forma detalhada nessa fonte. Este enquadramento sugere que as oportunidades tendem a concentrar-se em serviços (alojamento/restauração, comércio, cuidados, logística).

Para muitas pessoas migrantes, as oportunidades coexistem com barreiras no reconhecimento de qualificações, exigências linguísticas e recrutamento por redes informais, podendo levar à subutilização de competências e a contratos a termo.

Do lado da procura, os indicadores europeus de ofertas de emprego assinalam carências sobretudo em saúde e ação social, educação, construção e alojamento/restauração, assim como em perfis de TIC (variável por período e fonte).

Quanto aos indicadores da população total (Censos 2021), Coimbra tinha 67 677 ativos, 63 440 empregados e 4 237 desempregados (taxa de desemprego: 6,3%). O emprego no município é maioritariamente por conta de outrem (79,6%), muito acima do trabalho por conta própria (17,7%). Considerando os 20–64 anos, 73,9% estavam empregados/as, enquanto o desemprego jovem atingia 17,5%.

Importa sublinhar que não existem, em acesso público, tabelas que indiquem, para o município de Coimbra, em que setores se concentram os/as residentes com nacionalidade estrangeira. As fontes disponíveis (Censos 2021) detalham apenas a distribuição do total de empregados por setor. Até lá, tomamos o padrão nacional como referência: a nível nacional, verifica-se maior presença em atividades administrativas e dos serviços de apoio e em alojamento e restauração – tendência a confirmar localmente (PORDATA, 2024).

É importante realçar que cabe às instituições públicas e aos empregadores assegurar procedimentos de recrutamento transparentes, reconhecimento de qualificações e condições de trabalho justas, prevenindo práticas discriminatórias.

7. Habitação

Contexto nacional e enquadramento local

O acesso à habitação tem vindo a deteriorar-se nas grandes áreas urbanas e turísticas. Coimbra não replica totalmente esse cenário, mas já se notam efeitos nos preços, na oferta de casas para arrendar e no estado do alojamento disponível. O envelhecimento demográfico e a procura de respostas sociais evidenciam constrangimentos que afetam a população residente no seu conjunto, incluindo pessoas migrantes. Dada a especificidade desta dimensão, a análise referente à população migrante será aprofundada com base nos dados primários recolhidos.

Dados disponíveis

Para o município de Coimbra não estão acessíveis, em fontes públicas, indicadores que cruzem condições de habitabilidade com pessoas de nacionalidade estrangeira. Existem, no entanto, estatísticas oficiais sobre o mercado total: em 2024, a renda mediana dos novos contratos em Portugal foi de 7,97 €/m² (atingindo 8,43 €/m² no 4.º trimestre).

As fontes disponíveis sobre habitação social municipal (parque gerido em renda apoiada) fornecem dados agregados, sem desagregação por nacionalidade. Segundo a informação publicada pela Câmara Municipal de Coimbra, através do "Diagnóstico Social do Concelho de Coimbra", publicado em 2024, a renda média mensal era de 32,70 € em junho de 2024. Pelo facto de resultar de uma fórmula indexada ao rendimento dos agregados, este valor não é comparável às rendas praticadas no mercado privado.

Estes elementos servem de contexto e serão complementados nas seções seguintes para apurar barreiras específicas, incluindo eventuais situações de discriminação no arrendamento.

8. Apresentação dos resultados dos estudos empíricos

8.1. Inquérito

Caracterização sociodemográfica da amostra

O presente estudo integrou 243 participantes, tendo sido 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 predominantemente por mulheres *(n =* 153; 63,2%), seguidas de homens *(n =* 87; 35,8%) e um pequeno grupo de participantes classificados como "outro" *(n =* 2; 0,8%).

A idade dos/das participantes variou entre 18 e 78 anos, com uma média de 39,7 anos (*DP =* 13,5).

Relativamente ao estado civil, a maioria declarou ser casada *(n =* 125; 51,7%), seguida de solteira *(n =* 97; 39,9%), divorciada *(n =* 16; 6,6%) e viúva *(n =* 4; 1,6%).

Quanto à escolaridade, a maior parte possui formação superior, destacando-se o Mestrado (30,9%) e a Licenciatura/Bacharelato (27,6%), o que representa mais de metade da amostra (58,5%). Seguem-se o ensino secundário (19,3%) e as formações técnico-profissionais (6,2%). Apenas uma pequena percentagem possui escolaridade básica ou inexistente, confirmando tratar-se de uma amostra altamente qualificada.

Em termos de nacionalidade, observa-se uma clara predominância de participantes brasileiros (≈60%), seguidos de indivíduos oriundos de Angola (≈10%), Moçambique (≈5%), Guiné-Bissau e São Tomé e Príncipe (≈4%) e Ucrânia (≈4%). Em proporções menores, surgem participantes provenientes da Rússia, Índia, Paquistão, Argentina, Colômbia, Estados Unidos da América, Reino Unido, Itália, França, Países Baixos, entre outros.

De forma geral, a amostra é maioritariamente lusófona (≈80%), com forte presença de participantes da América do Sul e de países africanos de língua portuguesa, refletindo sobretudo a partilha de língua e redes migratórias recentes, bem como alguma diversificação geográfica e cultural. No que respeita à religião, a maioria dos/das participantes declarou não ter religião (30,0%), seguindo-se os/as católicos/as (26,3%) e os/as protestantes evangélicos/as (11,9%). Uma proporção considerável optou por não responder (8,2%) ou indicou outras crenças espirituais (10,7%). As restantes religiões – islâmica (4,1%), budista (2,1%), ortodoxa (1,2%), judaica (1,2%) e bahá'í (0,4%) – apresentam representações residuais.

Secção A — Trajetória migratória

A maior parte dos participantes reside em Portugal entre 1 e 3 anos (36,6%), seguida pelos que estão há 3 e 5 anos (25,1%) e há entre 5 e 7 anos (14,4%). Um grupo mais reduzido encontra-se no país há mais de 7 anos (13,2%), enquanto 10,7% residem há menos de um ano.

Em termos de distribuição por sexo, observa-se que tanto mulheres (33,1%) como homens (42,5%) registam os maiores percentuais no grupo de 1 a 3 anos de residência, evidenciando uma presença significativa de migrantes em fase inicial de integração.

Em suma, a amostra é maioritariamente constituída por pessoas que chegaram a Portugal nos últimos cinco anos (≈72%), refletindo uma dinâmica migratória recente.

Tabela 5

Tempo de Residência em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Menos de 6 meses	7 (4,5%)	6 (6,9%)	1 (50,0%)	14 (5,8%)
6 meses a 1 ano	8 (5,2%)	4 (4,6%)	0 (0,0%)	12 (4,9%)
De 1 a 3 anos	51 (33,1%)	37 (42,5%)	1 (50,0%)	89 (36,6%)
De 3 a 5 anos	41 (26,6%)	20 (23,0%)	0 (0,0%)	61 (25,1%)
De 5 a 7 anos	26 (16,9%)	9 (10,3%)	0 (0,0%)	35 (14,4%)
Mais de 7 anos	21 (13,6%)	11 (12,6%)	0 (0,0%)	32 (13,2%)
Total Geral	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

Os dados indicam que o principal motivo para a saída do país de origem foi a procura de melhores condições de vida *(n* = 111; 45,7%), observando-se percentagens muito próximas entre mulheres (44,8%) e homens (47,1%). O prosseguimento de estudos surge como a segunda razão mais referida (21,0%), enquanto fatores políticos, religiosos, humanitários ou relacionados com a saúde correspondem a 13,2% das respostas. Já a escolha de acompanhar ou reunir-se com a família foi reportada por 7,4% dos inquiridos, e outras situações representam 12,8%, sendo estas ligeiramente mais prevalentes entre homens (13,8%).

Desta forma, verifica-se que o perfil migratório da amostra é predominantemente marcado por motivações de ordem económica e melhoria de vida, mas também contempla dimensões académicas, familiares, humanitárias e outras, refletindo a diversidade dos percursos migratórios envolvidos.

Tabela 6

Razão da Saída do País de Origem Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Procura de melhores condições de vida	69 (44,8%)	41 (47,1%)	1 (50,0%)	111 (45,7%)
Acompanhar/reunir-se à família	11 (7,1%)	7 (8,0%)	0 (0,0%)	18 (7,4%)
Prosseguimento de estudos	35 (22,7%)	16 (18,4%)	0 (0,0%)	51 (21,0%)
Motivos políticos/religiosos/ humanitários/saúde	21 (13,6%)	11 (12,6%)	0 (0,0%)	32 (13,2%)
Outra(s)	18 (11,7%)	12 (13,8%)	1 (50,0%)	31 (12,8%)
Total geral	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

Na Tabela 7, observa-se a distribuição dos tipos de documentos que os/as participantes possuíam à entrada em Portugal. Entre as mulheres *(n* = 154), o documento mais frequente foi a categoria "outro tipo de visto/documento" *(n* = 44; 28,8%), seguida do "visto de estudante" *(n* = 38; 24,8%), do "visto de turista" *(n* = 24; 15,7%) e do "visto uniforme Schengen" *(n* = 23; 15,0%). As demais categorias registaram proporções inferiores a 5%, incluindo "visto de curta duração" *(n* = 11; 7,2%), "visto de trabalho" *(n* = 3; 2,0%), "visto para procura de trabalho (atividades altamente qualificadas)" *(n* = 4; 2,6%), "visto de residência CPLP" *(n* = 4; 2,6%) e "inclusão no passaporte dos pais" *(n* = 2; 1,3%).

Entre os homens *(n* = 87), o padrão revelou-se similar, com a categoria "outro tipo de visto/documento" também dominante *(n* = 33; 37,9%), seguida por "visto de estudante" *(n* = 18; 20,7%), "visto de turista" *(n* = 15; 17,2%) e "visto uniforme Schengen" *(n* = 11; 12,6%). As outras categorias foram pouco representadas: "visto de curta duração" *(n* = 4; 4,6%), "visto de trabalho" *(n* = 0; 0,0%), "visto para procura de trabalho" *(n* = 1; 1,1%), "visto de residência CPLP" *(n* = 4; 4,6%) e "inclusão no passaporte dos pais" *(n* = 1; 1,1%). Nos/as

participantes que se identificaram como "outro sexo" *(n* = 2), observaram-se respostas pontuais: "visto de trabalho" *(n* = 1; 50,0%) e "outro tipo de visto/documento" *(n* = 1; 50,0%).

Tabela 7

Documentação Para a Entrada em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Visto uniforme (Schengen)	23 (14,9%)	11 (12,6%)	0 (0,0%)	34 (14,0%)
Visto de curta duração (válido para Portugal)	11 (7,1%)	4 (4,6%)	0 (0,0%)	15 (6,2%)
Visto de turista (visto de curta duração)	25 (16,2%)	15 (17,2%)	0 (0,0%)	40 (16,5%)
Visto de estudante	38 (24,7%)	18 (20,7%)	0 (0,0%)	56 (23,0%)
Visto de trabalho	3 (1,9%)	0 (0,0%)	1 (50,0%)	4 (1,6%)
Visto para procura de trabalho (apenas para atividades altamente qualificadas em vigor desde 2024)	4 (2,6%)	1 (1,1%)	0 (0,0%)	5 (2,1%)
Visto de residência CPLP	4 (2,6%)	4 (4,6%)	0 (0,0%)	8 (3,3%)
Estava incluído no passaporte dos pais	2 (1,3%)	1 (1,1%)	0 (0,0%)	3 (1,2%)
Outro tipo de visto/documento	44 (28,6%)	33 (37,9%)	1 (50,0%)	78 (32,1%)
Total geral	154 (100%)	87 (100%)	2 (100%)	243 (100%)

Quanto ao atual estatuto de permanência em Portugal, verifica-se que as mulheres *(n* = 154) indicaram maioritariamente possuir autorização de residência *(n* = 98; 64,1%), seguida por processos em resolução na AIMA *(n* = 19; 12,4%), outras situações *(n* = 17; 11,1%) e autorização de residência CPLP *(n* = 11; 7,2%). As categorias menos frequentes incluíram

visto de estada temporária *(n* = 7; 4,6%) e o grupo que aguarda regularização pela nova medida para contribuintes da Segurança Social (janeiro de 2025) *(n* = 1; 0,7%).

Entre os homens *(n* = 87), observou-se padrão semelhante, com predominância da autorização de residência *(n* = 51; 58,6%), seguida por processo em resolução na AIMA *(n* = 14; 16,1%), outras situações *(n* = 10; 11,5%) e autorização de residência CPLP *(n* = 5; 5,7%). Casos de visto de estada temporária *(n* = 4; 4,6%) e de espera de regularização *(n* = 3; 3,4%) foram residuais.

Nos/as participantes classificados como "outro sexo" *(n* = 2), as respostas dividiram-se entre visto de estada temporária *(n* = 1; 50,0%) e processo em resolução na AIMA *(n* = 1; 50,0%).

Assim, tanto mulheres como homens apresentam perfis administrativos semelhantes, com predominância clara da autorização de residência, refletindo uma situação de regularização estável para a maioria dos/das participantes.

Tabela 8

Atual Estatuto de Permanência em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Possuo autorização de residência	99 (64,3%)	51 (58,6%)	0 (0,0%)	150 (61,7%)
Possuo autorização de residência CPLP	11 (7,1%)	5 (5,7%)	0 (0,0%)	16 (6,6%)
Possuo visto de estada temporária	7 (4,5%)	4 (4,6%)	1 (50,0%)	12 (4,9%)
Processo em resolução na AIMA	19 (12,3%)	14 (16,1%)	1 (50,0%)	34 (14,0%)

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Aguardo regularização através da nova medida para contribuintes da Segurança Social (entrada em vigor em janeiro 2025)	0 (0,0%)	3 (3,4%)	0 (0,0%)	3 (1,2%)
Outras situações	17 (11,1%)	10 (11,5%)	0 (0,0%)	27 (11,1%)
Total geral	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

Os/as participantes revelam uma distribuição consistente quanto à posse e intenção de aquisição da nacionalidade portuguesa. Entre as mulheres *(n =* 153), a grande maioria referiu não possuir nacionalidade portuguesa, mas pretender obtê-la *(n =* 118; 77,1%), enquanto 22 mulheres (14,4%) afirmaram não pretender adquiri-la e 13 (8,5%) já a possuíam.

Entre os homens *(n =* 87), o padrão manteve-se semelhante: a maioria também indicou não possuir, mas pretender obter nacionalidade portuguesa *(n =* 67; 77,0%), seguida de 13 homens (14,9%) que não manifestam intenção de adquiri-la e 7 (8,0%) que já a possuem.

Entre os/as participantes classificados como "outro sexo" *(n =* 2), observou-se uma distribuição equilibrada entre "não tenho e pretendo obtê-la" *(n =* 1; 50,0%) e "não tenho e não pretendo obtê-la" *(n =* 1; 50,0%).

Sinteticamente, verifica-se que a grande maioria dos/das participantes, independentemente do sexo, manifesta intenção de adquirir nacionalidade portuguesa, sugerindo um desejo generalizado de integração legal e cívica no país.

Tabela 9

Condição e Intenção de Obtenção da Nacionalidade Portuguesa Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Sim, já tenho	13 (8,4%)	7 (8,0%)	0 (0,0%)	20 (8,2%)
Não tenho e pretendo obtê-la	119 (77,3%)	67 (77,0%)	1 (50,0%)	187 (77,0%)
Não tenho e não pretendo obtê-la	22 (14,3%)	13 (14,9%)	1 (50,0%)	36 (14,8%)
Total geral	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

Os motivos que influenciaram a escolha da área de residência pelos/as participantes revelam padrões distintos entre sexos. Entre as mulheres *(n* = 153), a razão mais frequentemente apontada foi "Gosto das características da região (clima, paisagem, ambiente)", referida por 27,6% do total dos/das participantes (25,3% das mulheres e 35,6% dos homens). A segunda razão mais comum foi "Outra razão" (24,7%), seguida de "Porque tenho familiares ou amigos aqui" (19,8%).

Fatores económicos, como "O custo de vida é mais acessível" (14,4%) e "Preços mais baixos da habitação" (4,9%), surgem com menor expressão, embora revelem algum peso nas motivações, sobretudo entre os homens. As motivações ligadas ao emprego – "É mais fácil arranjar trabalho aqui" (2,1%) e "Recebi uma oferta de trabalho" (4,5%) – evidenciam relevância reduzida, tal como as razões associadas à infraestrutura ("Fácil acesso a transportes e serviços" e "Tem bons serviços e comércios", ambas abaixo de 2%).

Apenas duas pessoas se identificaram com outro sexo, mencionando "Recebi uma oferta de trabalho" e "Gosto das características da região" como motivos para residir.

Tabela 10

Motivos Para a Escolha do Local de Residência Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Porque tenho familiares ou amigos aqui	34 (22,1%)	14 (16,1%)	0 (0,0%)	48 (19,8%)
Fácil acesso a transportes e serviços	2 (1,3%)	1 (1,1%)	0 (0,0%)	3 (1,2%)
É mais fácil arranjar trabalho aqui	5 (3,2%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	5 (2,1%)
Recebi uma oferta de trabalho	6 (3,9%)	4 (4,6%)	1 (50,0%)	11 (4,5%)
Preços mais baixos da habitação	5 (3,2%)	7 (8,0%)	0 (0,0%)	12 (4,9%)
Tem bons serviços e comércios	0 (0,0%)	2 (2,3%)	0 (0,0%)	2 (0,8%)
O custo de vida é mais acessível	24 (15,6%)	14 (16,1%)	0 (0,0%)	35 (14,4%)
Gosto das características da região (clima, paisagem, ambiente)	39 (25,3%)	31 (35,6%)	1 (50,0%)	71 (27,6%)
Outra razão	39 (25,3%)	21 (24,1%)	0 (0,0%)	60 (24,7%)
Total geral	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

A análise da diversidade das experiências migratórias permitiu identificar distintos perfis e estratégias de chegada a Portugal (Tabela 11). Verificou-se que a maioria dos/das participantes (52,7%) migrou acompanhada de familiares, sublinhando o papel central dos laços familiares nos processos de mobilidade e integração. No entanto, um grupo significativo, 42,4%, chegou sozinho, com destaque para os homens, dos quais 52,9% não vieram acompanhados, sugerindo diferentes dinâmicas conforme o sexo dos migrantes. O apoio de amigos, organizações ou outras pessoas foi menos frequente (9,9%), mais comum entre as mulheres do que entre os homens. Chegadas por recrutamento de empresa ou patrão foram raras, apenas 1,6% do total. Estas informações mostram a variedade de

caminhos iniciais dos migrantes e indicam que políticas de inclusão devem considerar esse leque diversificado de experiências para melhor dar resposta às necessidades específicas de cada grupo.

Tabela 11

Condições de Chegada a Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Sozinho/a	57 (37,0%)	46 (52,9%)	0 (0,0%)	103 (42,4%)
Com familiares	86 (55,8%)	40 (46,0%)	2 (50,0%)	128 (52,7%)
Com apoio de amigos, organizações ou outras pessoas	19 (12,3%)	4 (4,6%)	1 (25,0%)	24 (9,9%)
Recrutado/a por empresa ou patrão	1 (0,6%)	2 (2,3%)	1 (25,0%)	4 (1,6%)
Outro	2 (1,3%)	7 (8,0%)	0 (0,0%)	9 (3,7%)

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%.

Com a questão: "Pensa trazer para Portugal algumas das pessoas familiares e/ou amigos que ainda estão no seu país de origem?" procurou-se identificar a intenção dos/das participantes em relação à vinda de familiares e/ou amigos para Portugal, em função do sexo.

A Tabela 12 revela que apenas 30,9% dos/das participantes responderam "Sim" à questão, destacando uma minoria face aos 69,1% que responderam "Não". Entre os homens, a proporção de respostas afirmativas foi de 35,6%, superior à observada nas mulheres, que

ficou em 28,6%. Nenhuma pessoa do grupo "Outro" optou pelo "Sim". Portanto, o dado mais relevante é que a maioria dos/das participantes, independentemente do sexo, respondeu negativamente à questão, sendo a tendência mais acentuada entre o grupo feminino. Esta diferença por sexo mostra que os homens estão ligeiramente mais propensos a responder afirmativamente, mas, de uma forma geral, predomina a resposta negativa.

Tabela 12

Intenção de Reagrupamento Familiar em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Sim	44 (28,6%)	31 (35,6%)	0 (0,0%)	75 (30,9%)
Não	110 (71,4%)	56 (64,4%)	2 (100,0%)	168 (69,1%)
Total geral	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

Secção B — Redes de Apoio e Condições de Integração

Na tabela 13 observa-se que a maioria dos/das participantes *(n* = 133; 54,7%) não recebeu qualquer apoio desde a chegada a Portugal, enquanto 45,3% *(n* = 110) relataram ter contado com algum tipo de suporte. O acesso ao apoio revelou-se mais expressivo entre as mulheres, com 81 (52,6%) a beneficiarem desse recurso, em contraste com 28 homens (32,2%), evidenciando uma diferença relevante nas dinâmicas de procura ou acesso entre sexos. O grupo "Outro" teve uma divisão igual entre apoio e ausência de apoio, mas representa apenas dois indivíduos.

Quanto às fontes de apoio entre os/as que receberam suporte, a maioria das respostas aponta para os familiares, que constituem 46,4% *(n* = 51) das referências, com destaque para as mulheres (54,3%; *n* = 44), que parecem beneficiar mais deste tipo de redes. Entre os homens, o apoio familiar é menos frequente (21,4%; *n* = 6), e estes recorrem mais a amigos e conhecidos, tanto do país de origem (32,1%; *n* = 9) quanto portugueses/as (10,7%; *n* = 3). O apoio institucional, proveniente de organizações de solidariedade social e serviços públicos, é residual, assim como o valor atribuído às associações ligadas à igreja e às associações de migrantes. O grupo "Outro" representa 5,5% *(n* = 6) das fontes de apoio e inclui apoios pontuais variados. Estes dados reforçam a importância da rede familiar e social na integração, sobretudo para as mulheres, enquanto os homens recorrem mais a outros laços sociais, destacando, porém, a limitação das redes institucionais em apoiar esses processos.

Tabela 13

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

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total *n* (%)
Apoio recebido				
Sim	81 (52,6%)	28 (32,2%)	1 (50,0%)	110 (45,3%)
Não	73 (47,4%)	59 (67,8%)	1 (50,0%)	133 (54,7%)
Total geral	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)
Fontes de apoio recebidas				
Familiares	44 (54,3%)	6 (21,4%)	1 (100,0%)	51 (46,4%)
Organizações de solidariedade	5 (6,2%)	2 (7,1%)	0 (0,0%)	7 (6,4%)
Associações ligadas à Igreja	1 (1,2%)	2 (7,1%)	0 (0,0%)	3 (2,7%)

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total *n* (%)
Amigos/conhecidos do país origem	8 (9,9%)	9 (32,1%)	0 (0,0%)	17 (15,5%)
Amigos/as e conhecidos Portugueses	15 (18,5%)	3 (10,7%)	0 (0,0%)	18 (16,4%)
Serviços do Estado/Município	5 (6,2%)	2 (7,1%)	0 (0,0%)	7 (6,4%)
Associações de migrantes	0 (0,0%)	1 (3,6%)	0 (0,0%)	1 (0,9%)
Outra(s)	3 (3,7%)	3 (10,7%)	0 (0,0%)	6 (5,5%)

Nota. As percentagens apresentadas podem totalizar mais de 100 %, uma vez que as questões permitiam respostas múltiplas, refletindo a possibilidade de cada participante identificar mais do que uma opção aplicável.

As dificuldades sentidas pelos/as migrantes em Portugal são variadas, com destaque para algumas mais expressivas. Das 243 pessoas inquiridas, 116 (48,1%) referiram dificuldades no uso de serviços online destinados a imigrantes, como a AIMA. A questão habitacional é também bastante relevante, com 93 pessoas (38,6%) a indicar dificuldades relacionadas com casa para viver, seja pelo preço ou pela disponibilidade. O trabalho, que inclui encontrar emprego e atuar na sua área, foi dificuldade para 79 inquiridos (32,8%). A barreira linguística, nomeadamente falar e entender português, afetou 71 pessoas (29,5%), e o acesso à saúde foi assinalado por 70 indivíduos (29%). Outras dificuldades significativas incluem o reconhecimento de estudos ou cursos do estrangeiro, relatado por 46 participantes (19,1%), as diferenças culturais para 31 pessoas (12,9%) e entender as regras para viver e trabalhar em Portugal, assinalado por 29 (12%). Destaca-se que 18 pessoas (7,5%) afirmaram não ter dificuldade alguma. As mulheres sentiram mais dificuldades no acesso a serviços online e à habitação, enquanto os homens referiram mais dificuldades com o português e a habitação.

Tabela 14

Dificuldades Enfrentadas em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Total *n* (%)
Nenhuma dificuldade	8 (5,4%)	10 (11,8%)	18 (7,5%)
Falar e entender português	40 (26,8%)	31 (36,5%)	71 (29,5%)
Usar serviços online para imigrantes (ex.: AIMA)	75 (50,3%)	41 (48,2%)	116 (48,1%)
Entender regras para viver / trabalhar em Portugal	19 (12,8%)	10 (11,8%)	29 (12,0%)
Acesso à saúde	46 (30,9%)	24 (28,2%)	70 (29,0%)
Trabalho (encontrar emprego ou trabalhar na minha área)	53 (35,6%)	26 (30,6%)	79 (32,8%)
Reconhecimento de estudos / cursos do estrangeiro	30 (20,1%)	16 (18,8%)	46 (19,1%)
Diferenças culturais	21 (14,1%)	10 (11,8%)	31 (12,9%)
Casa para viver (preço ou disponibilidade)	58 (38,9%)	35 (41,2%)	93 (38,6%)

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%.

Vários fatores são considerados fundamentais pelos/as participantes no processo de integração em Portugal. Ter casa para viver, seja própria ou arrendada, foi apontado como o aspeto mais importante por 169 pessoas (69,5%). Conseguir trabalho *(n* = 155; 63,8%) e garantir acesso a cuidados de saúde *(n* = 155; 63,8%) também surgem como prioridades essenciais, tal como ser tratado de forma justa e respeitosa *(n* = 154; 63,4%). A comunicação em língua portuguesa tem peso significativo, sendo valorizada por 113 participantes (46,5%), assim como a participação em atividades da comunidade *(n* = 116; 47,7%) e a importância de ter amigos/as portugueses/as *(n* = 114; 46,9%). Estar junto da família *(n* =

73; 30,0%) e garantir a escolarização dos/as filhos/as *(n =* 66; 27,2%) também foram mencionados, embora por um grupo menor. No conjunto, as respostas evidenciam que a segurança habitacional, emprego, saúde, respeito, relações interpessoais e domínio da língua portuguesa constituem os pilares principais para se sentirem bem integrados em Portugal (Tabela 15).

Tabela 15

Aspetos Considerados Importantes para a Integração em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Comunicar em português	69 (44,8%)	42 (48,3%)	2 (100,0%)	113 (46,5%)
Ter trabalho	108 (70,1%)	46 (52,9%)	1 (50,0%)	155 (63,8%)
Ter casa para viver (comprada ou arrendada)	107 (69,5%)	60 (69,0%)	2 (100,0%)	169 (69,5%)
Ter acesso a cuidados de saúde	97 (63,0%)	57 (65,5%)	1 (50,0%)	155 (63,8%)
Ter os/as filhos/as na Escola	48 (31,2%)	18 (20,7%)	0 (0,0%)	66 (27,2%)
Estar junto da família	48 (31,2%)	25 (28,7%)	0 (0,0%)	73 (30,0%)
Ter amigos/as portugueses/as	70 (45,5%)	43 (49,4%)	1 (50,0%)	114 (46,9%)
Ter amigos/as da sua nacionalidade ou cultura	34 (22,1%)	19 (21,8%)	0 (0,0%)	53 (21,8%)
Ser tratado/a de forma justa, sem ser maltratado/a ou rejeitado/a	103 (66,9%)	49 (56,3%)	2 (100,0%)	154 (63,4%)

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Participar em atividades da comunidade	73 (47,4%)	41 (47,1%)	2 (100,0%)	116 (47,7%)
Outra(s)	3 (1,9%)	6 (6,9%)	0 (0,0%)	9 (3,7%)

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

O perfil do espaço habitacional dos/das participantes revela que a maioria reside em casa arrendada, independentemente do sexo: 67,5% das mulheres *(n* = 104), 62,1% dos homens *(n* = 54) e 100,0% das pessoas classificadas como "outro sexo" *(n* = 2) habitam neste regime. Entre as mulheres, é também relevante a presença em casa própria (15,6%; *n* = 24) e casa de familiares (7,8%; *n* = 12), enquanto nos homens observa-se maior frequência em quartos individuais (14,9%; *n* = 13) e alguma expressão da habitação partilhada (6,9%; *n* = 6) e casa própria (13,8%; *n* = 12). A habitação social é residual e apenas referida por um homem (1,1%). Os dados sugerem que o arrendamento privado é a forma predominante de acesso à habitação, sendo alternativas como casa própria, quartos ou habitação partilhada menos comuns entre ambos os sexos (Tabela 16).

Tabela 16

Espaço Habitacional dos/das Participantes Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Casa própria	24 (15,6%)	12 (13,8%)	0 (0,0%)	36 (14,8%)
Casa de familiares	12 (7,8%)	1 (1,1%)	0 (0,0%)	13 (5,3%)
Casa arrendada	104 (67,5%)	54 (62,1%)	2 (100,0%)	160 (65,8%)
Quarto	9 (5,8%)	13 (14,9%)	0 (0,0%)	22 (9,1%)
Habitação partilhada	5 (3,2%)	6 (6,9%)	0 (0,0%)	11 (4,5%)
Habitação Social	0 (0,0%)	1 (1,1%)	0 (0,0%)	1 (0,4%)
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

A perceção dos/das participantes sobre a qualidade da sua habitação revela uma tendência positiva e consistente entre os diferentes sexos. A maioria, tanto de mulheres como de homens, classificou as suas condições habitacionais como "boas" ou "muito boas".

Entre as respondentes mulheres, esta visão favorável agrega 80,4% das respostas (43,1% e 37,3%, respetivamente), enquanto nos homens a percentagem é de 68,9% (31,0% e 37,9%). As classificações negativas ("más" e "muito más") são residuais em todos os grupos, embora ligeiramente mais expressivas na amostra masculina (5,7%) face à feminina (2,0%). Os dois inquiridos/das de "outro sexo" partilham desta perceção positiva, classificando as condições como "muito boas" e "boas". Em síntese, os dados demonstram que a satisfação com as condições habitacionais é maioritária e transversal ao sexo, com a grande maioria dos inquiridos a avaliar a sua habitação de forma positiva (Tabela 17).

Tabela 17

Avaliação das Condições Habitacionais Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Muito boas	57 (37,0%)	33 (37,9%)	1 (50,0%)	91 (37,4%)
Boas	67 (43,5%)	27 (31,0%)	1 (50,0%)	95 (39,1%)
Razoáveis	27 (17,5%)	22 (25,3%)	0 (0,0%)	49 (20,2%)
Más	2 (1,3%)	3 (3,4%)	0 (0,0%)	5 (2,1%)
Muito más	1 (0,6%)	2 (2,3%)	0 (0,0%)	3 (1,2%)
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

As principais barreiras no acesso à habitação em Portugal, reportadas pelos/as participantes, centram-se em obstáculos financeiros, com o elevado custo das rendas a emergir como a dificuldade mais salientada. No entanto, uma percentagem significativa de inquiridos/das afirma não ter enfrentado quaisquer problemas.

No caso das mulheres *(n =* 153), as principais dificuldades reportadas foram o preço das rendas muito elevado *(n =* 47; 30,7%) e não ter tido dificuldades *(n =* 44; 28,8%). Outras dificuldades incluíram caução muito alta *(n =* 23; 15,0%), pedido de fiador português *(n =* 14; 9,2%), muitos documentos exigidos *(n =* 8; 5,2%), recusa dos proprietários em alugar *(n =* 6; 3,9%) e não ter procurado casa *(n =* 11; 7,2%).

Entre os respondentes homens *(n =* 87), também prevaleceu a resposta que demonstra a ausência de dificuldades *(n =* 28; 32,2%), seguida de rendas muito caras *(n =* 21; 24,1%), caução muito alta *(n =* 13; 14,9%), recusa dos proprietários em alugar *(n =* 8; 9,2%), pedido de fiador português *(n =* 9; 10,3%), muitos documentos exigidos *(n =* 7; 8,0%) e não procurei casa *(n =* 1; 1,1%).

Em linhas gerais, o preço elevado das rendas e as exigências financeiras (como cauções ou fiadores/as portugueses/as) constituem as principais barreiras relatadas, embora uma parte expressiva dos/das participantes afirme não ter enfrentado dificuldades, sendo o padrão de respostas semelhante entre homens e mulheres (Tabela 18).

Tabela 18

Dificuldades Enfrentadas para Encontrar Habitação em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Sim, pediam muitos documentos	8 (5,2%)	7 (8,0%)	0 (0,0%)	15 (6,2%)
Sim, caução (depósito) muito alta	23 (14,9%)	13 (14,9%)	0 (0,0%)	36 (14,8%)
Sim, o preço das rendas era muito caro	48 (31,2%)	21 (24,1%)	1 (50,0%)	70 (28,8%)
Sim, donos recusaram-me alugar	6 (3,9%)	8 (9,2%)	0 (0,0%)	14 (5,8%)
Sim, pediam fiador português	14 (9,1%)	9 (10,3%)	1 (50,0%)	24 (9,9%)
Não tive dificuldades	44 (28,6%)	28 (32,2%)	0 (0,0%)	72 (29,6%)
Não procurei casa em Portugal	11 (7,1%)	1 (1,1%)	0 (0,0%)	12 (4,9%)
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

A análise do acesso e da integração no sistema de saúde revela diferenças entre homens e mulheres participantes do estudo (Tabela 19).

Entre as mulheres *(n* = 153), as respostas mais frequentes foram ter médico/a de família *(n* = 57; 37,3%), estar registada no centro de saúde perto de casa *(n* = 35; 22,9%) e já ter usado o Serviço Nacional de Saúde (SNS) *(n* = 35; 22,9%). Um número menor relatou ter sido maltratada ao procurar cuidados de saúde *(n* = 17; 11,1%) ou não ter procurado serviços de saúde em Portugal *(n* = 9; 5,9%). Nenhuma mulher indicou ter tido um acidente de trabalho.

No caso dos homens *(n* = 87), as respostas mais comuns foram estar registado no centro de saúde perto de casa *(n* = 31; 35,6%), já ter usado o SNS *(n* = 19; 21,8%) e ter médico/a de família *(n* = 13; 14,9%). Alguns relataram ter sido maltratados ao procurar cuidados de saúde *(n* = 5; 5,7%), não ter procurado serviços de saúde *(n* = 18; 20,7%) e ter tido um acidente de trabalho *(n* = 1; 1,1%).

Entre os/as participantes classificados como "outro sexo" *(n* = 2), ambos referiram não ter procurado serviços de saúde em Portugal (100%).

Em síntese, as mulheres apresentam maior integração no sistema de saúde português, evidenciada pelo registo em centros de saúde e pela obtenção de médico/a de família, enquanto os homens tendem mais frequentemente a relatar ausência de procura de cuidados ou menor vínculo com o SNS.

Tabela 19

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

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Estou registado/a no centro de saúde perto de casa	35 (22,7%)	31 (35,6%)	0 (0,0%)	66 (27,2%)
Já usei o Serviço Nacional de Saúde (SNS)	36 (23,4%)	19 (21,8%)	0 (0,0%)	55 (22,6%)
Tenho médico/a de família	57 (37,0%)	13 (14,9%)	0 (0,0%)	70 (28,8%)
Já fui maltratado/a ao procurar cuidados de saúde	17 (11,0%)	5 (5,7%)	0 (0,0%)	22 (9,1%)
Já tive um acidente no trabalho	0 (0,0%)	1 (1,1%)	0 (0,0%)	1 (0,4%)
Não procurei serviços de saúde em Portugal	9 (5,8%)	18 (20,7%)	2 (100,0%)	29 (11,9%)

	Mulheres *n* (%)	Homens (%)	*n*	Outro *n* (%)	Total
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)		2 (100,0%)	243 (100,0%)

Secção D — Educação, Qualificações e Mercado de Trabalho

A análise da escolaridade dos/das participantes revela que os graus mais frequentes são a licenciatura/bacharelato (74 participantes; 30,6%) e o mestrado (70; 28,9%), seguidos pelo ensino secundário (51; 21,1%). No grupo das mulheres, destaca-se a frequência no ensino superior, com 44 (28,8%) licenciadas e 44 (28,8%) mestres, enquanto entre os homens predominam a licenciatura (29; 33,3%) e o mestrado (26; 29,9%). O ensino secundário regista valores de 37 (24,2%) entre as mulheres e 14 (16,1%) entre os homens. Níveis mais baixos de escolaridade, como o ensino primário e ciclos básicos, são pouco representativos, nunca ultrapassando 3,4% dos homens nem 2,0% das mulheres. O doutoramento também é mais frequente entre as mulheres (10; 6,5%) do que entre os homens (3; 3,4%). Estes dados podem ser consultados na Tabela 20.

Tabela 20

Escolaridade Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Sem escolaridade / Primário	3 (2,0%)	3 (3,4%)	0 (0,0%)	6 (2,5%)
2.º ciclo (5.º-6.º)	1 (0,7%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	1 (0,4%)
3.º Ciclo (7.º-9.º)	2 (1,3%)	2 (2,3%)	0 (0,0%)	4 (1,7%)
Secundário (10.º-12.º)	37 (24,2%)	14 (16,1%)	0 (0,0%)	51 (21,1%)
Técnico /Profissional	9 (5,9%)	6 (6,9%)	0 (0,0%)	15 (6,2%)

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Licenciatura / Bacharelato	44 (28,8%)	29 (33,3%)	1 (50,0%)	74 (30,6%)
Mestrado	44 (28,8%)	26 (29,9%)	0 (0,0%)	70 (28,9%)
Doutoramento	10 (6,5%)	3 (3,4%)	1 (50,0%)	14 (5,8%)
Pós-graduação	3 (2,0%)	4 (4,6%)	0 (0,0%)	7 (2,9%)
Total	153 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	242 (100,0%)

A Tabela 21 detalha o reconhecimento de estudos e cursos realizados no estrangeiro, excluindo a categoria "Outro". Entre as 154 mulheres, 51 (33,1%) tiveram reconhecidos estudos escolares ou universitários, 8 (5,2%) cursos profissionais ou técnicos, 6 (3,9%) estão a fazer o pedido de reconhecimento, 8 (5,2%) tentaram, mas foram recusadas, 41 (26,6%) ainda não pediram, 11 (7,1%) desconheciam essa possibilidade e 29 (18,8%) indicaram outra situação. No grupo dos 87 homens, 25 (28,7%) tiveram estudos reconhecidos, 1 (1,1%) curso profissional ou técnico, 4 (4,6%) estão a fazer o pedido, 3 (3,4%) tentaram, mas foram recusados, 32 (36,8%) ainda não pediram, 10 (11,5%) desconheciam a possibilidade e 12 (13,8%) têm outra situação. A distribuição das situações relacionadas com o reconhecimento é semelhante entre mulheres e homens nesta amostra.

Tabela 21

Reconhecimento de Estudos e Cursos Realizados no Estrangeiro Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Sim, estudos escolares ou universitários	51 (33,1%)	25 (28,7%)	1 (50,0%)	77 (31,7%)
Sim, curso profissional ou técnico	8 (5,2%)	1 (1,1%)	0 (0,0%)	9 (3,7%)

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Estou a fazer o pedido de reconhecimento	6 (3,9%)	4 (4,6%)	0 (0,0%)	10 (4,1%)
Tentei, mas foi recusado	8 (5,2%)	3 (3,4%)	0 (0,0%)	11 (4,5%)
Ainda não pedi	41 (26,6%)	32 (36,8%)	0 (0,0%)	73 (30,0%)
Não sabia que era possível fazer esse pedido	11 (7,1%)	10 (11,5%)	1 (50,0%)	22 (9,1%)
Outra situação	29 (18,8%)	12 (13,8%)	0 (0,0%)	41 (16,9%)
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

A Tabela 22 disponibiliza a situação profissional atual dos inquiridos, excluindo a categoria "Outro". Entre os 154 participantes do sexo feminino, 61 (39,6%) estão empregados, 33 (21,4%) desempregados, 31 (20,1%) estudantes e 29 (18,8%) inseridos noutra situação. Para os 87 participantes do sexo masculino, 43 (49,4%) estão empregados, 16 (18,4%) desempregados, 10 (11,5%) estudantes e 18 (20,7%) noutra situação. No total, 106 (43,6%) estão empregados, 49 (20,2%) desempregados, 41 (16,9%) estudantes e 47 (19,3%) noutra situação.

Tabela 22

Situação Profissional Atual Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Empregado/a	61 (39,6%)	43 (49,4%)	2 (100,0%)	106 (43,6%)
Desempregado/a	33 (21,4%)	16 (18,4%)	0 (0,0%)	49 (20,2%)
Estudante	31 (20,1%)	10 (11,5%)	0 (0,0%)	41 (16,9%)

Outra	29 (18,8%)	18 (20,7%)	0 (0,0%)	47 (19,3%)
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

Na tabela 23 observam-se diferenças quanto à satisfação profissional. Entre as mulheres, 6,5% afirmam estar muito satisfeitas e 29,9% satisfeitas, totalizando 36,4% de satisfação. Já entre os homens, 14,9% estão muito satisfeitos e 26,4% satisfeitos, somando 41,3%. A insatisfação é ligeiramente superior entre as mulheres (11,7%) face aos homens (9,2%). No que respeita à transição para o mercado de trabalho, 33,8% das mulheres referem ainda não ter conseguido emprego, valor acima do registado entre os homens (21,8%). A categoria "não se aplica", que inclui provavelmente estudantes ou reformados, representa 18,2% das mulheres e 27,6% dos homens.

Tabela 23

Grau de Satisfação com a Situação Profissional Atual Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Muito satisfeito/a	10 (6,5%)	13 (14,9%)	1 (50,0%)	24 (9,9%)
Satisfeito/a	46 (29,9%)	23 (26,4%)	1 (50,0%)	70 (28,8%)
Insatisfeito/a	18 (11,7%)	8 (9,2%)	0 (0,0%)	26 (10,7%)
Ainda não consegui trabalho	52 (33,8%)	19 (21,8%)	0 (0,0%)	71 (29,2%)
Não se aplica	28 (18,2%)	24 (27,6%)	0 (0,0%)	52 (21,4%)
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

A forma de obtenção do emprego atual em Portugal regista uma grande diversidade na amostra. Entre as respondentes mulheres, as opções mais referidas incluem "respondi a um anúncio" (21,4%) e "com apoio de familiares ou amigos/as" (16,2%), além de "ainda não consegui trabalho" (22,7%) e "outra situação" (23,4%). No caso dos homens, as respostas são mais dispersas por "fui contactado diretamente por um/a empregador/a" (16,1%), "criei o meu próprio emprego" (11,5%), "através de serviços de emprego" (12,6%), com menor frequência de respostas em "respondi a um anúncio" (14,9%) e "com apoio de familiares ou amigos/as" (10,3%).

Assim, mulheres tendem a reportar mais experiências de obtenção de emprego via anúncios e redes pessoais, enquanto os homens estão mais representados em abordagens diretas de empregadores, autoemprego e intermediação institucional. Cerca de 1 em cada 5 pessoas ainda não conseguiu trabalho, uma percentagem relevante (22,7% de mulheres, 17,2% de homens), reforçando o impacto de desafios laborais transversais à amostra (Tabela 24).

Tabela 24

Forma de Obtenção do Emprego Atual em Portugal Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Com apoio de familiares ou amigos/as	25 (16,2%)	9 (10,3%)	0 (0,0%)	34 (14,0%)
Através de uma pessoa ou empresa que o/a recrutou no país de origem	6 (3,9%)	6 (6,9%)	0 (0,0%)	12 (4,9%)
Respondi a um anúncio	33 (21,4%)	13 (14,9%)	1 (50,0%)	47 (19,3%)
Através de serviços de Emprego	11 (7,1%)	11 (12,6%)	0 (0,0%)	22 (9,1%)

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Fui contactado diretamente por um/a empregador/a	11 (7,1%)	14 (16,1%)	0 (0,0%)	25 (10,3%)
Criei o meu próprio emprego	11 (7,1%)	10 (11,5%)	1 (50,0%)	22 (9,1%)
Ainda não consegui trabalho	35 (22,7%)	15 (17,2%)	0 (0,0%)	50 (20,6%)
Outra situação	36 (23,4%)	22 (25,3%)	0 (0,0%)	58 (23,9%)

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%.

Na Tabela 25, observa-se que a maioria dos/das participantes relata níveis elevados de proficiência em português para comunicação pessoal: 50,6% das mulheres (78) e 36,8% dos homens (32) dizem comunicar-se "muito bem", seguidos por percentagens menores nas categorias "bem" (10,4% das mulheres, 13,8% dos homens) e "moderadamente" (19,5% das mulheres, 16,1% dos homens). Ainda, 13,0% das mulheres e 19,5% dos homens referem comunicar-se "pouco", enquanto 6,5% das mulheres e 13,8% dos homens sublinham "nada bem".

Tabela 25

Grau de Proficiência em Português para Comunicação Pessoal Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Muito bem	78 (50,6%)	32 (36,8%)	0 (0,0%)	110 (45,3%)
Bem	16 (10,4%)	12 (13,8%)	0 (0,0%)	28 (11,5%)
Moderadamente	30 (19,5%)	14 (16,1%)	1 (50,0%)	45 (18,5%)

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Pouco	20 (13,0%)	17 (19,5%)	0 (0,0%)	37 (15,2%)
Nada bem	10 (6,5%)	12 (13,8%)	1 (50,0%)	23 (9,5%)
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

A Tabela 26 indica que 48,6% dos/das participantes compreendem muito bem notícias em português, sendo esta resposta mais frequente entre o grupo das mulheres (55,2%) do que entre o dos homens (37,9%). Um grupo menor compreende bem (18,5%), moderadamente (13,2%), pouco (12,8%) ou nada bem (7,0%), sendo que a distribuição mostra alguma maior dificuldade entre os homens, sobretudo nas categorias “moderadamente”, “pouco” e “nada bem”.

Estes dados refletem níveis variados de proficiência na língua portuguesa entre os/as participantes, importantes para planeamento de estratégias informativas e educativas para inclusão social. A dispersão entre as categorias de compreensão sugere necessidades específicas de apoio linguístico e comunicacional para certos segmentos.

Tabela 26

Grau de Compreensão de Notícias em Português Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Muito bem	85 (55,2%)	33 (37,9%)	0 (0,0%)	118 (48,6%)

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Bem	27 (17,5%)	18 (20,7%)	0 (0,0%)	45 (18,5%)
Moderadamente	14 (9,1%)	18 (20,7%)	0 (0,0%)	32 (13,2%)
Pouco	20 (13,0%)	10 (11,5%)	1 (50,0%)	31 (12,8%)
Nada bem	8 (5,2%)	8 (9,2%)	1 (50,0%)	17 (7,0%)
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

A Tabela 27 revela que a maioria dos/das participantes possui alta autoperceção da capacidade de usar computador e internet, com 65,6% das mulheres (101) e 77,0% dos homens (67) relatando uso fácil para qualquer tarefa, totalizando 70,0% da amostra. Outros 18,8% das mulheres e 14,9% dos homens afirmam conseguir usar para a maioria das tarefas, enquanto 12,3% das mulheres e 6,9% dos homens conseguem realizar algumas tarefas simples. Apenas uma pequena fração relata usar computador e internet de forma muito básica ou não usar, respetivamente, 3,2% e 1,1%.

Estudos apontam que, embora diferenças históricas existam no acesso e uso de tecnologias, inclusive com vantagens masculinas em contextos específicos, há uma convergência das competências digitais, especialmente entre populações mais jovens e urbanas, com reflexo na homogeneidade dessa dimensão na amostra avaliada.

Tabela 27

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

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total

Muito básica/Não uso	5 (3,2%)	1 (1,1%)	0 (0,0%)	6 (2,5%)
Consigo usar para algumas tarefas simples	19 (12,3%)	6 (6,9%)	0 (0,0%)	25 (10,3%)
Consigo usar para a maioria das tarefas	29 (18,8%)	13 (14,9%)	0 (0,0%)	42 (17,3%)
Uso com facilidade para qualquer tarefa	101 (65,6%)	67 (77,0%)	2 (100,0%)	170 (70,0%)
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

Entre as pessoas migrantes que participaram neste estudo, 88 afirmam ter filhos/as a frequentar algum estabelecimento de ensino em Portugal (36,2%).

A Tabela 28 descreve o grau de dificuldade percecionado no processo de matrícula dos/as filhos/as em estabelecimentos de ensino. De forma global, a maioria dos respondentes considerou o processo muito fácil ou fácil (76,1%). Entre as mulheres, 75,8% classificaram a matrícula como muito fácil ou fácil, valor semelhante ao verificado entre os homens (76,9%). As dificuldades mais significativas surgem sobretudo entre as mulheres, onde 14,5% referem que o processo foi muito difícil, ao passo que nenhum homem indicou esta opção. No total, 23,8% dos participantes relataram algum nível de dificuldade (difícil ou muito difícil) na matrícula dos filhos/as.

Tabela 28

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

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Total
Muito fácil	18 (29,0%)	7 (26,9%)	25 (28,4%)
Fácil	29 (46,8%)	13 (50,0%)	42 (47,7%)
Difícil	6 (9,7%)	6 (23,1%)	12 (13,6%)
Muito difícil	9 (14,5%)	0 (0,0%)	9 (10,2%)
Total	62 (100,0%)	26 (100,0%)	88 (100,0%)

Secção E — Participação Social, Cívica e Religiosa

No que diz respeito à Participação Social, Cívica e Religiosa a maioria dos/das participantes (62,8%) afirmou participar em atividades sociais e comunitárias, sendo este comportamento mais frequente entre as mulheres (64,3%) do que entre os homens (58,6%). Por outro lado, 37,4% dos/das participantes não participam destas atividades, incluindo 35,7% das mulheres e 41,4% dos homens (Tabela 29).

Tabela 29

Participação Atividades Sociais e Comunitárias Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Sim	99 (64,3%)	51 (58,6%)	2 (100,0%)	152 (62,8%)
Não	55 (35,7%)	36 (41,4%)	0 (0,0%)	91 (37,4%)
Total geral	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

A maioria dos participantes não está inscrita para votar em Portugal: 214 em 243 (88,1%). Entre as mulheres, 136 (88,3%) sem inscrição e 18 (11,7%) inscritas; entre os homens, 76 (87,4%) e 11 (12,6%), respetivamente. De maneira genérica, a taxa de inscrição para votar na amostra é baixa (11,9%) em comparação com a população geral portuguesa, refletindo, talvez, barreiras específicas enfrentadas pelo grupo em contexto migratório nesta região, informação que pode ser complementada por dados oficiais do recenseamento eleitoral nacional (Tabela 30).

Tabela 30

Situação (Inscrição) de Registo Eleitoral Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Sim	18 (11,7%)	11 (12,6%)	0 (0,0%)	29 (11,9%)
Não	136 (88,3%)	76 (87,4%)	2 (100,0%)	214 (88,1%)
Total geral	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

Na tabela 31 exibem-se dados sobre a identificação religiosa ou crença espiritual dos/das participantes, discriminados por sexo. A categoria mais frequente é "Sem religião", apontada por 29,2% das mulheres (45) e 29,9% dos homens (26), representando 30,0% do total (73 participantes). A identificação como católica é a segunda mais comum, com 24,7% das mulheres (38) e 18,4% dos homens (16), somando 22,2% do total.

Outras religiões, como protestante/evangélica (13,0% de mulheres, 10,3% de homens) e ortodoxa (4,5% de mulheres, 2,3% de homens), são menos frequentes. Minorias religiosas como judaica, islâmica, hindu, budista e bahá'í aparecem com percentagens muito pequenas. Há também 8,2% (20 participantes) que preferem não responder.

Esta distribuição revela padrões que estão em consonância com estudos sociológicos recentes sobre diversidade e perfil religioso em Portugal, destacando a predominância da

população sem religião e a manutenção substancial do catolicismo, coexistindo com pluralidade religiosa crescente.

Tabela 31

Identificação Religiosa ou Crença Espiritual Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Sem religião	45 (29,2%)	26 (29,9%)	2 (100,0%)	73 (30,0%)
Prefiro não responder	16 (10,4%)	4 (4,6%)	0 (0,0%)	20 (8,2%)
Católica	38 (24,7%)	16 (18,4%)	0 (0,0%)	54 (22,2%)
Protestante / Evangélica	20 (13,0%)	9 (10,3%)	0 (0,0%)	29 (11,9%)
Ortodoxa	7 (4,5%)	2 (2,3%)	0 (0,0%)	9 (3,7%)
Judaica	1 (0,6%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	1 (0,4%)
Islâmica	4 (2,6%)	6 (6,9%)	0 (0,0%)	10 (4,1%)
Hindu	1 (0,6%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	1 (0,4%)
Budista	6 (3,9%)	1 (1,1%)	0 (0,0%)	7 (2,9%)
Bahá'í	1 (0,6%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	1 (0,4%)
Outra	15 (9,7%)	11 (12,6%)	0 (0,0%)	26 (10,7%)
Total geral	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

Secção F — Participação Comunitária

A autoperceção do nível de inclusão na região onde reside revela que a maioria dos/das participantes se sente "mais ou menos incluído/a": 59 mulheres (38,3%) e 39 homens (44,8%), representando 99 pessoas (40,7%) no total. O sentimento de baixa inclusão ("não me sinto de todo incluído/a" ou "sinto-me pouco incluído/a") afeta 20 mulheres (13,0%) e

12 homens (13,8%), além de 39 mulheres (25,3%) e 16 homens (18,4%), totalizando 32 (13,2%) e 56 (23,0%) pessoas, respetivamente. Já o sentimento de inclusão positiva ("sinto-me bastante incluído/a" ou "sinto-me totalmente incluído/a") é observado em 34 mulheres (22,1%), 18 homens (20,7%) e apenas 4 pessoas (1,6%) declarando o máximo de inclusão (Tabela 32).

Tabela 32

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

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Não me sinto de todo incluído/a	20 (13,0%)	12 (13,8%)	0 (0,0%)	32 (13,2%)
Sinto-me pouco incluído/a	39 (25,3%)	16 (18,4%)	1 (50,0%)	56 (23,0%)
Sinto-me mais ou menos incluído/a	59 (38,3%)	39 (44,8%)	1 (50,0%)	99 (40,7%)
Sinto-me bastante incluído/a	34 (22,1%)	18 (20,7%)	0 (0,0%)	52 (21,4%)
Sinto-me totalmente incluído/a	2 (1,3%)	2 (2,3%)	0 (0,0%)	4 (1,6%)
Total geral	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

Secção G — Vivências, Opiniões e Direitos

A maioria dos/das participantes reportou ter sentido tratamento injusto ou diferente devido à cor de pele, origem, nome, sotaque ou religião, especialmente em serviços públicos – 67 mulheres (55,4%) e 38 homens (65,5%), totalizando 105 indivíduos (58,3%). Seguem-se experiências em locais de trabalho (54 mulheres – 44,6%, 22 homens – 37,9%, e 1 outro – 100,0%), na procura de habitação (41 mulheres – 33,9%, 24 homens – 41,4%), em estabelecimentos comerciais (40 mulheres – 33,1%, 23 homens – 39,7%) e em serviços de saúde (34 mulheres – 28,1%, 19 homens – 32,8%). As experiências em redes sociais (22

mulheres – 18,2%, 12 homens – 20,7%) e em transportes públicos (30 mulheres – 24,8%, 12 homens – 20,7%) também merecem destaque, embora com percentagens inferiores, como pode ser consultado na Tabela 33.

Tabela 33

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

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
Sim, em serviços Públicos	67 (55,4%)	38 (65,5%)	0 (0,0%)	105 (58,3%)
Sim, em redes sociais/online	22 (18,2%)	12 (20,7%)	0 (0,0%)	34 (18,9%)
Sim, na procura de habitação	41 (33,9%)	24 (41,4%)	0 (0,0%)	65 (36,1%)
Sim, no local de trabalho	54 (44,6%)	22 (37,9%)	1 (100,0%)	77 (42,8%)
Sim, em estabelecimentos comerciais	40 (33,1%)	23 (39,7%)	0 (0,0%)	63 (35,0%)
Sim, na rua ou transportes públicos	30 (24,8%)	12 (20,7%)	0 (0,0%)	42 (23,3%)
Sim, em serviços de saúde	34 (28,1%)	19 (32,8%)	0 (0,0%)	53 (29,4%)
Sim, outra situação	16 (13,2%)	6 (10,3%)	0 (0,0%)	22 (12,2%)
Outra situação	13 (10,7%)	2 (3,4%)	0 (0,0%)	15 (8,3%)

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 maioria dos/das participantes considera que a perceção local sobre imigrantes varia conforme as situações ou as pessoas: essa opção foi assinalada por 95 mulheres (61,7%) e 47 homens (54,0%), totalizando 143 respostas (58,8%). Uma perceção manifestamente positiva (“de forma acolhedora e amigável”) é referida por 26 mulheres (16,9%) e 26 homens (29,9%), sendo 52 participantes (21,4%) no total. Por outro lado, perceções negativas (“com algum receio ou desconfiança” ou “de forma má, sem respeito”) são pouco

frequentes – 18 mulheres (11,7%) e 6 homens (6,9%) indicaram sentir algum receio ou desconfiança, ao passo que as respostas de desrespeito explícito são residuais (Tabela 34).

Tabela 34

Perceção dos/das Imigrantes pela População Local Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total
De forma acolhedora e amigável	26 (16,9%)	26 (29,9%)	0 (0,0%)	52 (21,4%)
Depende das situações ou das Pessoas	95 (61,7%)	47 (54,0%)	1 (50,0%)	143 (58,8%)
Com algum receio ou desconfiança	18 (11,7%)	6 (6,9%)	1 (50,0%)	25 (10,3%)
De forma má, sem respeito	4 (2,6%)	1 (1,1%)	0 (0,0%)	5 (2,1%)
Não sei / nunca pensei nisso	11 (7,1%)	5 (5,7%)	0 (0,0%)	16 (6,6%)
Prefiro não responder	0 (0,0%)	2 (2,3%)	0 (0,0%)	2 (0,8%)
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

Grande parte dos/das participantes refere sentir que conseguir ajuda para questões legais em Portugal não é fácil nem difícil, destacando-se 73 mulheres (47,4%) e 41 homens (47,1%). Entre os homens, a proporção de respostas “Fácil” é superior (15 casos; 17,2%) face às mulheres (14 casos; 9,1%), enquanto “Difícil” é reportado por 67 mulheres (43,5%) e 31 homens (35,6%), revelando maior dificuldade sobretudo entre as mulheres (Tabela 35).

Tabela 35

Facilidade Percebida para Obter Apoio Legal Consoante o Sexo

	Mulheres *n* (%)	Homens *n* (%)	Outro *n* (%)	Total

Fácil	14 (9,1%)	15 (17,2%)	0 (0,0%)	29 (11,9%)
Nem fácil nem difícil	73 (47,4%)	41 (47,1%)	2 (100,0%)	116 (47,7%)
Difícil	67 (43,5%)	31 (35,6%)	0 (0,0%)	98 (40,3%)
Total	154 (100,0%)	87 (100,0%)	2 (100,0%)	243 (100,0%)

8.2. *Focus Group*

O grupo focal foi realizado em Coimbra, em setembro de 2025, com pessoas migrantes brasileiras. O grupo foi composto por cinco participantes – duas mulheres e três homens – com idades compreendidas entre os 21 e os 40 anos e uma média de 27 anos.

No que respeita ao perfil sociodemográfico e educacional, as duas participantes do sexo feminino tinham 25 e 21 anos: uma era mestre em Ciências Farmacêuticas e a outra era bacharel em Química e estudante de Direito. Entre os três participantes do sexo masculino, um tinha 25 anos e era licenciado em Direito, outro tinha 22 anos e era estudante de Relações Internacionais, e o terceiro tinha 40 anos, sendo mestre em Direitos Humanos e doutorando em Direito.

A sessão evidenciou um conjunto de desafios persistentes no processo de inclusão em Portugal. As dificuldades identificadas refletem barreiras estruturais no acesso a direitos e serviços – em linha com relatórios internacionais sobre migrações e igualdade racial – mais do que carências individuais.

Entre os temas mais recorrentes destacou-se o acesso à habitação, marcado por discriminação direta, como recusas explícitas de arrendamento a pessoas brasileiras e exigência de múltiplas cauções, bem como por situações de estigmatização, racismo e xenofobia em serviços públicos e contextos laborais. Um dos/das participantes sintetizou a experiência de rejeição com a afirmação de um senhorio: “não arrendamos a brasileiros”,

exemplificando práticas discriminatórias que ultrapassam o mercado de arrendamento e se projetam na esfera social.

Três outros episódios relatados pelos/as participantes ilustram o que a literatura descreve como "racismo do quotidiano" (*everyday racism*), conceito cunhado por *Philomena Essed*[1]:

> "Uma senhora, à minha frente e no meu local de trabalho, disse que não queria ser atendida por uma brasileira.
>
> "Jogo futebol em contexto universitário e é comum ouvir expressões como 'os pretos' ou 'aquele preto', ditas com naturalidade. São expressões que estão normalizadas no dia a dia".
>
> "Enquanto estava a ser atendido na AIMA, assisti a um episódio perturbador. Uma funcionária gritou com um imigrante (creio que da Índia, Paquistão ou Bangladesh): 'Está aqui há três anos e ainda não fala português?!'"

Estas experiências, que abrangem o acesso à habitação, interações em serviços públicos, contextos desportivos universitários 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

[1] *(Os testemunhos foram anonimizados e transcritos de forma fiel, preservando a inteligibilidade e o sentido das expressões reportadas).*

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 inquiridos relatam diversos episódios de discriminação no acesso à habitação, sobretudo durante o processo de arrendamento (45,2%).

Os/as participantes do grupo focal em Coimbra também referiram entraves no reconhecimento de qualificações académicas e profissionais, agravados por custos elevados e morosidade burocrática, bem como dificuldades no acesso à nacionalidade e episódios de racismo no quotidiano, em especial no contexto laboral. Foram ainda relatadas situações de exploração por intermediários, nomeadamente advogados/as, que cobram valores excessivos por serviços de intermediação na obtenção de documentos.

A estas barreiras juntam-se problemas de acesso a documentos básicos – como o número de utente do SNS, o NIF e o número de Segurança Social – e perceções de desigualdade no ensino superior, associadas às propinas diferenciadas aplicadas a estudantes internacionais, sobretudo na Universidade de Coimbra.

Os testemunhos recolhidos ilustram, de forma concreta, as vulnerabilidades que a ECRI também identifica no plano nacional: ineficiências e atrasos na regularização que ampliam o risco de exploração laboral, exclusão habitacional e acesso desigual à justiça. Importa ainda sublinhar que apenas cerca de 10% dos municípios portugueses dispõem atualmente de um Plano Local de Integração de Migrantes, o que evidencia uma lacuna estrutural na territorialização das políticas públicas de acolhimento e inclusão (ECRI, 2024: 22).

Em síntese, o caso de Coimbra e, em particular, as experiências partilhadas pela comunidade brasileira confirmam o diagnóstico internacional: a integração de pessoas migrantes em Portugal permanece marcada por assimetrias de acesso, discriminação e

insuficiente coordenação entre níveis de governação. A consolidação de Planos Locais de Integração, articulados com um programa nacional estruturado e participativo, constitui um passo essencial para transformar estas vulnerabilidades em políticas públicas eficazes de inclusão.

9. Conclusão e recomendações

O Plano Municipal para a Integração de Migrantes de Coimbra constitui um compromisso estruturado com a inclusão plena das pessoas migrantes, reconhecendo a diversidade cultural e humana como ativo essencial para o desenvolvimento urbano, académico, económico e social do concelho. A análise integrada dos Censos, das estatísticas administrativas e do inquérito aplicado a 243 participantes, complementada pelo *focus group* realizado com migrantes brasileiros, permite delinear um retrato detalhado e multidimensional da realidade migratória local.

Coimbra registou entre 2021 e 2023 um crescimento muito expressivo da população estrangeira, que passou de 7 995 para 13 702 residentes (≈ +71%), confirmando a forte dinâmica migratória recente. Este aumento contribuiu para atenuar o envelhecimento demográfico: embora o índice de envelhecimento global seja elevado (224 pessoas idosas por cada 100 jovens em 2024), entre a população migrante predominam adultos entre os 18 e os 60 anos, que totalizam 4 062 pessoas, acompanhados por 940 menores e 475 residentes com 60 ou mais anos. Tal contraste evidencia o contributo direto da imigração para o rejuvenescimento relativo da população ativa e estudantil do concelho.

A amostra do inquérito é composta maioritariamente por mulheres *(n =* 153; 63,2%), seguidas de homens *(n =* 87; 35,8%) e um pequeno grupo classificado como "outro" *(n =* 2; 0,8%). A idade varia entre 18 e 78 anos, com média de 39,7 anos (*DP =* 13,5). Quanto ao

estado civil, predominam pessoas casadas (51,7%) e solteiras (39,9%), revelando um grupo composto sobretudo por adultos em idade ativa e com projetos de vida estáveis.

O tempo de residência demonstra uma presença marcadamente recente: ≈ 72% chegaram a Portugal nos últimos cinco anos. O grupo mais representado é o dos que residem entre 1 e 3 anos (36,6%, incluindo 33,1% das mulheres e 42,5% dos homens). Outros períodos incluem 25,1% com 3–5 anos e 14,4% com 5–7 anos; apenas 13,2% vivem há mais de 7 anos. Estes valores indicam uma fase de integração inicial ou intermédia para a maioria das pessoas migrantes em Coimbra.

As motivações de saída do país de origem são predominantemente económicas: 111 participantes (45,7%) referem ter migrado para procurar melhores condições de vida, com valores semelhantes entre mulheres (44,8%) e homens (47,1%). O prosseguimento de estudos, compatível com o perfil universitário da cidade, constitui 21,0% das respostas. Seguem-se motivos familiares (7,4%), humanitários/políticos/religiosos ou de saúde (13,2%) e outras razões (12,8%). A diversidade de motivações espelha a multiplicidade de trajetórias encontradas no concelho.

A escolaridade confirma um perfil altamente qualificado: o ensino secundário e pós-secundário é a categoria mais representada entre residentes estrangeiros segundo os Censos (1 683 pessoas; 30,7%), seguido do ensino superior (1 769; 32,3%), incluindo mestrado e doutoramento. Esta qualificação contrasta com os obstáculos observados no reconhecimento de habilitações, dificuldade amplamente relatada no *focus group*, onde participantes identificaram morosidade, custos elevados e falta de informação clara como entraves críticos, conduzindo ao subemprego em áreas abaixo das qualificações.

No acesso à habitação, a amostra revela dificuldades substanciais: preços elevados das rendas, exigência de múltiplas cauções e experiências de discriminação direta no mercado imobiliário. Os testemunhos incluem recusas explícitas, como “não arrendamos a

brasileiros", e associações estereotipadas entre nacionalidade e "risco", confirmando práticas discriminatórias também identificadas pela ECRI (2024) a nível nacional.

O acesso a serviços públicos apresenta barreiras significativas. Muitos participantes relataram dificuldades no acesso ao NIF, número de utente do SNS e Segurança Social, bem como obstáculos linguísticos e digitais. A tabela sobre acesso ao apoio legal revela perceções mistas: entre as mulheres, 43,5% consideram difícil obter ajuda, face a 35,6% dos homens. Estes valores apontam para vulnerabilidade acentuada das mulheres migrantes nos contextos jurídicos e administrativos.

As experiências de discriminação relatadas no *focus group*, em serviços públicos, no mercado de trabalho, em interações informais ou em espaços académicos, destacam episódios de racismo explícito ("não quero ser atendida por uma brasileira") e quotidiano ("expressões como 'os pretos' usadas com naturalidade"), bem como tratamento desrespeitoso em serviços administrativos ("Está aqui há três anos e ainda não fala português?!"). Estas vivências são consistentes com os dados nacionais: cerca de 30% das pessoas com antecedentes migratórios reportam discriminação (Observatório das Migrações, 2023), percentagem que sobe para 54,7% entre pessoas brasileiras, o principal grupo migrante em Coimbra.

A participação comunitária é robusta, mas a participação cívica formal é reduzida, refletindo limitações legais e administrativas. A literacia digital é elevada (65,8% refere usar ferramentas digitais com facilidade), mas coexistem pessoas com dificuldades em aceder a serviços online de imigração (32,9%) e em compreender documentos oficiais.

Em síntese, os dados revelam uma população migrante jovem-adulta, qualificada e maioritariamente recém-chegada, que contribui para a renovação demográfica, académica e económica da cidade. A integração apresenta aspetos positivos ao nível comunitário e das oportunidades educativas, mas persistem desafios estruturais:

-Subutilização de competências devido ao reconhecimento insuficiente de qualificações;

-Dificuldades habitacionais marcadas por preços elevados e discriminação;

-Barreiras linguísticas e digitais;

-Morosidade e custos dos processos de regularização;

-Experiências de racismo no quotidiano;

-Participação cívica reduzida.

O PMIM-Coimbra propõe, assim, reforçar a ação municipal em torno de cinco eixos estratégicos:

EIXO 1: Reconhecimento de Qualificações e Inclusão Laboral	
Objetivos	Combater subutilização de competências; Facilitar acesso efetivo ao mercado de trabalho, maximizando o potencial qualificado da população.
Medidas Operacionais	- Balcão Municipal para orientação técnica, *checklist*, marcações e seguimento em equivalência/validação de estudos em articulação com IEFP/DGES; - Parceria com o IEFP para assegurar acompanhamento técnico e agilizar os processos de validação; - Cursos de Língua Portuguesa para a Integração (níveis funcionais A1–A2), estruturados em turmas com carga horária mínima, avaliação simples e registo de presenças, em articulação com IEFP, AMI Porta Amiga e entidades formadoras locais; - Programa de mentoria para perfis altamente qualificados, em requalificação e primeiro emprego, articulado com IEFP e empregadores locais; - Pacotes de Informação e Sensibilização sobre Vias Legais de Migração dirigidos a empregadores (tipos de visto, contratação legal e responsabilidades legais);

EIXO 1: Reconhecimento de Qualificações e Inclusão Laboral	
	- Todos os atendimentos de orientação profissional passam a utilizar ficha normalizada de acompanhamento individual (tempo, tópicos abordados e próximo passo)

Métricas de avaliação	
Métrica	Periodicidade
N.º de equivalências processadas e tempo médio de resolução	Mensal
Taxa de empregabilidade pós-validação	Anual
N.º de participantes certificados em cursos de língua	Semestral
N.º de novos negócios criados	Anual

EIXO 2: Literacia Administrativa e Digital	
Objetivos	- Reduzir barreiras de acesso a informação e serviços; - Autonomizar população em plataformas digitais e procedimentos administrativos
Medidas Operacionais	- Trilho estruturado de Competências Digitais para a Vida em Portugal, incluindo utilização das plataformas AIMA, SNS24, Segurança Social Direta, ePortugal e procura de emprego online (IEFP e LinkedIn) - Balcão municipal dedicado para esclarecimento documental, jurídico e administrativo (presencial e contacto telefónico/email); - Cursos de Orientação Cívica organizados em módulos cumulativos (direitos e deveres laborais, arrendamento, acesso a SNS/SS/IEFP, finanças básicas e regras de residência); - Elaboração de guias informativos em múltiplas línguas (e.g., português, inglês, espanhol, francês, ucraniano) sobre serviços municipais, habitação, saúde e emprego; - Apoio ao preenchimento de formulários e documentos administrativos.

Métricas de avaliação	
Métrica	Periodicidade

EIXO 2: Literacia Administrativa e Digital	
N.º de atendimentos no balcão / tempo médio de resolução	Mensal
Participantes que completam módulos de orientação cívica	Semestral
Participantes com tarefas digitais concluídas autonomamente	Semestral
Satisfação com informação prestada	Anual

EIXO 3: Combate à Discriminação e Acesso à Justiça	
Objetivos	- Registar e acompanhar casos de discriminação; - Garantir reparação e acesso a mecanismos de justiça.
Medidas Operacionais	- Linha de acompanhamento municipal para situações de discriminação (contacto único, mediadores comunitários disponíveis); - Protocolo municipal para reporte estruturado de incidentes de discriminação em trabalho, comércio, serviços públicos e saúde; -Mediação para resolução de conflitos em habitação, trabalho e serviços; -Sessões semestrais sobre direitos e mecanismos de denúncia (AIMA, Conselho para as Migrações, sindicatos); -Articulação com organizações de defesa de direitos para apoio técnico e *advocacy.* - Em todas as sessões informativas e atendimentos será aplicado instrumento de avaliação imediata de utilidade da intervenção

Métricas de avaliação	
Métrica	Periodicidade
N.º de casos reportados / resolvidos / tempo médio	Mensal/Trimestral
Feedback ao denunciante em ≤15 dias úteis (% do total) — Meta: ≥90%;	A definir
Participantes em sessões informativas	Semestral
Percentagem de participantes que consideram a atividade útil (≥4 numa escala 1–5)	Semestral

EIXO 4: Participação Comunitária e Interculturalidade	
Objetivos	- Promover sentido de pertença e coesão comunitária; - Combater preconceitos e promover diálogo intercultural; - Fortalecer capacidade cívica.
Medidas Operacionais	- Assembleias interculturais mensais para diálogo entre migrantes, comunidade local e instituições; - Oficinas participativas bimensais sobre temas de interesse (cultura, direitos, cidadania); - Programa de mediadores comunitários formados e disponíveis em serviços municipais; - Campanhas de sensibilização comunitária contra discriminação, com envolvimento de escolas e empresas; - Facilitação de registo eleitoral e informação sobre direitos políticos e participação cívica; - Programa anual de cocriação cultural com associações migrantes e comunidade local; - Espaço dedicado à celebração de festas/eventos culturais. - Avaliação padronizada aplicada em todas as atividades

Métricas de avaliação	
Métrica	Periodicidade
N.º de assembleias e participantes	Mensal
N.º de registos eleitorais novos entre migrantes	Anual
Taxa de satisfação com inclusão comunitária	Anual
Participantes em módulos de habitação e saúde (orientação cívica)	Semestral

EIXO 5: Habitação Acessível e Saúde Inclusiva	
Objetivos	- Facilitar acesso a habitação digna; - Garantir acesso equitativo aos cuidados de saúde.

EIXO 5: Habitação Acessível e Saúde Inclusiva	
Medidas Operacionais	- Protocolo municipal com mediadores comunitários para mediação habitacional (tradução contratual, informação sobre direitos); - Campanha anual contra discriminação habitacional; - Acesso a programas de habitação social e renda apoiada via balcão dedicado; - Mediadores interculturais em centro de saúde para acompanhamento em consultas; - Sessões mensais de literacia em saúde (prevenção, direitos ao SNS, cuidados maternais); - Sensibilização de profissionais de saúde sobre comunicação intercultural.

Métricas de avaliação	
Métrica	Periodicidade
N.º de mediações habitacionais	Mensal
Acessos a habitação social/renda apoiada	Semestral
N.º de mediações em saúde / satisfação em acesso	Trimestral

Coordenação, Monitorização e Avaliação

A concretização das medidas propostas exige uma estrutura de governação participada que assegure o acompanhamento, a avaliação e a atualização contínua do Plano, traduzida no eixo transversal de Coordenação, Monitorização e Avaliação.

Coordenação

A execução do PMIM-Coimbra é acompanhada por uma estrutura de governação simples e transversal, com representantes da autarquia, de pessoas migrantes e de parceiros institucionais, que se reúnem semestralmente para monitorizar o progresso dos eixos de intervenção, identificar desafios emergentes e validar ajustamentos necessários.

A coordenação técnica do Plano integra-se no Gabinete para a Igualdade e Inclusão, assegurando a articulação entre a CIM-RC, os serviços municipais e as entidades parceiras. Compete-lhe apoiar a execução das medidas, promover a comunicação interdepartamental, assegurar a ligação com associações de migrantes e disseminar informação relevante.

Monitorização

A monitorização é contínua e orientada pelas métricas definidas para cada medida. Esta acompanha:

- a recolha regular de dados por parte das entidades responsáveis;
- a análise sistemática dos indicadores inscritos na tabela de métricas;
- reuniões trimestrais de acompanhamento técnico;
- a elaboração de um relatório anual de progresso, apresentado à CIM-RC e aos órgãos municipais competentes.

Este processo garante que o Plano permanece alinhado com a realidade migratória do concelho, permitindo identificar necessidades emergentes e ajustar a intervenção pública de forma coerente e fundamentada.

Avaliação

A avaliação do PMIM-Coimbra articula métodos quantitativos e qualitativos. Estrutura-se em dois momentos:

- **Avaliação Transversal** (regra comum a todos os eixos)
  Após cada ação será aplicada a seguinte questão:
  "Esta atividade foi útil para a sua integração em Portugal?"
  Os/as participantes terão que se posicionar numa Escala de 1 a 5;
  Considera-se resultado positivo respostas 4 ou 5.
  Indicador: percentagem de participantes satisfeitos.

- **Avaliação Intercalar (bianual):** analisa o grau de execução das ações, a adequação das estratégias adotadas e a pertinência dos indicadores. Inclui a aplicação de um inquérito de perceção junto de pessoas migrantes.
- **Avaliação Final:** realizada no termo da vigência do Plano, mede impactos, identifica resultados alcançados e sistematiza aprendizagens úteis para o ciclo seguinte de planeamento.

Ambas as avaliações recorrem à participação de parceiros institucionais, associações de migrantes e serviços municipais, assegurando uma leitura abrangente da eficácia das medidas implementadas e reforçando a natureza participada do Plano.

Síntese

Coimbra afirma-se como um território central de acolhimento e diversidade, com a população estrangeira a crescer cerca de 71 % entre 2021 e 2023, o que contribuiu para atenuar o envelhecimento demográfico e reforçar a vitalidade económica, cultural e académica do concelho. A comunidade migrante é altamente qualificada, maioritariamente oriunda do Brasil e dos PALOP, motivada por razões económicas, académicas e familiares. Apesar da boa integração global, persistem dificuldades no acesso à habitação, emprego, falta de reconhecimento de qualificações e barreiras linguísticas e digitais no acesso a serviços públicos. As redes pessoais assumem papel determinante na integração inicial, face ao apoio institucional ainda limitado. O PMIM-Coimbra estrutura-se em cinco eixos estratégicos que orientam a intervenção municipal: (1) Reconhecimento de Qualificações e Inclusão Laboral; (2) Literacia Administrativa e Digital; (3) Combate à Discriminação e Acesso à Justiça; (4) Participação Comunitária e Interculturalidade; e (5) Habitação Acessível e Saúde Inclusiva. Estes eixos integram objetivos específicos, medidas operacionais e métricas de monitorização que asseguram uma resposta coordenada, eficaz e alinhada com as necessidades identificadas no diagnóstico.

10. 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

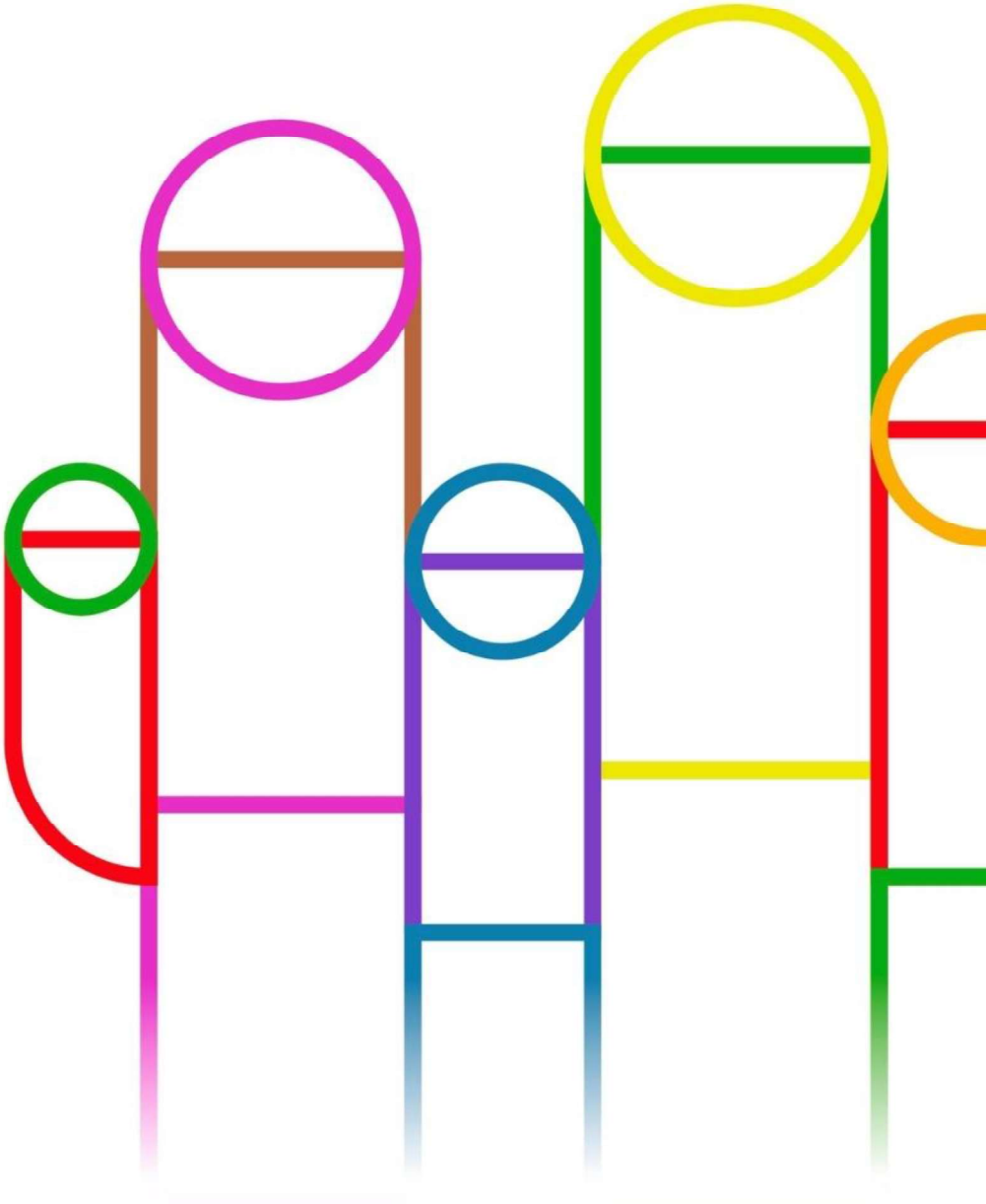
Instituto Nacional de Estatística. (s.d.). *Instituto Nacional de Estatística.* https://www.ine.pt

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

Essed, P. (1991). *Understanding Everyday Racism: An Interdisciplinary Theory*. Newbury Park, CA: Sage.

REGIÃO
DE COIMBRA
a tua Casa

Onde todas as pessoas têm lugar



CONTACTOS

MUNICÍPIO DE COIMBRA

Praça 8 de Maio, 3000-300
Coimbra

239 857 500
geral@cm-coimbra.pt.

https://www.cm-coimbra.pt/