O IMPACTO SOCIOECONÓMICO DA INTEGRAÇÃO DE PESSOAS MIGRANTES

POLICY **BRIEF**

A integração de pessoas migrantes tem impacto em várias dimensões sociais: melhora o bem-estar e a qualidade de vida dos/as migrantes, promove a coesão social e as relações entre grupos, e contribui para o desenvolvimento económico e social do país. Os países com políticas de integração bem desenvolvidas (e.g., Suécia, Finlândia) tendem a ter atitudes públicas mais positivas em relação aos migrantes; reconhecem as suas contribuições para a sociedade, fazem esforços para reduzir desigualdades e fortalecer a sustentabilidade demográfica.

Os Psicólogos/as desempenham um papel central não só no desenho de Políticas Públicas baseadas na evidência, mas também na implementação de intervenções eficazes em diferentes contextos, contribuindo para identificar fatores de risco e de proteção, criar ambientes seguros e promover relações e oportunidades que facilitem o processo de adaptação ao país de acolhimento.

ESTATÍSTICAS IMIGRAÇÃO EM PORTUGAL

- **14,6%** das pessoas imigrantes vêm para Portugal para **fugir à violência e violações de Direitos Humanos**.
- Em 2022, **1 em cada 3 pessoas imigrantes** em Portugal vivia em **risco de pobreza ou exclusão social**.
- Mais de **42,8% das pessoas imigrantes** em Portugal estão **sobrequalificadas** para o trabalho que desempenham (comparando com 15,7% na população total).
- **35,8% das pessoas migrantes têm contratos temporários** - mais do dobro do que acontece na população total (15,9%).
- Estima-se que **1 em cada 3 requerentes de asilo e refugiados/as** apresenta níveis elevados de **depressão, ansiedade ou Perturbação de Stresse Pós-Traumático**.
- No ano letivo 2025/2026, estima-se que existam cerca de **157 000 alunos/as estrangeiros** nas escolas portuguesas. **41% das escolas têm estudantes de 20 ou mais nacionalidades**, enfrentando desafios como barreiras linguísticas, diferenças curriculares, entre outros.

O IMPACTO DA INTEGRAÇÃO | **INVESTIMENTO CUSTO-EFETIVO**

Contributo económico direto. As pessoas imigrantes contribuíram com 3,6€ mil milhões para a Segurança Social, em 2024. Este contributo reforça a sustentabilidade financeira do sistema e apoia o equilíbrio intergeracional num país marcado pelo envelhecimento demográfico.

Sustentabilidade demográfica. A imigração é um dos principais motores de rejuvenescimento populacional. A população imigrante é, em média, mais jovem e concentra-se em faixas etárias ativas, mitigando o declínio demográfico.

Enriquecimento sociocultural. As pessoas migrantes contribuem com novas línguas, práticas culturais, gastronomias, artes e tradições, fortalecendo o multiculturalismo. Pelo acolhimento da diversidade, a população portuguesa reforça competências como a empatia, pensamento crítico e capacidade de resolução de problemas.

POLICY **BRIEF**

O IMPACTO SOCIOECONÓMICO DA INTEGRAÇÃO DE PESSOAS MIGRANTES

RECOMENDAÇÕES ESTRATÉGICAS PARA PROMOVER A INTEGRAÇÃO DE PESSOAS MIGRANTES

01

Envolver Psicólogos/as no desenho e na avaliação de políticas públicas de integração.

Políticas eficazes têm de considerar fatores psicológicos que moldam comportamentos, relações intergrupais e participação social. Os Psicólogos/as podem contribuir com dados baseados na evidência sobre migração, tanto do ponto de vista psicológico como social, mapear necessidades, identificar barreiras psicossociais, construir indicadores de impacto e avaliar se as medidas reduzem desigualdades e promovem relações intergrupais positivas. Podem, ainda, contribuir com conhecimento especializado sobre avaliação de necessidades específicas das comunidades imigrantes, e no apoio a populações com fatores de risco adicionais, tais como refugiados, requerentes de asilo e vítimas de tráfico.

02

Melhorar a qualidade e o acesso aos cuidados de Saúde para pessoas migrantes.

O acesso a serviços de Saúde culturalmente competentes é essencial, sobretudo para pessoas expostas a trauma e discriminação. Os Psicólogos/as podem fortalecer a capacidade de resposta do sistema através de campanhas de sensibilização, triagem precoce, acompanhamento clínico, reduzindo o impacto do stresse migratório e melhorando resultados de Saúde. Para além disso, os Psicólogos/as podem contribuir para o desenvolvimento de diretrizes e programas de formação para outros profissionais de Saúde, a fim de garantir que estejam preparados para trabalhar de forma eficaz com populações migrantes. Para esse efeito, o cumprimento do rácio de 1 Psicólogo/a por cada 5000 utentes do SNS é basilar.

03

Valorizar competências e impulsionar o acesso ao mercado de trabalho.

Reconhecer qualificações de forma célere, valorizar competências adquiridas noutros contextos e garantir formação flexível são aspetos cruciais para o acesso ao mercado de trabalho. Os/as Psicólogos/as podem apoiar estes processos através de serviços de aconselhamento de carreira, apoio na procura ativa de emprego e acompanhamento em programas de inserção profissional. Ao mediarem os processos junto de entidades públicas, organizações da sociedade civil e empregadores/as, reduzem barreiras no acesso ao mercado de trabalho e facilitam a construção de percursos profissionais.

04

Criar contextos educativos multiculturais.

Nos contextos educativos, os Psicólogos/as ajudam a construir climas escolares mais inclusivos prevenindo dinâmicas de exclusão e violência, e reforçando a competência cultural de toda a comunidade escolar. Na intervenção com crianças e jovens migrantes, apoiam a adaptação psicossocial, ajudam a identificar e mitigar dificuldades linguísticas, culturais ou de discriminação e coordenam respostas com professores/as, mediadores/as culturais e serviços especializados.

05

Financiar a adaptação cultural de instrumentos e programas de intervenção psicológica.

A avaliação/intervenção psicológica baseada em instrumentos culturalmente não adaptados aumenta o risco de diagnósticos incorretos e decisões injustas. É necessário investir na adaptação linguística e cultural de testes e programas de intervenção, garantindo validade e equidade no acesso a estes recursos Os Psicólogos/as podem conduzir estes processos de adaptação.

06

Promover a convivência construtiva e a coesão social.

O contacto intergrupal reduz preconceito quando é intencional: com objetivos partilhados, contextos definidos e apoio institucional. Os/as Psicólogos/as podem elaborar e implementar projetos comunitários, ações de promoção da literacia ou iniciativas promotoras das interações de qualidade e do diálogo intergrupal, contribuindo para desconstruir narrativas polarizadas sobre migração. Os Psicólogos/as facilitam o desenvolvimento de redes de apoio social, essenciais para a integração psicológica e social das pessoas migrantes.

ORDEM DOS PSICÓLOGOS

Saiba mais em **Vamos Falar Sobre Integração de Pessoas Migrantes**