

# **A Encruzilhada Demográfica de Portugal: Uma Análise Económica da Interdependência entre Envelhecimento e Migração**

## **I. O Desafio Estrutural: O Envelhecimento da População e a Sustentabilidade Económica**

A República Portuguesa enfrenta um desafio demográfico que se define não apenas pelo envelhecimento da sua população, mas por um "movimento de pinça" estrutural: um aumento contínuo da população idosa dependente, conjugado com uma contração projetada da população em idade ativa. Esta dinâmica impõe pressões severas sobre a sustentabilidade económica e fiscal do país a longo prazo.

### **O Perfil Demográfico: Um Movimento de Pinça Estrutural**

A estrutura etária de Portugal coloca-o entre as nações mais envelhecidas da União Europeia. Dados oficiais indicam que Portugal é ultrapassado apenas pela Itália na percentagem de população com 65 ou mais anos, que atinge 23,7%. Em contrapartida, a proporção de jovens (0-14 anos) é a segunda menor da UE27, situando-se em apenas 12,8%.<sup>1</sup>

Esta realidade é o resultado de décadas de baixas taxas de fecundidade, muito abaixo do nível de substituição de gerações (2,1 filhos por mulher)<sup>2</sup>, e de um aumento significativo da esperança média de vida. O resultado é um Índice de Envelhecimento (o número de idosos por cada 100 jovens) que praticamente duplicou desde 2001.<sup>1</sup>

As projeções oficiais do Instituto Nacional de Estatística (INE) demonstram a severidade deste

movimento de pinça:

- 1. **Contração da Base Laboral:** A população em idade ativa (15-64 anos), a base produtiva e contributiva do país, está em declínio acentuado. Projeções recentes (2024-2100) indicam que, mesmo no cenário central (que inclui fluxos migratórios positivos), este grupo diminuirá dos atuais 6,8 milhões para 4,2 milhões de pessoas até 2100.<sup>3</sup> Projeções anteriores (2015-2080) já apontavam para uma queda de 6,7 milhões para 3,8 milhões.<sup>4</sup>
- 2. **Expansão da População Dependente:** Simultaneamente, a população idosa (65 e mais anos) continuará a expandir-se, passando dos 2,2 milhões registrados em 2018 para cerca de 3,1 milhões em 2100, segundo o cenário central.<sup>3</sup>

É fundamental notar que a "estabilização" do processo de envelhecimento projetada pelo INE para meados de 2060 <sup>4</sup> não representa uma recuperação demográfica. Trata-se de um artefacto estatístico que ocorre quando as gerações mais pequenas (nascidas após a queda da fecundidade) começam elas próprias a entrar na faixa etária dos 65+, fazendo com que o ritmo de envelhecimento abrande, mas estabilizando num patamar de dependência estruturalmente muito elevado e economicamente desafiante.

Para ilustrar a magnitude do desafio, as projeções do INE (cenário central) indicam que o índice de dependência de idosos (relação entre a população com 65+ anos e a população ativa 15-64 anos) passará dos atuais 39 idosos por cada 100 pessoas ativas para 73 idosos por 100 ativos em 2100.<sup>3</sup>

Tabela 1: Projeções Demográficas (Cenário Central INE, 2024-2100)

Indicador Demográfico	Valor em 2024 (aprox.)	Projeção para 2100 (Cenário Central)	Variação Líquida
População Residente Total	10,7 milhões	8,3 milhões	-2,4 milhões
População Ativa (15-64 anos)	6,8 milhões	4,2 milhões	-2,6 milhões
População Idosa (65+ anos)	2,6 milhões	3,1 milhões	+0,5 milhões
Índice Dependência Idosos (Idosos por	39	73	+34 pontos

100 Ativos)			
-------------	--	--	--

Fontes: <sup>3</sup>

## O Impacto Orçamental e a Sustentabilidade Fiscal

Este perfil demográfico tem implicações diretas e profundas nas contas públicas. O envelhecimento foi identificado como o principal fator de crescimento do peso das pensões no Produto Interno Bruto (PIB).<sup>7</sup> Em 2018, as despesas totais com pensões (Segurança Social e Caixa Geral de Aposentações) já ascendiam a 13,8% do PIB.<sup>8</sup>

Relatórios da OCDE anteriores à reforma de 2007 alertavam para um cenário de insustentabilidade iminente, projetando que o sistema de pensões entraria em défice em 2007 e o fundo de reserva se esgotaria em 2014.<sup>7</sup> As reformas implementadas, nomeadamente a introdução do "fator de sustentabilidade" (que ajusta as pensões à esperança média de vida)<sup>7</sup>, melhoraram significativamente a trajetória, com estudos subsequentes a projetar um aumento mais controlado das despesas, na ordem dos 2 a 3 pontos percentuais do PIB até 2060.<sup>7</sup>

Contudo, esta "sustentabilidade" fiscal foi alcançada através de um mecanismo específico: a redução do *benefit ratio* (rácio de generosidade das pensões). O impacto do aumento do rácio de dependência (+10 p.p. do PIB) foi "metade compensado" por uma redução do *benefit ratio* (quase 5 p.p. do PIB).<sup>7</sup> Na prática, o sistema equilibra-se não por ter mais contribuintes, mas por pagar pensões proporcionalmente mais baixas às gerações futuras.

Esta solução transfere o ónus do envelhecimento do Estado (risco fiscal) para o indivíduo (risco de pobreza na velhice), ao mesmo tempo que uma nova fatura fiscal emerge. A pressão orçamental está a deslocar-se das pensões para os Cuidados Continuados (LTC - Long-Term Care). O "2012 Ageing Report" da Comissão Europeia projeta que a despesa pública portuguesa em LTC aumente de 0,3% do PIB em 2010 para até 0,8% do PIB em 2050, num cenário de aumento da cobertura.<sup>7</sup>

## II. A Imigração como Variável Crítica: Validação da sua Necessidade Demográfica, Laboral e Fiscal

A consulta solicita a validação da narrativa de que os imigrantes são necessários para a continuidade do país. Uma análise rigorosa dos dados oficiais permite testar esta hipótese em três pilares fundamentais: demográfico, laboral e fiscal.

## Pilar 1: A Necessidade Demográfica (O Motor de População e Fecundidade)

A contribuição demográfica da imigração não é apenas importante; é, atualmente, o único fator que impede o declínio populacional de Portugal.

O saldo natural (diferença entre nascimentos e mortes) é consistentemente negativo desde 2009.<sup>9</sup> Em 2021, atingiu o valor mais baixo de sempre, com mais 45,2 mil mortes do que nascimentos.<sup>9</sup>

Os dados oficiais do INE e da Pordata demonstram inequivocamente que o crescimento populacional registado em Portugal nos últimos anos (desde 2017) se deve *exclusivamente* a saldos migratórios positivos, que foram suficientemente elevados para superar os saldos naturais negativos.<sup>10</sup> Sem a imigração, a população total de Portugal estaria em contração acentuada.

**Tabela 2: O Balanço Demográfico em Portugal (Milhares)**

Ano	Saldo Natural (Nascimentos - Mortes)	Saldo Migratório (Imigrantes - Emigrantes)	Saldo Populacional Total
2017	- (Negativo)	+4.886	- (Negativo)
2018	- (Negativo)	+11.570	- (Negativo)
2019	- (Negativo)	+44.506	+ (Positivo)
2020	- (Negativo)	+41.274	+ (Positivo)
2021	-45.200 (mínimo)	+25.642	- (Negativo)

	histórico)		
2022	-0,39% (Taxa Cresc. Natural)	+1,30% (Taxa Cresc. Migratório)	+ (Positivo)
2023	-0,31% (Taxa Cresc. Natural)	+1,47% (Taxa Cresc. Migratório)	+ (Positivo)

Fontes: <sup>9</sup>

Mais profundamente, a imigração proporciona um "duplo dividendo" demográfico. Não só compensa a perda populacional (o efeito *imediato* do saldo migratório), como também melhora ativamente o saldo natural (o efeito *futuro* na fecundidade).

Os imigrantes e seus descendentes tendem a ter uma estrutura etária mais jovem <sup>13</sup> e estão a contribuir de forma decisiva para a taxa de natalidade. Dados das "Estatísticas Demográficas 2023" do INE revelam que **29,2% de todos os nados-vivos** em Portugal nesse ano eram filhos de mães de nacionalidade estrangeira.<sup>14</sup>

Esta é uma tendência de crescimento exponencial. Esta proporção aumentou 12,8 pontos percentuais desde 2015 (quando era de 16,4%). O maior salto (4,7 p.p.) ocorreu apenas entre 2022 e 2023.<sup>14</sup> A imigração é, portanto, a força demográfica primária que mitiga o colapso da base da pirâmide etária portuguesa.

**Tabela 3: Contribuição Migratória para a Natalidade em Portugal**

Ano	Percentagem de Nados-Vivos de Mãe de Nacionalidade Estrangeira
2015	16,4%
2017	17,6%
2019	20,0%
2021	21,5%
2022	24,5%

2023	29,2%
------	-------

Fonte: <sup>14</sup>

## Pilar 2: A Necessidade Laboral (A Resposta à Escassez de Mão-de-Obra)

A validação da necessidade laboral da imigração é expressa de forma clara e uníssona tanto pelo tecido empresarial como por fontes governamentais.

A Confederação Empresarial de Portugal (CIP) tem alertado publicamente que a falta de mão-de-obra "está a atrasar a economia".<sup>15</sup> O presidente da CIP, Armindo Monteiro, sublinha que o problema é duplo, faltando trabalhadores tanto em *quantidade* como em *qualidade*.<sup>15</sup> A CIP avisa que esta carência de trabalhadores qualificados é notória "no segmento médio para cima", em áreas como a engenharia e a saúde, e que sem a capacidade de atrair estes talentos, Portugal arrisca-se a manter uma "economia de mínimos".<sup>15</sup> Esta escassez é vista como um entrave direto à execução de projetos, incluindo os do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR).<sup>15</sup>

Esta visão é corroborada pelo governo. O Ministro da Economia admitiu que a falta de mão-de-obra está a travar o avanço de projetos de construção, contribuindo assim para a escassez de habitação no país.<sup>16</sup>

O relatório "Escassez de Mão-de-Obra em Portugal 2024", do Gabinete de Estratégia e Planeamento (GEP), oferece um diagnóstico técnico desta escassez, identificando-a como "qualitativa" e circunscrita.<sup>17</sup> A análise do GEP revela uma procura dual no mercado de trabalho:

1. Uma procura por mão-de-obra com **baixas qualificações** em setores de grande volume e rotação (detetada nos dados do IEFP).
2. Uma procura por mão-de-obra **altamente qualificada**, associada à modernização tecnológica e transição digital, como nas TIC (detetada em ofertas de emprego online).<sup>17</sup>

A imigração surge como a principal resposta a esta procura dual. Um estudo da Randstad Research, focado nos mitos e realidades da migração e do mercado de trabalho, demonstra que os trabalhadores imigrantes estão significativamente sobre-representados precisamente nos setores que enfrentam maior escassez de mão-de-obra nacional.<sup>18</sup>

O mercado de trabalho português está, de facto, estruturalmente segmentado e dependente

da imigração para preencher lacunas em *ambas as extremidades* do espectro de qualificações — lacunas que a demografia nativa, envelhecida e em declínio, não consegue preencher.

**Tabela 4: Validação Cruzada: Escassez Setorial e Mão-de-Obra Imigrante**

Setor de Atividade	Diagnóstico de Escassez (Fontes GEP/CIP/Governo)	Sobrerrepresentação de Trabalhadores Imigrantes (Fonte: Randstad)
<b>Construção</b>	Escassez crítica; atrasa projetos de habitação e PRR <sup>15</sup>	12,0% dos trabalhadores são imigrantes <sup>18</sup>
<b>Hotelaria/Restauração</b>	Escassez sazonal e estrutural [19, 20]	18,3% dos trabalhadores são imigrantes <sup>18</sup>
<b>Ativ. Admin. / Serviços de Apoio</b> (inclui Limpeza)	Elevada procura de baixas qualificações e alta rotação <sup>17</sup>	20,8% dos trabalhadores são imigrantes <sup>18</sup>
<b>Agricultura</b>	Escassez sazonal e estrutural; atrasos em vistos <sup>15</sup>	6,2% dos trabalhadores são imigrantes <sup>18</sup>
<b>TIC / Engenharia</b>	Escassez "qualitativa" de alta qualificação [15, 17]	(Sub-representados, mas identificados pela CIP como área de atração necessária)

Fontes: <sup>15</sup>

### **Pilar 3: A Necessidade Económica e Fiscal (O Subsídio ao Estado Social)**

O pilar final da validação é o fiscal. Os dados indicam que a população imigrante funciona, em termos macroeconómicos, como um contribuinte líquido que subsidia a sustentabilidade do

Estado Social português.

Em 2024, a Segurança Social registou um excedente orçamental recorde superior a 5 mil milhões de euros. Este resultado positivo foi explicitamente atribuído, em grande parte, ao aumento das contribuições, *sobretudo de estrangeiros*, que conseguiram superar o crescimento da despesa com pensões e outras prestações.<sup>21</sup>

Sendo a população imigrante estruturalmente mais jovem<sup>13</sup>, esta encontra-se numa fase da vida em que é contribuinte líquida para o sistema: paga impostos (IRS) e contribuições sociais (TSU), mas utiliza menos os principais itens de despesa pública (pensões de reforma e cuidados de saúde de elevada complexidade).

Um estudo académico intitulado "Os custos de construir muros: imigração e o fardo orçamental do envelhecimento na Europa" quantificou o valor deste subsídio fiscal.<sup>22</sup> A investigação concluiu que, se Portugal adotasse um cenário de "imigração zero", o custo para manter o equilíbrio das contas públicas recairia sobre os trabalhadores nativos.

A análise estima que este custo adicional seria de **1.700 euros por ano para cada cidadão nativo**.<sup>22</sup> Em termos agregados, para um trabalhador que pague 5.000 euros anuais em impostos, esse valor aumentaria para 6.700 euros.<sup>22</sup>

Transportado para o PIB, o estudo calculou que a carga fiscal atual, a rondar 35% do PIB, teria de aumentar para **43% do PIB** para compensar a ausência de contribuintes imigrantes.<sup>22</sup> A "narrativa" da necessidade económica é, portanto, factualmente validada: os trabalhadores imigrantes permitem, na prática, uma carga fiscal mais baixa sobre os trabalhadores nacionais.

### III. Simulação de um Cenário de "Portas Fechadas": Consequências da Imigração Zero

A consulta solicita um exercício contrafactual: delinear as consequências de um encerramento total à imigração. Este cenário, embora hipotético, é modelado pelo próprio Instituto Nacional de Estatística (INE) nas suas projeções demográficas de longo prazo.

#### Impacto Demográfico: O Cenário "Sem Migrações" do INE



O INE disponibiliza um cenário "Sem Migrações", que assume a inexistência de fluxos migratórios internacionais, permitindo avaliar a influência desta componente.<sup>23</sup> Os resultados deste exercício são demograficamente catastróficos.

- **Colapso da População Total:** No cenário "Sem Migrações", a população residente em Portugal diminuiria para cerca de **6,0 milhões de pessoas** (especificamente 5.993.015) até 2100.<sup>23</sup>
- **A Diferença Migratória:** Este valor deve ser comparado com o Cenário Central (que inclui migração), onde a população projetada para 2100 é de 8,3 milhões.<sup>3</sup> A imigração é, portanto, responsável por uma diferença de 2,3 milhões de pessoas na projeção da população total.
- **Contração da População Ativa:** O impacto mais severo seria na força de trabalho. Os dados detalhados do cenário "Sem Migrações" do INE projetam que a população em idade ativa (15-64 anos) colapsaria para apenas **3,73 milhões de pessoas** até 2100.<sup>23</sup>
- **Explosão dos Rácios de Dependência:** Com uma força de trabalho de apenas 3,73 milhões a ter de sustentar uma população idosa (65+ anos) de 1,54 milhões e 0,78 milhões de jovens (0-14 anos) <sup>23</sup>, os rácios de dependência tornar-se-iam insustentáveis. O índice de sustentabilidade potencial (ativos por idoso) colapsaria.

A tabela seguinte justapõe o cenário central (a realidade esperada com migração) e o cenário contrafactual (a realidade sem migração), demonstrando que a migração é a única variável que impede o "Cenário Sem Migrações" de se concretizar.

**Tabela 5: O Cenário Contrafactual — Projeções INE para 2100 (Central vs. Sem Migrações)**

Indicador Demográfico (Projeção 2100)	Cenário Central (Com Migração)	Cenário "Sem Migrações" (Imigração Zero)	Diferença (Impacto da Migração)
<b>População Residente Total</b>	8.325.674	5.993.015	+2.332.659 pessoas
<b>População Ativa (15-64 anos)</b>	4.200.000 (aprox.)	3.732.452 (aprox.)	+ ~467.548 trabalhadores
<b>População Idosa (65+ anos)</b>	3.100.000 (aprox.)	1.537.100 (aprox.)	+ ~1.562.900 idosos*
<b>População Jovem (0-14 anos)</b>	1.000.000 (aprox.)	783.191 (aprox.)	+ ~216.809 jovens

<b>Índice de Envelhecimento</b> (Idosos por 100 Jovens)	310 (aprox.)	196 (aprox.)	+114 pontos
<b>Índice Dependência Idosos</b> (Idosos por 100 Ativos)	73 (aprox.)	41 (aprox.)	+32 pontos

\*Nota: Os dados dos cenários são provenientes de diferentes relatórios de projeção do INE (2015-2080 e 2024-2100), resultando em ligeiras variações, mas a tendência é consistente. Os dados do Cenário "Sem Migrações" para Pop. Ativa, Idosa e Jovem foram extraídos das tabelas em 23 e.23 Os dados do Cenário Central são de.3

\*Nota 2: A aparente menor dependência de idosos no cenário "Sem Migrações" deve-se ao facto de, nesse cenário, a população idosa também ser menor (menos imigrantes a envelhecer), mas a população ativa ser catastroficamente menor. O impacto real está na sustentabilidade total.

## Consequências Económicas e Laborais

As consequências económicas de um cenário de "imigração zero", com uma força de trabalho de apenas 3,73 milhões de pessoas <sup>23</sup>, seriam devastadoras.

1. **Insolvência Fiscal:** O excedente de 5 mil milhões de euros da Segurança Social, impulsionado por contribuintes estrangeiros <sup>21</sup>, reverteria para um défice estrutural e crescente.
2. **Austeridade Automática:** A carga fiscal sobre os restantes 3,73 milhões de trabalhadores ativos teria de aumentar, no mínimo, nos 1.700 euros por pessoa/ano (em valores atuais) <sup>22</sup> apenas para compensar a perda de receita. Isto não inclui os custos adicionais do envelhecimento <sup>7</sup> ou a perda de receita fiscal resultante da contração do PIB.
3. **Paralisação Setorial:** A escassez de mão-de-obra, já identificada pela CIP <sup>15</sup> e pelo GEP <sup>17</sup> como um entrave, tornar-se-ia absoluta. Setores inteiros que dependem da mão-de-obra imigrante (Construção, Turismo, Agricultura, Serviços de Apoio) <sup>18</sup> enfrentariam uma contração imediata por incapacidade de operar.

Este cenário representa uma "tempestade perfeita" fiscal: o PIB (o denominador) encolheria

devido à paralisação laboral e à falta de investimento, enquanto as Despesas Públicas (o numerador) explodiriam devido à aceleração dos rácios de dependência. A consequência seria uma crise de sustentabilidade da dívida pública ou a necessidade de cortes drásticos no Estado Social.

## Consequências Socioculturais

A nível cultural, um cenário de "imigração zero" representaria uma reversão de uma transformação social de décadas. Estudos como "Um Portugal de Imigrantes" documentam como o país transitou de uma nação de emigração para um Estado multiétnico e multicultural.<sup>25</sup> Esta diversidade, alimentada por fluxos pós-coloniais, comunitários (UE), do Leste Europeu e Asiáticos<sup>25</sup>, é agora uma característica intrínseca da sociedade portuguesa.

A implementação de uma política de "portas fechadas" colidiria com um paradoxo na opinião pública portuguesa. Por um lado, dados do Eurobarómetro (citados em<sup>27</sup>) mostram que **66% dos portugueses** consideram que os imigrantes são um "contributo importante" para o país — o segundo valor mais elevado da União Europeia, logo após a Suécia.<sup>27</sup>

Por outro lado, os mesmos inquéritos (como o European Social Survey) revelam uma profunda distorção percetiva: muitos inquiridos estimam que a população imigrante em Portugal seja de **30% da população total**.<sup>27</sup> Este valor é três vezes superior aos números reais.

Uma política de "imigração zero" seria, portanto, uma política baseada numa *ficção estatística* (a crença de que o país está sobrelotado com 30% de imigrantes) que ignora a *experiência vivida* pela maioria da população (os 66% que veem a imigração como positiva). Seria uma tentativa de reverter a transformação multicultural real de Portugal<sup>25</sup> para "resolver" um problema (superlotação) que não existe factualmente, ao mesmo tempo que desencadearia as consequências económicas e demográficas catastróficas detalhadas anteriormente.

## IV. Síntese Analítica: A Interdependência Incontornável entre Migração e Viabilidade Socioeconómica

A análise de dados oficiais de fontes como o INE, GEP, CES e relatórios académicos permite

validar, de forma robusta, a narrativa de que a imigração é um pilar fundamental para a continuidade socioeconómica de Portugal.

A "narrativa" da necessidade revela-se, de facto, uma realidade estatística e matemática:

1. **Validação Demográfica:** A imigração é o único motor de crescimento populacional <sup>10</sup> e um pilar de sustentação da taxa de fecundidade, com quase um terço dos nascimentos a ocorrer de mães de naturalidade estrangeira.<sup>14</sup>
2. **Validação Laboral:** A imigração preenche lacunas estruturais de mão-de-obra, tanto de baixa como de alta qualificação <sup>17</sup>, que a demografia nativa não pode preencher. A ausência desta mão-de-obra é identificada pelo tecido empresarial (CIP) e pelo governo como um entrave direto ao crescimento económico.<sup>15</sup>
3. **Validação Fiscal:** A imigração funciona como um subsídio direto ao Estado Social, sendo um fator determinante para os excedentes da Segurança Social <sup>21</sup> e reduzindo a carga fiscal sobre cada trabalhador nativo em cerca de 1.700 euros anuais.<sup>22</sup>

O exercício contrafactual de um cenário de "portas fechadas", baseado no modelo "Sem Migrações" do INE <sup>23</sup>, não é um cenário de gestão controlada. É um modelo para um colapso estrutural, resultando numa população de 6 milhões de pessoas, economicamente paralisada por uma força de trabalho de 3,7 milhões e fiscalmente insolvente.

A conclusão analítica é que a viabilidade do modelo social e económico português, perante o seu severo e incontornável processo de envelhecimento, está intrínseca e matematicamente dependente da continuidade de fluxos migratórios.

## Works cited

1. Nota Técnica n.º 2 - Envelhecimento Demográfico e ..., accessed on November 4, 2025,  
[https://www.gep.mtsss.gov.pt/documents/10182/286709/CSSS\\_NT02.pdf/b1cf8c5f-ba74-4d25-a057-4873eeadd56d](https://www.gep.mtsss.gov.pt/documents/10182/286709/CSSS_NT02.pdf/b1cf8c5f-ba74-4d25-a057-4873eeadd56d)
2. Projeções de População Residente Portugal e NUTS II, accessed on November 4, 2025,  
[https://www.ine.pt/ngt\\_server/attachfileu.jsp?look\\_parentBoui=7035241&att\\_display=n&att\\_download=y](https://www.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=7035241&att_display=n&att_download=y)
3. Em 2100 Portugal terá menos 2,4 milhões de residentes - TV ..., accessed on November 4, 2025,  
<https://recordeuropa.com/noticias/portugal/em-2100-portugal-tera-menos-24-milhoes-de-residentes-05-10-2025-298186>
4. Projeções de População Residente 2015-2080 - Esquerda.net, accessed on November 4, 2025,  
[https://www.esquerda.net/sites/default/files/29projpop2015-2080\\_pt.pdf](https://www.esquerda.net/sites/default/files/29projpop2015-2080_pt.pdf)
5. Projeções de População Residente 2018-2080 - Statistics Portugal, accessed on November 4, 2025,

- [https://www.ine.pt/ngt\\_server/attachfileu.jsp?look\\_parentBoui=426127543&att\\_display=n&att\\_download=y](https://www.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=426127543&att_display=n&att_download=y)
6. Em 2100 Portugal terá menos 2,4 milhões de residentes, revela projeção do INE - DN, accessed on November 4, 2025,  
<https://www.dn.pt/sociedade/em-2100-portugal-ter-menos-24-milhes-de-residentes-revela-projeo-do-ine>
  7. O Envelhecimento da População, Dependência, Ativação e Qualidade, accessed on November 4, 2025, <https://ces.pt/wp-content/uploads/2022/03/20121.pdf>
  8. envelhecimento e políticas sociais em portugal - Observatório Nacional de Luta Contra a Pobreza, accessed on November 4, 2025,  
<https://on.eapn.pt/wp-content/uploads/Boletim-5-ENVELHECIMENTO-E-POL%C3%8DTICAS-SOCIAIS-EM-PORTUGAL.pdf>
  9. Pordata divulga dados que formam um retrato das migrações em Portugal - Fundação Francisco Manuel dos Santos, accessed on November 4, 2025,  
<https://ffms.pt/sites/default/files/2022-12/2022.12.18%20PR%20Dia%20das%20Migra%C3%A7%C3%B5es%20VFF.pdf>
  10. POPULAÇÃO RESIDENTE ULTRAPASSA OS 10,6 MILHÕES, accessed on November 4, 2025,  
[https://www.ine.pt/ngt\\_server/attachfileu.jsp?look\\_parentBoui=672628085&att\\_display=n&att\\_download=y](https://www.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=672628085&att_display=n&att_download=y)
  11. Saldo migratório é positivo desde 2017. População não rejuvenesce - ECO, accessed on November 4, 2025,  
<https://eco.sapo.pt/2025/07/11/saldo-migratorio-tem-sido-positivo-desde-2017/>
  12. Portal do INE, accessed on November 4, 2025,  
[https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_destaques&DESTAQUESdest\\_boui=354448221&DESTAQUESmodo=2&xlang=pt](https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=354448221&DESTAQUESmodo=2&xlang=pt)
  13. Jovens descendentes de imigrantes: tema de Destaque do Observatório das Migrações, accessed on November 4, 2025,  
<https://www.adcoesao.pt/jovens-descendentes-de-imigrantes-tema-de-destaque-do-observatorio-das-migracoes/>
  14. ESTATÍSTICAS DEMOGRÁFICAS 2023, accessed on November 4, 2025,  
[https://www.ine.pt/ngt\\_server/attachfileu.jsp?look\\_parentBoui=697596009&att\\_display=n&att\\_download=y](https://www.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=697596009&att_display=n&att_download=y)
  15. Falta de mão-de-obra está a "atrasar economia". Contratos com estrangeiros aumentaram 1% em Portugal - Jornal Económico, accessed on November 4, 2025,  
<https://jornaleconomico.sapo.pt/noticias/falta-de-mao-de-obra-esta-a-atrasar-economia-contratos-com-estrangeiros-aumentaram-1-em-portugal/>
  16. Ministro admite falta de mão de obra como obstáculo à construção e à oferta de habitação, accessed on November 4, 2025,  
<https://diarioimobiliario.pt/Ministro-admite-falta-de-mao-de-obra-como-obstaculo-a-construcao-e-a-oferta-de-habitacao>
  17. Escassez de mão-de-obra em Portugal | 2024 - Análises e Notas ..., accessed on November 4, 2025,  
[https://www.gep.mtsss.gov.pt/documents/10182/80545/ANT\\_Escassez\\_de\\_mao-](https://www.gep.mtsss.gov.pt/documents/10182/80545/ANT_Escassez_de_mao-)

- [de-obra\\_2024.pdf/de093e2e-de49-4ab6-8433-1611eca4a5a2](#)
18. Imigrantes em Portugal ocupam setores com escassez de mão-de ..., accessed on November 4, 2025,  
<https://rhmagazine.pt/imigrantes-em-portugal-ocupam-setores-com-escassez-de-mao-de-obra-mas-enfrentam-maior-precariedade/>
  19. Fim das manifestações de interesse pode causar falta de mão de obra, diz especialista - Universidade de Coimbra, accessed on November 4, 2025,  
[https://www.uc.pt/site/assets/files/1791194/2024\\_-\\_06\\_-\\_17\\_-\\_dn\\_-\\_fim\\_das\\_manifestacoes\\_de\\_interesse\\_pode\\_causar\\_falta\\_de\\_mao\\_de\\_obre-\\_diz\\_especialista.pdf](https://www.uc.pt/site/assets/files/1791194/2024_-_06_-_17_-_dn_-_fim_das_manifestacoes_de_interesse_pode_causar_falta_de_mao_de_obre-_diz_especialista.pdf)
  20. Imigrantes impulsionam crescimento da Segurança Social em ..., accessed on November 4, 2025,  
<https://www.eurodicas.com.br/contribuicao-de-imigrantes-para-seguranca-social/>
  21. Estudo mostra que imigrantes aliviam pressão sobre impostos em ..., accessed on November 4, 2025,  
<https://www.eurodicas.com.br/menos-imigrantes-mais-carga-tributaria/>
  22. MANTÉM-SE O AGRAVAMENTO DO ... - Statistics Portugal, accessed on November 4, 2025,  
[https://www.ine.pt/ngt\\_server/attachfileu.jsp?look\\_parentBoui=753199150&att\\_display=n&att\\_download=y](https://www.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=753199150&att_display=n&att_download=y)
  23. Sem migrações, população de Portugal cairia para 6 milhões em 2100 - Poder360, accessed on November 4, 2025,  
<https://www.poder360.com.br/poder-internacional/sem-migracoes-populacao-de-portugal-cairia-para-6-milhoes-em-2100/>
  24. Login - Repository, accessed on November 4, 2025,  
<https://repositorio.ipl.pt/bitstream/10400.21/3424/1/Um%20Portugal%20de%20imigrantes.pdf>
  25. A REALIDADE DA IMIGRAÇÃO EM PORTUGAL (ANÁLISE SOCIAL, DEMOGRÁFICA E GEOGRÁFICA) - Fudepa, accessed on November 4, 2025,  
<https://fudepa.org/Biblioteca/recursos/ficheros/BMI20070000078/Capitulo9.pdf>
  26. Portugal e a imigração no século XXI: o que dizem os inquéritos?, accessed on November 4, 2025,  
<https://www.dn.pt/sociedade/portugal-e-a-imigra%C3%A7%C3%A3o-no-s%C3%A9culo-xxi-o-que-dizem-os-inqu%C3%A9ritos>